



Рисунок 1. – Схема разработанного комплекса подвижных игр для детей с депривацией зрения.

Результаты исследования.

По результатам исследования уровня развития навыков пространственной ориентировки детей младшего школьного возраста с нарушением зрения, было выявлено, что результаты после эксперимента улучшились. Статистические данные указывают на положительном влиянии экспериментального комплекса подвижных игр, направленного на развитие навыков пространственной ориентировки детей младшего школьного возраста с депривацией зрения.

Библиографический список

1. Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры / Ю.Ф. Курамшин/. – М.: Советский спорт, 2007. – С. 155-160. – С. 135-146.
2. Мареева, Р.А. Воспитание и обучение слепоглухонемых детей в семье /Р.А. Мареев/: - М., 2002. – С. 59-79.
3. Ростомашвили, Л. Н. Личностные особенности подростков с нарушениями зрения /Л.Н. Ростомашвили/ Диагностика, развитие и коррекция сенсорной сферы лиц с нарушениями зрения: Материалы Междун. научно-пед. конф. тифлопедагогов и незрячих учителей, посвященной 200-летию РГПУ им. А.И. Герцена /Ред. Е.М. Папина. - М.: Логос, 2000. - С. 79-80.

Шадрин А.И.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

РЕАБИЛИТАЦИЯ ДЕТЕЙ С ДЦП В ВОДНОЙ СРЕДЕ

Аннотация: Тренировки в воде считаются одним из самых совершенных способов восстановления и укрепления организма. Гидрореабилитация проводится, как правило, в бассейне. Любые движения в воде выполняются легче – нет давления массы тела на позвоночник и суставы, сердечно-сосудистая система лучше справляется с нагрузками, не стра-

дают вены. Для людей с ограниченными возможностями пребывание в воде – это, прежде всего, радость движения, возможность проявления их эмоций в полном размере.

Ключевые слова: Дети с ДЦП (детским церебральным параличом), реабилитация, вода.

Shadrin A. I.

Russian state vocational pedagogical University,
Ekaterinburg, Russia

REHABILITATION OF CHILDREN WITH CEREBRAL PALSY IN THE AQUATIC ENVIRONMENT

Abstract: Exercise in water is considered one of the most advanced methods of restoration and strengthening of the body. Hydrorehabilitation is usually in the pool. Any movement in the water are easier, no pressure of body weight on the spine and joints, cardiovascular system better cope with stress, don't suffer veins. For people with disabilities aquatic activities is, first of all, the joy of movement, the possibility of manifestation of their emotions in full.

Keywords: Children with cerebral palsy (cerebral palsy), rehabilitation, water.

Известно, что двигательная деятельность детей является одной из основных физиологических составляющих нормального формирования и развития организма. Снижение двигательной активности у детей приводит к нарушению функционирования костно-мышечного аппарата, приводящее к изменениям вегето-сосудистой и дыхательной систем, нарушению обменных процессов, снижению уровня работоспособности, изменению психики, что негативно влияет на жизнедеятельность подрастающего поколения. Коррекция таких нарушений может осуществляться различными средствами, но наиболее доступным и эффективным является применение специальных физических упражнений

Современная реабилитация детей с ДЦП во всех случаях не обходится без водной среды, которая в свою очередь облегчает возможность восстановления и развития атрофированных мышц или пораженных детским церебральным параличом конечностей.

Гидрореабилитация служит отличным средством восстановления, которая не наносит отрицательное воздействие на пораженные конечности, мышцы и связки посредством того, что давление на организм в воде уменьшается и упражнения, которые на поверхности ребенок не смог бы выполнить, в условиях бассейна он сможет выполнить почти со 100% успехом. Примечательно, что в воде действие сил гравитации ослаблено, поэтому при выполнении физических упражнений в воде преобладает

концентрическая работа мышц и значительно снижается эксцентрическая. Это способствует более равномерному развитию мышечной системы и нормализации мышечного тонуса, что особенно важно для формирования навыков правильной осанки. Водное пространство для больных с ДЦП – это огромная возможность почувствовать себя менее ущемленным, отверженным, закомплексованным человеком чем вне её пределов.

В условиях водной среды развитие двигательных действий у детей, страдающих тяжелой формой детского церебрального паралича, учитывая индивидуальные причины нарушения формирования нормального развития двигательных возможностей конечностей ребенка, должно быть целенаправленно, прежде всего, с одной стороны, на предупреждение асимметричности роста конечностей, с другой, – на формирование нормальных рефлексов и двигательных действий конечностей пораженной стороны.

В результате регулярных занятий гидрореабилитацией увеличивается сила и подвижность нервных процессов в коре больших полушарий, повышается пластичность нервных процессов, ребенок становится уравновешенным и спокойным. Занятия лечебным и оздоровительным плаванием способствуют угасанию тонических рефлексов и становлению установочных. Упражнения следует подбирать с учетом последовательности смены одних рефлексов другими. Важной задачей лечебного и оздоровительного плавания является улучшение гемодинамики в мышцах и связках, укрепление опорно-двигательного аппарата и дыхательной мускулатуры детского организма.

После изучения работ ряда авторов, которые рассматривают гидрореабилитацию как отдельную методику восстановления детей с детским церебральным параличом, можно выявить такую закономерность, что:

Гидрореабилитация - молодое направление реабилитации, которое к тому же мало изученное.

Рассматривают в основном взрослых, у которых уже сформированы мышцы и связки, а детей раннего возраста не рассматривают как возможный сегмент изучения этой проблемы.

Очень небольшое количество квалифицированных специалистов занимается гидрореабилитацией детей.

Библиографический список

Козлова О.С. Современная система гидрореабилитации детей дошкольного возраста с ослабленным здоровьем / РГСУ М. 2015

Мосунов, Д.Ф. Гидропедагогика – основа гидрореабилитации [Электронный ресурс] / Д.Ф. Мосунов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2006. - № 20. – С. 37-49.

Мосунов Д.Ф. Гидрореабилитация ребенка с последствиями детского церебрального паралича [Электронный ресурс] / СПГУФК им. П.Ф. Лесгафта.

Шершнева А. Р., Веденина О.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ У СТУДЕНТОВ

Аннотация. Статья посвящена рассмотрению роли самостоятельных занятий физической культурой у студентов, необходимости использования средств физической культуры для поддержания, укрепления и сохранения своего здоровья. В статье рассматриваются результаты анкетирования студентов, на основе которого делается вывод о важности физической культуры для жизни студента.

Ключевые слова: самостоятельные занятия, физическая культура, студенты.

Shershneva A. R., Vedenina O. A.

Russian state vocational pedagogical University,
Ekaterinburg, Russia

INDEPENDENT STUDY IN PHYSICAL EDUCATION STUDENTS

Abstract. The article is devoted to consideration of the role of independent physical training of students, the necessity of using means of physical culture to maintain, enhance and preserve their health. The article discusses the results of questionnaire of students on the basis of which the conclusion about the importance of physical culture for student life.

Keywords: self-study, physical culture, students.

Наибольшая ценность человека – это его здоровье. В наше время особое значение в жизни студентов имеют самостоятельные занятия по улучшению здоровья доступными средствами физической культуры. Самостоятельные занятия физическими упражнениями позволяют увеличить двигательную активность студентов, повысить их физическое развитие, функциональное состояние организма, нормализовать обменные процессы, а также улучшить эмоциональное и психическое состояние.

Систематическое, соответствующее полу, возрасту и состоянию здоровья использование физических нагрузок – один из обязательных факторов здорового режима жизни. Но, к сожалению, данные науки и практики свидетельствуют о недостаточной активности людей примени-