

УДК 374:797.2-053.2-056.3:616.8-009.12

Томенко О.А., Босько В.М.

СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ НАВЧАННЯ ПЛАВАННЮ ДІТЕЙ З НАСЛІДКАМИ ДИТЯЧОГО ЦЕРЕБРАЛЬНОГО ПАРАЛІЧУ

У статті проаналізовано сучасний стан проблеми навчання плаванню дітей з наслідками дитячого церебрального паралічу (ДЦП). Визначено, що переважна більшість досліджень присвячена використанню плавання у програмі фізреабілітаційних заходів, більшість описаних методик є застарілими або модифікованими з методик навчання здорових дітей і не враховують ряд специфічних особливостей у роботі з дітьми з наслідками ДЦП.

Ключові слова. Навчання плаванню, дитячий церебральний параліч.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. За останні десятиліття в Україні під впливом ряду негативних соціально-економічних та екологічних чинників спостерігається тенденція до збільшення числа інвалідів з порушенням опорно-рухового апарату (ОРА), у тому числі з наслідками дитячого церебрального паралічу (ДЦП). На сучасному етапі розвитку суспільства фізична культура і спорт є одним із найважливіших чинників у вирішенні вище зазначеної проблеми. Виходячи з того, що недостатній рівень рухової активності інвалідів не дозволяє їм реалізувати себе в суспільстві, з метою стабілізації позитивного психічного стану людей з обмеженими можливостями та їх інтеграції у суспільні та громадські процеси, окрім фізичної реабілітації вкрай важливим є залучення до занять спортом [1; 5; 7].

Загальновідомо, що плавання є потужним засобом впливу на організм та розглядається як ефективний терапевтичний та соціалізуючий засіб для дітей з наслідками ДЦП [4; 11]. Актуальність нашого дослідження зумовлена наявністю суперечності між тим, що переважна більшість наукових досліджень присвячена оздоровчому плаванню чи гідрореабілітації, та відсутністю систематизованих методик, які б дозволяли навчати спортивним способам плавання дітей з наслідками ДЦП. В існуючих програмах зазвичай автори дублюють методіку навчання здорових дітей, не враховуючи особливостей форм і ступенів важкості захворювання. Саме це зумовило вибір проблеми нашого дослідження.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Методики навчання плаванню дітей з обмеженими можливостями представлено у ряді українських та зарубіжних дисертаційних досліджень. Аналізуючи ці дослідження, виокремимо саме ті положення, які можуть бути враховані при вирішенні проблеми навчання плаванню дітей з наслідками ДЦП.

У дослідженні І.В. Таран [11] подано авторську методіку гідрокінезотерапії у програмі фізичної реабілітації, в якій висвітлюється поетапне формування рухових навичок дітей 3–5 років із церебральним паралічем спастичної форми. Вченою доведено позитивний вплив гідрокінезотерапії на розвиток рухових функцій та маніпулятивної діяльності таких дітей.

У роботі В.Г. Сазикіна [8] розкрита проблема створення методіки запобігання критичних ситуацій під час навчання плаванню дитини-інваліда. Науковець описав та класифікував критичні ситуації, створив рекомендації з їх запобігання у водному середовищі.

Заслужують на особливу увагу наукові дослідження С.Л. Шпака, Д.Ф. Мосунова, І.В. Кleshneva [4], метою яких було створення методіки індивідуального навчання плаванню дітей з важкою формою церебрального паралічу, що включає в себе: вивчення особливостей прояву рухових та інтелектуальних здібностей дитини в умовах спільного занурення тренера і дитини у воду; впізнання спонтанно виконаного руху як аналогічного якому-небудь елементу системи рухів плавця; формування рухових вмінь дитини шляхом повторення досліджуваної системи рухів за допомогою тренера, а потім самостійного виконання з утворенням власної манери прояву рухових дій.

Також у даних дослідженнях запропоновано "гідродинамічну пробу" на базі синхронного застосування відеозйомки і комп'ютерного моніторингу серцевого ритму для контролю за дитиною з обмеженими можливостями, що дозволяє дати відносну оцінку рухової активності та виконання спеціальних вправ, управляти фізичним навантаженням в умовах водного середовища.

