

ЛИТЕРАТУРА

1. Психосоциальная адаптация пожилых людей средствами физкультурно-оздоровительных мероприятий: методические рекомендации / Петрунина С. В., Кирюхина И.А., Хабарова С.М. – Пенза: Изд-во ПГУ, 2013. -44 с.
2. Петрунина С.В., Хабарова С.М., Кирюхина И.А. Особенности коррекции двигательных действий у людей с различной патологией в функциях опорно-двигательного аппарата// Международный Научно-исследовательский журнал = Reseach Journal of International Studies. 2013. № 5-3 (12). С.37-39
3. Петрунина С.В., Хабарова С.М., Кирюхина И.А., Рогов А.А. Определение силы чувствительности нервных процессов у инвалидов // Международный Научно-исследовательский журнал = Reseach Journal of International Studies. 2013. №10 (17), С. 29-30

THE LITERATURE

1. Psychosocial adaptation of older persons by means of fizkulturno-improving actions: methodical recommendations / Petrunina S. V, Kirjuhina I.A., Habarova S.M. - Penza: Publishing house PGU, 2013.-44 with.
2. Petrunina S.V., Habarova S.M., Kirjuhina I.A.feature of correction of impellent actions at people with a various pathology in functions of the oporno-impellent device//the International Research magazine = Reseach Journal of International Studies. 2013. № 5-3 (12). S.37-39
3. Petrunina S.V., Habarova S.M., Kirjuhina I.A., A.A.definition's Horns of force-sensitivity of nervous processes at invalids//the International Research magazine = Reseach Journal of International Studies. 2013. №10 (17), With. 29-30

IMPROVING WALKING AS MEANS OF INCREASE OF IMPELLENT ACTIVITY OF OLDER PERSONS

*Petrunina S.V., Orlova L.M., Evstratov A.A.
Penza state university,
Penza, Russia*

УДК 796

ВОЗМОЖНОСТИ ПОДГОТОВКИ К СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ФУНКЦИЙ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА ПОСРЕДСТВОМ АДАПТИВНОГО ПЛАВАНИЯ В ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

*Петрунина С.В., Хабарова С.М.
Пензенский государственный университет,
г. Пенза, Россия*

Аннотация. В статье представлен начальный этап комплексного обучения детей с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата посредством адаптивного плавания

Ключевые слова: церебральный паралич, водная среда, двигательная коррекция, индивидуальные упражнения, методические приемы.

Abstract. The article presents the starting of the integrated education of children with disabilities of locomotor system.

Keywords: cerebral palsy, the aquatic environment, motion correction, individual exercises, teaching methods.

В последнее время все большее внимание уделяется адаптивному спорту в России. Наши спортсмены-паралимпийцы успешно выступили на Зимних Па-

ралимпийских играх 2014 года в г. Сочи. Все это способствовало открытию и развитию адаптивных школ и отделений в различных регионах нашей страны.

Различные исследования авторов в области адаптивной физической культуры (В. С. Дмитриев, А. В. Сахно, С. П. Евсеев, 1998; Ю. А. Назаренко, 1999; Л. В. Шапкова, 1999, Орешкина Ю.А., 2000, Петрунина С.В. 2003, Галицкая О.В, 2007 и др.) указывают на положительное влияние как коррекционных, так и спортивно-оздоровительных занятий в водной среде, на физическое развитие, и социальную адаптацию инвалидов.

Отмечается, что плавание среди лиц с ограниченными возможностями в состоянии здоровья является эффективным и доступным видом как двигательной реабилитации, так и спортивным совершенствованием. Нами проводятся исследования с сентября 2013 года во Дворце водного спорта «Сура» в группе адаптивного плавания.

Цель работы отделения – улучшение физического состояния занимающихся, а также подготовка их для участия в соревнованиях.

Прежде чем проводить исследования и начинать начальное обучение простейшим плавательным упражнениям, было проведено тестирование функциональных показателей детей. Измерялся пульс, давление, динамометрия (кистевая и станочная), проводились тесты на выносливость и на моторику.

