

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход//Школа здоровья. 2000. Т. 7. №2, С.21 – 28
2. Козлова Н. С. Некоторые факторы риска ухудшения состояния здоровья школьников / Н. С. Козлова, А. В. Некрасова, И. Л. Горбунова // Молодой ученый. — 2014. — №10. — С. 384-387.
3. Концепция долгосрочного социально-экономического развития РФ на период до 2020 г
4. Завтрак увеличивает успеваемость в школе в два раза.// <http://mirfactor.ru/zavtrak-uvlichivaet-uspevaemost-v-shkole-v-dva-raza-uchenye/>
5. Мишина Н. Р. Здоровый образ жизни школьников как основа профилактики хронических заболеваний http://pedsovet.org/component/option,com_mtree/task,viewlink/link_id,151459/Itemid,118/
6. Сорокина, Л.А. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе как фактор повышения качества человеческого потенциала / Л. А. Сорокина, Д.В.Сухоруков, Е.В.Смирнова // Здоровьесберегающее образование. 2013. №1 (29), с. 111–114

Шадрин А.И.

Российский Государственный
профессионально-педагогический университет
г. Екатеринбург, Россия

ГИДРОРЕАБИЛИТАЦИЯ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Аннотация: Лица с ограниченными возможностями здоровья это одна из проблем общества, которая влечет за собой проблему осуществления социальной защиты таких лиц. В современное время политика защиты и организации работы с лицами с ОВЗ в основном направлена на реабилитацию и адаптацию лиц с ограниченными возможностями в обществе. А также создание равных условий для возможностей лица с ОВЗ на уровне социума и их интеграцию в общество.

Ключевые слова: Лица с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), Адаптивная физическая культура (АФК), гидрореабилитация.

Занятия физической культурой - это процесс, при котором в результате многократной, постоянно повышающейся физической нагрузки в организме человека наступают положительные функциональные биохимические и структурные изменения, что приводит к повышению его адаптационных возможностей. Это особенно важно для людей с ограниченными возможностями здоровья. В процессе занятий адаптивной физической культурой, с одной стороны, формируются новые и совершенствуются уже существующие двигательные навыки, а с другой стороны, развиваются и совершенствуются такие качества, как быстрота, выносливость, сила, гибкость и другие, которые определяют физическую дееспособность организма.

Программа по адаптивной физической культуре является составной частью системы социальной реабилитации лица с ОВЗ.

Проблемы физической реабилитации и социальной интеграции лица с ОВЗ средствами физической культуры и спорта решаются медленно. Основными причинами слабого развития физической культуры и спорта среди лица с ОВЗ является практическое отсутствие специализированных физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений, недостаток оборудования и инвентаря, так же ощущается нехватка профессиональных кадров. Не выражена в достаточной степени потребность в физическом совершенствовании у самих лица с ОВЗ, что связано с отсутствием специализированной пропаганды, подвигающей их к занятиям физической культурой и спортом.

Большую роль в этой непростой социальной ситуации является малая разработанность концепций и технических проблем физической культуры лица с ОВЗ. Знаменитый учёный А.В. Сахно, проведя анализ по зарубежной и отечественной литературе, посвящённой проблеме здоровья, убедился в том, что между понятиями «здоровье человека» и «лица с ОВЗ человека» стоит большая пропасть и что эти понятия описаны там как противоположные.

АФК часто путают с медицинской реабилитацией, но нельзя говорить, что они не взаимосвязаны, но всё же она в большей степени направлена на реабилитацию индивида, которая ориентирована на традиционную медицину: массаж, физиотерапия, психотерапия, фармакология. Адаптивная физическая культура в большей степени направлена на пробуждения человека к новой, более сложной жизни после перенесённой болезни или травмы. Адаптивный спорт помогает лица с ОВЗ поставить задачу максимально отвлечься от своих болезней и недугов, она предусматривает развлечение, общение, активный отдых и многие другие функции нормальной человеческой жизни.

Гидрореабилитация –это водная реабилитация, так же выступает как приоритетным направлением адаптивной физической культуры. Она представляет собой, педагогический процесс по передаче и усвоению накопленного опыта взаимоотношений специалиста и «лица с ОВЗ - лица, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящими к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты».

Водная реабилитация отражает процесс взаимоотношения человека и водной среды. Она так же обеспечивает формирование и воспитание личности, способной к саморазвитию, самоопределению и дальнейшему самосовершенствованию ее духовных, двигательных и интеллектуальных возможностей, имеющих в определенный возрастной период.

В сфере физической реабилитации лица с ОВЗ по-прежнему существует нехватка и недооценка того, что физкультура и спорт гораздо более важны для человека с ограниченными возможностями, чем для благополучных в этом отношении людей. Это связано с тем, что зачастую физическая культура имеет большую направленность на здоровых граждан. Активные физкультурно-спортивные занятия для лиц с ограниченными возможностями здоровья, а также участие в спортивных соревно-

ваниях являются формой необходимого общения, восстанавливают психическое равновесие, снимают ощущение изолированности, возвращают чувство уверенности и уважения к себе, дают возможность вернуться к активной жизни.

Применение средств физической культуры и спорта является эффективным, зачастую является единственным методом физической реабилитации и социальной адаптации.

Активизация работы людей с ОВЗ в области физической культуры и спорта, несомненно, способствует гуманизации самого общества, изменению его отношения к этой группе населения, и тем самым имеет большое социальное значение.

Библиографический список

1. Булгакова Н.Ж. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб.пос / Под ред. Н.Ж.Булгаковой. - М., 2005.-432
2. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учебное пособие/ С.П. Евсеев , Л.В. Шапкова. - М.: Советский спорт, 2000. — 240 с.
3. Лисовский В.А., Евсеев С.П., Голофеевский В.Ю., Мироненко А.Н. Комплексная профилактика заболеваний и реабилитация больных и лица с ОВЗов: Учебное пособие / Под ред. С.П.Евсеева. – М.: Советский спорт, 2001. – 320 с.

Шадрина Е.В., Шурыгина В.В.

ФГБОУ ВПО «БГПУ им. М. Акмуллы»,
г. Уфа, Башкортостан, Россия

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНО–ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СРЕДИ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Аннотация. На современном этапе развития общества в связи со значительным ухудшением состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности детей и подростков возникает объективная необходимость в грамотной организации управлением физкультурно-оздоровительной деятельностью в образовательных организациях. Для этого необходимо создание благоприятных условий для полной реализации возможностей в укреплении здоровья школьников, организации их внешкольной деятельности, достижении спортивного мастерства, которое формируется, как правило, в детском возрасте и подразумевает непрерывное совершенствование в избранном виде спорта [2].

Ключевые слова: организация физкультурно-оздоровительной деятельности, баскетбол, двигательная активность, оздоровительное воздействие, морфофункциональные особенности, состояние здоровья, физическая подготовленность.

Учитывая положительное оздоровительное воздействие баскетбола на организм человека, а также популярность среди детей и подростков, его можно отнести к одному из самых востребованных игровых видов спорта.

Известно, что при занятиях баскетболом используются различные виды двигательной активности, такие как ходьба, бег, прыжки, ведение мяча и другие. При этом