

ISSN 1998-149X

АФК № 1 (57), 2014

Адаптивная физическая культура

sochi.ru®
2014 
paralympic games

АДАПТИВНОЕ
ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

АДАПТИВНЫЙ СПОРТ

АДАПТИВНАЯ
ДВИГАТЕЛЬНАЯ РЕКРЕАЦИЯ

ФИЗИЧЕСКАЯ
РЕАБИЛИТАЦИЯ

ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ
ДВИГАТЕЛЬНАЯ
АКТИВНОСТЬ

КРЕАТИВНАЯ
ТЕЛЕСНООРИЕНТИРОВАННАЯ
ПРАКТИКА

медали

Россия

золотые – 30

серебряные – 28

бронзовые – 22

sochi.ru
2014 

Паралимпийские игры · 2014 · Сочи · Россия

Поздравляем!

Зарегистрирован Министерством Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций
Регистрационный номер:
ПИ №77-3444 от 10 мая 2000 г.

Территория распространения:
Российская Федерация,
страны СНГ

Издатели:

Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры

Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Институт специальной педагогики и психологии

Специальный Олимпийский комитет Санкт-Петербурга

Главный редактор

Евсеев С. П.

Зам. главного редактора

Курдыбайло С. Ф.

Редколлегия:

Баряева Л. Б.
Горелов А. А.
Гутников С. В.
Гутникова Т. А.
Евсеева О. Э.
Курамшин Ю. Ф.
Литош Н. Л.
Лопатина Л. В.
Луценко С. А.
Мосунов Д. Ф.
Назарова Н. М.
Николаев Ю. М.
Пельменев В. К.
Пономарев Г. Н.
Потапчук А. А.
Ростомашвили Л. Н.
Рубцова Н. О.
Солодков А. С.
Филиппов С. С.
Хохлов И. Н.
Хуббиев Ш. Э.
Царик А. В.
Шелков О. М.

Ответственный редактор

Кораблев С. В.

Контакт:

(812) 714-49-13

E-mail:
SergeiKorablev@gmail.com

Для писем:

НГУ им. П. Ф. Лесгафта
(для журнала «АФК»)
ул. Декабристов, 35
Санкт-Петербург, 190121, Россия

www.afkonline.ru

Подписной индекс по каталогу агентства «РОСПЕЧАТЬ»

83035

Номер подписан в печать 20.03.2014

Содержание

События, факты

- Поздравляем победителей XI зимних Паралимпийских игр · Сочи-2014 1-я стр. обложки
- Поздравляем с заслуженной наградой!
Евсеевой Ольге Эдуардовне присвоено Почетное звание «ЗАСЛУЖЕННЫЙ РАБОТНИК ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ» 2-я стр. обложки
- Евсеев С. П., Евсеева О. Э., Душкевич В. П., Михайлова А. С.**
Мероприятия по реализации концепции развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта в Республике Саха (Якутия) на период до 2020 года 38
- Эстафета Паралимпийского огня 40
- Новиков А. А.,**
СПОРТ ЛИЦ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ
Восьмой чемпионат мира ИНАС
по лёгкой атлетике в закрытых помещениях 4-я стр. обложки

Образование

- Григорьева Д. В.**
Дидактическая модель подготовки студентов по гидрореабилитации 14
- Луценко С. А.**
Контроль знаний, умений и навыков студентов АФК 22
- Томилова М. В.**
Организационные формы проведения дополнительного профессионального образования в области адаптивной физической культуры 49

