

Байғалиев А.М.<sup>а</sup>, Бутабаева Л.А., Оспанкулов Е.Е.

Абай атындағы Қазақ Ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан

## ДЕНЕНІ ОҒАЛТУ ЖҮЙЕСІНДЕ ИННОВАЦИЯЛЫҚ ӘДІСТЕРДІ ҚОЛДАНУ ЕРЕКШЕЛІКТЕРІ (ТІРЕК – ҚИМЫЛ ҚОЗҒАЛЫСЫНДА АҚАУЛЫҒЫ БАР БАЛАЛАР ТӘЖІРИБЕСІНДЕ)

Байғалиев Адильбек Манарбекович, Бутабаева Лаура Асқарқызы, Оспанқұлов Ернар Ерланұлы

**Денені оңалту жүйесінде инновациялық әдістерді қолдану ерекшеліктері (тірек-қимыл қозғалысында ақаулығы бар балалар тәжірибесінде)**

**Аңдатпа.** Бұл зерттеу денені оңалту жүйесінде инновациялық әдістерді қолдану ерекшеліктерін сипаттауға арналған. Зерттеу жүргізу кезінде денені оңалту мүмкіндіктері мен қажеттіліктеріне теориялық талдау жүргізілді. Отандық және шетелдік ғылыми еңбектерді талдау негізінде, тиімді қолданыс тапқан инновациялық әдістерге талдау жасалынды, оларды атап өтер болсақ (емдік дене шынықтыру, бейімделген дене шынықтыру әдістері, кондуктивті педагогика). Берілген инновациялық әдістерді қолданудың өзіндік әдістемелік ерекшеліктеріне тоқталып, бұл әдістердің артықшылықтары мен кемшіліктері көрсетілді. Содай ақ, бұл әдістермен жұмыс жасауға қабілетті мамандардың сапасын арттыру мәселелеріне тоқталып, арнайы диагностикалық әдістер арқылы зерттеуге қатысқан 3-18 жас аралығындағы балалармен тест жүргізіліп, алғашқы медициналық бақылау жүргізілді. Содан соң көрсетілген инновациялық әдістер негізінде алты ай келемінде әр бала жасы мен жеке ерекшелігін ескеріп бағдарламалар негізінде арнайы жаттықтыру жұмыстары жүргізіліп, нәтижесіндегі өзгерістерге сипаттама жасалынды. Алынған нәтижелерге сай қорытынды тұжырымдар жасалынды.

**Түйін сөздер:** инновациялық әдіс, денені оңалту, денені оңалту жүйесі, тірек-қимыл қозғалысында ақаулық бар балалар, емдік дене шынықтыру, бейімделген дене шынықтыру.

Baygaliev Adilbek Manarbekovich, Butabayeva Laura Askarovna, Ospankulov Yernar Yerlanovich

**Features of the application of innovative methods in the system of physical rehabilitation (on the example of children with disorders in the musculoskeletal system)**

**Abstract.** This study was aimed at identifying the features of the use of innovative methods in the system of physical rehabilitation. During the study, a theoretical analysis of the possibilities and needs of physical rehabilitation was carried out. Based on the analysis of domestic and foreign scientific works, an analysis of effective innovative methods used in practice was carried out, these are (physiotherapy exercises, adaptive physical culture, conductive pedagogy). We focused on the specific methodological features of using these innovative methods, showing the advantages and disadvantages of the methods used. Also, we note the need for high-quality training of specialists capable of working with these methods, testing of children aged 3 to 18 years who participated in the study was carried out. Primary medical control was carried out using special diagnostic methods. Then, on the basis of these innovative methods, special training was carried out on the basis of programs, taking into account the age and individual characteristics of each child, and the characteristics of the changes obtained were given. Based on the results obtained, conclusions were drawn.

**Key words:** innovative methods, physical rehabilitation, children with disorders of the musculoskeletal system, therapeutic physical culture, adaptive physical culture.

Байғалиев Адильбек Манарбекович, Бутабаева Лаура Аскараровна, Оспанкулов Ернар Ерланович

**Особенности применения инновационных методов в системе физической реабилитации (на примере детей с нарушениями в опорно-двигательном аппарате)**

**Аннотация.** Данное исследование было направлено на выявление особенностей использования инновационных методов в системе физической реабилитации. В ходе исследования был проведен теоретический анализ возможностей и потребностей физической реабилитации. На основе анализа отечественных и зарубежных научных работ проведен анализ эффективных инновационных методов, применяющихся на практике (лечебная физкультура, адаптивная физическая культура, кондуктивная педагогика). Авторы делали акцент на специфических методических особенностях использования данных инновационных методов, показаны преимущества и недостатки использованных методов. Также отмечается необходимость качественной подготовки специалистов, способных работать с данными методами, было

проведено тестирование детей в возрасте от 3 до 18 лет, участвовавших в исследовании. Используя специальные методы диагностики, был проведен первичный медицинский контроль. Затем на основе указанных инновационных методов было проведено специальное обучение на основе индивидуальных программ с учетом возраста и индивидуальных особенностей каждого ребенка и даны характеристики полученных изменений. По полученным результатам были сделаны выводы.

