

ветственно). Среди внешних факторов, препятствующих занятиям фитнесом: нехватка времени и ограниченность ресурсов (52,0% и 33,3% соответственно).

Результаты анкетирования показали важность развития фитнес-услуг с точки зрения формирования ценностей здорового образа жизни молодежи Екатеринбурга, а также возможность и необходимость изучения обратной связи среди молодежи, занимающейся фитнесом. По результатам опроса были разработаны рекомендации по повышению качества предоставляемых ими услуг, в том числе регулярное изучение " обратной связи " от посетителей фитнес-клубов и центров. Несомненно, мотивация молодежи в различных типах образовательных учреждений требует отдельного анализа, который подлежит дальнейшему анализу.

Список литературы:

1. Вахнин Н.А., Вахнина Е.Г. Валеолого-педагогическое сопровождение физического воспитания студентов технического вуза как фактор профессиональной подготовки и творческого развития личности/ Н.А. Вахнин, Е.Г. Вахнина. Текст: непосредственный. // Теория и практика физической культуры. 2017. № 5. С.15-16.

2. Данике К.К., Здоровый образ жизни как ценность студенческой молодежи // Профессиональный проект: идеи, технологии, результаты: науч. журнал. Москва – Челябинск: ООО «Профессиональный проект», 2018. № 4 (33). С.16-22. Текст: непосредственный.

Кошкина А. С., Усрльцев Т. А.

Тюменский государственный нефтегазовый университет,
г. Тюмень

Адаптивный аспект физкультурно-спортивной деятельности студентов

Здоровье имеет в современной жизни большое социальное значение. Когда у молодого человека отменное здоровье, тогда свои биологические и социальные функции он будет выполнять с большей долей эффективности для общества.

Для всех людей, в частности и для лиц с ограниченными способностями физическая культура и спорт является одним из активно применяемых и популярных способов социальной и психологической реабилитации. Как сказал Д.А. Медведев, обращаясь ко всем участникам выставки «Reha Moscow International»: «Наша задача – создать полноценные комфортные условия для жизни инвалидов, создать такую развитую систему реабилитации, чтобы

граждане с ограниченными возможностями могли быть включены в полноценную жизнь».

Но, кто бы, что не говорил, адаптивная физическая культура всегда была и остается одной из наиболее сложных задач. По мнению С.П. Евсеева, АФК (адаптивная физическая культура) – наиболее организованный вид физического воспитания, охватывающий продолжительный период жизни (дошкольный, школьный, юношеский возраст), именно с такого возраста происходит приобщения к ценностям физической культуры.

В настоящее время интенсивно развивается адаптивная физическая культура и спорт, что проявляется в развитии массового спорта для всех людей с ограниченными возможностями, а именно проведения таких мероприятий, как: заезды на инвалидных колясках (для спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата), лыжные гонки с лидером (для спортсменов с нарушением зрения) и тому подобное.

Основной формой организованных занятий во всех видах адаптивной физической культуры является урочная форма.

В зависимости от целей, задач, программного содержания уроки подразделяются на:

- уроки образовательной направленности – для формирования специальных знаний, обучения разнообразным двигательным умениям;
- уроки коррекционно-развивающей направленности – для развития и коррекции физических качеств и координационных способностей, коррекции движений, коррекции сенсорных систем и психических функций;
- уроки оздоровительной направленности – для коррекции осанки, плоскостопия, профилактики соматических заболеваний, нарушений сенсорных систем;
- уроки лечебной направленности – для лечения, восстановления и компенсации, утраченных или нарушенных функций при хронических заболеваниях, травмах;
- уроки спортивной направленности – для совершенствования физической, технической, психической подготовки в избранном виде спорта;
- уроки рекреационной направленности – для организованного досуга, отдыха, игровой деятельности.

Исходя из широкого спектра необходимого спортивного оборудования и инвентаря, а также развития сопутствующей инфраструктуры не только на базах центров, школ, но, и также на уровне регионов в целом (например, адаптация транспортной системы), остро стоит вопрос финансирования спорта

людей с ограниченными возможностями. Данная проблема связана с тем, что произошла дифференциация среди государственного управления в вопросах вовлечения инвалидов в занятия адаптивной физической культурой и спортом.

В зависимости от специфики заболевания, категории инвалидности и этапов подготовки в сфере адаптивной физической культуры и спорте, люди с ограниченными возможностями в разной степени вовлечены в занятия спортом и физической культуры.

Считалось, что студентам с ограниченными возможностями нежелательно заниматься физическими упражнениями. Физическая культура не рассматривалась как эффективное средство реабилитации, развития физических возможностей, средство для укрепления здоровья, социализации студентов с ограниченными возможностями. Исследования в этой области показали, что необходимо уделять большое внимание к использованию средств физической культуры для организации активного отдыха, с целью увеличения двигательной активности для студентов с отклонениями в здоровье.

Во время занятий по физической культуре нужно создавать условия для студентов с отклонениями в здоровье, как со стороны преподавателей физического воспитания, так и со стороны сокурсников, привлекая их к участию в спортивных мероприятиях, и как участников, и как помощников. Переключение с одного вида деятельности на другой улучшает общее самочувствие, увеличивает функциональные возможности организма, повышает работоспособность.

Учитывая вышесказанное, адаптивная физическая культура является наиболее эффективным средством социальной адаптации и физической реабилитации, однако, используется это средство недостаточно. Создание равных условий людям с ограниченными возможностями в вопросе их вовлечения в занятия физической культурой и спортом – основное достижение развитых стран. Поэтому государство должно поощрять все виды спортивной деятельности людей с ограниченными возможностями, в частности, путем предоставления надлежащих средств и правильной организации этой деятельности.

Список литературы

1. Межман И. Ф., Ухина Н. В. Актуальные вопросы адаптивной физической культуры // Молодой ученый. 2015. №18. С. 427-429.
2. Чудная Р. В. Адаптивное физическое воспитание / Р. В. Чудная. Москва, 2000. 360 с.