Научные исследования

- Емельянов В. Д., Красноперова Т. В., Шевцов А. В., Шелкова Л. Н.**
Особенности физического развития и обеспечения локомоторных функций двигательной деятельности лиц с сенсорными нарушениями с учетом возрастных и гендерных различий 2
- Бегидова Т. П., Попова И. Е., Бармин Г. В.**
Плавание в комплексной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья 6
- Максимова С. Ю.**
Дифференцированный подход в адаптивном физическом воспитании детей дошкольного возраста с задержкой психического развития 20
- Селитреникова Т. А., Королев С. А.**
Тестирование двигательных способностей школьников посредством исследования возможностей опорно-двигательного аппарата 25
- Клешнев И. В., Клешнев В. В.**
Оценка динамических характеристик спортивно-технического мастерства сильнейших спортсменов специализирующихся в паралимпийском плавании 28
- Ворошин И. Н., Донец А. В.**
Техника метания копья легкоатлетами-паралимпийцами с поражением опорно-двигательного аппарата с метательного станка 30
- Фомичева Е. Н., Курникова М. В., Оринчук В. А.**
Изучение отношения лиц с ограниченными возможностями здоровья различных нозологических групп к занятиям адаптивной физической культурой (на примере физкультурных праздников) 35
- Баряев А. А.**
Анализ новых правил проведения соревнований по гольболу и особенностей технико-тактической подготовки спортсменов-паралимпийцев 50

Эксперт

- Курдыбайло С. Ф.**
Кресла-коляски с функцией вертикализации 41

Наш опыт

- Кудашова Л. Т.**
Дистанционное обучение дисциплине «Физическая культура» студентов с ограниченными возможностями здоровья 9
- Арутюнян Т. Г.**
Результаты реализации Красноярской городской программы «Мониторинг физического здоровья и физической подготовленности школьников» на примере специальной медицинской группы 12
- Высовень Г. И.**
Мини-волейбол по-японски как средство организации внеурочной деятельности по физической культуре учащихся с легкой степенью умственной отсталости 18
- Эйдельман Л. Н.**
Педагогический опыт применения танцевального искусства в оздоровлении детей 33
- Корнева М. А., Махов А. С.**
Русский жим в Ивановской области 51 и 3-я стр. обложки

БИБЛИОТЕКА
ФГБОУ ВПО «ВГИФК»

Плавание в комплексной реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья

Бегидова Т. П., кандидат педагогических наук, профессор;
 Попова И. Е., кандидат биологических наук, доцент;
 Бармин Г. В., кандидат педагогических наук, доцент
 Воронежский государственный институт физической культуры.

Ключевые слова: адаптивный спорт, интеграция, нарушения зрения, поражения опорно-двигательного аппарата, физическое развитие, функциональное состояние.

Аннотация. В статье показано отставание в физическом развитии испытуемых с нарушениями зрения, интеллекта, наиболее выраженное при ПОДА. Установлено, что под влиянием занятий плаванием улучшаются показатели чувства времени, статического равновесия и адаптации вегетативной нервной системы лиц с отклонениями в состоянии здоровья в условиях стресса. Подтверждена успешная реабилитация и интеграция в общество спортсменов с инвалидностью.

Контакт: begidova@yandex.ru

Swimming in the complex rehabilitation of persons with disabilities

Begidova T. P. a, PhD, Professor;
 Popova I. Ye., PhD, Associate Professor;
 Barmin G. V., Associate Professor.
 Voronezh State Institute of Physical Education

Keywords: adapted sports, integration, visual disturbances, lesions of the musculoskeletal system, physical development, functional status.

Abstract. The article shows the lag in the physical development of subjects with impaired vision, intellect, the most pronounced when defeat musculoskeletal. Found that under the influence of swimming improves the sense of time, static equilibrium and adaptation of the autonomic nervous system of people with disabilities in the state of health under stress. Confirmed successful rehabilitation and integration into society of athletes with disabilities.

Доказано, что здоровый стиль жизни особо значим для людей с отклонениями в состоянии здоровья [4]. Инвалидность, как правило, затрудняет пространственную ориентировку, снижает двигательную активность, что приводит к дисгармоничному физическому развитию. У лиц с ограниченными возможностями здоровья коррекция вторичных нарушений способствует их преодолению. Одним из средств физической реабилитации при различных патологиях является плавание [8].

Предлагаемый вниманию читателей материал – часть изыскания по государственному заданию Минспорттуризма РФ на 2012-2014 гг. на выполнение научно-исследовательской работы «Спортивная подготовка в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья».

