

**ГОУ ВПО ЛНР «ЛУГАНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ТАРАСА ШЕВЧЕНКО»
ФГБОУ ВО «КЕРЧЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МОРСКОЙ
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МЕДИЦИНСКАЯ АКАДЕМИЯ ИМЕНИ С.И. ГЕОРГИЕВСКОГО
ФГАОУ ВО «КРЫМСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ
В.И.ВЕРНАДСКОГО**



**АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РЕАБИЛИТАЦИИ,
АДАПТИВНОЙ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Материалы

**II Международной научно-практической конференции
25 – 26 апреля 2018**



г. Луганск

СОДЕРЖАНИЕ

РАЗДЕЛ I. МЕДИЦИНСКАЯ И ФИЗИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ

Бобрик Ю.В., Шпаковский В.Н., Мороз Г.А.

Сравнительная характеристика эффективности реабилитации пациентов с полисегментарным остеохондрозом позвоночника с использованием суховоздушных тепловых и аэрозольных пантовых ванн и традиционной сауны..... 7

Букиа С.Б.

Социальные аспекты реабилитации..... 11

Букиа С.Б.

Комплексная программа физической реабилитации при артритах..... 16

Виенко М.И., Кузьменко Е.

Современные подходы к реабилитации остеохондроза.....21

Плякина В.В., Юницкая Д.

Реабилитация двигательных нарушений при детском церебральном параличе в условиях специализированного центра.....27

Клименко И.В.

Алгоритм использования образовательно – абилитационных технологий в процессе обучения студентов с инвалидностью.....32

РАЗДЕЛ II. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ, ФИТНЕС

Асташова Е. Н., Лимонченко А. С.

Положительное влияние развития гибкости на организм человека.....38

Бурлакова Т.Л.

Значение современных оздоровительных систем для физического воспитания школьников.....47

Вовк Л.В.

Влияние физкультурно-спортивной информации на отношение студентов к занятиям физическими упражнениями 54

Горбенко Н.И., Зинченко П.К., Михайлугов Е.П.

Обучение студентов методам самоконтроля в процессе физической нагрузки.....59

Драгнев А. А., Драгнев А.М.

Инновационные технологии физического воспитания в учебных учреждениях64

Клименко И.В., Коваленко Ю.М.	
Состояние программно – методического обеспечения занятий физического воспитания детей дошкольного возраста в дошкольных образовательных учреждениях.....	67
Колпаков Д.А.	
Особенности выполнения броска подкласса «прогибаясь» высококвалифицированными борцами греко-римского стиля	73
Кострыкин В.Я , Хвостиков И.П.	
Факторы эффективности влияющие на занятия по физическому воспитанию студентов в высших учебных заведениях.....	78
Лицоева Н.В.	
Анализ показателей иммунного статуса у спортсменов, как условие оптимизации тренировочного процесса.....	84
Максимова Н.В.	
Юношеский спорт в системе развития физической культуры и здравоохранения учащейся молодежи.....	89
Олефир А.В.	
Пропаганда здорового способа жизни: фитнес, как социальное явление.....	93
Попелухина С.В.	
Инновационные фитнес технологии в спорте высоких достижений.....	99
Прищепина Н.Н., Полещук Е.В., Кобелев С.Ю.	
Формирование навыков здорового образа жизни детей школьного возраста, способами игровой и соревновательной деятельности.....	104
Твердохлебова Ю.М., Сероштан В.М.	
Методология повышения адаптационных возможностей студентов, девушек на занятиях силовой аэробикой.....	109
Хорьяков В.А., Соколова В.Ю.	
Повышение функциональных возможностей студенток с помощью круговой тренировки	113
Шимкевичус В.В., Клименко И.В., Чехова В.Е.	
Влияние оздоровительного фитнеса на физическое развитие студенток педагогического университета.....	118

РАЗДЕЛ III. АДАПТИВНАЯ И ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Аверкиева Н.А., Мамаева Е.В.

Роль адаптивной физической культуры в общеобразовательных
заведениях.....122

Безуглая Л.И.

Оздоровительная физическая культура со студентами специальной
медицинской группы.....126

Вовк В.М., Сероштан В.М.

Теоретические и методологические предпосылки исследования
преимущественности адаптивной физической культуры школьников
и студентов.....130

Демерков С.В., Осипов В.Н., Гарькавченко Н.Г.

Влияние окружающей среды на здоровье студенческой молодежи.....135

Донченко А.В., Горячев М.Р., Цыцора С.В.

