

## Современные образовательные возможности для развития физической реабилитации в направлении «Адаптивная физическая культура»

Шевцов А. В., доктор биологических наук, профессор, заведующий кафедрой физической реабилитации Института адаптивной физической культуры.

НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

*Ключевые слова:* адаптивная физическая культура, физическая реабилитация, лечебная физическая культура, ЛФК, массаж

*Аннотация.* В статье содержится исторический материал, посвященный формированию физической реабилитации начиная с Курсов П. Ф. Лесгафта и его научно-практического наследия до сегодняшних дней. Предлагаются современные образовательные возможности по развитию физической реабилитации в Российской Федерации. Представлена научно-педагогическая деятельность кафедры физической реабилитации Института адаптивной физической культуры НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербурга.

Контакт: fr@lesgaft.spb.ru

## Modern educational opportunities for the development of physical rehabilitation in the direction of «Adaptive physical culture»

Dr. Shevtsov A. V., Doctor of Biological Sciences, Professor, Head of the Department of physical rehabilitation.

FSEI HE «Lesgaft NSU, St. Petersburg»

*Keywords:* adapted physical education, physical rehabilitation, therapeutic physical culture, physical therapy, massage

*Abstract.* This article contains historical material on the formation of physical rehabilitation from the Courses of P. F. Lesgaft and his scientific and practical legacy to the present day. Modern educational opportunities for the development of physical rehabilitation in the Russian Federation are offered. The scientific and pedagogical activity of the Department of physical rehabilitation Institute of adaptive physical culture FSEI HE «Lesgaft NSU, St. Petersburg»

Динамичное развитие адаптивной физической культуры началось с открытия в 1995 году первой в России кафедры теории и методики адаптивной физической культуры в СПб ГАФК имени П. Ф. Лесгафта под руководством доктора педагогических наук, профессора Сергея Петровича Евсеева и признания адаптивной физической культуры как специальности уже в 1996 году. Именно Евсеев С. П. проделал огромную работу по подготовке документов, применив весь свой организационный потенциал, авторитет большого ученого, признанного теоретика и практика АФК, и что очень важно великий дар убеждения больших чиновников ради нового образовательного направления в Российской Федерации.

В результате Государственный комитет Российской Федерации по высшему образованию своим приказом от 24 июля 1996 г. № 1309 открыл специальность 022500 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) с включением в Классификатор направлений и специальностей высшего профессионального образования. А 9 июля 1997 г. Министерством общего и профессионального образования Российской Федерации был утвержден государственный образовательный стандарт высшего профессионального образования по этой

специальности.

Это действительно историческое эпохальное событие, позволяющее вести профессиональную подготовку педагогов, которые с полным правом могут работать, применяя средства физического воздействия для лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов. Новая специальность позволила официально работать, применяя физические упражнения, обладающие реабилитационными, укрепляющими, профилактическими и многими другими эффектами, повышающими жизнеспособность и жизнедеятельность лиц с отклонениями в состоянии здоровья [4, 5, 6]. До открытия новой профессии подготовка специалистов, работающих с больными и инвалидами в нашей стране, велась исключительно в средних специальных и высших образовательных учреждениях системы здравоохранения. 25-летний путь развития образовательных технологий в НГУ им. П. Ф. Лесгафта, показал правильность выбранного пути. Профессиональные компетенции специалиста по адаптивной физической культуре позволили выпускникам трудоустроиваться в систему здравоохранения, социальной защиты населения, в сферу физической культуры и спорта, образования. Такой широкий спектр профессиональной востребованности выпускников

потребовал теоретического и методического усиления всех компонентов адаптивной физической культуры, в том числе физической реабилитации.

В 2010 году в структуре института адаптивной физической культуры НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург по инициативе ректора, доктора педагогических наук, профессора Таймазова Владимира Александровича и директора департамента науки и образования Министерства спорта Российской Федерации, доктора педагогических наук, профессора Евсеева Сергея Петровича была создана кафедра физической реабилитации. Это очень символично, а может быть и исторически ожидаемо. Так как изначально давший свое имя нашему вузу великий педагог, врач, анатом Петр Францевич Лесгафт в первую очередь пропагандировал материалистические взгляды в понимании лечебной гимнастики и использования средств физического воспитания с лечебной и профилактической целью. Именно Петр Францевич Лесгафт в 1896 году заложил в этих стенах прочный фундамент реабилитационного потенциала, основанного на физических упражнениях, способных восстанавливать и укреплять здоровье человека [1,7].

