



Рисунок 1 – Результаты исследования

К сожалению, на данный момент метод кинезиотейпирования не оценен по достоинству и не применяется повсеместно. Остается надеяться на то, что желание и стремление достижения наивысших спортивных целей подвигнет тренеров к применению в своей практике инновационных методов и средств повышения и сохранения спортивной работоспособности воспитанников.

Библиографический список

1. Методические рекомендации по кинезиотейпированию. Электронный ресурс: [<http://medicalltaping.ru/ru/blago/>]. (Дата обращения: 10.10.2016 г.)
2. Основы кинезиотейпирования. Учебное пособие / Касаткин М.С., Ачкасов Е.Е., Добровольский О.Б. М.: Спорт, 2015. 76 с.

Сидорова П. Ю., Комлева С. В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург, Россия

РОЛЬ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация. Новые этапы современного общества, затрагивают все группы нашей жизни, культурные, социальные, экономические, политические. Так и в системе образования вводят все более новые информационные ветви, касающиеся не только его уровня, но и качества.

Ключевые слова. Адаптивная физическая культура, ЛФК, физическая культура, учебная дисциплина.

THE ROLE OF ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE IN THE SYSTEM OF HIGHER PROFESSIONAL EDUCATION

Abstract. New stages of modern society, affected all of our lives, cultural, social, economic, political. And in the education system introduced more and more new branches of information concerning not only its level but also the quality.

Keywords. Adaptive physical culture, remedial exercises, physical culture, academic discipline.

Адаптивная физическая культура – физическая культура для инвалидов и лиц с ограниченными функциональными возможностями.

Однако на сегодняшний день можно констатировать тот факт, что организационно-педагогические условия адаптивного физического воспитания как процесса формирования физической культуры лиц с особыми образовательными потребностями и лиц с ограниченными функциональными возможностями разработаны не в полном объеме или отсутствуют:

- не создано обобщающей теории физической культуры для данных лиц;
- в системе высшего профессионального образования нет специальности для подготовки кадров, способных осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность с этой категорией населения;
- не разработана спортивная классификация для большинства видов спорта инвалидов;
- не решен целый ряд научных, методических, правовых, финансовых, материально-технических проблем этой важной сферы деятельности.

Надежда на позитивное решение указанных проблем заложена в наметившейся тенденции гуманизации общества, стратегической направленности на формирование здорового образа жизни каждого человека и особенно инвалидов и лиц с выраженными нарушениями в состоянии здоровья.

Адаптивная физическая культура базируется на знаниях дисциплин психолого-педагогического цикла (педагогика, психология, теория и методика физической культуры и др.) и медико-биологического цикла (анатомия, биохимия, физиология, биомеханика, спортивная медицина, лечебная физическая культура, гигиена), содержание которых трансформи-

руется с учетом профессиональной направленности будущих специалистов.

В качестве основной концепции выдвинуто положение о том, что выпускник педагогических вузов должен будет обладать следующими знаниями, умениями и навыками:

теорией и методикой физического воспитания;

теорией и методикой рекреации;

теорией и методикой спорта (оздоровительного и элитного);

теорией и методикой двигательной реабилитации для инвалидов и лиц с ограниченными функциональными возможностями.

Эти разделы раскрывают теоретические и методические аспекты физической культуры всех категорий инвалидов (глухих, слепых, с поражением опорно-двигательного аппарата, с проблемами интеллекта и др.) во все возрастные периоды жизни. Каждый из разделов имеет свои направления, задачи, формы организации, специфическое содержание, особенности методики и рассматривается с позиций двигательной реабилитации (в широком понимании), конечная цель которой не просто сохранение жизни, а максимальное восстановление способности инвалида к независимому существованию, активной трудовой, социальной, бытовой, творческой деятельности.

Но также стоит отметить, что накопленный практический опыт и научные исследования убедительно показывают, что физические упражнения как организованная форма движения имеют глубокую биологическую и психофизиологическую основу и являются естественным стимулятором жизнедеятельности больного.

Как средство и метод физической культуры физическое упражнение не имеет аналогов, равноценных по силе воздействия на различные стороны реабилитации инвалидов и лиц с ограниченными функциональными возможностями. Рациональная двигательная активность позволяет обрести самостоятельность, социальную, бытовую, психическую независимость, совершенствоваться в профессиональной деятельности, отдыхать, развивать физические способности, достигать высоких результатов в спорте.

Итак, создание новой учебной и научной дисциплины диктуется социальными потребностями общества и решает важную государственную задачу - системную подготовку квалифицированных специалистов-педагогов по физкультурно-оздоровительной и спортивной работе с инвалидами всех групп и категорий, что будет способствовать их физической реабилитации, социальной и психической интеграции в жизни современного общества.

Библиографический список

1. Епифанов, В.А. Лечебная физическая культура: учебное пособие / В.А.Епифанов, 2006. 570 с

2. Третьякова Н.В. Лечебная физическая культура и массаж: учебное пособие / Н. В. Третьякова, Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2013. 357 с

3. Бочаров М. И., Берговина М. Л., Коншина М. В. Лечебная физическая культура. Практикум [Текст] : учеб. пособие / М. И. Бочаров, М. Л. Берговина, М. В. Коншина. – Ухта : УГТУ, 2015. 190с.

Силина А.Е.

ГКОУ СО «Екатеринбургская школа-интернат № 8,
реализующая адаптированные основные
общеобразовательные программы»
г. Екатеринбург, Россия

КРОССФИТ В УСЛОВИЯХ ВНЕДРЕНИЯ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА ГТО

Аннотация. В данной статье говорится о привитии любви к здоровому образу жизни, об особенностях внедрения кроссфита и его пользе.

Ключевые слова: кроссфит, сердечно-сосудистая система, ГТО.

Silina A. E.

Ekaterinburg boarding school № 8,
implements adapted the basic educational programs"
Ekaterinburg, Russia

CROSSFIT IN THE INTRODUCTION OF THE ALL-RUSSIAN SPORTS COMPLEX TRP

Abstract. In this article it is spoken about instilling love for a healthy lifestyle, peculiarities of implementation of crossfit and its benefits.

Keywords: crossfit, cardio-vascular system, the TRP.

По мнению многих специалистов, к настоящему времени в нашей стране сложилась угрожающая ситуация с уровнем здоровья подрастающего поколения. Одной из причин данной ситуации называют недооценку роли физической культуры и спорта как органами государственной власти, так и среди молодежи. Однако государство принимает определенные шаги в данном направлении. Одним из таких шагов является внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, который является реальной гарантией максимального вовлечения людей в занятия физкультурой и приобщения к здоровому образу жизни. В связи с этим необходимо вводить новые технологии в систему физического воспитания в школах, вузах и доп. образовании.