Здоровый образ жизни – основная гарантия здоровья
студенческой молодежи.....142

Еременко Е.Ю., Воробьев А.А.

Укрепление мышц зрительного аппарата у студентов 1-2 курсов
используя зрительную гимнастику.....148

Захаров В.И., Кудинов Н.И., Степаненко А.В.

Виды и задачи адаптивной физической культуры.....150

Николаева Е.А., Васецкая Н.В.

Моделирование системы коррекционного физического воспитания
студентов вузов с ограниченными психофизическими
возможностями.....156

Погорелова И.А., Погорелов П.В.

Современные аспекты адаптивной физической культуры.....163

Прихода И.В., Толубицкая А.В., Чакова И.И.,

Данильченко В.А., Балыка А.К., Шевердин М.В.

Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура): новое направление
в образовании, науке и практике.....167

Сведения об авторах.....178

Информация для авторов.....181

стимула жизнедеятельности, используя сохранные функции, остаточное здоровье, природные физические ресурсы и духовные силы лиц с ОВЗ, максимально приблизить психофизические возможности организма и личности к социализации, адаптации к трудовой деятельности или переквалификации и вообще саморазвитию, самовыражению и самореализации в обществе [3, с. 26].

Однако, несмотря на то, что в последние годы значительно активизировалась работа по развитию физической культуры и спорта среди лиц с ОВЗ, еще многие проблемы остаются нерешенными:

1. Серьезной проблемой является отсутствие доступности спортивных сооружений для лиц с ОВЗ.

2. Требуется совершенствования законодательства о социальной защите спортсменов-инвалидов.

3. Остро ощущается нехватка методик и программ физкультурно-оздоровительных занятий для лиц с ОВЗ.

4. Продолжает оставаться низким общее количество лиц с ОВЗ, вовлеченных в занятия физической культурой и спортом [4].

Список использованных источников.

1. Евсеев, С.П. Теория и организация адаптивной физической культуры: учебник для высш. учеб. заведений: в 2 т. Т.1: Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физической культуры / под ред. С.П. Евсеева. М.: Сов. Спорт, 2005. 296 с.

2. Евсеев С.П., Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учеб. пособие. М.: Советский спорт, 2000. 240 с.

3. Озолина Е.В, Дмитриев В.С., Рубцова Н.О. Адаптивная физическая активность как новая дисциплина в семействе спортивных наук //Теория и практика физической культуры. 1999, № 5. С. 21-26.

4. Федеральный закон от 13 января 1996 г. N 12-ФЗ "О внесении изменений и дополнений" в Закон Российской Федерации "Об образовании".

© Погорелова И.А., Погорелов П.В.

УДК [796.035-056.24]

Прихода И.В.,
к. мед. н., доцент,
Толубицкая А.В.,
магистрант
Чакова И.И.,

магистрант
Данильченко В.А.,
магистрант,
Балыка А.К.,
магистрант
Шевердин М.В.,
магистрант

ГОУ ВПО «Луганский национальный университет
имени Тараса Шевченко», г. Луганск

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЛЯ ЛИЦ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В
СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ (АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ
КУЛЬТУРА): НОВОЕ УЧЕБНОЕ, НАУЧНОЕ И ПРАКТИЧЕСКОЕ
НАПРАВЛЕНИЕ.**

Прихода И.В., Толубицкая А.В., Чакова И.И., Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура): новое учебное, научное и практическое направление. В статье обобщены, систематизированы и изложены современные данные о физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивной физической культуре) как о новом направлении в образовании, науке и практике. Проанализированы и представлены цель, задачи, виды и содержание физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивной физической культуры).

Ключевые слова: физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура), направление, образование, наука, практика.

Prikhoda I.V., Tolubitskaya A.V., Chakova I.I., Physical culture for persons with disabilities in the state of health (adaptive physical culture): a new educational, scientific and practical direction. Physical culture for persons with disabilities in the state of health (adaptive physical culture): a new educational, scientific and practical direction. The article summarizes, systematizes and presents current data on physical culture for persons with disabilities in the state of health (adaptive physical culture) as a new direction in education, science and practice. The goal, tasks, types and content of physical culture for persons with disabilities in the state of health (adaptive physical culture) have been analyzed and presented.

Key words: physical culture for persons with disabilities in the state of health (adaptive physical culture), direction, education, science, practice.

