

падение интереса к занятиям спортом, низкий уровень поддержки талантливых спортсменов и практически полное отсутствие мероприятий по развитию социальной гражданственности и патриотизма.

Для решения существующих проблем было принято решение о разработке программы по организации оздоровительной и спортивной работы с детьми и молодежью в ДЮСШ «Малахит». В программу необходимо внести, такие задачи как: развитие спортивных достижений детей и молодежи, поддержка способных детей и молодежи, информационное обеспечение детей и молодежи, воспитание гражданственности и патриотизма, создание новых форм спортивно-оздоровительной работы с детьми и молодежью, организация детских и молодежных спортивно-массовых мероприятий. Наша работа, имеет наиболее значимые рубежи, которые призваны создавать условия для самореализации личности, и обеспечат реализацию личностно-ориентированной модели образования на практике, что соответствует гуманистической направленности.

*Библиографический список*

1. Бальсевич, В. К. Спортивно-ориентированное физическое воспитание; образовательный и социальный аспекты / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева. Текст: непосредственный // Теория и практика физической культуры. 2003. № 5. С. 19–22.

2. Виленский, М. Я. Методологический анализ общего и особенного в понятиях «здоровый образ жизни» и «здоровый стиль жизни» / М.Я. Виленский, С.О. Авчинникова. Текст: непосредственный // Теория и практика физической культуры. 2004. № 11. С. 2–7.

УДК 796.853.23

Закиров Р.М., Багдерин П.Г.

Zakirov R.M. Bagderin P.G.

*Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет, г. Пермь*

*Perm State Humanitarian-Pedagogical University, Perm,*

*Пермский государственный национальный*

*Исследовательский университет, г. Пермь*

*Perm state national research university, Perm*

[\*permjudo@mail.ru\*](mailto:permjudo@mail.ru)

**ОСОБЕННОСТЬ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА**

**ДЗЮДОИСТОВ**

**С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

**FEATURES OF TRAINING YOUNG JUDOISTS WITH VISUAL**

**IMPAIRMENTS**

*Аннотация.* Выявлены структура и особенности методических подходов тренировочного процесса обучения в адаптивном дзюдо и основные задачи воспитания в дзюдо.

*Abstract.* The structure and features of the methodological approaches

of the training process in adaptive judo and basic tasks of education in judo are revealed.

*Ключевые слова:* адаптивное дзюдо, тренировочный процесс обучения, дзюдоисты с ограниченными возможностями здоровья, физкультурное воспитание.

*Keywords:* adaptive judo, training process of education, actions, disabled judokas.

В традиционных искусствах боевого и спортивного единоборства народов Восточной и Центральной Азии накоплен огромный культурно исторический опыт, в котором в течение многих столетий аккумулировались лучшие достижения в области традиционной медицины, биоэнергетики, психологии, философии, культуры психической деятельности и т.д. Воинские искусства Востока необозримы, неисчерпаемы, как и поэзия, живопись, скульптура, архитектура древних, могучих цивилизаций.

Основные задачи воспитания в дзюдо: мировоззренческая подготовка (понимание целей и задач подготовки к ответственным соревнованиям, ценностного отношения к таким понятиям, как Отечество, честь, совесть); приобщение спортсменов к истории, традициям, культурным ценностям Отечества, российского спорта, своего вида спорта, формирование потребности в их приумножении; развитие таких качеств личности у спортсменов, как умение самоотверженно вести спортивную борьбу в любых условиях за выполнение поставленной задачи в конкретном соревновании); развитие стремления следовать нормам гуманистической морали, культуры межличностных отношений, уважения к товарищам по команде независимо от их национальности и вероисповедания; формирование убежденности в необходимости спортивной дисциплины, выполнения требований тренера; развитие потребности в здоровом образе жизни, готовности и способности переносить большие физические и психические нагрузки [1]. Именно физкультурное воспитание становится важнейшим способом формирования личности, целенаправленным педагогическим процессом, целью которого является приобщение людей к духовным и материальным ценностям физической культуры. Ценностные ориентации можно рассматривать как способ дифференциации человеком объектов окружающей среды по их субъективной значимости и привлекательности. В то же время они являются ценностным проявлением потребностей личности, интересов, целей и убеждений, становящихся ведущими мотивами деятельности человека

Анализ зарубежного и отечественного, в том числе исторического, опыта, показывает, что специфические медико-физиологические и психологические особенности для лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Как показывает практика, адаптивное дзюдо представляет собой уникальные возможности для социальной интеграции, предоставляя возможность выбора исходя из своих задатков и склонностей, вариативности посещения и объема занятий, возможных только при наличии желания занимающегося. В частности, в адаптивном дзюдо необычайно велика роль самовоспитания (самообладания, самооценки, самоконтроля, самовнушения, саморегуляции и т.п.) для лиц так с сенсорными нарушениями, так и с нарушением опорно-двигательного аппарата, без которой невозможно достичь серьезных результатов [2].