В исследованиях, представленных нами ранее [2, 9, 10], показано, что занятия плаванием приводят к значительному улучшению функционирования нервно-мышечного аппарата, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, интенсификации обмен-

ных процессов в организме, активизации познавательной деятельности людей с инвалидностью.

В адаптивном спорте активно растут результаты и конкуренция, следовательно, увеличивается объем и интенсивность тренировочных и соревновательных нагрузок. В связи с насущной необходимостью и недостаточной изученностью влияния нагрузки на организм спортсменов с инвалидностью актуально применение методов оценки их физического развития и функционального состояния.

Целью данного этапа работы стало исследование оценки влияния соревновательных нагрузок (условия стресса) на организм человека с отклонениями в состоянии здоровья для изучения и распространения опыта комплексной реабилитации и социальной интеграции.

Объект исследования: соревновательная деятельность пловцов с ограниченными возможностями здоровья.

Предмет исследования: технология спортивной подготовки спортсменов с ограниченными возможностями здоровья с целью комплексной реабилитации и социальной ин-

теграции, учитывая состояние их организма.

Гипотеза: предполагалось, что оценка влияния нагрузок на организм человека с инвалидностью позволит рационально планировать тренировочный процесс, улучшая функциональное состояние, уровень физического развития и спортивные результаты занимающихся, способствуя их комплексной реабилитации и интеграции.

Задачи исследования:

1) определить влияние плавания на физическое развитие и функциональное состояние организма лиц с инвалидностью;

2) экспериментально обосновать систему контроля функционального состояния и физического развития для определения эффективности комплексной реабилитации пловцов с ограниченными возможностями.

Комплексный подход к разрабатываемой теме включал доступные для практических работников и приемлемые для лиц с инвалидностью методы оценки функционального состояния их организма.

Важно было выбрать наиболее информативные пробы для исследуемого вида спорта, при проведении которых тренеры и спортсмены представляли себе их смысл и осознанно выполняли задание [1, 3, 4, 6].

Исследования проводились на базе кафедры теории и методики гимнастики, стрельбы и адаптивной физической культуры и научно-исследовательской лаборатории Воронежского государственного института физической культуры, а также в бассейне «Факел» на областных соревнованиях по плаванию среди лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (ПОДА), нарушением зрения, и интеллекта (11.04.2013 г.). Были обследованы 34 пловца: с нарушением зрения – 14, интеллекта – 14 и с ПОДА – 6 человек. Со спортсменами работали 8 тренеров, из них 2 – ЗТ РФ.

Результаты и их обсуждение

С целью оценки гармоничности физического развития испытуемых вычисляли основные антропометрические индексы: весо-ростовой показатель рассчитывали как отношение

массы тела (МТ) (кг) к росту (м); индекс Кетле как отношение МТ (кг) к росту (м), возведенному в квадрат; индекс Вервека – отношение роста (см) к сумме удвоенной МТ (кг) и окружности груди (см); индекс Пинье – разность роста (см) и показателя, равного сумме МТ (кг) и окружности груди при выдохе (см); индекс Бругша – отношение окружности груди (см) к росту (см); индекс Эрисмана – разность окружности груди (см) и 0,5 роста (см), индекс Чулицкой – разность между длиной ноги и длиной туловища (см) [3, 6].

При оценке значений антропометрических индексов установлено, что у испытуемых с ПОДА индексы Эрисмана и Бругша достоверно ниже, а индексы Вервека и Пинье выше относительно таковых у обследуемых спортсменов других нозологических групп. У пловцов с нарушением зрения и интеллекта указанные параметры развиты лучше, однако также ниже нормы здоровых людей (табл. 1).