Санкт-Петербургская, Петроградская и Ленинградская система здравоохранения во все времена активно взаимодействовала в вопросах развития лечебной физической культуры с Лесгафтовцами. Как с профессорско-преподавательским составом, так и выпускниками, которые и составляли в большинстве своем кадровый потенциал реабилитационных специалистов по ЛФК и массажу.

Хочется в исторической статье напомнить, когда появилось понятие – «лечебная физическая культура». В 1929 г. Пленум Совета физической культуры Наркомздрава постановил заменить применяемые в то время различные термины: «врачебная гимнастика», «кинезитерапия», «мототерапия» и другие на более современное понятие – «лечебная физическая культура». Важно подчеркнуть, что, принятое название отличалось от названий данного реабилитационного направления в других странах мира. Такое название очень хорошо соответствовало задачам и направлению советской медицины. А на этапе развития реабилитационной медицины в постсоветской России, не вписываясь в международные стандарты оказания медицинской помощи, ЛФК могла полностью исчезнуть из системы Российского здравоохранения.

Важно сегодня вспомнить в год 75-летия победы в Великой Отечественной войне, что именно лечебная физическая

культура сыграла значительную роль в физическом восстановлении раненых бойцов, более быстрому их выздоровлению, максимально возможному возвращению физических возможностей организма и самое главное для того времени – боеспособности. В первые месяцы Великой Отечественной войны был выпущен приказ Наркомздрава СССР от 26.11.1941 г. «Об организации в эвакуационных госпиталях лечебной физической культуры (ЛФК)». В результате выполнения данного приказа лечебная физическая культура стала являться важнейшей и обязательной основой восстановительного лечения. Выпускники института имени П. Ф. Лесгафта в эти военные годы проводили значительную работу по ЛФК в госпиталях и батальонах выздоравливающих. Для раненых и больных бойцов проводили занятия лечебной гимнастикой прямо в палатах, проводили обучение необходимым основам самомассажа, разрабатывали и своими руками мастерили различные приспособления и устройства для механотерапии. В максимально необходимом объеме применялись всевозможные средства ЛФК: дыхательные упражнения, активные упражнения для травмированных конечностей, лечение положением, обучение новым двигательным возможностям после ампутации верхних и нижних конечностей, широко применялся лечебный массаж.

Физическая реабилитация в сегодняшнем понимании этого термина стала закладываться в нашем вузе начиная с Курсов П. Ф. Лесгафта. Уже в то время преподавались дисциплины, формирующие медико-биологические и педагогические основы физической реабилитации: антропометрия, физиотерапия, врачебный контроль, ортопедия, врачебная корректирующая гимнастика, ритмика, шведская гимнастика, массаж [1,7].

С 1932 года и по сегодняшний день многие из этих дисциплин преподаются на кафедре спортивной медицины и технологий здоровья, которая в те годы носила название «Методики и организации физической культуры в лечебно-профилактических учреждениях». В 1963 году в институте физической культуры имени П. Ф. Лесгафта была введена военномедицинская подготовка девушек студенток по специальности «Инструктор по лечебной физкультуре».

Профессорско-преподавательским составом кафедры за многие годы была проделана огромная работа по разработке учебных программ и написанию учебных пособий, которые и по сегодняшний день являются настольными книгами специалистов по ЛФК и массажу. Это по-

настоящему великие педагоги и ученые: В. К. Добровольский, В. П. Правосудов, С. Я. Ягунов, А. Г. Дембо, Л. А. Королёв, С. Н. Попов, А. В. Белорусова, И. С. Дамскер, А. М. Тюрин, М. В. Девятова, Т. А. Фонарёва и другие.

Положительное влияние на укрепление организационно-методических и научных основ лечебной физкультуры оказало создание сети врачебно-физкультурных диспансеров, в которых всегда основными специалистами по реабилитации были выпускники вузов физической культуры.

