



УДК 616.8

**ADAPTIVE SWIMMING AS A MEANS OF CORRECTING MOTOR
DISORDERS IN CHILDREN WITH SPASTIC DIPLEGIA
АДАПТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ ДВИГАТЕЛЬНЫХ
НАРУШЕНИЙ У ДЕТЕЙ СО СПАСТИЧЕСКОЙ ДИПЛЕГИЕЙ**

Gilev G.A. / Гилев Г.А.*d.p.s., prof. / д.п.н., проф.*

ORCID: 0000-0002-8906-1568

SPIN: 9003-5086

*Moscow Pedagogical State University, Russia, Moscow, st. M. Pirogovskaya, Buil. 1, 119991**Московский педагогический государственный университет,**Россия, Москва, М. Пироговская, д. 1, 119991**Moscow Polytechnic University, Russia, Moscow, B. Semenovskaya, 38, 107023,**Московский политехнический университет, Россия, Москва, Б. Семеновская 38, 107023,***Chernov Y. I. / Чернов Ю.И.***Moscow Polytechnic University, Russia, Moscow, B. Semenovskaya, 38, 107023,**Московский политехнический университет, Россия, Москва, Б. Семеновская 38, 107023***Deripasko T.N. / Дерипаско Т.Н.***Moscow Polytechnic University, Russia, Moscow, B. Semenovskaya, 38, 107023,**Московский политехнический университет, Россия, Москва, Б. Семеновская 38, 107023***Klusov E.A. / Клусов Е.А.***Moscow Polytechnic University, Russia, Moscow, B. Semenovskaya, 38, 107023,**Московский политехнический университет, Россия, Москва, Б. Семеновская 38, 107023***Ylovetnko S.V. / Яловенко С.В.***Moscow Pedagogical State University, Russia, Moscow, st. M. Pirogovskaya, Buil. 1, 119991**Московский педагогический государственный университет,**Россия, Москва, М. Пироговская, д. 1, 119991*

Аннотация. Раскрыта сравнительная эффективность формирования двигательных способностей у детей со спастической диплегией при их занятиях, в которых сочетаются упражнения, выполняемые на суше и в водной среде (бассейне), и при использовании физических упражнений только на суше.

Ключевые слова: спастическая диплегия, детский церебральный паралич, дети, физические упражнения.

Введение.

За последнее время наблюдается увеличение численности детей, с диагнозом церебральный паралич. В то же время, судя по имеющимся научным публикациям, нет единого мнения и полноценных сведений о наиболее эффективных методах коррекции двигательных нарушений у детей с детским церебральным параличом (ДЦП), включая форму спастической диплегии, при использовании физических упражнений. Одной из причин нарушений, отмечаемых при выполнении двигательных действий детьми со спастической диплегией, является патология функционирования центральной нервной системы [2]. При этом коррекция двигательных нарушений, формирование новых двигательных умений способствуют физические упражнения, выполняемые как на суше, так и в водной среде. Отмечается, что выполнение физических упражнений в водной среде и на суше тренирует вестибулярный аппарат, поддерживает мышечный тонус, повышает устойчивость внимания,



развивает когнитивные способности детей со спастической диплегией [1, с. 44].

Вместе с тем, крайне скудно освещены проблемы эффективности коррекции двигательных нарушений, формирования новых двигательных умений и улучшения координационных и амплитудных характеристик при выполнении физических реабилитационных упражнений, выполняемых в условиях суши и в процессе их сочетания с адаптивным плаванием. Необходимость поиска дальнейших реабилитационных мероприятий для детей, страдающих спастической диплегией, определило тему нашего исследования.

Гипотезой исследования послужило предположение, что построение реабилитационного процесса, направленного на коррекцию двигательных нарушений детей со спастической диплегией, по пути чередования занятий физическими упражнениями на суше (в специализированном зале) с адаптивным плаванием будет способствовать лучшей коррекции этих нарушений по отношению использования методики, предусматривающей (ставшей традиционной) проведение занятий с этими детьми только на суше.