Таблица 1
Индексы физического развития пловцов с инвалидностью

Индексы	Группы испытуемых		
	ПОДА	Нарушения зрения	Нарушения интеллекта
Индекс Эрисмана	-2,47±0,25	0,40±0,73	2,72±0,47
Индекс Эрисмана	-2,47±0,25	0,40±0,73	2,72±0,47
Весоростовой показатель	30,80±0,70	31,93±0,34	32,62±0,91
Индекс Кетле	17,31±0,21	18,59±0,56	20,27±0,91
Индекс Вервека	-11,00±1,22	-17,00±0,95	-21,20±1,30
Индекс Пинье	43,00±0,93	37,07±1,07	32,09±1,30
Индекс Бругша	0,45±0,02	0,47±0,03	0,47±0,53
Индекс Чулицкой	40,00±2,05	40,00±2,37	39,06±1,90

Значения весоростового индекса Кетле у лиц с ПОДА достоверно ниже нормы и меньше, чем у испытуемых с нарушением зрения и интеллекта. Индекс Чулицкой достоверно не отличается у испытуемых различных нозологических групп и соответствует норме.

Анализ уровня физического развития показал, что менее гармоничное телосложение и развитие грудной клетки, нехватку массы тела имеют пловцы с ПОДА. Испытуемые с нарушениями зрения и интеллекта также отстают в физическом развитии от здоровых сверстников [3, 4, 6].

«Чувство времени» в спорте – одно из важных средств самоконтроля и саморегуляции процесса выпол-

нения скоростно-силовых, сложно-координированных действий, и отражает временные характеристики ключевых фаз действий. К психофизиологическим методам его оценки относится дифференцировка времени [1, 5].

Измерение точности отмеривания отрезков времени производили с помощью секундомера СОПр-26 «АГАТ» механического, двухкнопочного. Испытуемые, включая и выключая секундомер нажатием большого пальца на пусковой механизм, отмеряли 3 секунды. Регистрировались показатели трех попыток до и после соревнований. Вычислялось среднее значение отклонения от заданной величины (X ср.) – ошибка временной точности.

Установлено отсутствие статистически значимого отличия в показателях пловцов с ПОДА и нарушением зрения. Полученные данные указывают, что даже после такого стрессового фактора, как соревновательная деятельность, показатели чувства времени

испытуемых не изменились, их значения близки к норме. У лиц с нарушением интеллекта отклонения от заданного в показателе «чувство времени» после соревнований достоверно увеличились

относительно такового до выступления. Вероятно, это обусловлено особенностями функционирования нервной системы и психики, деятельность которых нарушена при данном виде патологии (табл. 2).

Изучение показателя чувства времени до и после соревнований показало, что под влиянием занятий плаванием

лица с отклонениями в состоянии здоровья успешно адаптируются к условиям внешней среды, в том числе к стрессовым ситуациям. При этом улучшение восприятия времени обусловлено повышением уровня интеллектуально-понятийного, эмоционального и волевого развития личности. Рост спортивного мастерства пловцов требует индивидуализации двигательной активности, связанной с временными характеристиками деятельности [8], что приводит к развитию дифференцирующей деятельности сенсорных анализаторов.

Чувство равновесия является одним из факторов физической подготовленности, определяющих успех в спортивной деятельности. В исследовании использовалась проба на сохранение равновесия – стойка на пятках, руки на пояс, с закрытыми глазами [1].

Время выполнения статического равновесия фиксировали ручным секундомером, который включали в начале выполнения и выключали при потере равновесия. Рассчитывали среднюю величину (из трех попыток) удержания равновесия – (X ср.). С ростом тренированности повышается возбудимость и функциональная устойчивость вестибулярного анализатора [3]. Выявлено не достоверное уменьшение времени удержания равновесия на пятках в динамике соревнований пловцов с ПОДА и нарушением зрения. У лиц с нарушением интеллекта после соревнований показатели статического равновесия немного ухудшаются вследствие особенностей функционирования нервной системы (данные отличия статистически достоверны). До соревнований время удержания равновесия на пятках сравнимо с результатами испытуемых других групп.