**Ключевые слова:** инновационные методы, физическая реабилитация, дети с нарушением опорно-двигательного аппарата, лечебная физическая культура, адаптивная физическая культура.

**Негізгі ережелер.** Денені оңалту жүйесінде инновациялық әдістерді қолдану ерекшеліктері біздің жағдайымызда тірек – қимыл жүйесінде ақаулығы бар балалар тәжірибесінде қарастырылады. Яғни инновациялық әдістер (емдік дене шынықтыру, бейімделген дене шынықтыру әдістері, кондуктивті педагогика) тірек – қимыл жүйесінде ақаулығы бар балаларды болашақ ересек өміріне әлеуметтік бейімдеуге толыққанды мүмкіндік береді. Денені оңалту жүйесіндегі инновациялық әдістер арнайы шарттар орындалу негізінде тиімді іске асады. Олар, тірек – қимыл қозғалысында ақаулығы бар балалар мотивациясын арттыру, тірек – қимыл қозғалысында ақаулығы бар балалардың ата-анасы оңалту үдерісіне толық негізде қатысуын, дұрыс ақпаратпен қамтылуын қадағалау қажеттілігі, ата – ана мен педагог маман арасында сенімділік негізіндегі ынтымақтастық қарым – қатынас құрылуын қадағалау, педагог маманның сапалы білімі мен әр білім алушы жеке ерекшеліктерін ескеру арқылы тұлғаға бағдарланған әдістер негізіндегі қарым – қатынас құра алуы. Денені оңалту тиімділігін және нәтижелілігін біз үздіксіз жүргізілген арнайы әр бала үшін құрылған жеке бағдарлама аясында көреміз, педагог тарапынан бағдарлама үнемі жаңартылып, қажетті түзетулер енгізіліп отыруы қажетті шарт болып табылады.

**Кіріспе.** Мүмкіндігі шектеулі балаларды толыққанды өмірге қосу, әлеуметтік белсенділігін арттырып, қоғам дамуына өз үлесін қосуға, жалпы білім алу сапасын арттыруға, қалыпты өмір сүру кедергілерін жою инклюзивті қоғам мақсатының бірі. Осы негізде мүмкіндігі шектеулі балаларды жан-жақты оңалту және әлеуметтік ортаға толық бейімдеу аса өзекті мәселелердің бірі. Бұл бағытта мемлекет тарапынан көптеген тапсырмалар мен даму бағыттары айқындалған, оған дәлел президент жолдауындағы заң жобаларының мазмұны кіріктірілген білімді ескеріп, экономикамызды ғылым мен инновацияға сүйене отырып дамыту логикасының көрініс табуы өте маңызды екені көрсетілген [1].

Сондай ақ оңалту орталықтарының сапалы жұмысы үшін, арнайы спорт құралдарының,

әр мекемедегі мүмкіндігі шектеулі жандарға қолайлы әрекет ету ортасын құру, арнайы мамандармен қамту мәселелері бар, бұл бағыттағы жұмыстарды жандандыру өз кезегінде ізгілікті орта құрудың айқын көрінісі. Күнделікті өмірде, өз тәжірибесінде денені оңалтудың инновациялық әдістерін тиімді түрде қолдану, бар тәжірибе тиімді тұстарымен бөлісу өзекті мәселелердің бірі бола алады. Денені оңалту шараларының басты мақсаты – тірек – қимыл жүйесінде қозғалыс сапасын арттырып, бейімделу әлеуеті ретінде дағдыларды жетілдіру, болашақ қызмет ету қорын ұлғайту болып табылады, ол үнемі әр баланың жеке мүмкіндіктері мен жеке қасиеттерін ескеру арқылы, инновациялық әдістер тиімділігін арттыру негізінде іске асады.

Инновациялық әдістерді өз тәжірибесінде қолданыс аясын кеңейту дененің оңалуы мен адам ағзасының дұрыс қызметінің дамуына, әлеуметтік негізде ортаға пайдалы негізде бейімделуіне мүмкіндік береді, ол өз кезегінде емдік дене шынықтыру түрлі даму деңгейіне сай базалық жоспар негізде әрекет етіп, қажетті әдістерді игеруге, әр баламен жасалған жұмыс нәтижесінің тиімділігін көруге, бала ағзасының мүмкіндіктері мен психологиялық жағдайы туралы ақпарат жинақтауға жол ашады.

Денені оңалту және бейімделген спорт тәжірибесі көрсеткендей, тірек – қимыл қозғалысында ақаулықтары бар балаларға тиімді түрде берілген қозғалыс бала ағзасының жағдайын біршама жақсартады. Сонымен қатар ескерілетін жағдай, бейімделген спорттың әсері бала бұлшық еттерінің бейімделу деңгейіне байланыстылығы, яғни бала ағзасы белгілі қысымға бейімделген соң, одан кейінгі нәтижені жақсарту үшін қысымды күшейту, жаңа әдістерді қолдану қажеттілігі туындайды, бұл үздіксіз үдеріс сипатына ие. Ең бір басты фактор арнайы бағдарлама негізінде, ағза әсерін ескеріп бейімделу аясын кеңейту, үздіксіз жаттығу болуында.

