# Гидрореабилитация детей с замедленным психическим развитием

Проблема реабилитации таких детей, в том числе и средства-ми адаптивного физического воспитания, достаточно актуальна. Для детей с ограничениями АФВ – не только средство укрепления здоровья, повышения физической подготовленности, но и мощный фактор коррекции и компенсации нарушенных функций. Характер нарушения функций организма при различных формах инвалидности или отклонений в развитии обуславливает соответствующие изменения в процессах адаптации к окружающей среде, снижая их уровень. Что касается двигательной функции, то для компенсации дефекта необходим подбор специальных средств гидрореабилитации, методов и приемов их применения**.**

Несмотря на многочисленные рекомендации по использованию плавания в оздоровительных и лечебных целях (Осокина Т. И., 1991; Кардамонова Н. Н., 2001; Гончар И. Л., 1998), традиционные методики обучения плаванию (Булгакова Н. Ж., 2000, 2002) не подходят для применения в работе с детьми-инвалидами, прежде всего из-за отсутствия, дифференцированного, с учетом дефекта, подбора средств.

Средства плавания в силу выраженного воздействия водной среды являются важным компо-нентом физического воспитания и реабилитации детей-инвалидов. Исследования Санкт-Петербургской школы профессора Д. Ф. Мосунова показали высокую эффективность применения средств плавания для реабилитации детей, имеющих отклонения в состоянии психического и физического здоровья. Помимо основной функции овладения навыком передвижения в воде они в значительной мере способствуют повышению уровня оздоровления, развитию физических и психических качеств.

Погребной А. И. (2009) полагает, что «специфическое воздействие водной среды на вестибулярный, опорно-двигательный аппарат, ЦНС, вегетативные и другие органы способно обеспечить компенсаторное влияние на нарушенные функции организма ребенка. Водная среда, обеспечивая через тактильные, температурные, мышечные и другие рецепторы мощное стимулирующее воздействие, может оказывать положительное влияние не только на процесс физической реабилитации, но и на психическую сферу детей-инвалидов».

**Задержка психического развития (ЗПР)** – это замедление темпа развития психики, которое чаще обнаруживается при поступлении в школу и выражается в нехватке общего запаса знаний, ограниченности представлений, незрелости мышления, преобладании игровых интересов и неспособности заниматься интеллектуальной деятельностью.

Причинами задержки психического развития могут выступать:

1. Нарушения конституционального развития ребенка, из-за которых он начинает по своему физическому и психическому развитию отставать от сверстников – так называемый, гармонический инфантилизм.
2. Различные соматические заболевания (физически ослабленные дети).
3. Поражения центральной нервной системы (дети с минимальной мозговой дисфункцией).

У таких детей происходит значительное снижение работоспособности, памяти и внимания, возникают проблемы с усвоением навыков чтения, письма, счета и речи, развиваются эмоциональные и личностные нарушения.

Поэтому, детям с ЗПР показаны занятия ГР.

Вода является отличным психотерапевтом. Посещение бассейна помогает **детям с ЗПР** избавиться от неврозов, депрессий, хронической усталости, которыми часто страдают дети с задержкой психического развития. Вода оказывает мягкое массирующее действие на рецепторы кожи, что способствует во время плавания продуцированию в организме эндорфинов – гормонов удовольствия.

Отставание в показателях скорости, выносливости, силы, гибкости, координации, психических процессов: внимания, восприятия, памяти, воображения, интеллектуальных свойств и развития речи, а также в качестве обучения плаванию здоровых детей и детей с

задержкой психического развития, обусловливают необходимость разработки специальных средств и технологии их применения с целью двигательной и психической адаптации детей с психическими и физическими отклонениями.

**Методика ГР** с применения средств плавания и дополнительных упражнений позволяет не только более эффективно освоить навык плавания, но и улучшить физическое и психическое состояние детей с ЗПР. Использование в занятиях специальных средств плавания для детей с задержкой психического состояния оказывает наиболее выраженное воздействие на развитие таких физических качеств, как: гибкость, ловкость, равновесие. Они способствуют увеличению такого важного функционального показателя, как жизненной емкости легких. На развитие и улучшение таких психических качеств, как внимание, память и воображение, оказывает влияние применение на занятиях по ГР **дидактических приёмов**, описанных ниже. Это способствует в последствии переводу в обще-образовательные классы большого количества детей с ЗПР, проходивших курс гидрореабилитации.