У процесі початкового навчання плаванню науковці Д.Ф. Мосунов, В.Г. Сазикін, С.Л. Шпак [4; 8] виділяють ряд послідовних етапів формування рухових дій дитини з наслідками ДЦП: перший – етап концентрації; другий – етап пізнання; третій – етап реалізації можливостей; четвертий – етап вдосконалення.

У дослідженні Н.В. Молоткової та С.Е. Уромової [3] вказано, що методіка навчання плаванню дитини з наслідками ДЦП має ґрунтуватися на таких засадах: покроковий показ рухів з відпрацюванням кожної окремої операції, з'єднання їх в єдину тимчасову послідовність, і тільки після цього – словесне пояснення дій; залежність вибору засобів впливу на рухові навички від особливостей порушень цих дітей (наприклад, при гіперкінезах, патологічній зміні тонуусу в різних м'язових групах акценти в навчанні плаванню на початку зміщуються на виконання статичних вправ на воді, утримання статико-динамічних поз у русі); врахування при виборі засобів навчання домінуючою в руховій недостатності кінестетичної

або кінетичної апраксії. При цьому в першому випадку акцент навчання зміщуватиметься на відпрацювання точності окремих рухових операцій (положення рук, винос рук, положення ніг, їх утримання на поверхні води, всі вправи, пов'язані з утриманням тіла плавця у воді); у другому – на навчання чергування рухів (кролеві гребки, чергування ніг в техніці кролем, повторення ритмів і рухових циклів); визначення засобів встановлення контакту та комунікації тренера та дитини.

У дисертаційному дослідженні П.В. Кравцевича [2] запропоновано методику лікувального плавання дітей зі спастичними формами ДЦП, яка складалася з таких етапів:

1) виконання вправ на суші, що імітують основні плавальні рухи (повороти голови з одночасними гребковими рухами руками, махи прямими ногами, нахили назад з положення лежачи на животі тощо), з метою подолання водобоязні;

2) освоєння дитиною перебування у воді на глибині до пояса і по груди, за допомогою інструктора пересування по дну кроком, тримаючись за поручні самостійне пересування по дну кроком, за допомогою інструктора навчання правильному положенню тіла у воді під час ковзання та пірнання;

3) навчання техніці виконання рухів ногами і руками, необхідними для навчання плаванню вільним стилем (кроль на грудях та на спині).

У цьому дослідженні навчання плаванню дітей починалося з положення на спині, при якому здійснюється вільне дихання. Також ми погоджуємося з проголошеним тут висновком, що спосіб навчання плаванню повинен знаходитися у прямій залежності від характеру і ступеня рухових порушень дітей.

Проблемі навчання плаванню дітей з ушкодженнями ОРА присвятили свої дослідження ряд науковців. Так, у науковій роботі Т.Є. Сіміної [9] характеризується розроблена та експериментально обґрунтована інноваційна методика навчання плаванню, яка дозволяє ефективно здійснювати корекцію порушень ОРА дітей 4–5 років, розширювати функціональні можливості основних систем їх організму та підвищувати рівень фізичної підготовленості. Вченою доведено, що на початковому етапі навчання плаванню дітей дошкільного віку з порушеннями ОРА доцільно використовувати методику одночасного навчання різним способам плавання, також встановлено, що ефективність навчання плавальним рухам дітей з порушеннями ОРА істотно підвищується, якщо дітям на початковому етапі навчання надається право вибору способу плавання. З точки зору науковця, ефективність занять помітно підвищується при поєднанні вправ загальнорозвиваючої та спеціальнокоригуючої спрямованості.

Ю.А. Орешкіна [6] вказує у своєму дисертаційному дослідженні, що засвоєння елементів початкового навчання адаптивному плаванню (занурення, спливання, лежання, ковзання) у дітей з ампутаційними односторонніми дефектами нижніх кінцівок здійснюється в тій же послідовності, що і при навчанні здорових дітей, але відрізняється більшою тривалістю. На засвоєння навчального матеріалу потрібно вдвічі більше часу. Дослідниця наголошує, що оптимальним варіантом є наступна послідовність навчання спортивним способом плавання дітей з одностороннім ураженням нижньої кінцівки: кроль на грудях, кроль на спині, батерфляй, брас.