Актуальность исследования. Рост заболеваемости, травматизма, временной и стойкой нетрудоспособности (инвалидности) населения в большинстве стран мира связан с усложнением производственных процессов, увеличением транспортных потоков, возникновением военных конфликтов, развитием техногенных катастроф, ухудшением экологической обстановки и др. Он обусловил появление новых направлений в образовании, науке и практике [1, с. 5-6; 6, с. 4-5; 9, с. 4-5].

Анализ последних исследований и публикаций. Говорить о физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивной физической культуре) как о новом направлении в образовании, науке и практике можно весьма условно, так как в Российской Федерации (РФ) она известна с 1996 г., когда в соответствии с решением Государственного комитета РФ по высшему образованию (Госкомвуза РФ) от 13. 06. 1996 г. была открыта и внесена в Классификатор направлений и специальностей высшего профессионального образования (ВПО) новая специальность 02.25.00 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» (приказ № 1309 от 24. 07. 1996 г.) [8, с. 6-7; 9, с. 6-7].

Министерство образования и науки (МОН) РФ сохранило в перечне направлений и специальностей ВПО специальность 02.25.00 (приказ № 686 от 02. 03. 2000 г.) и дополнило Классификатор направлений и специальностей среднего профессионального образования (СПО) специальностью 03.23 «Адаптивная физическая культура» (приказ № 1809 от 19. 06. 2000 г.) [8, с. 6-7; 9, с. 6-7].

В этот период были разработаны и утверждены соответствующие государственные образовательные стандарты (ГОС) ВПО и СПО по этим направлениям и специальностям [8, с. 7-8; 9, с. 7-8].

Цель исследования – обобщить, систематизировать и изложить современные данные о физической культуре для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивной физической культуре) как о новом направлении в образовании, науке и практике.

Задачи исследования: проанализировать и представить цель, задачи, виды и содержание физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивной физической культуры).

Материалы и методы исследования. Материалом исследования было новое направление в образовании, науке и практике – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Методом исследования был метод аналитического обзора учебно-методической и научной литературы, сайтов всемирной информационной сети Интернет и нормативно-правовых документов.

Результаты исследования и их обсуждение. Новое направление в образовании. В настоящее время в соответствии с ГОС ВПО 3+ специальность имеет 2 шифра: 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» (образовательно-квалификационный уровень «бакалавр адаптивной физической культуры») и 49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» (образовательно-квалификационный уровень «магистр адаптивной физической культуры»), в соответствии с ГОС СПО 3+ специальность имеет 1 шифр: 49.02.02 «Адаптивная физическая культура» (образовательно-квалификационный уровень «учитель адаптивной физической культуры») [8, с. 7-8; 9, с. 7-8].

Таким образом, вузы осуществляют образовательную деятельность по специальностям 49.03.02 и 49.04.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)», а техникумы, колледжи, училища и лицеи – по специальности 49.02.02 «Адаптивная физическая культура» [8, с. 7-8; 9, с. 7-8].

Новое направление в науке.

В 2000 г. МОН РФ включило проблемы теории и методики адаптивной физической культуры в паспорт специальности научных работников – 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» [8, с. 8-9; 9, с. 8-9].

В 2000 г. ряд государственных и общественных организаций и учреждений г. Санкт-Петербурга: Государственная академия физической культуры имени П.Ф. Лесгафта (ныне – Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта), Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры, Международный университет семьи и ребенка имени Р. Валленберга (ныне – Институт специальной педагогики и психологии имени Р. Валленберга), Специальный Олимпийский комитет г. Санкт-Петербурга, информационное агентство «Открытый путь» начали издавать ежеквартальный журнал «Адаптивная физическая культура» (главный редактор – доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья

имени П.Ф. Лесгафта Евсеев С.П.). Журнал аккредитован Высшей аттестационной комиссией МОН РФ (ВАК МОН РФ) в качестве специализированного научного издания для публикаций результатов научных исследований, распространяется на территории РФ и стран СНГ [8, с. 8-9; 9, с. 8-9].

Таким образом, вузы и научно-исследовательские институты осуществляют научную деятельность по специальности 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» [8, с. 8-9; 9, с. 8-9].

Новое направление в практике.

В 2000 г. Министерство труда и социального развития РФ согласовало представленные Министерством РФ по физической культуре, спорту и туризму дополнения в разряды оплаты труда Единой тарифной сетки и тарифно-квалификационные характеристики по новым должностям:

инструктор-методист по адаптивной физической культуре (включая старшего) (7 – 14 разряды) (на базе образовательно-квалификационного уровня «бакалавр адаптивной физической культуры») и тренер-преподаватель по адаптивной физической культуре (включая старшего) (6 – 14 разряды) (на базе образовательно-квалификационного уровня «магистр адаптивной физической культуры») [8, с. 9-10; 9, с. 9-10].