После развала СССР в результате бесконечных реформ в здравоохранении, лечебная физическая культура стала постепенно уничтожаться, а ее организационная структура соответственно разваливаться. Мощно выстроенная врачебно-физкультурная служба в современной России потеряла свой былой авторитет в системе здравоохранения. Лечебная физкультура сформированная как область научных знаний и важнейшее реабилитационное средство практически при всех заболеваниях, травмах, и в послеоперационный период стала существовать в крайне малых объемах и по остаточному принципу. Прделанная громадная работа по теоретическому и клиническому обоснованию ЛФК великими учеными-клиницистами и педагогами перестала существовать как научно-практическое наследие, подразумевающее непрерывность всех ранее начатых научных и методических процессов в данном направлении.

Чтобы что-то исправлять и корректировать, необходимо понимать причины такого аномального явления. Чиновники здравоохранения, изучая зарубежный опыт и перенося его в Россию, не увидели в зарубежной клинической деятельности лечебной физической культуры. Лечебная физическая культура отсутствовала в международных стандартах оказания медицинской помощи. И посчитав, что пришло время высоких медицинских технологий, сокращение койко-мест и койко-дней, применение лечебной физической культуры свели к минимуму. Действительно во всем мире специалисты по физической реабилитации осуществляют свою деятельность преимущественно за пределами медицинских организаций. В основном в специализированных центрах физической реабилитации. И подготовку специалистов-реабилитологов: физических терапевтов, кинезиологов, подиатров, остеопатов ведут высшие учебные заведения и колледжи немедицинской направленности.

В России специалиста-реабилитолога, осуществляющего свою профессиональную деятельность на основании ба-

зового образования, до сих пор не существует. Лечебную физическую культуру и массаж для профессиональной деятельности осваивают только по программам дополнительного образования на курсах повышения квалификации или профессиональной переподготовки максимум за 288 часов. И этот объем информации рассчитан на получение всех необходимых знаний абсолютно при всех патологиях различной степени тяжести. Такой подход к кадровому и методическому обеспечению реабилитационной службы в здравоохранении не может быть эффективным и отвечать современным требованиям и профессиональному уровню. Готовить несколько лет специалиста по базовому образованию для выполнения сестринских манипуляций или педагогической работы в сфере физической культуры и спорта, и потом за полтора месяца по программе дополнительного образования подготовить реабилитолога для решения абсолютно всех патологических проблем – это нерационально. Гораздо эффективнее было бы все годы обучения в бакалавриате и магистратуре посвящать освоению компетенций, связанных с реабилитационной деятельностью.

Уже около 10 лет не могут сдвинуться с места новые профессиональные стандарты «Специалист по физической реабилитации» и «Специалист по эрго-реабилитации». Утверждение этих профессиональных стандартов позволило бы сформировать образовательные программы и начать подготовку необходимых для нашего общества по-настоящему полноценных специалистов с профильным базовым образованием. С этими профессиональными стандартами можно познакомиться на сайте Союза реабилитологов России. Но даже если в ближайшие годы будут решены вопросы подготовки новых специалистов, то, как минимум более 10 лет пройдет пока они начнут работать в системе здравоохранения. Такие темпы развития физической реабилитации и подготовки кадров будут негативно влиять на повышение доступности реабилитационной помощи, объемы, виды и качество которых должны соответствовать уровню заболеваемости и потребностям населения, передовым достижениям и задачам, поставленным в Государственной программе развития здравоохранения.

Состояние здоровья населения Российской Федерации уже не первый год характеризуется ростом заболеваемости детского и взрослого населения практически по всем классам болезней, довольно устойчивым сохранением низкого уровня рождаемости, высокими показа-

телями общей смертности и отрицательным приростом населения. Сегодня нужно понимать, что такое положение со здоровьем россиян вообще и инвалидов в особенности является следствием недооценки социальной роли двигательной активности как важнейшего фактора физической реабилитации и социальной адаптации.

