

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.

*Ключевые слова:* физической культуры студентов, проблем развития физкультурно-спортивного движения, здоровье молодого поколения.

Уровень жизни нового тысячелетия повышает требования к физическому развитию человека, что ведет за собой необходимость разработки новых программ и нормативных требований по физическому воспитанию студентов. Согласно «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года» и федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации на 2006-2015 годы», в которых определены цели, задачи и основные направления реализации государственной политики в области развития физической культуры и спорта.

Президент Российской Федерации В.В. Путин взял под свой контроль деятельность студенческих спортивных клубов и поставил перед ними задачи по большему вовлечению студенчества в систематические занятия физической культурой и спортом, подготовка резерва для сборных команд страны.

Социально экономические преобразования в нашей стране привели к переосмыслению роли и функций физической культуры студентов как здоровьесберегающей системы, способствующей формированию человеческого потенциала будущего молодого специалиста.

Должное внимание необходимо уделить и решению проблем развития физкультурно-спортивного движения среди студенческой молодежи.

Многие студенты первого курса приходят слабо подготовленные: имеют неудовлетворительную физическую подготовленность, отсутствие мотивации к занятиям физической культурой и спортом, не имеют стремления улучшить свой физический статус и повысить физкультурную грамотность. Они считают, что физическая культура является необязательным элементом учебного процесса, т.к. в общеобразовательной школе последнее время недостаточно уделяется внимания занятиями физической культурой и спортом, а во многих «модных» лицеях, физическая культура введена в часы факультатива или вовсе отсутствует.

Здоровье молодого поколения – один из показателей благополучия общества и государства, т.к. не только отражает ситуацию в действительности, но и прогнозирует будущее.

Состояние здоровья студенческой молодежи непосредственно связаны с трудовыми ресурсами страны, ее безопасностью, политической стабильностью, экономическим благополучием и морально-нравственным уровнем населения. Количество студентов страдающие хроническими заболеваниями с каждым годом увеличивается.

Анализ медицинского обследования студентов нашего ВУЗа выявил, что на первом месте стоят заболевания опорно-двигательного аппарата, на втором нарушения зрения, на третьем – заболевания сердечно-сосудистой системы и желудочно-кишечного тракта.

Рост числа заболеваний студенческой молодежи связан с наследственными факторами, экологическими и социальными. Неблагоприятное воздействие на их здоровье оказывает и современная система образования:

- компьютеризация и интенсификация обучения;
- снижение двигательной активности;
- не рациональный режим питания, организация учебного процесса и отдыха.

ха.

Основным фактором формирования физической культуры личности, являются регулярные занятия физической культурой и спортом, способствующие выработки навыков самоконтроля и саморегуляции психических состояний, препятствующие асоциальным формам поведения.

Студенты, сознательно относящиеся к физической культуре, более развиты интеллектуально и физически, легче переносят все социально-бытовые неудобства и нагрузки.

Для создания необходимых условий в целях достижения нового, современного качественного общего и специального образования необходима оптимизация учебной и физической нагрузки обучающихся. Поэтому в образовательных учреждениях необходимо создавать условия для сохранения и укрепления здоровья обучающихся, в том числе и за счет увеличения объема и качества занятий физической культурой.

Наиболее эффективными мерами вовлечения молодежи в спорт являются строительство новых общедоступных спортивных сооружений и организация массовых спортивных мероприятий (такие как – «Кросс Наций», «Лыжня России» и т.д.)

Деятельность государственных структур в сфере физической культуры и спорта, намечая задачи на будущие периоды, должна быть, направлена на повышение качества жизни молодого поколения, поддержку творческой молодежи, укрепление здоровья и физического развития, формирование здорового образа жизни всего населения.

## **ЗАВИСИМОСТЬ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У СТУДЕНТОВ СИБИРСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО УНИВЕРСИТЕТА ОТ ВЫБОРА ИМИ СПОРТИВНОЙ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ.**

*Осипов Александр Юрьевич,*

*кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры.*

*Дорошенко Оксана Якубовна, Винникова Елена Владимировна,*

*Ст. преподаватели кафедры физической культуры.*

*Институт физической культуры, спорта и туризма.*

*Сибирский федеральный университет*

*г. Красноярск*

*Аннотация.* Сегодня, по данным научных исследований, наблюдается значительное снижение уровня здоровья и физического развития студентов. Так же выявлено и значительное снижение мотивации у молодых людей к занятиям физической культурой и спортом. Одним из путей повышения уровня физического здоровья и мотивации студентов к занятиям является организация и проведение учебных занятий по физической культуре в форме спортивных специализаций. Авторы статьи исследуют зависимость развития физических качеств у студентов выбравших различные виды спортивных специализаций.

*Ключевые слова:* Спортивные специализации, студенты, физическое развитие, физические качества.

*Abstract.* Today, according to scientific researches, considerable decrease in level of health and physical development of students is observed. As considerable decrease in motivation at young people to occupations by physical culture and sport is revealed also. One of ways of increase of level of physical health and motivation of students to occupa-