

Это процесс формирования отрицательного отношения к алкогольному, никотиновому и наркотическому отравлению организма, утверждения чувства отвращения и сознания необходимости противодействия пьянству, курению и наркомании.

Эти социальные болезни стали сегодня настолько серьезны, что их преодоление требует использования фундаментальных мировоззренческих, смысложизненных идей [1].

Несомненно, что важную роль в решении этих вопросов решают такие направления, как эстетическое и физическое воспитание.

Литература

1. Анализ эффективности инновационной педагогической методики антидопингового образования студентов вузов физической культуры / Ф.Н. Солдатенков, М.А. Захаров // Физическая культура и спорт в современном обществе: матер. Междунар. науч.-практ. конф., посвящ. 60-летию образования СГАФКСТ. – Смоленск. – 2010. – С. 70-75.

2. Асмолов А. Г. и др. Культурно-историческая системно-деятельностная парадигма проектирования стандартов образования // Вопросы психологии. – 2007.-№ 4.- С. 16-23.

3. Григорьев, А.Ю. Формирование умственной работоспособности студентов в процессе профессионального обучения в вузе / А.Ю. Григорьев, В.В. Иванова, В.В. Пономарев // Физкультурное образование, спорт и здоровье: материалы межрегиональной научно-практической конференции. - Усть-Илимск, 2011. - С. 44-53.

4. Позднякова О.Н. Из опыта организации эстетического воспитания подростков группы риска в образовательном пространстве. / О.Н.Позднякова// Искусство и образование. – 2008, - С. 44-48.

5. Соловьев В.Н. Роль физической культуры вуза в социализации будущего специалиста // Успехи современного естествознания. – 2008. – № 5 – С. 113-117

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО РЕАБИЛИТАЦИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Тюменцева Ксения Николаевна,

Студентка 3 курса,

Уфимский Государственный Университет Экономики и Сервиса

Республика Башкортостан,

г. Уфа

Аннотация. Статья содержит теоретические и методические материалы по проблеме реабилитации и адаптации людей с ограниченными способностями при помощи адаптивной физической культуры.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, инвалиды, программа Special Olympics, реабилитация, адаптация.

Abstract. The article contains a theoretical and methodological materials on the issue of rehabilitation and adaptation of people with disabilities through adaptive physical education.

Index terms: adaptive physical education, the disabled, the program Special Olympics, rehabilitation, adaptation.

В настоящее время наиболее актуальной проблемой является рост инвалид-

ности населения в большинстве стран мира, что связано не только с общей урбанизацией и индустриализацией жизни человечества, но и с такими важными социальными проблемами как алкоголизм и наркомания. Немалое количество детей рождаются уже неполноценными.

В связи с этими фактами разработаны системы мер социальной защиты лиц с ограниченными возможностями, среди которых особое место принадлежит средствам физической культуры и спорта, а также появляется новая дисциплина адаптивная физическая культура.

На данный момент, адаптивная физическая культура применяется на практике, в России создано более 700 спортивных клубов для инвалидов, проводятся физкультурно-оздоровительные мероприятия, паралимпийские игры, а также спортивные соревнования различного уровня.

В последнее десятилетие российское общество обратило внимание на огромный социальный слой инвалидов и лиц с ограниченными возможностями. В связи с этим специалисты в области адаптивной физической культуры разработали методы и средства работы с инвалидами.

Адаптивная физическая культура - это комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию, и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями, преодоление психологических барьеров, препятствующих ощущению полноценной жизни, а также сознанию необходимости своего личного вклада в социальное развитие общества; отрасль физической культуры, изучающая влияние средств физвоспитания и спорта на способность организма лиц с ограниченными возможностями приспосабливаться к изменившимся условиям существования или функционирования. Адаптивная физическая культура развивает двигательные и физические возможности, корректирует нарушения, поддерживает здоровье инвалидов.

Основная задача состоит в формировании у занимающихся осознанного отношения к своим силам, твердой уверенности в них, готовности к смелым и решительным действиям, преодолению необходимых для полного функционирования субъекта физических нагрузок, а также потребности в систематических занятиях физической культурой и вообще в осуществлении здорового образа жизни в соответствии с рекомендациями валеологии, в формировании спортивной культуры инвалида, приобщение его к общественно-историческому опыту в данной сфере.

Своей ориентацией на хронических больных и инвалидов адаптивная физическая культура отличается от такого вида физической культуры, как «оздоровительно-реабилитационная, или лечебная физическая культура» или «двигательная реабилитация», которые рассматривают в качестве главной цели восстановление временно утраченных функций после заболевания, травм.

Также очень важным в адаптивной физической культуре является спортивное движение инвалидов. Оно представлено, международной организацией, занимающейся вопросами организации спортивных мероприятий для лиц с умственными отклонениями, паралимпийским движением и программой «Special Olympics», которая является основным организатором Специальной Олимпиады, проводящейся каждые 4 года.

В паралимпийском движении участвуют спортсмены-инвалиды с поражениями опорно-двигательного аппарата, с нарушениями слуха и зрения. Паралимпийская программа требует от спортсмена регулярной системы тренировки, участия во всех крупных международных соревнованиях, а главное уровня спортивно-

го мастерства не ниже I-II взрослых разрядов.

По сути дела, паралимпийские игры представляют собой олимпийские игры, но только для инвалидов, т.е. требуют использования всех резервных возможностей организма как в период соревнований, так и в период тренировок. Спортсмены-инвалиды с нарушениями интеллекта стали принимать участие в паралимпийских играх не так давно.

Для инвалидов с умственной отсталостью главными спортивными мероприятием являются игры «Special Olympics». Эта программа представляет собой особый вид спортивного движения, в котором победителем становится каждый участник.

Программа не предполагает высокого уровня спортивного мастерства, не требует от участника выполнения разрядных нормативов. Применяемый в ней принцип деления на дивизионы позволяет наградить медалью или лентой каждого участника.

Помимо соревновательных программ, требующих определенного уровня психической и тактической подготовленности, существует также раздел «Моторная активность», позволяющий участвовать в соревнованиях и занятиях инвалидам с тяжелыми степенями поражения ЦНС и опорно-двигательного аппарата.

Таким образом, адаптивная физическая культура ставит перед собой задачу максимального отвлечения людей с ограниченными возможностями от своих болезней и проблем в процессе соревновательной или рекреационной деятельности, предусматривающей общение, развлечение, активный отдых и другие формы нормальной человеческой жизни, а также стимулирует позитивные морфофункциональные сдвиги в организме, формируя тем самым необходимые двигательные координации, физические качества и способности, направленные на жизнеобеспечение, развитие и совершенствование организма.

Литература

1. Ачкасов, В.В. Подготовка специалистов по специальности «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» в условиях интеграции России [Текст] / Ачкасов, В.В. - М.:2007.- с.112
2. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры 2-е изд. [Текст] / Евсеев, С.П. - М.: Советский спорт, 2005. - 296 с.
3. Евсеев, С.П., Шапкова, Л.В. Адаптивная физическая культура [Текст] учеб. пособие / Евсеев, С.П., Шапкова, Л.В. – М.: 2000. – С. 9-17.

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗКУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

*Биленькая Ольга Николаевна, Чередникова Любовь Васильевна,
Самарский государственный университет путей сообщения,
г. Самара*

Аннотация. В статье особое внимание уделяется проблемам развития физкультурно-спортивного движения среди студенческой молодежи. Здоровье молодого поколения – один из показателей благополучия общества и государства. Повышение качества жизни молодого поколения, поддержку творческой молодежи, укрепление здоровья и физического развития, формирование здорового образа жизни всего населения.