Денені оңалту жүйесінде инновациялық әдістерді қолдану ерекшеліктері тақырыбында жүргізілген зерттеу кезінде, негізгі мақсат - тірек – қимыл қозғалысында ақаулығы бар балалардың оңалту жүйесінде тиімді әдістерді қолдану мүмкіндіктері мен ерекшеліктерін сипаттау. Біз

жүргізген зерттеудің негізгі міндеттемелері, оңалту жүйесінде қолданылатын инновациялық әдістердің тірек – қимыл қозғалысында ақаулықтары бар балаларға қатысты ерекшеліктерін көрсету, емдік дене шынықтыру мен бейімделген дене шынықтырудың нақты бұл санат балаларына қатысты артықшылықтары мен мүмкіндіктеріне сипаттама беру, оңалту орталығы базасында жүргізілген әдістемелік жұмыс нәтижелеріне сипаттама беру.

**Әдістер мен материалдар.** Зерттеу нысаны мен пәнінің күрделі, жан – жақты зерттеуді қажет етуі себепті мақала барысында белгіленген мақсат және міндеттерді шешу үшін, көптеген әдістерді қолдануды қажет етті, оның қатарында жалпы, жеке және арнайы әдістер орын алды. Жалпы түсінік беру үшін теориялық негізде талдау жүргізіліп, әр талдау нәтижесінде зерттеуге сай тиімділігі айқындалды. Отандық және шетелдік ғалымдардың өз зерттеулерінде қолданған инновациялық әдістеріне, ғылыми еңбектеріне талдау мен сараптау жүргізе алдық. Сонымен қатар дене мәдениеті мен спорт саласы бойынша, емдік дене шынықтыру, арнайы бейімделу әдістері, оңалту орталығының тәжірибесіне талдау жүргізілді. Инновациялық әдістемелерге тірек – қимыл қозғалысында ақаулықтары бар балаларға сай ерекшеліктері көрсетілді, баланың жұмыс нәтижесіндегі өзгерістеріне сипаттама берілді. Балалардың бұлшық еттерінің белсенділігін арнайы әдістеме арқылы өлшенді. Ол әдістемеге сәйкес тест 7 бөлім мен 54 тапсырмадан тұрады, алғашқы бөлім бала ішінде жатып орындалатын жаттығулар (басты көтеріп және бір қалыпқа сай ұстау, басын қолымен демеу арқылы көтеру, аяқтарын бүгу, арқасына аударылып, төрт аяқтап тұру), келесі бөлімде бала арқасына жатып жаттығулар орындайды, ол 19 жаттығудан тұрады және баланың осы күйінде қанша жаттығу орындалуымен бағаланады. Келесі бөлім еденде отырып орындалатын жаттығулар, одан кейінгі бөлім орындықта отыру жаттығулары, келесі бөлімде еденде қозғала алуын көрсететін жаттығулар, келесі бөлім тік тұру кезінде орындалатын жаттығулар, тік тұрып орындалған жаттығулар тепе-теңдік сақтауға арналған. Соңғы бөлім, жүру, секіру және жүгіру, оның барысында түрлі жағдайларда баланың жүруі, жүгіруі мен секіруі тексерілді. Бұл жүргізілген тест мақсаты, ақпарат алу, жаттығуларды тез және қарапайым түрде орындай алуы, жаттығуларды жиі орындаудан кейінгі өзгерістерді бақылауға арналған [2]. Тақырып аясында жүргізілген зерттеуге сай қорытынды

беріліп, зерттеу нәтижелеріне сай тұжырымдар жасалып, ұсыныстар берілді.

**Нәтижелер мен талқылаулар.** Денені оңалту ерте жастан өте өзекті мәселелердің бірі. Бала бойында тірек-қимыл қызметінде бұзылыстар бар жағдайда баланың болашақ толыққанды қарым-қатынас, зияткерлік мүмкіндіктерінің дұрыс негізде қалыптасуы үшін арнайы түзету жұмыстарын қажет етеді. Ол өз кезегінде баланың мектепте білім алу мүмкіндігін кеңейтеді. Тірек-қимыл қызметінде бұзылыстары бар ерте жастағы балалардың түзету жұмыстарын жүргізуде тиімді әдістердің бірі кондуктивті педагогика әдісі. Кондуктивті педагогика деп – баланың шығармашылық мүмкіндіктерін белсендіріп, арнайы даму ортасын құру арқылы тірек-қимыл қозғалысында ақаулықтары бар балаларды кешенді түрде дамыту мен қалпына келтіру әдістері, бұл әдіс негізін қалаған Андраш Пете. Кондуктивті педагогика әдісі баланың дене қозғалысына, сөйлеу мүмкіндіктеріне, психикалық қызметіне әсер етеді. Бұл әдіс кешенді түрде баланың жасын ескеріп құрылады, соған сәйкес бала денсаулығын нығайту үшін, оның денелік, психикалық, әлеуметтік, шығармашылық әлеуетін арттырады [3].

