

Димитрова Любовь Анатольевна
преподаватель
ФКПОУ «КТИ» Минтруда России
г. Калач-на-Дону

Физическая реабилитация в урочной и внеурочной деятельности «Калачевского техникума-интерната»

Повысить уровень качества жизни через спорт и найти верный путь в оздоровлении населения. Такая задача все чаще поднимается в руководящих органах нашей страны. В последние годы правительством РФ принимается ряд мер по привлечению россиян к занятию спортом. Речь идет о реализации национальных и федеральных проектов (в том числе «Спорт-норма жизни» и «Демография»), возрождении комплекса нормативов ГТО, увеличению числа физкультурно-оздоровительных комплексов, возведению малых спортивных объектов, открытию детских секций и кружков в отдаленных населенных пунктах. Все это способствует созданию своеобразных «точек притяжения» во всех субъектах страны.

Лица с ограниченными возможностями здоровья также не остаются без внимания. В образовательных учреждениях продолжают расти квоты для этой категории граждан, а в спортивной области оказывается мощная поддержка для привлечения людей с инвалидностью к занятию спортом. Наглядный пример – высокие показатели параолимпийской сборной Российской Федерации. Укрепление иммунной системы и здоровья в целом повысит конкурентоспособность специалиста на рынке труда. Иметь диплом об окончании учебного заведения – мало, нужно отвечать и ряду требований, позволяющих успешно осуществлять профессиональную деятельность. Большую роль имеет здоровье специалистов. Поэтому, в образовательных стандартах профессионального образования одной из основных задач становится формирование здорового, гармонически развитого специалиста. В Калачевском техникуме - интернате особое значение уделяют физкультурно-оздоровительной деятельности для укрепления здоровья студентов с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Физическая культура, которая является мощным средством социальной адаптации и интеграции их в общество. Одно из направлений в комплексной реабилитации нашего учреждения занимает физическая реабилитация, которая поможет выпускникам адаптироваться в социуме. Контингент обучающихся с ОВЗ характеризуется по 15 нозологическим группам. Кроме того, необходимость наполнения групп до 20 человек приводит к формированию студенческого коллектива из лиц, не имеющих ограничений по здоровью и студентов – инвалидов с различными нозологиями. Студенты отличаются по уровню интеллектуального, физического и психического развития, по уровню воспитанности и по возрасту.

Система комплексной реабилитации в техникуме построена на поэтапном сопровождении обучающихся, начиная с входной диагностики по нескольким направлениям, коррекции в течение всего периода обучения, промежуточного контроля и заканчивая результатами на выходе. Такого рода технология реализуется при помощи, созданной в техникуме организационной структуры.

Как специалист, курирующий физкультурно-оздоровительное направление, остановлюсь подробнее на системе физической реабилитации студентов с ОВЗ. Входная диагностика на определение, двигательных умений и навыков, быстроты реакции и в целом уровня физической подготовки позволяет определить первый этап маршрута физической реабилитации. Занятия физической культуры проводятся

малыми подгруппами и сопровождаются дифференцированными нагрузками, интегрированными заданиями, тестами, нормативами, а также индивидуальными заданиями с учетом особенностей диагнозов, индивидуальных психологических и возрастных особенностей обучающихся.

Студенты учатся работать самостоятельно, оценивают своё самочувствие. Преподавателю необходимо перестраиваться на работу с разными группами или с отдельными студентами, не упуская из виду главную цель работы, так как групповые и индивидуальные занятия имеют свои специфические трудности.

Физическая реабилитация наших студентов направлена на использование различных коррекционно-развивающих технологий, профилактику и коррекцию привычек, наносящих ущерб здоровью. На протяжении освоения профессиональной программы осуществляется наблюдение за ходом коррекционно-развивающих мероприятий, оценивание их результатов и эффективности, выстраивание личной траектории обучения каждого студента. Наличие трех тренажерных залов, оснащенных специализированным оборудованием для разработки и совершенствования двигательных навыков, позволяет нам осуществлять процесс реабилитации. Помимо традиционных методов применяются и нетрадиционные.

Такие методики как «Элементы иппотерапии», - лечебная верховая езда, метод реабилитации, основанный на взаимодействии с лошадьми.

«Дендротерапия», - метод лечения и профилактики, основанный на целебных свойствах деревьев

«Аэротерапия» — круглый год, в начале урока 20-30 минут, студенты занимаются дозированной ходьбой на свежем воздухе

Также на уроках используются упражнения калланетики, пилатесса, направленных на повышение мышечного тонуса. Для выполнения упражнений используется музыка и игровые ситуации.

Студенты стали активнее в посещении различных спортивных секций, кружков. Увеличилось число студентов, занимающихся дозированной ходьбой и бегом в свободное время.

Все это положительные результаты в восстановлении и совершенствовании двигательных навыков наших студентов. Система коррекционно-оздоровительной работы осуществляется совместно отделением адаптивной физической культуры, медицинской и социально-психологической службами.

Анализ коррекционной работы показал свои результаты: у студентов с поражением опорно-двигательного аппарата улучшилась статико-локомоторная функция за счет урегулирования мышечного тонуса в связи с частичным снижением спастичности мышц.

Результат нашей работы — это участие наших студентов в соревнованиях различного ранга, в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах, научно-практических конференциях.

Команда техникума неоднократный чемпион Волгоградской области в Спартакиаде среди инвалидов.

Наши студенты неоднократно участвовали в Национальном Чемпионате по профессиональному мастерству среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья «Абилимпикс» в компетенции «Адаптивная физическая культура». Трижды наши студенты были финале Национального Чемпионата «Абилимпикс», а в 2019 году студент Бегмурадов Артур завоевал бронзу для нашего учреждения.

Наши студенты проводят исследовательскую работу и активно принимают участие в научно-практических конференциях, олимпиадах, которые имеют свои результаты-1 и 2 места.

Мы также гордимся своими выпускниками-чемпионами. Жизненным кредо многих наших выпускников стали слова-«Открой мир в себе, и себя в этом мире!».