

**ПРОБЛЕМЫ АДАПТИВНОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ  
THE PROBLEMS OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION IN HIGHER  
EDUCATION**

*Поддубный Сергей Константинович, кандидат биологических наук, доцент,  
Куртев Сергей Георгиевич, кандидат медицинских наук, профессор,  
Сибирский государственный университет физической культуры и спорта,  
г. Омск, Россия*

*Poddubny Sergey Konstantinovich  
Candidate of biological science, Associate Professor,  
Poddubny Sergey Konstantinovich, Candidate of medical science, Professor,  
Siberian State University of Physical Education and Sport,  
Omsk, Russia  
psk@yandex.ru*

**Аннотация.** Статья содержит теоретические и методические материалы по проблеме адаптивного физического воспитания в вузе. Физическое воспитание входит в структуру адаптивной физической культуры и является самой важной частью общей системы воспитания, обучения и коррекции нарушений у людей с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ) и инвалидов. Применение специальных технологий адаптивного физического воспитания будет способствовать удовлетворению потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья скорейшему восстановлению организма, устранению временных нарушений и повышению резервных возможностей основных систем организма.

**Abstract.** The article contains theoretical and methodological materials on the problem of adaptive physical education in high school. Physical education is included in the structure of adaptive physical education and is the most important part of the general system of education, training and correction of disorders in people with disabilities. The use of special technologies of adaptive physical education will help to meet the needs of people with disabilities in the state of health as soon as possible to restore the body, eliminate temporary violations and increase the reserve capacity of the basic systems of the body.

**Ключевые слова:** адаптивное физическое воспитание, образовательный процесс, высшее учебное заведение.

**Index terms:** adaptive physical education, educational process, higher educational institution.

**Актуальность.** В настоящее время наблюдается увеличение числа студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Как педагогический процесс адаптивное физическое воспитание в России осуществляется с лицами, имеющими отклонения в состоянии развития, с лицами, имеющими отклонения

в состоянии здоровья и отнесенными к категории занимающихся физическими упражнениями в специальных медицинских группах [1, 2, 4].

Адаптивная физическая культура включает следующие компоненты: адаптивный спорт, адаптивное физическое воспитание, адаптивную двигательную рекреацию, физическую реабилитацию. Адаптивное физическое воспитание – это одно из новых и самых массовых направлений в отечественной системе образования и науки, которое рассматривает основы физического воспитания лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья, включая инвалидов различных возрастных и нозологических групп. При этом адаптивное физическое воспитание изучает аспекты физического воспитания людей, имеющих в результате заболеваний или травм различные устойчивые нарушения жизненно важных функций организма и связанные с ними ограниченные возможности. В высшем учебном заведении для решения специфических задач адаптивного физического воспитания имеет большое значение выбор адекватных средств и методов, составления физкультурно-оздоровительных программ занятий, определения форм занятий для людей с ограниченными возможностями [3, 5, 8].

**Целью работы** было анализ проблем в области адаптивного физического воспитания лиц, имеющих функциональные ограничения, в условия обучения в высшем учебном заведении.

**Методы исследования.** Теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы по изучаемой тематике.

**Результаты исследования.** По данным литературы число здоровых студентов на первых курсах вуза составляет 6-8%. Это связано с наследственными, социальными, экологическими факторами, а также с недооценкой роли адаптивной физической культуры в воспитательной и оздоровительной деятельности. У студентов зачастую отсутствует должная физкультурная образованность в этом вопросе, что негативно сказывается на состоянии их здоровья и развитии личности [2, 4, 6, 7, 10].

В соответствии с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры» (2017 г.) и ФГОС ВО образовательные организации должны обеспечить обучение по образовательным программам лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся. Должны быть созданы специальные условия для получения высшего образования по образовательным программам обучающимися с ОВЗ.

Организация учебного процесса по адаптивному физическому воспитанию в вузе для лиц с отклонениями в развитии (включая инвалидов) может быть реализована в рамках дисциплин по физической культуре и спорту, предусмотренных ФГОС ВО бакалавриата, в соответствии с требованиями которого предусматривается особый порядок освоения этих дисциплин,

учитывающий состояние здоровья данной категории обучающихся. На дисциплины (модули) по физической культуре и спорту ФГОС ВО отводится 400 академических часов. Очевидно, такой объем часов, распределенных на 4 года обучения по программам бакалавриата, можно рассматривать как недостаточный для решения основных задач адаптивного физического воспитания лиц с ОВЗ, включая инвалидов.