Кондуктивті педагогика бүгінгі күні психикалық дамуында тежеулері жоқ тірек-қимыл аппаратында ақаулары бар балалармен оңалту жұмыстарын жүргізудің тиімді әдістерінің бірі. Бұл әдісті арнайы кондуктолог мамандар қолданады, ол маман медицина, педагогика, дене мәдениеті және спорт, логопедия мен психология мәселелерінен хабардар болуы керек. Әдетте бұл әдіске сай баланың мүмкіндіктері ескеріледі, бала егер топпен жұмыс жасауға бейімділігі төмен болса, баламен жеке жұмыс жоспары құрылады [4].

Тірек-қимыл қозғалысында ақаулары бар балалар моторикасының даму ерекшелігіне қарай дене жаттығуларының ерекше әдістері мен амалдарын қажет етеді. Жеке ерекшеліктерін ескеру арқылы дұрыс құрылған дене жаттығулардың бағдарламасы тірек-қимыл қозғалысында ақаулары бар балалар үшін аса маңызды. Емдік дене шынықтыру дұрыс қолданыс тапқан жағдайда, балалардың оңалту шараларын тиімді етеді. Емдік дене шынықтыру түрлі әдістемелерін (Семенова (1976), Штеренгерц (1986), Бортфельд (1986)) қолдану арқылы, қалыпты бала дұрыс даму заңдылығын ескеру, баланың дене даму тетіктерін білу, бұлшық ет жиырылуын жылдамдату үшін жұлын нейро талшықтарын белсенді етуге бағыттау жаттығуларын қолданады [5].

Қозғалыс жүйесін дұрыс дамыту мен қалыптастыру үшін баланың жасын ескеру керек, бала туылғанынан қозғалыс негізі құрылады. Тірек-қимыл жүйесінде ақаулары бар балаларда рефлекс тетіктері дұрыс және уақытымен белгі бере алмауы байқалады. Осы негізде бейімделген дене шынықтыру әдістерін қолдану тиімді. Оның негізінде баланың зияткерлік және дене қозғалыс мүмкіндіктері артады, дене даму сапалары артып, баланың эмоционалды және психологиялық тұрақтылығы артып, арнайы әдістер арқылы баланың қосымша қоры белсендіріліп, даму деңгейі жоғарылайды. Бейімделген дене шынықтырудың басты мақсаттары ретінде дамыту, тәрбиелеу мен сауықтыру мүмкіндіктері қарастырылады. Бейімделген дене шынықтыру арқылы тірек-қимыл жүйесінде ақаулары бар балаларға қалыпты өмірге оралуға әсер етеді. Бейімделген дене шынықтыру, бейімделген дене тәрбиесі, бейімделген спорт, бейімделген қозғалыс шарттылығы мен денені оңалтудан тұрады. Денені оңалтудың негізгі қызметтері екі бағытта жүреді: педагогикалық және әлеуметтік, яғни педагогикалық негізде оңалту барысында, емдеу мен қалпына келтіру, түзету мен нығайту, көптеген мүмкін болған ақаулар алдын алу, өзіндік жаттығу жасауға үйрету, кәсіби негізге дайындау, ал осы қызметтер болашақ әлеуметтену мен қалыпты өмірге кірігуінде маңызды орын алады [6].

Ғалымдар өз еңбегінде бейімделген дене мәдениеті ұстанымдарын көрсете алған, *әлеуметтік* (ізгілік бағыт, үздіксіз дене мәдениеті, әлеуметтену, кірігу, өзінің жақын ортасының болуы), *әдістемелік* (ғылымилық, саналылық пен белсенділік, көрнекілік пен қолжетімділік, жүйелілік пен беріктік), *арнайы әдістемелік* (диагностика, жеке дербестік пен дамыту, түзету және дамыту, жасерекшелігін ескеру, қалыптылық пен тиімділік және жанжақтылық), осы ұстанымдарды ескеру негізіндегі ұйымдастырылған бейімделген дене шынықтыру мүмкіндіктері тірек-қимыл жүйесінде ақаулары бар балалардың қалыпты өмірге келуінің айқын көрінісін береді [6, 32 б.].

Осы ретте жалпы емдік дене шынықтырудың негізгі ұстанымдарын көруге болады, бұл ұстанымдарды негізгі қолданылатын барлық әдістемелерге сай қолдануға болады. Әр баланың білім алу қажеттіліктерін, жеке мүмкіндіктерін ескеру арқылы жүйелі түрде белгіленген ретпен, үздіксіз емдік жаттығуларды қолдану, негізгі бағдарламаны құру кезінде бала ақаулықтарының деңгейін бағалау, сондай ақ жаттығуларды

үнемі арттыруға бейімдеу, яғни бала денесі жаттығу шамасына үйренген соң, оның қарқындылығын арттыру.