Результаты исследования статического равновесия свидетельствуют,

Таблица 2
Показатели функционального состояния пловцов различных нозологических групп в условиях соревнований

Группы испытуемых	Чувство времени, с		Время выполнения статического равновесия, с	
	до	после	до	после
ПОДА	0,57±0,37	0,53±0,50	1,35±0,28	1,26±0,27
Нарушения зрения	0,21±0,09	0,39±0,16	1,37±0,17	1,22±0,12
Нарушения интеллекта	0,09±0,17	0,50±0,27	1,50±0,09	1,80±0,12

что регулярные занятия плаванием приводят к эффективному взаимодействию вестибулярного и зрительного анализато-

ров, суставно-мышечной проприорецепции, высших отделов центральной нервной системы, а также различных морфофункциональных образований, способствующих удержанию тела в пространстве.

Поскольку ориентация частей тела человека по отношению к направлению сил гравитации рассматривается как жизненно важная константная величина, статическое равновесие является необходимым условием любых координированных двигательных актов человека. Плавание выступает мощным фактором, улучшающим нейродинамику лиц с ограниченными возможностями, как в обычных, так и в стрессовых ситуациях.

Значение давления крови в артериях – один из главных показателей состояния сердечно-сосудистой системы. Величина артериального давления (АД) определяется большим числом факторов, наиболее важным из которых является соотношение между сердечным выбросом и сопротивлением кровотоку, оказываемое на артериальном уровне [1, 4, 7].

Измерение АД осуществлялось в положении сидя, тонометром OMRON R2. Для определения реакции сердечно-сосудистой системы на соревновательную нагрузку измеряли: систолическое и диастолическое АД (САД и ДАД) и по формуле:

$$\text{ПАД} = \text{САД} - \text{ДАД}$$

вычисляли пульсовое артериальное давление (ПАД).

Оценка АД испытуемых показала, что САД и ДАД статистически достоверно не отличаются до и после соревнований у испытуемых с ПОДА и нарушениями зрения (табл. 3). Согласно классификации Всемирной организации здравоохранения, принятой в 1999 году, САД пловцов соответствует повышенному нормальному, а ДАД – после соревнований – гипертонии первой степени [7].

У лиц с нарушением интеллекта ДАД после соревнований уменьшается и соответствует оптимальному значению. При этом у них повышается ПАД на фоне отсутствия достоверных различий в значениях данного параметра у пловцов с нарушением зрения и ПОДА.

Выявленное повышение АД испытуемых может выступать фактором

риска развития сердечно-сосудистых заболеваний [7]. Однако в условиях стресса показан высокий уровень саморегуляции и адаптации вегетативной нервной системы обследуемых. Следовательно, регулярные занятия плаванием способствуют повышению адаптационных возможностей организма лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Определить недовосстановление после нагрузки можно на основании жалоб спортсмена, повышения (сверх типичных индивидуальных колебаний) ЧСС, артериального давления (особенно диастолического), ухудшения вестибулярной устойчивости и дифференцировки времени.

Систематические занятия плаванием способствуют улучшению согласованного взаимодействия сенсорных систем испытуемых различных нозологических групп, но при стрессовых воздействиях у лиц с нарушением функционирования нервной системы уровень данной адаптации снижается.

Регулярные тренировочные занятия под контролем функционального состояния организма пловцов способствуют росту спортивных результатов. Воронежскими пловцами в 2013 году завоевано большое количество медалей. Высшими достижениями стали 1 золотая (с рекордом Европы) и 2 серебряные медали (с рекордом России) ЗМС РФ Нины Рябовой, и 5 золотых и 1 серебряная медали ЗМС РФ Дарьи Стукаловой на Чемпионате мира в Канаде. За лучший спортивный результат на международной арене и значительный вклад в развитие адаптивной физической культуры и спорта Дарья награждена премией Паралимпийского комитета России «Возвращение в жизнь» в номинации «Я люблю тебя, жизнь».