У дисертаційному дослідженні О.А. Томенка [12] приведено характеристику розробленої методики навчання плаванню дітей-інвалідів з ушкодженнями ОРА, що передбачає диференційований підхід з урахуванням виду первинного ушкодження. Методика містить: зміст початкових занять окремо для дітей-інвалідів молодшого, середнього і старшого шкільного віків; дані про вплив окремих видів фізичних вправ та рекомендації по їх застосуванню для інвалідів даної нозології; рекомендації про дозування навантажень на заняттях та домашні завдання. Важливе місце у методиці відведене створеній програмі педагогічного і біомеханічного контролю, які використовуються для отримання зворотної інформації від дітей і внесення на підставі цього змін у програму занять. У даній роботі було досліджено кінематичні особливості робочих рухів руками дітей з ушкодженнями ОРА у плаванні кролем на спині та кролем на грудях.

Зауважимо, що досліджень, які висвітлюють проблему навчання спортивним способом плаванню дітей з наслідками ДЦП, недостатньо. Дисертаційні дослідження, що присвячені навчанню плавання саме дітей з наслідками ДЦП, спрямовані на вирішення проблеми оздоровлення цих дітей. Суттєвим недоліком проаналізованих досліджень є невідповідність їх вимогам сучасності, тобто більшість описаних методик не містять сучасних інформаційних технологій, не враховують особливостей дітей з різними формами ДЦП, часто є лише модифікованими методиками навчання плаванню здорових дітей.

Формулювання мети роботи. Визначити стан проблеми навчання плаванню дітей з наслідками дитячого церебрального паралічу.

Методи та організація дослідження. Аналіз науково-методичної літератури, у тому числі дисертаційних, присвячених проблемі навчання плаванню дітей з обмеженими можливостями; анкетування тренерів з плавання.

Для визначення стану проблеми навчання плаванню дітей з наслідками ДЦП нами було проведено анкетування тренерів у м. Харків, м. Полтава, м. Кременчук, м. Суми та Сумській області. У анкетуванні взяли участь 15 тренерів з плавання. Стаж їхньої роботи – від двох до тридцяти років. Розроблена анкета містила п'ятнадцять запитань. Використовувалися запитання закритого та відкритого типу. Це дозволило нам отримати більш достовірні результати.

Виклад основного матеріалу дослідження. Вищезазначену проблему не можливо вирішити лише за рахунок педагогічного удосконалення навчально-тренувального процесу. Сьогодні актуальності набувають різноманітні сучасні інформаційні технології, зокрема, комп'ютерні програми підтримки навчання, які б дозволяли враховувати та аналізувати значну кількість індивідуальних показників спортс-

менів з обмеженими можливостями. Це надасть можливість тренеру не тільки отримати й обробити значний обсяг інформації, а й оперативно прийняти рішення, правильно побудувати тренувальний процес. Водночас у спеціальній літературі з плавання практично відсутні науково-обґрунтовані дані про ефективність використання комп'ютерних технологій як засобу підвищення ефективності навчання плаванню дітей-інвалідів, зустрічаються лише поодинокі дослідження О.В. Скалія [10], де автор розглядає комп'ютерну програму диференціації процесу фізичного виховання школярів (на прикладі навчання плаванню), але слід зазначити, що ця програма розроблена для цілком здорових дітей.

Вкрай важливим для дослідження є з'ясування проблем, з якими стикаються тренери з плавання при навчанні дітей з наслідками ДЦП, які шляхи їх вирішення вони знаходять і які методики при цьому використовують. Це стало метою проведення анкетування і покладено нами в основу розробки запитань анкети для тренерів з плавання, що працюють з дітьми з обмеженими можливостями.