Все это позволяет сделать вывод о том, что в РФ к настоящему времени сформированы основные контуры образовательного, научного, практического, правового и информационного пространства адаптивной физической культуры.

Однако достаточно быстрое развитие и внедрение адаптивной физической культуры в систему образовательных и научных организаций и учреждений РФ породили ряд трудностей и противоречий, обусловленных недостаточно четкой разработанностью ее проблемного поля, методологических основ, принципов, функций и др. [1, с. 5-6; 2, с. 5-6; 11].

Дело в том, что адаптивная физическая культура интегрирует в себе как минимум 3 крупных области знания (физическую культуру, клиническую медицину, коррекционную педагогику) и большое количество учебных и научных дисциплин (нормальную анатомию и физиологию, патологическую анатомию и физиологию, биохимию, биомеханику, общую и социальную гигиену, общую и специальную психологию, общую и специальную педагогику и т.д.) [5, с. 6-7; 6, с. 6-7].

Все это приводит к различным трактовкам сущности адаптивной физической культуры, что предопределяется образовательными и научными

предпочтениями научно-педагогических работников, их квалификацией, предшествующим опытом работы и т.д. [3, с. 5-6; 4, с. 5-6].

Так, например, в среде научно-педагогических работников, и особенно в массовом сознании, доминирует представление о тождественности адаптивной и лечебной физической культуры или физической реабилитации. На самом деле, как показывает международный опыт и отечественная практика, прежде всего в области адаптивного спорта (или спорта инвалидов), это совсем не так. Адаптивная физическая культура представляет собой значительно более емкий и широкий социальный феномен, основной целью которого является социализация или ресоциализация личности инвалида или человека с отклонениями в состоянии здоровья, поднятие уровня качества их жизни, наполнение ее новым содержанием, смыслом, эмоциями, чувствами, а не только их лечение с помощью тех или иных физических упражнений или физиотерапевтических процедур [1, с. 6-7; 2, с. 6-7; 5, с. 7-8; 6, с. 7-8].

В настоящее время в РФ накоплен большой опыт применения методов и средств физической культуры в работе с лицами с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов и другие маломобильные группы населения, особенно в лечебном и образовательном направлениях. Проводятся многочисленные научные исследования частных проблем адаптивной физической культуры. Однако явно недостает обобщающих работ, в которых бы авторы рассматривали методологическую платформу этой области социальной практики. Поэтому вполне естественны дублирования, преобладание в работах методов исследования той или иной устоявшейся области знаний, что, безусловно, снижает эффективность проводимых исследований и, особенно, внедрение и использование в практике результатов научных изысканий и передового опыта педагогов-новаторов [3, с. 6-7; 4, с. 6-7].

Одним из важнейших требований сегодняшнего дня является разработка методологических основ адаптивной физической культуры, фундаментализация образования в этой области, конкретизация объекта, цели, задач, содержания, видов адаптивной физической культуры, ее функций и принципов [1, с. 6-7; 2, с.6-7; 7, с.7-8; 8, с. 7-8].

Как видно из названия специальности, ее основами являются «Теория и организация адаптивной физической культуры» (для ВПО и специальностей 49.03.02, 49.04.02) и «Теория и методика адаптивной физической культуры и ее частные методики» (для СПО и специальности 49.02.02). Они базируются на общей теории и методике физической культуры, которая выступает по отношению к ним родовым явлением [3, с. 6-7; 4, с. 6-7; 10, с. 5-6].

Однако в отличие от базовой дисциплины объект познания и преобразования в адаптивной физической культуре – не здоровые, а больные люди, в том числе инвалиды и другие маломобильные группы населения. Необходимо еще раз подчеркнуть, что деятельность будущих специалистов адаптивной физической культуры будет осуществляться именно с той категорией населения, которая утратила какие-либо функции на достаточно длительный срок, а зачастую – навсегда (например, лица, перенесшие ампутацию конечностей, удаление пораженного органа и др.) [6, с. 8-9; 9, с. 8-9].

Все это требует значительной, а иногда принципиальной трансформации (приспособления, коррекции, или, по-другому, адаптации) задач, принципов, средств, методов, организационных форм основных разделов (или видов) базовой дисциплины применительно к столь необычной для физической культуры категории занимающихся. Отсюда название – «адаптивная физическая культура» [1, с. 8-9; 2, с. 8-9].