Біздің зерттеуіміз «Рахым» мүмкіндігі шектеулі балалар мен жасөспірімдерді оңалту орталығында, 3-18 жас аралығындағы балалар арасында жүргізілді. Негізгі жалпы үш орталық бойынша 183 бала оңалтудың әр түрлі деңгейлерінен өтуде. Тірек-қимыл қозғалысында ақаулықтары бар балалар ең алдымен жекеше түрде тәжірибелік медицина ұстанымдары мен әдістеріне сай диагностикалық зерттеуден өтті, зерттеу кезінде: бала ата-анасы мен өзінен ауырсыну деңгейі сұралды, барлық баланың анамнезі жинақталды, әр бала жеке қаралды, буындағы қозғалыс жылдамдығы мен даму деңгейі бағаланды, аяқ пен қолдарының ұзындығы мен ені өлшенді, бұлшық еттерінің шамасы өлшенді, арнайы құрылғылар арқылы бала ағзасының нәтижесі алынды, балаға нақты талдау жасалып, диагноз қойылды. Сонымен қатар балалармен арнайы тест тапсырмалары жүргізілді, содан соң арнайы инновациялық әдістерді қолданған соң нәтижесін көру үшін тағы тест жүргізіліп, нәтижелеріне талдау мен сипаттама берілді.

Негізгі дене шынықтыру әдістеріне бала ағзасы әсерінің ерекшеліктерін көру үшін, міндетті түрде бағдарлама баланың жеке ерекшеліктерін ескеріп құрылуы керек. Арнайы шамамен берілген дене шынықтыру жаттығулары ағзаны басқару жүйесін тұрақты етеді, соның нәтижесінде баланың жеке қорын белсендіріп, оның болашақ қызметін арттырады. Жаттығудың дұрыс және шамасы өлшем негізінде берілуі үшін, алдымен баламен тест өтіп оның алғашқы белгілерін бекіткен дұрыс. Дене шынықтыру жаттығулары алдында алдымен бар ағзаның күйін белгілеу аса маңызды, ол баланың бейімделуінің жеке ерекшеліктерін есепке алу қажеттілігін туындатады [7].

Зерттеу кезінде балалармен жүргізілген инновациялық әдістердің әсер ету тиімділігі мен ерекшелігіне сипаттама беріледі. Біз жүргізген әдістер әр баланың жеке ерекшелігін ескеріп құрылады, дегенмен тірек-қимыл қозғалысында ақаулығы бар балалармен жүргізілетін жаттығулар мазмұны мен әдістемелік ерекшеліктері келесідей:

- қозғалыс аясын кеңейту үшін, бұлшық еттегі қысымды бәсеңдету үшін қолданылатын бұлшық етті созу жаттығулары;

- арнайы бұлшық еттің қажетті бөлігін белсендіру үшін, бұлшық етті нығайту барысында бұлшық ет сезімталдығын дамыту жаттығулары;

– жаттықтыру кезіндегі сезімтал жүйке талшықтарының жұмысын реттеу мен нығайту жаттығулары;

– басты және бір-біріне қарама-қарсы орналасқан бұлшықеттерді өзара нығайту жаттығулары;

– жалпы адам ағзасындағы мүшелердің жұмысын реттеу мақсатымен, шыдамдылық жаттығулары;

– денедегі қысым мен бұлшықеттердің тартылуын бәсеңдету жаттығулары;

– жүруге арналған жаттығулар;

– сезім мүшелерін жаттықтыру, оның негізінде бұлшық ет сезімталдығы артады;

– қозғалыс күші мен тепе-теңдік мүмкіндіктерін арттыруға арналған жаттығулар;

– кері әсер ету жаттығулары, ағзаның әр әсерге кері әсер мүмкіндігін арттыруға бағытталған жаттығулар [8].

Сонымен қатар балаларды емдік және әлеуметтік ортаға бейімдеу үшін, кешенді түрдегі деңгейлеп ұйымдастырылған оңалту жұмыстары жүру керек, ол физиологиялық, әлеуметтік даму мүмкіндіктерін ескеру арқылы, сондай ақ баланың ата – анасын бұл үдеріске толық негізде тарту маңыздылығын атап, отбасының оң әсерін ескеру керектігін атап көрсеткен [9]. Қазіргі кезде шетел тәжірибесі мен отандық тәжірибе көрсеткендей оңалту орталықтарының жұмысы тиімді, өйткені оңалту орталықтарында балаларға ұжымдық көмек беріледі, яғни психолог, емдік дене шынықтыру әдіскері, педагог, арнайы педагог, физиотерапия маманы. Бұл орта балалардың кешенді оңалту шараларын алуға мүмкіндік беріп, әр баланың жеке ерекшелігін ескеріп бағдарлама жасауға мүмкіндік бар.

Ғалымдар өз зерттеуінде тірек-қимыл қозғалысында ақаулығы бар балалардың дене шынықтырумен шұғылдану, белсенділігін арттыру, жеке өзіне сай дене белсенділігін іздестіруге мотивациясын арттыру болашақ жасөспірім өміріндегі салауатты және белсенді өмір сүруіне кепіл бола алады дейді. Ол бала денсаулығын нығайтып, ересек өмірінде медициналық көмек қажеттілік деңгейін төмендетуге әсері барын дәлелдей алған. Олардың пікірінше, ерте жастан баланың дене белсенділігіне уақыт пен көптеген еңбекті жұмсаудың өзіндік болашаққа деген әлеуметтік және экономикалық қайтарымы бар деп есептейді [10].