Аналіз відповідей на запитання показав такі результати. Майже усі тренери (93,3%) відповіли, що дітей з наслідками ДЦП найважче навчати плаванню. Дійсно, основою для технології навчання плаванню дітей з ушкодженою кінцівкою є можливість навантаження здорової кінцівки. Діти з ушкодженням спинного мозку переважно мають порушення у діяльності нижніх кінцівок, тому програми навчання плаванню таких дітей спираються на рухи руками. Проте, діти з наслідками ДЦП мають абсолютно різноманітні порушення у всіх кінцівках, часто мають розумові відхилення, не контролюють власні рухи, тому досить складно розробити єдину технологію навчання плаванню для таких дітей. Також усі тренери вказали, що методика навчання плавання дітей з наслідками ДЦП має ґрунтуватися на методі спроб та помилок, тобто передбачати цілісне навчання.

У ході аналізу відповідей було виявлено, що всі тренери використовують літературу під час підготовки до занять, водночас 86,6% опитаних вказали, що спеціальної науково-методичної літератури з питань навчання плаванню дітей з наслідками ДЦП недостатньо. Також 60% тренерів використовують комп'ютер під час підготовки до занять, а мережею Інтернет користуються лише 40% респондентів.

Більшість тренерів (80%) вважають, що доцільно використовувати інформаційні технології у процесі підготовки та проведення занять з плавання зі спортсменами-інвалідами. Відеозйомку для аналізу техніки плавання використовує досить обмежена кількість тренерів (26,6%), а якщо вона використовується, то в основному лише надводна, оскільки підводна зйомка вимагає матеріальних витрат та спеціального обладнання.

У той же час 80% респондентів вказали, що хотіли б використовувати допоміжні комп'ютерні програми у процесі навчання плаванню дітей з обмеженими можливостями та дали позитивну відповідь на запитання: "Чи доцільно створювати комп'ютерні програми для ефективнішого навчання плаванню дітей з наслідками ДЦП?".

Отже, підсумовуючи результати анкетування, ми можемо зробити висновок, що дослідження в цьому напрямі є потрібними, актуальними та вчасними. Виявлено, що тренери з плавання, які працюють з дітьми з обмеженими можливостями, мають нагальну потребу у спеціальній літературі щодо методики навчання плавання таких дітей. Аналіз відповідей на анкети допоможе в подальшому розробити методику, яка б задовольняла потреби фахівців, які займаються навчанням плаванню дітей з наслідками ДЦП.

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямі. 1. Проаналізована науково-методична література з даної тематики, свідчить, що переважна більшість досліджень спрямовані на вирішення проблеми оздоровлення дітей з наслідками ДЦП, більшість описаних методик є застарілими або модифікованими з програм навчання здорових дітей.

2. Визначено, що досліджень, які висвітлюють проблему навчання спортивним способом плаванню дітей з наслідками ДЦП, недостатньо. Методик з використанням сучасних інформаційних технологій не виявлено.

3. Результати анкетування тренерів з плавання, які працюють з дітьми з наслідками ДЦП, показали ряд проблем, головною серед яких є потреба у спеціальній науково-методичній літературі щодо методики навчання плавання таких дітей, тренери бажали б використовувати допоміжні комп'ютерні програми у процесі навчання плаванню дітей з обмеженими можливостями.

Подальші дослідження доцільно присвятити створенню методик навчання плаванню дітей з наслідками ДЦП з використанням інформаційних технологій для підвищення ефективності навчально-тренувального процесу.

Використані джерела

1. Брискин Ю. А. Теоретико-методические основы спорта инвалидов как составляющей международного олимпийского движения : автореф. дис. на соискание уч. степени док. наук по физ. восп. и спорту : спец. 24.00.01 "Олимпийский и профессиональный спорт" / Ю. А. Брискин. – К., 2007. – 44 с.
2. Кравцевич П. В. Влияние лечебного плавания на функциональные резервы организма детей со спастическими формами детского церебрального паралича : дис. ... кандидата биол. наук : 14.03.11 / Пётр Владимирович Кравцевич. – Липецк, 2015. – 152 с.
3. Молоткова Н. В. Способы обучения плаванию детей с выраженными интеллектуальными нарушениями / Н. В. Молоткова, С. Е. Уромова, С. В. Земкова // Современные подходы реабилитации,

