DOI: 10.17117/na.2016.05.02.292

<http://ucom.ru/doc/na.2016.05.02.292.pdf>

Поступила (Received): 02.05.2016

Усачева А.В.
Влияние адаптивной физической культуры на
детей с ограниченными возможностями

Usacheva A.V.
The influence of adaptive physical culture
for children with disabilities

В этой статье говорится о эффективности адаптивной физической культуры на здоровье человека

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, здоровье, физические упражнения

This article is talking about the effectiveness of adaptive physical culture on human health

Key words: adaptive physical culture, health, exercise

Усачева Анастасия Валерьевна

Аспирант

Сургутский государственный педагогический университет

г. Сургут, ул. 50 лет ВЛКСМ, 10/2

Usacheva Anastasiya Valerievna

Graduate

Surgut state pedagogical university

Surgut, 50 let VLKSM st., 10/2

В условиях технико-экономических, политико-управленческих, духовно-идеологических преобразований современной России особое значение приобретают вопросы укрепления физического и духовного здоровья человека. В настоящее время в нашей стране продолжают оставаться очень сложными социально-демографическая ситуация и состояние здоровья населения [9,2].

Статистика показывает, что здоровье населения систематически ухудшается, увеличение числа инвалидов за один год приближается к миллиону, растёт детская инвалидность. В стране насчитывается около 700 тыс. детей с патологией сенсорного, интеллектуального, физического развития, из них 60 % – дети с умственной отсталостью. Негативная тенденция объясняется экономическим кризисом, социальными проблемами, экологической обстановкой, ростом числа наследственных заболеваний и другими причинами, что в совокупности обусловило демографический спад и ухудшение генофонда нации [6]. Поэтому, поиск новых форм занятий физкультурно-оздоровительной направленности в настоящее время является весьма актуальным [10].

Специальность 022500 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» является относительно новой (утверждена приказом Министерства образования Российской

Федерации от 02.03.2000г. №686). Несомненно, что её появление было востребовано нуждами развивающегося демократического общества, в котором наконец-то люди с ограниченными физическими и другими возможностями стали рассматриваться как полноценные члены общества [7].

Для многих детей с ограниченными возможностями адаптивная физическая культура является единственным способом «разорвать» замкнутое пространство, войти в социум, приобрести новых друзей, получить возможность для общения, полноценных эмоций, познания мира и т.д. Именно здесь, зачастую впервые в своей жизни, они познают радость движения, учатся побеждать и достойно переносить поражения, осознают счастье преодоления себя и каждой клеточкой своего тела ощущают философию «честной игры» [5].

В связи с тем, что объектом внимания в адаптивной физической культуре является человек с отклонениями в состоянии здоровья, то вполне логично попытаться, используя огромный потенциал этого вида деятельности, исправить имеющийся недостаток, скорректировать, если это возможно, основной его дефект. Причем, чем раньше будет замечен тот или иной дефект, тем больше вероятность его коррекции [5]. Чтобы физическая форма детей была на высоком уровне, в течение всей жизни, необходимы систематические занятия с раннего возраста. Многолетние исследования показывают, что физический потенциал человека формируется, прежде всего, в первые два десятилетия. Именно в этот период нужно добиться, более высокого для каждого человека уровня развития физических качеств [4].

Адаптивная физическая культура направлена на стимуляцию позитивных реакций организма и формирование необходимых двигательных умений, навыков, физических качеств и способностей [1]. Реабилитация человека, с отклонениями в психическом и физическом развитии, предполагает изменение его сферы сознания, превращение больного человека в активного, желающего восстановить свое здоровье и полноценно общаться с окружающими людьми [11].

Проведенные исследования показывают, что регулярные занятия адаптивной физической культурой и спортом являются очень важным звеном в системе комплексной коррекционной и реабилитационной работы с детьми. Эти занятия способствуют не только улучшению состояния здоровья детей, но и коррекции имеющихся у них нарушений психофизического развития, что в свою очередь положительно сказывается на освоении ими навыков самообслуживания, их социально-бытовой адаптации и интеграции в социум [3,8].

Список используемых источников:

1. Аксенова Л.И. Социальная педагогика в специальном образовании. М. 2001.
2. Багнетова Е.А. Образ жизни и факторы риска здоровью учащихся Ханты-Мансийского автономного округа-Югры. Сургут: Дефис, 2013. 178 с.
3. Евсеев С.П. Теория и организация адаптивной физкультуры. М., 2005. Т. 2.
4. Зеленин Л.А., Паначев В.Д. Влияние адаптивной физической культуры и спорта на социализацию личности детей с ограниченными жизненными возможностями // Международный журнал экспериментального образования. 2012. С. 17-19.
5. Игнатенко М.В. Адаптивная физическая культура // Амурский научный вестник. 2009. С. 62-67.
6. Караулова Л.К., Алексеева С.И. К вопросу профессионального образования специалиста по адаптивной физической культуре // Сборники конференций НИЦ Социосфера. 2011. С. 272-275.

7. Кастюнин С.А. Лечебная физкультура при нарушениях опорно-двигательного аппарата у детей с нарушениями осанки, сколиозы, ДЦП и др. // Пособие для родителей, учителей физической культуры, методистов ЛФК. 2008. 127 с.
8. Литов Н.Л. Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии. М., 2002.
9. Назаров Ю.Н., Федотов Е.В. Диалектика духовно-нравственного и телесно-физического в адаптивной физической культуре // Научный поиск. 2012. № 4.3 С. 67-69.
10. Самыличев А.С. Инновационный подход в использовании упражнений на растягивание в адаптивной физической культуре // Современные подходы реабилитации, адаптивной физической культуры в работе с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья. 2014. С. 89–90.
11. Строгонова Н.А. Исследование уровня формирования профессионально ценностных ориентаций у будущих специалистов по адаптивной физической культуре // Известия Самарского научного центра Российской Академии Наук. 2012. С. 86-91.

© 2016, Усачева А.В.

Влияние адаптивной физической культуры на детей
с ограниченными возможностями

© 2016, Usacheva A.V.

The influence of adaptive physical culture for children
with disabilities