Следует подчеркнуть, что подготовка пловцов по-прежнему акцентируется на их интеграции в обществе:

МС Бегидов М. окончил МОУ СОШ №14 и юридический факультет ВГУ (Золотая книга выпускников Воронежской области 2010 года), работает в банке и преподает в Воронежском ГИФКе (соискатель ученой степени кандидата юридических наук); МС Носалева А. окончила МОУ СОШ №12 и математический факультет ВГУ, работает в концерне «Созвездие»; КМС Дюдюкин Е. – студент ВИВТ (дистанционное обучение); МС Скоробогатых А. – студент ВГИФК; ЗМС Рябова Н. окончила МОУ СОШ №12, студентка ВГИФК специальности АФК; ЗМС Стукалова Д. окончила МОУ СОШ №9, студентка ВГИФК (заочное обучение); перворазрядница – Нехороших А. – учащаяся МОУ лицей №8; КМС Попов Д. – учащийся МОУ СОШ №45; перворазрядник – Ашков А. – окончил МОУ СОШ №75, студент юридического техникума; КМС Замятин С. окончил Хохольский лицей, студент Международного института компьютерных технологий; Мартынов М. окончил МОУ СОШ №12, медицинский колледж и работает медбратом в поликлинике; КМС Коваль М. (спортсмен с, практически, полной потерей зрения) по окончании специальной (коррекционной) общеобразовательной школы-интерната №3 планирует заочное обучение в ВГИФК.

Примеры свидетельствует о комплексной реабилитации и социальной интеграции средствами плавания лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Рекомендации по коррекции системы подготовки пловцов с ограниченными возможностями здоровья, контроля их состояния и анализа эффективности комплексной реабилитации внедряются в учреждениях дополнительного образования спортивно-адаптивной направленности, в процесс подготовки и повышения квалификации специалистов по АФК.

Таблица 3
Параметры артериального давления пловцов различных нозологических групп в условиях соревнований

Группы испытуемых	САД, мм рт. ст.		ДАД, мм рт. ст.		ПАД, мм рт. ст.	
	до	после	до	после	до	после
ПОДА	132,00±3,27	133,17±3,18	90,96±3,16	94,87±3,20	45,05±5,10	50,09±4,73
Нарушения зрения	134,05±2,90	133,87±2,50	91,07±2,77	94,09±3,70	50,05±5,22	44,18±4,93
Нарушения интеллекта	133,03±2,74	137,09±3,90	90,09±2,92	82,01±2,70	44,09±4,71	62,14±3,21

Выводы

1. Обнаружено отставание в физическом развитии испытуемых с нарушениями зрения, интеллекта, наиболее выраженное при ПОДА.

2. Установлено, что занятия плаванием улучшают координационные способности («чувство времени» и статическое равновесие) и адаптацию вегетативной нервной системы лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья, в условиях стрессовой ситуации (соревнования).

3. Подтверждена эффективность занятий плаванием, проявляемая в улучшении функционального состояния, интенсификации обменных процессов, гармонизации показателей физического развития, подготовленности и росте спортивных результатов, а, главное, в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с инвалидностью.