Именно своей ориентацией на инвалидов и другие маломобильные группы населения адаптивная физическая культура отличается от одного из разделов (видов) общей физической культуры, который называется «оздоровительно-реабилитационная, или лечебная физическая культура» или «двигательная реабилитация». Данный раздел в качестве главной цели предусматривает восстановление временно утраченных функций после заболевания, травм и т.д. [3, с. 6-7; 4, с. 6-7; 10, с. 5-6].

По сложившейся в нашем обществе системе мировоззренческих взглядов, инвалидами и лицами с устойчивыми отклонениями в состоянии здоровья занимались представители здравоохранения, социального обеспечения, образования, но не физической культуры. Она же была ориентирована на здоровых или (как исключение) на временно утративших те или иные функции, а что касается наиболее развитого как в теоретическом, так и в практическом аспекте раздела данного вида физической культуры и спорта, то он вообще предусматривает активную деятельность с лицами не просто здоровыми, но и моторно-одаренными. Причем попасть в число последних было крайне трудно, так как в каждом виде спорта действовала довольно жесткая система отбора перспективных спортсменов [3, с. 7-8; 4, с. 7-8; 10, с. 6-7].

Если обратиться к учебным планам и программам дисциплин специальности, а в дальнейшем и направления «Физическая культура», являющихся своеобразной моделью содержания знаний, умений и навыков выпускников вузов и факультетов физической культуры и спорта, то легко будет убедиться в том, что практически все дисциплины, включая

дисциплины медико-биологического и психолого-педагогических циклов, содержат сведения только о здоровом человеке. Исключением являются 2 дисциплины: лечебная физическая культура и спортивная медицина, которые изучают в основном заболевания и повреждения, характерные для спортивной деятельности [3, с. 8-9; 4, с. 8-9; 10, с. 7-8].

Уместно будет вспомнить и о перечне медицинских противопоказаний для абитуриентов вузов физической культуры и спорта, который определяет значительно более высокие требования к состоянию здоровья будущих студентов вузов данного профиля по сравнению со всеми другими образовательными учреждениями. Этот перечень, по существу, перекрывал путь в вузы физической культуры и спорта инвалидам и лицам с ограниченными физическими и психическими возможностями, а само содержание образования, состоящее из сведений практически только о здоровых и моторно-одаренных людях, значительно снижало мотивацию его получения теми, кто хотел бы посвятить свою жизнь работе с инвалидами [2, с. 9-10; 5, с. 9-10; 7, с. 8-9; 8, с. 8-9].

Сказанное позволяет заключить, что в РФ ВПО в сфере физической культуры получали в подавляющем большинстве только здоровые люди, как правило, бывшие и действующие спортсмены, а ориентировано оно было на работу специалистов со здоровыми и двигательнo-одаренными детьми и взрослыми. Утверждение Госкомвузом РФ новых специальностей по адаптивной физической культуре послужит активизации деятельности вузов в подготовке кадров для данного благородного дела.

Рассмотрим основные положения концепции адаптивной физической культуры [1, с. 8-12; 2, с. 7-11; 8, с. 8-12].

Цель адаптивной физической культуры как вида физической культуры, может быть определена так: максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии (оставшихся в процессе жизни) его телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта.

Рассмотрим кратко содержание основных видов адаптивной физической культуры, их содержание и основные задачи (рисунок 1).



Рисунок 1. Виды адаптивной физической культуры

Виды адаптивной физической культуры. Адаптивное физическое воспитание (образование). Содержание адаптивного физического воспитания (образования) направлено на формирование у инвалидов и людей с отклонениями в состоянии здоровья комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков; на развитие широкого круга основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей различных органов и систем человека; на более полную реализацию его генетической программы и, наконец, на становление, сохранение и использование оставшихся в наличии телесно-двигательных качеств инвалида.

Основная задача адаптивного физического воспитания состоит в формировании у занимающихся осознанного отношения к своим силам, твердой уверенности в них, готовности к смелым и решительным действиям, преодолению необходимых для полноценного функционирования субъекта физических нагрузок, а также потребности в систематических занятиях физическими упражнениями и вообще в осуществлении здорового образа жизни в соответствии с рекомендациями валеологии.