Тірек-қимыл қозғалысында ақаулығы бар балаларға жеке бағдарлама құру көптеген деңгейлерден тұрады, алғашқы деңгей – мамандармен жүргізілетін диагностикалық зерттеу,

екінші деңгей – диагностика нәтижелерін талдау, үшінші деңгей – жеке білім беру жолы, төртінші деңгей – мамандардың жеке жұмыс жоспары, төртінші деңгей – жеке дербес түзету – оңалту бағдарламасы [11].

Бейімделген денені оңалту жүйелі түрде іске асатын биологиялық, психологиялық және әлеуметтік үдеріс, ол тәрбие үдерісімен қатар қозғалыс қызметі мен дамуында бұзылыстар бар балаларды нығайтып, баланың болашақ өз өмірлік қажеттіліктерін өтеуге дайындау үшін тұлғаға қажетті мотивтерді тудырады.

Мамандар баланың түрлі жаттығуды орындаған соң жағдайын қан қысымын және жүрек соғысының реттілігін өлшеу арқылы қадағалайды. Мамандар бала жағдайы, баланың жаттығулардан алған нәтижелері туралы үнемі ата-аналармен бөлісу, оларды хабардар етуі қажет. Ата-анаға берілген сапалы ақпарат, мотивациялық аймақты арттырып, үздіксіз баламен жұмыс жасау керектігін аңғартып, бірлесіп жұмыс жасау мүмкіндігін арттырады.

Алғашқы тест өткізу кезінде балаларда арқасында жатып және ішінде жатып орындаған жаттығуларды орындау пайызы орташа, ал тік тұру мен орындықта отыру арқылы орындалған жаттығулардың пайыздық көрсеткіштері төмен деңгейді көрсеткен. Бұл зерттеу кезінде біз, бір орталық аясында жүргізілген нәтижемен бөлісетін боламыз. Жалпы экспериментке 3-11 жас аралығындағы қатысқан 8 бала көрсеткіштеріне талдау жүргіземіз. Ішінде жату мен арқасында жату арқылы орындалған жаттығулар нәтижесі 55 % көрсеткішті, орындықта отыру жаттығуларының пайыздық көрсеткіші 48 %, еденде отыру мен еденде жылжу жаттығуларының көрсеткіші 41 % және 37 % көрсеткен. Тік тұру жаттығуларының пайыздық көрсеткіші 25 %, жүру, секіру және жүгіру жаттығуларының пайыздық көрсеткіші 22 % көрсеткен.

Әр баламен алты ай көлемінде жоспарлы негізде жүргізілген жұмыс нәтижесінде, тірек – қимыл қозғалысында ақаулығы бар балалар бойында біршама өзгерістер болған. Денені оңалту жұмыстары сапалы маман көмегімен, арнайы ұйымдастырылған ортада, дұрыс негіздегі психологиялық және эмоционалды ахуал құру арқылы жүрді. Үнемі үздіксіз жоспарға сай жүргізілген жаттығулардың нәтижесі балалар бойындағы біршама өзгерістерге алып келген. Тесттің әр бөлім жаттығуларына сай өсім байқалған, өсім орындықта отыру, еденде қозғалу және тік тұру мен жүру, жүгіру жаттығуларында байқалған.

Зерттеуге қатысқан барлық балалар бойында жағымды өзгеріс орын алған, балалардың салыстырмалы түрдегі қозғалыс қарқындылығы өскен, қозғалыс мүмкіндіктері артқан, аяғында тік тұру мен тепе-теңдік сақтау сипаттамалары артқан. Содай ақ үнемі жүргізілген дене жаттығулары, балалардың ішкі құрылым жүйесін дұрыстаған. Балалардың тыныс алуы, қан айналымы, қан қысымының қалыпты болуы байқалады. Психологиялық және эмоционалдық деңгейге сай, балалар бойында тұрақтылық, яғни тітіркендіргіштердің, ашуланшақтық бәсеңдегенін көреміз. Сонымен қатар, ата – ана мен бала мотивациялық аясының артуының да аса маңызы зор. Өйткені бұл бағыттағы жұмыс үздіксіз болуы шарт.

**Қорытынды.** Тірек-қимыл жүйесінде ақаулығы бар балалардың жалпы денені оңалту үдерісі, оның мазмұны мен құрылымы күнделікті тәжірибе нәтижесінде, арнайы бағдарлама негізінде жүргізілген жұмыс барысында іске асады. Инновациялық әдістерді тиімді түрде қолдану, бала бойында болашақ өміріне аса маңызды білім, білік және дағдылары қалыптасып дамуына мүмкіндік береді, өйткені дене шынықтыру жаттығуларының нәтижесі жинақталушы сипатқа ие, ол біртіндеп жинақталып бала өміріне қажетті қызметтік қорды жинақтайды, баланың тек дене мүмкіндіктері емес, сондай ақ зияткерлік мүмкіндіктерін де арттырады.

