

Гармоничное физическое развитие, тренировка и подвижность всех частей тела лежат в основе техники актера. Чувство движения развито лишь тогда, когда актер обладает мышечной свободой.

Методологически правильно организованное обучение актера сценическому движению заключается прежде всего в выборе эффективных средств и методов построения движений актера, реализованных в авторские методики.

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ

*Полякова Т. Д.*

доктор педагогических наук,

*Панкова М. Д.*

кандидат педагогических наук,

Академия физического воспитания и спорта Республики Беларусь  
(г. Минск, Беларусь)

Для реализации подготовки инструкторов-методистов физической реабилитации по подготовленным нами программам необходимо разработать научно-методическое обеспечение процесса подготовки кадров в области физической реабилитации населения. Как показала практика, научно-методической и учебной литературы по проблемам физической реабилитации недостаточно, а имеющаяся является авторским материалом ученых с собственным видением проблемы восстановления утраченных полностью или частично двигательных функций человека после перенесенных заболеваний средствами и методами физической реабилитации. Научно-методическое обеспечение процесса подготовки специалистов предусматривает создание учебно-методических комплексов по основным дисциплинам специализации «Физическая реабилитация».

Одной из основных дисциплин, которая стала методологической основой теории физической реабилитации, является «Общая патология» — наука о наиболее общих закономерностях патологических процессов, о тех этиопатогенетических чертах, которые лежат в основе любой болезни, независимо от вызывающей ее причины, индивидуальных особенностей организма, окружающей среды и т. д. Она синтезирует в себе знания философии, современной теоретической и экспериментальной медицины, патологической и экспериментальной медицины, патологической физиологии, генетики, морфологии, биохимии, иммунологии и других наук. Изучение курса «Общей патологии» предполагает не механический перенос дисциплины, преподаваемой в медицинских вузах, а преломление его через призму особенностей физической реабилитации, так как Академия физического воспитания и спорта РБ готовит к профессиональной деятельности не врача, а педагога (с базовым средним медицинским образованием), способного найти оправданные пути профилактики и реабилитации населения средствами движения в каждом отдельно взятом случае.

Как продолжение курса «Общей патологии» на более старших курсах преподаются «Основы частной патологии».

Основой частной патологии является нозология, которая изучает закономерности возникновения, развития и исхода болезней. Она включает три крупных раздела: этиологию, патогенез и морфогенез болезней. Представления о происхождении болезней изменяются в зависимости от уровня знаний и методических возможностей медицины. Болезнь развивается под влиянием комплекса факторов, среди которых выделяется этиологический фактор и условия ее возникновения: состояние реактивности организма, экологические, социальные и предрасполагающие факторы.

Подробно рассматриваются вопросы патогенеза, т. е. механизмы развития конкретного заболевания. Изучается сущность повреждений в каждом органе, механизмы компенсаторно-приспособительных реакций и процессы выздоровления или других исходов болезни с точки зрения влияния на эти процессы извне, применяя различные методы физической реабилитации.

Особое внимание уделяется морфогенезу, т. е. изменению в различные периоды болезни структур органа и соответственно его функции на различных уровнях организации: молекулярном, субклеточном, клеточном и органном. Современные морфологиче-

ские методы исследования дают возможность установить изменения внутриклеточных структур на ранних стадиях заболевания, когда еще нет клинических проявлений. Следовательно, уже на ранних стадиях развития болезни можно вмешиваться в эти процессы, предупреждая дальнейшее развитие их.

Обращается особое внимание на механизмы повреждения структур, а также состояние защитных сил организма на различных уровнях и методах их усиления или улучшения, начиная с момента действия этиологического фактора.

При изучении каждого заболевания рассматриваются механизмы компенсации нарушенной функции, когда они включаются и на чем основываются, а также способы усиления компенсаторных возможностей органа и организма в целом, в первую очередь средствами физической реабилитации в комплексе методов восстановительного лечения в целом.

Останавливаемся на изучении заболеваний, исходя из классификации, предложенной ВОЗ.

Рассматриваются основные травмы и травматическая болезнь, начиная с ушибов, вывихов, переломов, повреждений позвоночного столба, грудной клетки и заканчивая черепно-мозговыми травмами.

Подробно рассматриваются заболевания системы пищеварения, дыхания, нервной, эндокринной и выделительных систем. Несомненно большое место в частной патологии отводится заболеваниям сердечно-сосудистой системы: аритмии, атеросклероз, ишемическая болезнь, инфаркт миокарда, гипертоническая болезнь, гипотония и пороки сердца. В новую программу введены разделы по изучению болезней системы крови, а также изучаются опухоли: рост, строение, характеристика доброкачественных и злокачественных новообразований, классификация и современные аспекты медицинской реабилитации и болезни, развитие которых связано с нарушением обмена веществ: сахарный диабет, подагра, желчно-каменная и мочекаменная болезни и реабилитация больных.

Таким образом, разрабатывая научно-методическое обеспечение процесса подготовки кадров в области физической реабилитации, наиболее значимым является создание учебно-методических комплексов по дисциплинам специализации:

- общим психофизиологическим закономерностям организма (в онтогенезе его развития; находящегося в экстремальных условиях спорта и спорта высших достижений; с патологическими нарушениями);

- основам кинезотерапии.

Кинезотерапия — лечение движением. Теоретической базой кинезотерапии является физиология движения. Главенствующую роль в кинезотерапии играет тренировка — педагогический процесс, при котором в результате многократной, систематически повторяющейся и постепенно повышающейся физической нагрузки, в организме человека наступают положительные функциональные, биохимические и структурные изменения. В процессе тренировки формируются и укрепляются новые и совершенствуются уже существующие двигательные навыки (двигательные динамические стереотипы), а также развиваются и совершенствуются различные физические качества (сила, гибкость, выносливость, быстрота, ловкость), которые определяют физическую дееспособность организма. В процессе тренировки с помощью различных кинезотерапевтических средств находят отражение определенные физиологически обоснованные педагогические принципы. При этом используются различные виды кинезотерапии (активные и пассивные). К активным видам кинезотерапии относятся лечебная физкультура, игры, элементы спорта, терренкур, специализированные методические системы. К пассивным видам кинезотерапии относятся массаж, механотерапия, мануальные манипуляции. К комбинированным средствам кинезотерапии относится биомеханическая стимуляция. Разнообразие кинезотерапевтических средств значимо при использовании природных факторов (солнце, воздух и вода). А именно, практически все кинезотерапевтические средства можно использовать в воздушной либо в водной среде (подводная гимнастика, подводная механотерапия и т. д.).