- адаптивной физической культуры в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья : V междунар. научно-практ. конф., 2014 г. : тезисы докл. – Н. Новгород, 2014. – С. 81–84.
4. Мосунов Д. Ф. Гидрореабилитация ребенка с последствиями детского церебрального паралича / Д. Ф. Мосунов, И. В. Клешнев, С. Л. Шпак. – СПб. : Санкт-Петербургский гос. ун-т физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта, 2007. – 142 с.
 5. Овчаренко С. В. Планування навчально-тренувального процесу футболістів-інвалідів з наслідками дитячого церебрального паралічу в річному циклі підготовки : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.01 "Олімпійський і професійний спорт" / С. В. Овчаренко. – К., 2005. – 23 с.
 6. Орешкина Ю. А. Обучение плаванию детей-инвалидов с односторонней ампутацией нижней конечности (с сохранным интеллектом) : дис. ... кандидата пед. наук : 13.00.04 / Юлия Адольфовна Орешкина. – СПб., 2001. – 158 с.
 7. Передерій А. В. Технічна підготовка спортсменів з наслідками церебрального паралічу з урахуванням особливостей рухової пам'яті (на прикладі легкої атлетики) : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.01 "Олімпійський і професійний спорт" / А. В. Передерій. – Львів, 2002. – 19 с.
 8. Сазыкин В. Г. Методика предотвращения критических ситуаций при обучении плаванию ребёнка-инвалида : автореф. дис. на соискание уч. степени пед. наук : спец. 13.00.04 "Коррекційна педагогіка" / Владимир Геннадьевич Сазыкин. – Волгоград, 2000. – 24 с.
 9. Симина Т. Е. Обучение плаванию детей 4–6 лет с нарушениями опорно-двигательного аппарата : автореф. дис. на соискание уч. степени пед. наук : спец. 13.00.04 "Коррекційна педагогіка" / Татьяна Евгеньевна Симина. – Смоленск, 2010. – 24 с.
 10. Скалій О. В. Комп'ютерні технології диференціації процесу фізичного виховання школярів (на прикладі навчання плавання) : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / О. В. Скалій. – Львів, 2002. – 18 с.
 11. Таран І. Н. Гідрокінезотерапія як засіб поетапного формування рухових навичок дітей 3–5 років з церебральним паралічем спастичної форми : дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.03 / Інна Віталіївна Таран. – Львів, 2014. – 215 с.
 12. Томенко О. А. Навчання плаванню дітей-інвалідів з ушкодженнями опорно-рухового апарату з використанням методів контролю : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 "Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення" / О. А. Томенко. – Луцьк, 2000. – 14 с.

Tohenko O., Bosko V.

THE CURRENT STATE OF TRAINING PROBLEMS OF CHILDREN WITH CEREBRAL PALSY IN SWIMMING

It is noted in the article that the low level of physical activity of handicapped people do not allow them to realize themselves in society. Therefore, in order to integrate the people with disabilities into society, it is extremely important to involve them in sports in addition to physical rehabilitation. It is swimming a powerful tool of influence on the body and it is considered as an effective therapeutic mean for people with disabilities, including children with cerebral palsy.

The article deals with the current state analysis of teaching problems of children with cerebral palsy in swimming. It is determined that many researches that are based on the use of swimming during physical rehabilitation and most of the described techniques are outdated or modified from the methods of healthy children's teaching and do not also take into account a number of specific peculiarities in working with children with cerebral palsy in swimming. Therefore, the research is relevant due to the presence of contradiction between the range of researches dedicated to hydro rehabilitation, and the lack of systematic methodologies that would allow teaching of children with cerebral palsy in swimming. There is also a lack of researches that highlight the problem of teaching the children with cerebral palsy to swim with the sports stroke. That is why the trainers' survey was conducted to definite the state of this problem. Due to the survey results the swimming coaches who work with children with disabilities have the lack of specialized literature about the methods of swimming teaching of such children.

The article conclusion notes that the researches in this area are necessary and relevant. The theoretical research analysis and the results analysis of trainers' survey will help to develop a technique that would meet the needs of professionals in swimming lessons for children with cerebral palsy.

Key words. *Swimming teaching, cerebral palsy.*

Стаття надійшла до редакції 15.09.2015 р.