В исследовании принимают участие дети от 7-12 лет с нарушением функций опорно-двигательного аппарата (ДЦП) в количестве 20 человек. Все дети до начала занятий не могли держаться на воде и не умели плавать. После цикла занятий, которые проходили три раза в неделю по 60 минут, в течение трех месяцев, все занимающиеся научились держаться на воде, правильно выполнять выдохи в воду и проплывать короткие отрезки без остановки. Занятия проводились организованно и каждому ребенку индивидуально давались упражнения и задания по мере дефекта и по степени заболевания.

В конце третьего месяца, проводились первые соревнования на приз Деда Мороза, где дети проплывали дистанцию 25 метров вольным стилем. Все занимающиеся справились с поставленной задачей, доплыв дистанцию.

Нами была определена контрольная и экспериментальная группа, каждая из состоит 10 человек. После следующего цикла занятий, уже в марте 2014 года, занимающиеся проплыли на соревнованиях 25 метров и готовились к преодолению новой дистанции 50 метров. Протоколы соревнований свидетельствуют о том, что все дети улучшили результаты на дистанции 25 метров. А также преодолели дистанцию 50 метров.

Педагогические наблюдения, свидетельствуют о том, что у детей улучшилось состояние здоровья, родители отмечают повышенный интерес у детей к занятиям. А после соревнований, было видно у детей, сколько было радости в глазах от завоеванных медалей.

Хочется отметить, что правильно выбранные методические приемы, индивидуальный подход, способствует эффективному обучению, развитию двигательной активности и успешному выступлению на соревнованиях детей с нарушением функций опорно-двигательного аппарата (ДЦП) Дальнейшие исследования и результаты будут отражены в диссертационной работе.

REFERENCES

1. Petrunina S.V., Khabarova S.M., Kiryuhina I.A. Investigation of biomechanical factors of walking of disabled and healthy people //2nd International Scientific Conference “European Applied Sciences: modern approaches in scientific researches”: Volume 2. Papers of 1st International Scientific Conference (Volume 1). February 18-19, 2013, Stuttgart, Germany. P. 120-121.
2. Petrunina S.V., Khabarova S.M., Kiryuhina The basic technology of psycho-social adaptation of disabled people through individual swimming exercises // Europäische Fachhochschule, European Applied Sciences, #2 – 2013., ORT Publishing. Stuttgart, Germany, P.99-100
3. Petrunina S.V., Khabarova S.M., Kiryuhina I.A. The basic technology of psychosocial adaptation of disabled people through individual swimming exercises: monograph / 1st edition. – Vienna: “East West” Association for Advances Studies and Higher Education GmbH, 2014.

OPPORTUNITIES FOR TRAINING AND PREPARATION FOR THE COMPETITIVE ACTIVITY OF CHILDREN WITH IMPAIRED LOCOMOTOR SYSTEM BY ADAPTIVE NAVIGATION IN THE PENZA REGION.

Petrunina S.V., Khabarova S.M
PhD assistant professor , Penza State University,
Penza, Russia

УДК 629.322

ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ВЕЛОСПОРТА В РОССИИ

Пилаг Владислав Андреевич
студент 3 курса Исторического факультета
Стерлитамакского Филиала Башкирского Государственного Университета,
г. Стерлитамак, Россия

Аннотация: В статье рассмотрена история появления и развития велосипедного спорта в России. А так же основные даты и события произошедшие за период развития велоспорта. Спортсмены и достижения в велоспорте.

Ключевые слова: велоспорт, Международный Союз велосипедистов, Московское общество велосипедистов, Санкт-Петербургское общество велосипедистов, соревнования, дистанция, спортсмены.

Abstract: The article describes the history of the emergence and development of cycling in Russia. As well as the main dates and events have occurred over the period of the development of cycling. Athletes and achievements in cycling.

Index terms: Cycling, International Cycling Union, Moscow Society of cyclists, St. Petersburg Society of cyclists, competition, distance athletes.

Первый велосипед, как средство передвижения был сконструирован нашим соотечественником крепостным мастером Артамоновым, но, к большому сожалению, его изобретение в России в это время не прижилось.

Однако в середине XIX в. России приходилось уже заказывать велосипеды из Англии и Германии. Владельцы купившие данное транспортное средство должны были зарегистрировать его в городской управе. К 1880 году в Санкт-Петербурге было зарегистрировано около 100 велосипедов[3]. Спустя несколько лет этот вид транспорта начинает распространяться по всей России. Велосипедами можно было пользоваться только вне черты города.