Целью исследования явилось сравнение уровней коррекции двигательных нарушений и степени формирования новых двигательных умений у детей с диагнозом спастическая диплегия при выполнении упражнений на суше и при их сочетании в условиях водной среды и специализированного зала.

Организация исследования.

В исследовании приняли участие 20 детей старшего дошкольного возраста с ДЦП в форме спастической диплегии. Занятия с ними проходили в детском саду инклюзивной направленности в оборудованном физкультурно-оздоровительным инвентарем зале и плавательным бассейне, приспособленным для занятий с детьми. Проведение занятий с детьми экспериментальной группы (ЭГ) по дням чередовались на суше и в водной среде. Дети контрольной группы (КГ) занимались в том же объеме, но только в условиях специализированного зала. Во временном интервале педагогический эксперимент проводился на протяжении девяти месяцев, каждое занятие продолжалось около 30 минут.

Как на суше, так и в бассейне физические упражнения были направлены на овладение новыми двигательными умениями, развитие координационных способностей движений дистальных областей рук и ног, восстановление баланса между сгибателями и разгибателями мышечных групп, осуществляющих движения в суставах. В бассейне дети ЭГ осваивали движения в отдельных способах плавания отдельно рук, ног и в полной координации в сочетании с дыханием. Использовались различные температурные воздействия водной среды.

При выполнении упражнений на суше и в воде использовались движения с повышенной амплитудой, уделялось внимание развитию движений с включением мелких мышечных групп, способствующих, по данным отдельных исследователей, формированию двигательной координации и речи детей с ДЦП [3, с. 76]. Упражнения для каждого ребенка подбирались индивидуально в зависимости от степени заболевания спастической диплегией.

Результаты исследования.

По завершении педагогического эксперимента у детей ЭГ и КГ выявлена



существенная коррекция двигательных нарушений, свидетельствующая об улучшении координационного выполнения движений детьми со спастической диплегией. При этом освоение новых двигательных умений детьми ЭГ, чередовавшими занятия в бассейне и специализированном зале, оказалось достоверно более значимым по сравнению с полученными соответствующими сдвигами у детей КГ, занятия которых проходили исключительно на суше в специализированном зале.

По экспертным оценкам (по 5-ти балльной системе), проведенным до и после эксперимента, уровень двигательных способностей у детей ЭГ достоверно повысился с $2,41 \pm 0,09$ балла до $3,82 \pm 0,11$ при доверительной вероятности 0,85. У детей КГ положительные изменения двигательных способностей при той же доверительной вероятности оказались так же достоверными, но с несколько меньшими сдвигами относительно испытуемых ЭГ (с $2,42 \pm 0,11$ до $3,22 \pm 0,08$).

Заключение.

Результаты проведенного педагогического эксперимента позволили сделать следующие выводы:

1. Проведение занятий по коррекции двигательных нарушений и формированию новых двигательных умений у детей старшего дошкольного возраста со спастической диплегией оказались достоверно эффективней при ежедневном чередовании выполнения физических упражнений в условиях водной среды и специализированного зала по сравнению с занятиями, проводимыми только на суше;

2. Наряду с улучшением двигательных умений и коррекции двигательных нарушений у детей ЭГ и КГ отмечено и увеличение амплитудных и улучшение двигательных координационных характеристик при выполнении ими двигательных действий.

Список литературы

1. Гилев Г.А., Яловенко С.В. и др. Повышение устойчивости внимания при развитии двигательной подготовленности у детей с детским церебральным параличом // НАУКА И СПОРТ: современные тенденции. № 1 (Том 18), 2018. С. 44-49.

2. Мамедова Л.В., Мингазова М.В. Психолого-педагогический аспект развития мелкой моторики у детей с детским церебральным параличом // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2015. № 12-1. С. 76-78.

3. Немкова, С. А. Детский церебральный паралич: диагностика и коррекция когнитивных нарушений: учеб.-метод. пособие. М.: Союз педиатров России, 2012. 60 с.

Annotation. The article reveals the comparative effectiveness of the formation of motor abilities in children with spastic diplegia during their lessons, which combine exercises performed on land and in the water environment (pool), and when using physical exercises only on land.

Key words: spastic diplegia, cerebral palsy, children, physical exercises.