Адаптивный спорт. Содержание адаптивного спорта (как базового, так и высших достижений) направлено, прежде всего, на формирование у инвалидов (особенно талантливой молодежи) высокого спортивного мастерства и достижение ими наивысших результатов в его различных видах в состязаниях с людьми, имеющими аналогичные проблемы со здоровьем. Адаптивный спорт в настоящее время развивается преимущественно в рамках крупнейших международных Паралимпийского и Специального Олимпийского движений.

Основная задача адаптивного спорта заключается в формировании спортивной культуры инвалида, приобщении его к общественно-историческому опыту в данной сфере, освоении мобилизационных,

технологических, интеллектуальных и других ценностей физической культуры.

Адаптивная двигательная рекреация. Содержание адаптивной двигательной рекреации направлено на активизацию, поддержание или восстановление физических сил, затраченных инвалидом во время какого-либо вида деятельности (труд, учеба, спорт и др.), на профилактику утомления, развлечение, интересное проведение досуга и вообще на оздоровление, улучшение кондиции, повышение уровня жизнестойкости через удовольствие или с удовольствием.

Основная задача адаптивной физической рекреации состоит в привитии личности инвалида проверенных исторической практикой мировоззренческих взглядов Эпикура, проповедовавшего философию (принцип) гедонизма, в освоении инвалидом основных приемов и способов рекреации.

Адаптивная физическая реабилитация. Содержание адаптивной физической реабилитации направлено на восстановление у инвалидов временно утраченных или нарушенных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок в связи с основной патологией, являющейся причиной инвалидности) после перенесения различных заболеваний, травм, физических и психических перенапряжений, возникающих в процессе какого-либо вида деятельности или тех или иных жизненных обстоятельств.

Основная задача адаптивной физической реабилитации заключается в формировании адекватных психических реакций инвалидов на то или иное заболевание, ориентации их на использование естественных, экологически оправданных средств, стимулирующих скорейшее восстановление организма; в обучении их умениям использовать соответствующие комплексы физических упражнений, приемы гидровибромассажа и самомассажа, закаливающие и термические процедуры и другие средства (суджок акупунктура и т.п.).

Заключение. Кратко рассмотрены содержание и задачи основных видов адаптивной физической культуры. Они раскрывают потенциал возможностей методов и средств адаптивной физической культуры, каждый из которых, имея специфическую направленность, способствует в той или иной мере не только максимально возможному увеличению жизнеспособности инвалида, но и всестороннему развитию личности, обретению самостоятельности, социальной, бытовой, психической активности и независимости, совершенствованию в профессиональной деятельности и вообще достижению значимых результатов в жизни.

Перспективы дальнейших исследований. Дальнейшие исследования планируется посвятить изучению других аспектов нового направления в образовании, науке и практике «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Список использованных источников

1. Адаптивное физическое воспитание и спорт / Под ред. Д.П. Винника. – К.: Олимпийская литература, 2010. – 608 с.
2. Аксенова О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре / О.Э. Аксенова, С.П. Евсеев. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.
3. Волков В.Ю. Научные основы физической культуры и здорового образа жизни / В.Ю. Волков, Д.Н. Давыденко, Ю.С. Ланев, В.П. Петленко. – СПб.: СПбГТУ, 2001. – 234 с.
4. Выдрин В.М. Теория и методика физической культуры (курс лекций). – СПб.: СПбГАФК имени П.Ф. Лесгафта, 1999. – 255 с.
5. Евсеев С.П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физкультуры / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, В.Г. Суляев. – М.: Советский спорт, 2000. – 152 с.
6. Евсеев С.П. Физическая реабилитация инвалидов с поражением опорно-двигательной системы / С.П. Евсеев, С.Ф. Курдыбайло, А.И. Малышев, Г.В. Герасимова, А.А. Потапчук, Д.С. Поляков. – М.: Советский спорт, 2010. – 488 с.
7. Евсеев С.П. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре / С.П. Евсеев, О.Э. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2013. – 388 с.
8. Евсеев С.П. Технологии дополнительного профессионального образования по адаптивной физической культуре / С.П. Евсеев, М.В. Томилова, О.Э. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2013. – 96 с.
9. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура в практике работы с инвалидами и другими маломобильными группами населения. – М.: Советский спорт, 2014. – 298 с.
10. Курьсь В.Н. Биомеханика. Познание телесно-двигательного упражнения. – М.: Советский спорт, 2013. – 368 с.
11. Адаптивная физическая культура. – [Электронный ресурс]. https://ru.wikipedia.org/wiki/Адаптивная_физическая_культура

© Прихода И.В., Толубицкая А.В. и др..