Сегодня необходимо по-новому посмотреть на адаптивную физическую культуру, как на образовательное направление, которое себя зарекомендовало с наилучших позиций в нашей стране. За 25 лет становления и развития адаптивной физической культуры наработан богатейший теоретический и практический материал, помноженный на высокую степень эффективной трудовой деятельности специалистов, грамотно и авторитетно выполняющих весь спектр реабилитационной направленности в учреждениях здравоохранения [3].

На сегодняшний день абсолютно нет никакой альтернативы адаптивной физической культуре с ее мощнейшим реабилитационным потенциалом для подготовки педагогических специалистов, обеспечивающих процесс физической реабилитации в системе здравоохранения и учреждениях социальной направленности. Адаптивная физическая культура уже четверть века существует и продолжает эффективно ежегодно развиваться. Было бы абсолютно верным решением «Специалиста по физической реабилитации» и «Специалиста по эргореабилитации» начать готовить, используя научно-педагогический потенциал и в целом всю образовательную среду адаптивной физической культуры [2, 4, 6].

Развитие системы эффективной физической реабилитации с учетом сегодняшнего уровня общественного здоровья без сомнения можно отнести к числу важнейших медико-социальных задач современного здравоохранения.

Но успешность ее решения определяется не только формированием организационных решений и развития материально-технической базы системы реабилитации. Вряд ли возможно самостоятельное и эффективное развитие системы физической реабилитации без разработки ее теоретического фундамента, в рамках которого были бы сформированы научно обоснованные принципы построения реабилитационного процесса.

Невозможно создать эффективную методику для физической реабилитации, если она не имеет научного обоснования, а ее режимы применения не согласованы с контролем реакций организма, полученных в результате физиологических методов исследования. Сегодня на рынок

медицинской техники и изделий медицинского назначения для физической реабилитации поступает огромное количество тренажеров и различных устройств без подробных методических разработок и рекомендаций. А специалистам по физической реабилитации приходится эмпирическим путем приспособлять закупленное оборудование под решение реабилитационных задач и далеко не всегда эффективно. Традиционные методики лечебной физической культуры и массажа в большей степени своей устарели, так как даже новые печатные издания повторяют старые комплексы, которые разрабатывались в те годы, когда не было такой как сегодня высокоточной диагностической аппаратуры с биологической обратной связью. Функциональный контроль позволяет персонально ориентированно формировать индивидуальный комплекс реабилитационных средств и методов, корректировать двигательные режимы, и не включать в программу реабилитации биомеханически несогласованные упражнения и методики, превышающие функциональные возможности организма пациентов.

Все методики, применяемые сегодня в системе физической реабилитации, должны быть научно-обоснованными для применения на всех этапах реабилитационного процесса. Именно это могло бы стать главной задачей физической реабилитации на современном этапе ее развития, изучающей фундаментальные закономерности, механизмы, условия сохранения и развития здоровья, а также процессы выздоровления, восстановления утраченных в процессе болезни функций организма.

Единство науки и практики в области физической реабилитации; подготовка кадров, наделенных современными знаниями и методическим обеспечением реабилитационного процесса; обеспечение непрерывного образования, создание новых высокоэффективных методик физической реабилитации – это главные задачи, которые сегодня успешно решаются на кафедре физической реабилитации НГУ имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург.

На кафедре физической реабилитации института адаптивной физической культуры разрабатываются основные образовательные программы, рабочие программы дисциплин и методическое обеспечение по профилям «Физическая реабилитация», «Гидрореабилитация», «Лечебная физическая культура», «Педагогическая гидрореабилитация» для студентов, обучающихся по направлениям подготовки: 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии

здоровья (адаптивная физическая культура) – бакалавриат; 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) – магистратура.

Чтобы соответствовать высокому уровню третьего поколения Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования, профессорско-преподавательский состав кафедры взаимодействует с реабилитационными отделениями практически всех медицинских учреждений Санкт-Петербурга, принимает активное участие в Международных и Всероссийских конференциях по реабилитации, ежегодно организует Всероссийскую конференцию «Физическая реабилитация в спорте, медицине и адаптивной физической культуре», издает объемные сборники научных трудов конференции. Только в теснейшем взаимодействии с организациями, в которых будут трудиться выпускники, можно понимать какие знания, умения и навыки необходимы сегодня с учетом современных требований к специалисту, который будет работать в системе медицинской реабилитации. Сегодня необходимо соответствовать высочайшему уровню знаний и практическим навыкам для обеспечения реабилитационного процесса в соответствии со стандартами оказания медицинской помощи в Российской Федерации.

