

Заикина Е.К.

Белорусский государственный университет физической культуры
Республика Беларусь, Минск

ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ В СИСТЕМЕ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ

Zaikina E.K.

Belarusian State University of Physical Culture
Republic of Belarus, Minsk

THE WAYS OF IMPROVING CORRECTIVE-DEVELOPING PROGRAM IN THE SYSTEM OF REHABILITATION OF PRESCHOOL CHILDREN WITH CEREBRAL PARALISM

ABSTRACT. The article presents the structure and content of an experimental correctional and developmental program aimed at developing flexibility and ability to relax in preschool children with cerebral palsy.

KEYWORDS: correctional development program; preschool children with cerebral palsy; fitball exercises, progressive muscle relaxation.

АННОТАЦИЯ. В статье представлена структура и содержание экспериментальной коррекционно-развивающей программы, направленной на развитие гибкости и способности к расслаблению у детей дошкольного возраста с церебральным параличом.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА: коррекционно-развивающая программа; дети дошкольного возраста с церебральным параличом; упражнения на фитболах; прогрессивная миорелаксация.

Детский церебральный паралич – заболевание, связанное с поражением формирующегося головного мозга в период внутриутробного развития, в родах, в ранний постнатальный период [1]. В настоящее время доказано, что речь онтогенетически, анатомически, функционально связана с двигательной системой. Двигательные нарушения в структуре речевой дисфункции рассматриваются как часть ведущего дефекта, из чего следует, что коррекция речи, двигательного и психомоторного развития – процесс комплексный, требующий участия и согласованных действий всех специалистов [2]. Поэтому занятия адаптивной физической культурой в раннем и дошкольном возрасте являются основополагающими всего процесса восстановления.

Целью нашего исследования явилась разработка коррекционно-развивающей программы, направленной на развитие гибкости и способности к расслаблению у детей дошкольного возраста с церебральным параличом.

Исследование проводилось на базе ГУО «Центр коррекционно-развивающего обучения и реабилитации Полоцкого района». В исследовании принимали участие 24 ребенка с ДЦП (спастическая форма). Дети были распределены на три группы – контрольную (КГ) и две экспериментальных (ЭГ) по 8 человек.

Нами была разработана структура и содержание коррекционно-развивающей программы, направленной на развитие гибкости и способности к расслаблению у детей дошкольного возраста с церебральным параличом, где определен порядок объединения компонентов и их соотношение в содержании программы.

Структура и содержание коррекционно-развивающей программы представлены в таблице.

Таблица – Структура и содержание коррекционно-развивающей программы, направленной на развитие гибкости и способности к расслаблению у детей дошкольного возраста с церебральным параличом

Этапы	Задачи	Средства и методы решения задач
1. Изучение характера мышечного тонуса, гибкости и функционального состояния сердечной и дыхательной систем	а) оценить состояние мышечного тонуса	Тесты, направленные на определение мышечного тонуса: 1 – пальпаторное определение мышечного тонуса: * методика пальпации: клещевая и глубокая скользящая пальпация; 2 – тест на определение мышечного тонуса
	б) определить уровень развития гибкости	Двигательно-функциональные тесты: 1 – наклоны туловища вперед из положения сидя; 2 – поднимание рук вверх в положении лежа на животе; 3 – тест на определение подвижности в тазобедренных суставах; 4 – тест на определение подвижности в коленных и голеностопных суставах
	в) оценить функциональное состояние сердечной и дыхательной систем	Функциональные пробы: 1 – ортостатическая проба; 2 – проба Штанге; 3 – проба Генчи
2. Проведение мероприятий, направленных на расслабление мышечного тонуса и развития способности к расслаблению	а) подобрать дыхательные упражнения, направленные на расслабление мышц	Динамические дыхательные упражнения
	б) подобрать специальные динамические упражнения, способствующие произвольному расслаблению мышц	1) физические упражнения для расслабления мимических мышц лица; 2) маховые упражнения для рук (руки – «плети») и ног, «потряхивание» конечностей; ненапряженные ротационные движения рук; свободное, расслабленное «падение» рук, ног, туловища

Окончание таблицы

Этапы	Задачи	Средства и методы решения задач
	в) подобрать специальные упражнения, направленные на развитие способности к расслаблению	1) прогрессивная миорелаксация (расслабление бедер и икр; расслабление груди, живота и нижней части спины; расслабление лица, шеи, плеч и верхней части спины; расслабление рук). Ключевой элемент методики – сочетание упражнений на напряжение и расслабление мышц.
3. Проведение мероприятий, направленных на развитие гибкости	а) подобрать специальные упражнения, направленные на развитие гибкости (а также коррекция произвольных движений)	1) упражнения, направленные на растягивания мышц: снятие напряжения в мышцах, профилактика тератогенеза, расширение диапазона движения; 2) упражнения на фитболах (упражнения в И.П. лежа на спине на фитболе, скручивания на фитболе);
		3) упражнения на снарядах (лазанье и перелазание по гимнастической стенке)

Дети ЭГ занимались по разработанной нами коррекционно-развивающей программе, направленной на развитие гибкости и способности к расслаблению у детей с детским церебральным параличом. Программу, включающую в себя различные формы и средства (специальные упражнения, игры, упражнения на снарядах, упражнения на фитболах, прогрессивная миорелаксация), для поднятия эмоционального фона занятий применялись упражнения для различных мышечных групп; дыхательные упражнения (статические и динамические), упражнения на месте и в движении, целесообразно проводить в течение 1 месяца.

После применения коррекционно-развивающих программ показатели, характеризующие развитие гибкости и способности к расслаблению улучшились по сравнению с исходным на 10–25 %, а также по сравнению с показателями КГ после проведения эксперимента выявлено достоверное улучшение в ЭГ на 530 %. Это свидетельствует о том, что разработанная нами коррекционно-развивающая программа влияет на гибкость и способность к расслаблению детей с церебральным параличом, и является более эффективной, чем программа, используемая в ГУО «Центре коррекционно-развивающего обучения и реабилитации Полоцкого района». Эффективность программы подтверждена.

1. Попова, С. Н. Физическая реабилитация: учеб. для студентов высших учебных заведений / С. Н. Попова. – 3-е изд. – Ростов н/Д: Феникс, 2005. – 608 с.

2. Шостакович, Е. И. Развитие ориентации в пространстве у детей дошкольного возраста с нарушением речи/ Е. И. Шостакович, Е. В. Дворянинова // Физиологические и биохимические основы и педагогические технологии адаптации к разным по величине физическим нагрузкам: материалы Всероссийской науч.-практ. конф. с междунар. участием, посвящ. памяти д-ра биол. наук, проф. А. С. Чинкина (23–24 ноября 2017). – Казань, 2017. – С. 441–443.