Определенную сложность в разработке технологии адаптивного физического воспитания студентов с ОВЗ, представляют: многообразие видов отклонений в состоянии здоровья (нозологических групп), которые имеются у студентов, что создает определенные сложности при организации занятий адаптивной физической культурой; сложности в определении начальной и оптимальной величины нагрузки с учетом показаний и противопоказаний для каждой нозологической группы и для каждого индивидуума; сложности в выборе наиболее эффективных средств и методов адаптивной физической культуры, а также методов контроля состояния здоровья и динамики физической и функциональной подготовленности лиц данной категории. Для студентов, отнесённые по состоянию здоровья к данной группе, должна быть предусмотрена возможность проведения занятий по физическому воспитанию как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах [1, 9].

Программа для студентов с ограниченными возможностями здоровья (инвалидов) разрабатывается на основе принципов адаптивной физической культуры. Лицам с ОВЗ должна быть предоставлена возможность выбора направленности занятий, в соответствии с их наклонностями, предпочтениями, что действительно может улучшить их здоровье и качество жизни. Рекомендации по виду и объему физических нагрузок студенты с проблемами со здоровьем получают у врача, а занятия должны проводить специалисты по адаптивной физической культуре [2, 4, 6, 7, 10].

В адаптивном физическом воспитании решаются следующие задачи: укрепление здоровья и содействие нормальному физическому развитию; формирование жизненно необходимых умений и навыков; развитие двигательных способностей; формирование необходимых знаний в области физической культуры и спорта; воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями; воспитание моральных и волевых качеств. В тоже время нельзя не учитывать специальные задачи: коррекционные, компенсаторные и профилактические мероприятия, учет особенностей физического воспитания студентов с аномалиями развития, акцент внимания на наличие основного дефекта или заболевания с их вторичными осложнениями [9, 10].

Технология адаптивной физической культуры может быть представлена в виде следующих последовательных шагов: сбор информации о студентах, имеющих те или иные отклонения в состоянии здоровья (анамнез, паспортные данные, перенесенные заболевания, условия жизни, наследственность, вредные привычки и т.д.); определение уровня функциональной и физической подготовленности обучающихся (проведение функциональных проб, как

правило, с дозированной нагрузкой); проведение занятий по адаптивному физическому воспитанию, которые должны способствовать повышению функциональных возможностей увеличению адаптационных резервов организма студентов; подбор наиболее эффективных методик адаптивного физического воспитания для восстановления и поддержания здоровья студентов [2, 5].

**Выводы.** В заключение необходимо отметить, что важным направлением работы вуза по улучшению состоянию здоровья обучающихся является внедрение в практику методов адаптивного физического воспитания

Применение специальных технологий адаптивного физического воспитания будет способствовать удовлетворению потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья скорейшему восстановлению организма, устранению временных нарушений и повышению резервных возможностей основных систем организма.

### Литература

1. Давиденко Е.В. Адаптивное физическое воспитание в системе специального отделения вуза /Е.В. Давиденко, И.И. Вржесневский, С.Г. Сесюнин // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. Харьков, 2003. № 1. С. 90-94.

2. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура: Учебное пособие. М.: Советский спорт, 2005. 240 с.

3. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура (цель, содержание, место в системе знаний о человеке) // Теория и практика физической культуры. 1998. №1. С. 60-64.

4. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания / Учебник под ред. Т.Ю. Круцевич. М.: «Олимпийская литература», 2003. Том 2. 377 с.

5. Куртев С.Г., Поддубный С.К. Психология болезни и инвалидности: Учебное пособие. Омск: Изд-во СибГУФК, 2016. 248 с.

6. Рубцова Н. О. К проблеме формирования инфраструктуры системы физической культуры и спорта для инвалидов // Теория и практика физической культуры. 1998. № 1. С. 16-18.

7. Специальная педагогика: Учеб. -метод. пособие / сост. С. Б. Нарзулаев, Г. Н. Попов, И. Н. Сафронова и др. Томск: Полиграф, 2006. 147 с.

8. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник. Т.1. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / Под общей ред. проф. С.П. Евсеева. М.: Советский спорт, 2003. 448с.

9. Частные методики адаптивной физической культуры: Учебник / под общ. ред. проф. Л.В. Шапковой. М.: Советский спорт, 2007. 608 с.

10. Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание / Р.В. Чудная. Киев: Наукова думка, 2000. 360 с.