Важнейшим звеном в развитии системы физической реабилитации всегда будет являться подготовка кадрового обеспечения, то есть подготовка специалистов, которые непосредственно будут осуществлять реабилитационный процесс в учреждениях здравоохранения и социальной сферы. Сегодня в большинстве своем реабилитологами в Санкт-Петербурге и Ленинградской области работают выпускники нашего университета. И их образовательный уровень позволяет проводить широкий спектр реабилитационных мероприятий. Большой процент наших выпускников, работающих сегодня в системе здравоохранения, имеют среднее медицинское образование, что позволяет им работать универсальными специалистами по физической реабилитации, медицинскому массажу, ЛФК, физиотерапии и так далее. Руководители лечебных учреждений и реабилитационных отделений отмечают высокий уровень подготовки специалистов, которые очень быстро после окончания ВУЗа интегрируются в коллективы медицинских организаций и на высоком профессиональном уровне выполняют широкий спектр реабилитационных мероприятий.

Базами проведения производственной

практики наших студентов являются: учреждения и организации здравоохранения, осуществляющие в своих структурных подразделениях деятельность, связанную с физической реабилитацией; учреждения социального обслуживания населения, реализующие программы физической реабилитации. Студенты во время прохождения практики в естественной практической клинической среде под руководством наставников помогают многим людям восстанавливаться после перенесенных заболеваний, травм и хирургических операций. Студенты выполняют на этих базах во время практики свои выпускные квалификационные работы, включая магистерские диссертации. Со своими наставниками создают новые и улучшают существующие методики физической реабилитации и проводят научные исследования с обоснованием разработанных методик. Многие остаются в дальнейшем работать по месту прохождения практики.

Сегодня кафедра физической реабилитации является учебно-научным структурным подразделением факультета образовательных технологий адаптивной физической культуры Института адаптивной физической культуры НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, осуществляющим учебную, методическую, научную деятельность и воспитательную работу со студентами, а также подготовку научно-исследовательских кадров и повышение их квалификации. Большая заслуга в развитии кафедры физической реабилитации, усилении ее научно-педагогического потенциала, в заботливом управлении и большой поддержке принадлежит Евсеевой Ольге Эдуардовне – директору Института адаптивной физической культуры, доктору педагогических наук, профессору, заслуженному работнику высшей школы РФ.

Коллектив кафедры состоит из замечательных, увлеченных людей с потрясающей работоспособностью и высоким уровнем профессионализма, высококвалифицированных преподавателей. На кафедре физической реабилитации работают: Шевцов А. В. – заведующий кафедрой, доктор биологических наук, профессор; Мосунов Д. Ф. – доктор педагогических наук, профессор; Колчев А. И. – доктор медицинских наук, профессор; Соколова Ф. М. – кандидат педагогических наук, доцент; Мосунова М. Д. – кандидат педагогических наук, доцент; Идрисова Г. З. – кандидат медицинских наук; Григорьева Д. В. – кандидат педагогических наук; старшие преподаватели Ивлев В. И., Терентьев Ф. В., Левкина А. С., Киргетова Н. А., Чекалина В. В.; ассистент Иваниди И. В.

Профессорско-преподавательский со-

став кафедры физической реабилитации на лекциях, семинарах, практических занятиях уделяет особое значение пониманию организма человека с ограниченными возможностями здоровья, базирующееся на фундаментальных знаниях в области медицины, биомеханики, физиологии, психологии, динамической анатомии, биохимии, теории и методики адаптивной физической культуры. На занятиях всегда создаются все необходимые условия для понимания и освоения высокоэффективной физической реабилитации, которая в дальнейшем будет реализовываться в системе медицинской реабилитации выпускниками нашего Университета, работающими не только в Санкт-Петербурге, но и во многих городах России.