Тірек-қимыл жүйесінде ақаулығы бар балалардың денені оңалту шаралары ғылыми түрде негізделген әдістеме арқылы іске асуы маңызды, ол әдістеме арнайы дене жаттығулары, баланың жеке мүмкіншілігін, жас ерекшелігін ескеру арқылы іріктеліп, барынша бала ағзасын болашақ толыққанды элеуметтік бейімделуге бағдарлау қажет. Яғни әр жүргізілген дене жаттығулары бала жеке мүмкіндігін, жоспарға сай және қолжетімді түрде орындалуы керек. Ол дегеніміз бала мен оның ата-анасына да бұл жаттығулар түсінікті және қолжетімді түрде болуы маңызды. Сондай ақ егер арнайы құрылған бағдарлама әсері нәтижесі көрінбеген жағдай туындаған болса, берілген жоспар үнемі тузету жұмыстарын қажет етеді. Әр жүргізілген жаттығу сапалы негізде болуын арнайы дайындықтан өткен мамандардың қадағалауының маңызы зор.

Денені оңалту жұмыстары ерте жастан бастау алуының да маңызын атап өткен жөн, өйткені жоғарыда көрсеткендей дене шынықтыру жаттығулары жинақталушы әсерге ие. Инновациялық әдістерді қолданудың тиімділігі тұрақтылықпен тікелей байланысы бар, ол деген баланың денені оңалту жұмыстары үздіксіз, үнемі қарқынды ілгерілеуге негізделуі керек. Егер жаттығу арасында үзіліс жиі орын алатын жағдай болса, бастапқы деңгейге кері кету мүмкіндігі бар екенін ескеру жөн.

## Әдебиеттер

- 1 2023 жылғы президент жолдауының толық мәтіні жарияланды. – Текст: электронный // sputnik.kz: [сайт]. – URL: <https://sputnik.kz/20230901/2023-zhylgy-prezident-zholdaunyn-tolyq-matini-zhariyalandy-38109395.html> (01.09.2023).
- 2 Гросс Н.А., Беркутова И.Ю., Шарова Т.Л., Буканова Г.В., Зеленова Н.И. Оценка двигательных возможностей детей с ДЦП при выполнении упражнений из разных исходных положений // Ученые записки университета Лесгафта. – 2016. – №4 (134). – С. 64-70.
- 3 Финк А. Кондуктивная педагогика А. Петё: Практика развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата. – М.: Академия, 2003. – 136 с.
- 4 Москвина А.В., Сусаева С.А. Кондуктивная педагогика как метод развития творческих способностей дошкольников с нарушением опорно-двигательного аппарата // Вестник Самарского государственного технического университета. Серия: Психолого-педагогические науки. – 2017. – №4 (36). – С. 108-120.
- 5 Заикина Г.Т. Обзор методов физической реабилитации детей с церебральным параличом // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2006. – №1 (1). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obzor-metodov-fizicheskoy-reabilitatsii-detey-s-tserebralnym-paralichom> (дата обращения: 01.08.2023).
- 6 Волкова Е.А., Жуковская А.В., Кукушкина Е.А., Федорова П.С. Адаптивная физическая реабилитация для лиц с ДЦП: методические материалы. / Авторы-составители: Е.А. Волкова, А.В. Жуковская, Е.А. Кукушкина, П.С. Федорова. – Ярославль, 2016. – 68 с.
- 7 Гросс Н.А., Шарова Т.Л., Беркутова И.Ю., Горбунова Е.А., Клендар В.А., Буканова Г.В., Сыркова Е.В., Молоканов А.В. Пути решения проблем реабилитации детей с двигательными нарушениями средствами физической культуры // Вестник спортивной науки. – 2018. – №5. – С. 58-64
- 8 Шапкина Л.В. Средства адаптивной физической культуры [Электронный ресурс]: методические рекомендации по физкультурно-оздоровительным и развивающим занятиям детей с отклонениями в интеллектуальном развитии. – Электронные данные (1 файл: 83 Мб). – М.: Советский спорт, 2001. – 152 с.
- 9 Мокня-Сербина С.А., Бузовера А.Н. Комплексная этапная реабилитация детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата // Галицкий лікарський вісник. – 2015. – Т. 22. – №4 (частина 2). – С. 36-38.

- 10 Lisa Waltersson, Elisabet Rodby-Bousquet. Physical Activity in Adolescents and Young Adults with Cerebral Palsy // BioMed Research International. – 2017. – Art. ID 8080473, – 6 p., DOI: 10.1155/2017/8080473
- 11 Ахметова Д.З., Горынина В.С., Орешникова Л.А. Дети с нарушениями опорно-двигательного аппарата в инклюзивной группе: методическое пособие. – Казань: Изд-во «Познание» Института экономики, управления и права, 2015. – 102 с.

