

наработанный опыт становится современной основой физического воспитания страны.

Список литературы

1. Громыко Ю.И., Малоземов О.Ю. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс: история, развитие, перспективы: учебно-методическое пособие. – Екатеринбург: СОК ОГ ФСО «Юность России». Изд-во АМБ, 2013. 300 с.

Бредихина И.А., Котельников С.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Гидрореабилитация людей с ограниченными возможностями здоровья

Люди с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) это одна из проблем общества, которая влечет за собой проблему осуществления социальной защиты таких лиц. В современное время политика защиты и организации работы с лицами с ОВЗ в основном направлена на реабилитацию и адаптацию лиц с ограниченными возможностями в обществе. А также создание равных условий для возможностей лица с ОВЗ на уровне социума и их интеграцию в общество. Все это определило актуальность нашей работы.

Занятия физической культурой – процесс, при котором в результате многократной, постоянно повышающейся физической нагрузки в организме человека наступают положительные функциональные биохимические и структурные изменения, что приводит к повышению его адаптационных возможностей. Это особенно важно для людей с ограниченными возможностями здоровья. В процессе занятий адаптивной физической культурой, с одной стороны, формируются новые и совершенствуются уже существующие двигательные навыки, а с другой стороны, развиваются и совершенствуются такие качества, как быстрота, выносливость, сила, гибкость и другие, которые определяют физическую дееспособность организма.

Программа по адаптивной физической культуре является составной частью системы социальной реабилитации лица с ОВЗ. Проблемы физической реабилитации и социальной интеграции лица с ОВЗ средствами физической культуры и спорта решаются медленно. Основными причинами слабого развития физической культуры и спорта среди лица с ОВЗ является практическое отсутствие специализированных физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений, недостаток оборудования и инвентаря, так же ощущается нехватка профессиональных кадров. Не выражена в достаточной степени потребность в физическом совершенствовании у самих лица с ОВЗ, что связано с отсутствием специализированной пропаганды, подвигающей их к занятиям физической культурой и спортом.

Большую роль в этой непростой социальной ситуации является малая разработанность концепций и технических проблем физической культуры лица с ОВЗ. Знаменитый учёный А.В. Сахно, проведя анализ по зарубежной и отечественной литературе, посвящённой проблеме здоровья, убедился в том, что между понятиями «здоровье человека» и «лица с ОВЗ человека» стоит большая пропасть и что эти понятия описаны там как противоположные.

Адаптивная физическая культура (АФК) часто путают с медицинской реабилитацией, но нельзя говорить, что они не взаимосвязаны, но всё же она в большей степени направлена на реабилитацию индивида, которая ориентирована на традиционную медицину: массаж, физиотерапия, психотерапия, фармакология. АФК в большей степени направлена на пробуждения человека к новой, более сложной жизни после перенесённой болезни или травмы. Адаптивный спорт помогает лицам с ОВЗ поставить задачу максимально отвлечься от своих болезней и недугов, она предусматривает развлечение, общение, активный отдых и многие другие функции нормальной человеческой жизни.

Гидрореабилитация – это водная реабилитация, так же выступает как приоритетное направление адаптивной физической культуры. Она представляет собой, педагогический процесс по передаче и усвоению накопленного опыта

взаимоотношений специалиста и «лица с ОВЗ – лица, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящими к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты».

Водная реабилитация отражает процесс взаимоотношения человека и водной среды. Она так же обеспечивает формирование и воспитание личности, способной к саморазвитию, самоопределению и дальнейшему самосовершенствованию ее духовных, двигательных и интеллектуальных возможностей, имеющихся в определенный возрастной период.

В сфере физической реабилитации лица с ОВЗ по-прежнему существует нехватка и недооценка того, что физкультура и спорт гораздо более важны для человека с ограниченными возможностями, чем для благополучных в этом отношении людей. Это связано с тем, что зачастую физическая культура имеет большую направленность на здоровых граждан.

Активные физкультурно-спортивные занятия для лиц с ограниченными возможностями здоровья, а также участие в спортивных соревнованиях являются формой необходимого общения, восстанавливают психическое равновесие, снимают ощущение изолированности, возвращают чувство уверенности и уважения к себе, дают возможность вернуться к активной жизни.

Применение средств физической культуры и спорта является эффективным, зачастую является единственным методом физической реабилитации и социальной адаптации.

Активизация работы людей с ОВЗ в области физической культуры и спорта, несомненно, способствует гуманизации самого общества, изменению его отношения к этой группе населения, и тем самым имеет большое социальное значение.

Список литературы

1. Булгакова Н.Ж. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб.пос. М. 2005. 432 с.

2. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебное пособие. М.: Советский спорт. 2000. 240 с.

3. Лисовский В.А., Евсеев С.П., Голофеевский В.Ю., Мироненко А.Н. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация больных и лица с ОВЗов: Учебное пособие / под ред. С.П.Евсеева. М.: Советский спорт, 2001. 320 с.

Брусенская Д.С., Сапегина Т.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Современные технологии психологического сопровождения физического воспитания

Изначально вопросы психологического сопровождения разрабатывались для возможности подготовки спортсменов различной квалификации, а проблемы психологического сопровождения процесса физического воспитания в системе образования привлекли внимание исследователей не так давно. Необходимость обращения к психологическому сопровождению была обусловлена следующими обстоятельствами [1]:

1) за годы обучения у большинства учащихся показатели здоровья ухудшаются, отклонений становится больше, в том числе и в психическом здоровье;

2) прогресс в информационных технологиях привел к образованию киберспорта, который основывается на управлении движениями и действиями человека в виртуальном мире, а при этом из практики физического воспитания практически пропадает фактор физической нагрузки, направленный на выполнение традиционных физических упражнений.

В.А. Родионов подчёркивает необходимость актуализации формирования психологии здоровья как средства профилактики физического здоровья учащихся в работе педагогов. Отсюда вытекает актуальность поиска и разработки методов психологического сопровождения физического воспитания [3].