Изучение предметов реализуемых кафедрой физической реабилитации с формированием профессиональных компетенций у студентов построено на объединении диагностических и терапевтических методик, основанных на физических способах восстановления и коррекции функциональных систем организма больных и инвалидов разных возрастных категорий с различными заболеваниями и повреждениями. Для проведения практических занятий с будущими реабилитологами на кафедре созданы все необходимые условия, чтобы можно было каждому студенту гарантированно качественно освоить весь широкий спектр методик, основанных на применении лечебной физической культуры, лечебного и спортивного массажа, бальнеотерапии, разнообразным гидропроцедурам, занятиях в плавательном бассейне.

На кафедре физической реабилитации профессорско-преподавательский состав вместе с бакалаврами, магистрантами и аспирантами ведет системную работу, связанную с разработкой новых высокоэффективных методик, которые успешно применяются в системе медицинской реабилитации, в спорте инвалидов, в адаптивной физической культуре. Ведущие сотрудники кафедры ведут многолетнюю работу по научно-методическому и медицинскому сопровождению в составе комплексных научных групп сборных паралимпийских команд России. На протяжении многих лет они трудились на тренировочных сборах и принимали активное участие в функциональной подготовке спортсменов-паралимпийцев с поражением опорно-двигательного аппарата и нарушением зрения. Такая важная научная и практическая помощь оказывалась спортсменам-паралимпийцам на всех этапах тренировочно-соревновательной деятельности, включая подготовку к чемпионатам мира и Европы,

к главным стартам и выступлениям сборной паралимпийской команды России на Паралимпийских Играх в Пекине, Ванкувере, Лондоне, Сочи, Пхенчхане. Там, где грамотно была выстроена программа восстановительных мероприятий, проводился системный мониторинг функционального состояния организма, спортсмены-паралимпийцы гораздо легче справлялись с нарастающими, а порой запредельными для организма нагрузками и в итоге занимали ведущие мировые позиции.

Для создания высокоэффективной научно-обоснованной системы физической реабилитации в стране необходимо консолидировать свои возможности всем руководителям организаций здравоохранения, руководителям отраслевого образования, структурных реабилитационных подразделений, специалистам-реабилитологам, авторам и разработчикам методик физической реабилитации, производителям реабилитационного оборудования, преподавателям учебных заведений, обучающих различным направлениям физической реабилитации, ученым-исследователям. Нужны новые механизмы, повышающие качество реабилитационной помощи людям.

В консолидации всех существующих ресурсов заложен огромный потенциал развития физической реабилитации, прумножения всего теоретического и практического наследия, сформировавшегося благодаря трудолюбию и преданности выбранному пути всех кто стоял у истоков адаптивной физической культуры в Российской Федерации.

Литература

1. Бакулев С. Е. Вклад П. Ф. Лесгафта в разработку системы физического образования в России / С. Е. Бакулев, В. А. Таймазов, Ю. Ф. Курамшин // Теория и практика физической культуры. – 2016. – №10. – С. 3–5.
2. Евсеев С. П. Обучение двигательным действиям без ошибок: учебное пособие / С. П. Евсеев. – СПб.: Аргус СПб, 2020. – 224 с.
3. Евсеев С. П. Физическая реабилитация в адаптивной физической культуре / С. П. Евсеев // Мат. IV Всерос. науч.-практ. конф. «Физическая реабилитация в спорте, медицине и адаптивной физической культуре» (7-9 июня 2018 г.), НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. – СПб.; 2018. – С. 14–18.
4. Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник / С. П. Евсеев. – М.: Спорт, 2016. – 616 с.
5. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура: сущность, история и современное состояние / С. П. Евсеев, О. Э. Евсеева // Теория и практика физической культуры. – 2016. – №10. – С. 20–23.
6. Евсеева О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре / О. Э. Евсеева, С. П. Евсеев // Под редакцией С. П. Евсеева: учебник. – М: Советский спорт, 2013. – 388 с.
7. Таймазов В. А. Петр Францевич Лесгафт. История жизни и деятельности / В. А. Таймазов, Ю. Ф. Курамшин, А. Т. Марьянович. – СПб.: Печатный двор им. Горького, 2006. – 480 с.