

ВОЗМОЖНОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ МЕТОДИЧЕСКИХ ПРИЕМОМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ИНВАЛИДОВ В УСЛОВИЯХ ВОДНОЙ СРЕДЫ

В нашей работе восстановление двигательных функций инвалидов в водной среде осуществлялось с помощью тренажерной установки «регулируемая страховка» (РС). Нами РС использовалась при обучении плавательным действиям людей с ограниченными двигательными возможностями. РС обеспечивала надежную страховку занимающихся на глубокой части бассейна. В условиях РС возможно освоение плавательных движений как с опорой стоя на месте, так и в движении.

РС представляет собой тросовую или проволочную систему, натянутую над водой на высоте от одного до трех метров между двумя опорами. Опорами могут служить различные стойки, способные выдержать натяжение троса или провода до 3000 Н.

Натяжение троса осуществляется специальным устройством. На трос надеваются длинные металлические крючки. Нижний конец крючка не должен доходить до поверхности воды 30–50 см. На нижнюю часть крючка надевается веревочный фал с петлями, к нему крепится пояс пловца. Пояс может быть выполнен из любого прочного материала длиной от 80 до 120 см. Верхняя часть крючка свободно скользит по проводу, при этом регулируется глубина погружения пловца в воду.

Обучение в условиях «регулируемой страховки» показало достаточную эффективность использования данного тренировочного средства в системе занятий с инвалидами (ДЦП).

За период эксперимента у испытуемых отмечается снижение величины пульса, оцениваемой по показателям ЧСС в покое на 6,4 %, в среднем с 85,0 уд/мин до 79,5 уд/мин. При этом ЖЕЛ увеличилась на 20 %, прирост составил 0,4 л ($z < 0,7$), показатель психической работоспособности увеличился на 7,1 %, т. е. улучшение с 17,0 мВ до 18,2 мВ ($z < 0,83$). Показатель силы чувствительности нервных процессов повысился на 8,5 %, прирост составил 0,08 дБ ($z < 0,53$). Все это указывает на то, что использование условий водной среды и тренажерного устройства «РС» в режимах повышения двигательной активности инвалидов является эффективным при применении выбранных нами методи-

ческих приемов, способствующих улучшению показателей физической и психической работоспособности, силы-чувствительности нервных процессов, подвижности и эластичности суставов.

ПЛОТНИКОВА И. И.

СООТНОШЕНИЕ ТРАДИЦИОННОГО И БЛОЧНО-МОДУЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ В ШКОЛЕ

На современном этапе развития общества человек рассматривается со стороны гуманизации и индивидуализации личности. Блочно-модульное обучение является оптимальным и наиболее направленным на личностно-ориентированный подход в физическом воспитании школьников, что было доказано проведенным экспериментом.

Большое внимание в перестройке физического воспитания обращается на личность школьника как высшую социальную ценность, превращение ученика из объекта социально-педагогического воздействия в субъекта активной творческой.

В настоящее время разработано большое количество походов к организации, планированию и распределению содержания программного материала по физическому воспитанию школьников [3; 4].

Одним из перспективных направлений в педагогике физической культуры и спорта считается модульное обучение, которое получило распространение в трудах П. А. Юцявичене (1990) и разработано в рамках школьного образования П. И. Третьяковым и И. Б. Сенновским (1997).

По мнению О. Г. Кукосян и Г. Н. Князева [2], модульное обучение, возникшее как альтернатива традиционному обучению, интегрирует в себе все прогрессивные идеи, которые накоплены в педагогической теории и практике. Его сущность состоит в том, что учащиеся самостоятельно (с помощью педагога) достигают цели учебно-познавательной деятельности.

Подобная инновационная система была одобрена Постановлением Правительства РФ № 796 от 6 июля 1994 г. и рекомендована к внедрению в учебных заведениях Министерства образова-