References

- 1 2023 zhylygy prezident zholdauynың tolyq мәтini zhariyalandy. – Tekst: elektronnyj // sputnik.kz: [sajt]. – URL: <https://sputnik.kz/20230901/2023-zhylygy-prezident-zholdauynyn-tolyq-matini-zhariyalandy-38109395.html> (01.09.2023).
- 2 Gross N.A., Berkutova I.YU., SHarova T.L., Bukanova G.V., Zelenova N.I. Ocenka dvigatel'nyh vozmozhnostej detej s DCP pri vypolnenii upravhnenij iz raznyh iskhodnyh polozhenij // Uchenye zapiski universiteta Lesgafta. – 2016. – №4 (134). – S. 64-70.
- 3 Fink A. Konduktivnaya pedagogika A. Petè: Praktika razvitiya detej s narusheniyami oporno-dvigatel'nogo apparata. – M.: Akademiya, 2003. – 136 s.
- 4 Moskvina A.V., Susaeva S.A. Konduktivnaya pedagogika kak metod razvitiya tvorcheskih sposobnostej doshkol'nikov s narusheniem oporno-dvigatel'nogo apparata // Vestnik Samarskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta. Seriya: Psihologo-pedagogicheskie nauki. – 2017. – №4 (36). – S. 108-120.
- 5 Zaikina G.T. Obzor metodov fizicheskoy reabilitacii detej s cerebral'nyim paralichom // Pedagogiko-psihologicheskie i mediko-biologicheskie problemy fizicheskoy kul'tury i sporta. – 2006. – №1 (1). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/obzor-metodov-fizicheskoy-reabilitatsii-detey-s-tserebralnym-paralichom> (data obrashcheniya: 01.08.2023).
- 6 Volkova E.A., ZHukovskaya A.V., Kukushkina E.A., Fedorova P.S. Adaptivnaya fizicheskaya reabilitaciya dlya lic s DCP: metodicheskie materialy. / Avtory-sostaviteli: E.A. Volkova, A.V. ZHukovskaya, E.A. Kukushkina, P.S. Fedorova. – YAroslavl', 2016. – 68 s.
- 7 Gross N.A., SHarova T.L., Berkutova I.YU., Gorbunova E.A., Klendar V.A., Bukanova G.V., Synkova E.V., Molokanov A.V. Puti resheniya problem reabilitacii detej s dvigatel'nymi narusheniyami sredstvami fizicheskoy kul'tury // Vestnik sportivnoj nauki. – 2018. – №5. – S. 58-64
- 8 SHapkova L.V. Sredstva adaptivnoj fizicheskoy kul'tury [Elektronnyj resurs]: metodicheskie rekomendacii po fizkul'turno-ozdorovitel'nym i razvivayushchim zanyatiyam detej s otkloneniyami v intellektual'nom razvitii. – Elektronnyye dannye (1 fajl: 83 Mb). – Moskva: Sovetskij sport, 2001. – 152 s.
- 9 Mokiya-Serbina S.A., Buzoverya A.N. Kompleksnaya etapnaya reabilitaciya detej s narusheniyami oporno – dvigatel'nogo apparata, Galic'kij likars'kij visnik, – 2015, – T. 22, – №4 (chastina 2), – S. 36-38.
- 10 Lisa Waltersson, Elisabet Rodby-Bousquet. Physical Activity in Adolescents and Young Adults with Cerebral Palsy // BioMed Research International, – 2017, – Art. ID 8080473, – 6 p., DOI: 10.1155/2017/8080473
- 11 Ahmetova D.Z., Gorynina V.S., Oreshnikova L.A. Deti s narusheniyami oporno-dvigatel'nogo apparata v inklyuzivnoj grupe: metodicheskoe posobie. – Kazan': Izd-vo «Poznanie» Instituta ekonomiki, upravleniya i prava, 2015. – 102 s.

<p><b>Хат хабарға арналған автор (бірінші автор)</b> Байғалиев Адильбек Манарбекович – «Арнайы педагогика мамандарын даярлау» мамандығының 3 курс докторанты, Абай атындағы Қазақ ұлттық педагогикалық университеті, Алматы қ., Қазақстан e-mail: <a href="mailto:adilbek.baygaliyev@mail.ru">adilbek.baygaliyev@mail.ru</a></p>	<p><b>Автор для корреспонденции (первый автор)</b> Байғалиев Адильбек Манарбекович – докторант 3 курса специальности «Подготовка специалистов специальной педагогики», Казахский Национальный педагогический университет имени Абая, г. Алматы, Казахстан, e-mail: <a href="mailto:adilbek.baygaliyev@mail.ru">adilbek.baygaliyev@mail.ru</a></p>	<p><b>The Author for Correspondence (The First Author)</b> Baygaliev Adilbek Manarbekovich – doctoral student of the 3rd year of the specialty «Training of specialists of special training», Kazakh National Pedagogical University named after Abai, Almaty siti, Kazakhstan, e-mail: <a href="mailto:adilbek.baygaliyev@mail.ru">adilbek.baygaliyev@mail.ru</a></p>
--	---	--