Проблема исследования: какова структура и особенности методических подходов тренировочного процесса обучения в адаптивном дзюдо дзюдоистов с ОВЗ в условиях современных требований построения тренировочных мероприятий.

Цель исследования – провести анализ методологических подходов и выявить структуры тренировочного процесса дзюдоистов с ОВЗ.

Для решения вопросов исследования анализировалась литература не только по теории и методике физической культуры и спорта, но и по смежным дисциплинам: физиологии, спортивной медицине и врачебному контролю, педагогике и психологии, адаптивной физической культуре, реабилитации детей с нарушением зрения, математической статистике.

В период исследования уровень активных физических нагрузок составило, основываясь на данных интервью специалистов в пределах 48,67% ( $\sigma = 8,79$ ) общего времени, отведенного на занятия, а обучение техническим действиям в пределах 24,62% ( $\sigma = 5,33$ ) общего времени, отведенного на занятия, рис. 1.

Таким образом, объем времени на восстановление и активный отдых 25,34% ( $\sigma = 4,81$ ).

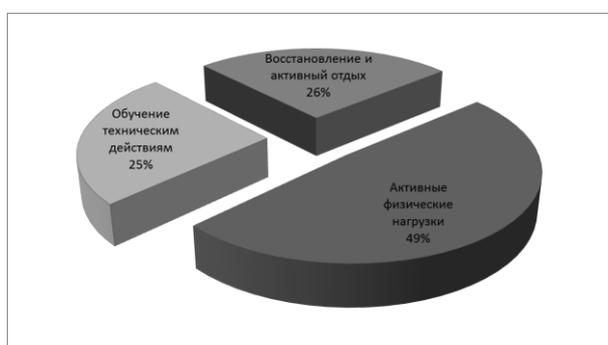


Рис.1. Структура тренировочных мероприятий дзюдоистов с сенсорными нарушениями.

К методологическим и методическим принципам воспитания в спортивной борьбе относятся педагогические принципы воспитания: гуманистический характер; воспитание в процессе спортивной деятельности; индивидуальный подход; воспитание в коллективе и через коллектив; сочетание требовательности с уважением личности юных спортсменов; комплексный подход к воспитанию (все для воспитания, все воспитывают); единство обучения и воспитания.

Методы использования и развития сохранных анализаторов на занятиях адаптивным дзюдо зависят от многих факторов. Необходимо учитывать степень и характер нарушения лиц с ОВЗ, уровень предыдущего сенсорного опыта и готовности сохранных анализаторов к восприятию тренировочных нагрузок; двигательную подготовленность, умение ориентироваться в пространстве.

*Библиографический список*

1. Еганов, А.В. Теория и методика спортивной тренировки дзюдоистов : учебник / А.В. Еганов. Москва : Теория и практика физической культуры и спорта, 2014. 212 с. Текст: непосредственный.
2. Закиров, Р.М. Адаптивное дзюдо для лиц с нарушением слуха: учеб. пособие / Р.М. Закиров. Пермь: Изд-во «ОТ и ДО». 2018. 71 с. Текст: непосредственный.
3. Закиров, Р.М. Дзюдо: программные основы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивно-адаптивных школ (ДЮСАШ), отделений и групп по адаптивному спорту в учреждениях дополнительного образования : учеб.-метод. пособие / Р.М. Закиров, И.В. Вержбицкий. Пермь: ОТ и ДО. 2015. 100 с. Текст: непосредственный.

УДК 373.1

*Зырянова А.С., Андрюхина Т.В.*

*Zyryanova A.S. Andruhina T.V.*

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

*Russian State Vocation Pedagogical University, Ekaterinburg*

*Zyryanushna@mail.ru*

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СОХРАНЕНИЯ И  
УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ МОЛОДЕЖИ**

**PSYHOLOGO-PEDAGOGICAL ASPECT OF PRESERVATION  
AND IMPROVING THE HEALTH OF YOUNG PEOPLE**

*Аннотация.* В статье рассмотрены актуальные психолого-педагогические аспекты сохранения и укрепления здоровья молодежи, пропаганды здорового образа жизни.

*Abstract.* The article deals with current psychological and pedagogical aspects of preserving and strengthening the health of young people, promoting a healthy lifestyle.

*Ключевые слова:* здоровье молодежи, здоровый образ жизни, физическая культура, пропаганда.