Литература

1. Бегидова Т. П. Содержание и структура предсоревновательной подготовки женских акробатических пар высокой квалификации: автореф. дис.... канд. пед. наук: 13. 00. 04. – М., 1989. – 22 с.
2. Бегидова Т. П. Оценка функционального состояния подростков с нарушением зрительного и опорно-двигательного аппаратов, занимающихся плаванием / Т. П. Бегидова, И. Е. Попова / Современные проблемы адаптивной физической культуры, адаптивного спорта и физической реабилитации: труды Всероссийской конференции с международным участием, 2009. – Краснодар: КГУФКСТ, 2009. – С. 205–209.
3. Беркутова И. Ю. Особенности функционального состояния детей с нарушением функций опорно-двигательного аппарата / И. Ю. Беркутова // Адаптивная физическая культура. – 2008, № 2 (34). – С. 20–22.
4. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура и функциональное состояние инвалидов / С. П. Евсеев, А. С. Солодков. – СПб., 1996. – 56 с.
5. Кузнецов О. Н. Методические подходы к исследованию чувства времени у человека / О. Н. Кузнецов, А. Н. Алехин, Т. В. Самохина, Н. И. Моисеева // Вопросы психологии – № 4. – 1985. – С. 140–144.
6. Круцевич Т. Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей / Т. Ю. Круцевич, М. И. Воробьев. – К.: НУФВ-СУ, 2005. – 196 с.
7. Кушаковский М. С. Гипертоническая болезнь / М. С. Кушаковский. – СПб.: Сотис, 1995. – 321 с.
8. Мосунов Д. Ф. Проблемы адаптивного плавания / Д. Ф. Мосунов // Сб. тез. докл. международного конгресса «Человек и его здоровье» СПб, 1997. – С. 12–18.
9. Попова И. Е. Исследование кардио-респираторной системы подростков с нарушением зрения в процессе занятий плаванием / И. Е. Попова, Т. П. Бегидова. – Медико-биологические и педагогические основы адаптации, спортивной деятельности и здорового образа жизни: сборник научных статей II Всероссийского научно-практ. конф. с международным участием. – Воронеж: Научная книга, 2012. – Т. 2. – С. 126–131.
10. Попова И. Е. Плавание как средство реабилитации спортсменов с поражением опорно-двигательного аппарата / И. Е. Попова, Т. П. Бегидова // Адаптивная физическая культура в системе специального образования: проблемы, перспективы развития: материалы междунаучно-практ. конф., посвященной 10-летию кафедры адаптивной физической культуры. – СПб.: ИСПИП, 2009. – Ч. 1. – С. 53–58.

Дистанционное обучение дисциплине «Физическая культура» студентов с ограниченными возможностями здоровья

Кудашова Л. Т., кандидат педагогических наук, доцент.

Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Ключевые слова: дистанционное обучение, физическая культура, студенты-инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья.

Аннотация. В статье рассматривается опыт организации дистанционных занятий в вузе по дисциплине «Физическая культура» при заочном обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Контакт: worldlucy@mail.ru

Distance learning discipline «physical culture» students with disabilities

Kudashova L. T., PhD. Assistant Professor

National State Lesgaft University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Keywords: distance education, physical education, students with disabilities, and persons with disabilities.

Abstract. The article examines the experience of distance education at the university in the discipline «Physical Culture» in distance learning persons with disabilities.

Введение

Смена парадигмы образования в информационном обществе связана со свободным доступом к информации значительной части населения многих стран. Развитие информационных и телекоммуникационных технологий открывает новые широкие возможности получения высшего образования для такой категории населения, как студенты специальных групп с ограниченными возможностями здоровья, инвалиды [4, 7].

По данным Баскаковой М. Е. с соавт. [2], сегодня в России профессиональная реабилитация инвалидов обычно заканчивается на уровне начального или среднего профессионального образования, и в возрасте 15–25 лет основная доля инвалидов (67,43%) нигде не учится; только 5,5% являются студентами вузов, а получает высшее образование дистанционно лишь 1%. Авторы отмечают, что у российских инвалидов трудности доступа к образованию усугубляются факторами здоровья – чем больше ограничений по здоровью, тем скромнее притязания к уровню профессионального образования. Так, среди инвалидов I и II группы о высшем профессиональном образовании (и научной карьере) задумывался только каждый второй, а среди инвалидов III группы, имеющих «легкие» ограничения – фактически три четверти (75,7%).

В последние годы проблемам обеспечения доступности высшего образования для лиц с ограниченными возможностями здоровья, уделяется внимание на самом высоком государственном уровне [5], что связано с потребностью поднятия социально-экономического статуса инвалидов в российском обществе.

В настоящее время законодательство стало предлагать широкий спектр форм обучения инвалидов и людей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ). Перечень видов отклонений в состоянии здоровья настолько разнообразен, что подход к обучению инвалидов и людей с ОВЗ должен быть универсальным. Это возможно посредством системы дистанционного образования (ДО), которая со временем может вообще стать некой универсальной формой обучения [2, 6].

ДО позволяет учиться студентам-инвалидам различных нозологических групп, поскольку создает максимально благоприятные условия для овладения знаниями, соответствующими избранной профессии; способствует развитию творческой индивидуальности, интеллектуальных качеств. Учас