



Министерство спорта
Российской Федерации



МИНИСТЕРСТВО
МОЛОДЕЖНОЙ
ПОЛИТИКИ И СПОРТА
РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН



УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ



АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И АДАПТИВНОГО СПОРТА: ОБРАЗОВАНИЕ, НАУКА, ПРАКТИКА, ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ



УДК 796 (061.3)

ББК 75.0я431

А43

Актуальные проблемы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта: образование, наука, практика, перспективы развития: материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 250-летию города Стерлитамак и 20-летию Стерлитамакского института физической культуры (г. Стерлитамак, 17-18 мая 2016 г.) / под ред. д.п.н., профессора В.С. Степанова. – Стерлитамак: изд-во «Фобос», 2016. - 380. с.

ISBN 978-5-9907012-7-4

Редакционная коллегия:

Орехов Е.Ф., доктор педагогических наук, профессор, УралГУФК

Быков Е.В., доктор медицинских наук, профессор, УралГУФК

Степанов В.С., доктор педагогических наук, профессор, СИФК (филиал) УралГУФК

Балберова О.В., кандидат биологических наук, доцент, СИФК (филиал) УралГУФК

Сабитова Л.Б., кандидат педагогических наук, доцент, СИФК (филиал) УралГУФК

Крылова А.В., кандидат психологических наук, доцент СИФК (филиал) УралГУФК

Ларина М.В., кандидат медицинских наук, доцент, СИФК (филиал) УралГУФК

Сборник содержит материалы научных статей участников Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта: образование, наука, практика, перспективы развития», которые раскрывают вопросы современного состояния и основных направлений развития адаптивной физической культуры и спорта на федеральном и региональном уровнях; проблемы подготовки кадров в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта в системе высшего и среднеспециального образования; обосновывают научно-методические аспекты применения современных разработок и технологий в области адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

Материалы сборника представляют интерес для ученых и практиков в области адаптивной физической культуры, адаптивного спорта и инклюзивного образования.

УДК 796 (061.3)

ББК 75.0я431

А43

ISBN 978-5-9907012-7-4

©Издательство «Фобос», 2016

©Коллектив авторов, 2016

**РЕАЛИЗАЦИЯ КОНЦЕПЦИИ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В
ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ**

Седоченко С.В., Черных А.В., Сабирова И.А.
Воронежский государственный институт физической культуры, г. Воронеж

**REALIZATION OF THE CONCEPT OF DEVELOPMENT OF ADAPTIVE PHYSICAL TRAINING AND
SPORTS IN THE VORONEZH AREA**

Sedochenko S.V., Chernyh A.V., Sabirova I.A.
Voronezh state institute of physical training, Voronezh

Аннотация. В статье представлен обзор основных задач концепции развития адаптивной физической культуры и спорта в Воронежской области в соответствии со Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года. Дана характеристика планируемых и уже реализованных разделов программы.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, развитие адаптивного спорта, концепция Воронежской области, доступная среда.

Annotation. In article the review of the primary goals of the concept of development of adaptive physical training and sports in the Voronezh area is submitted according to Strategy of development of physical training and sports in the Russian Federation for the period till 2020. The characteristic of the planned and already realized sections of the program is given.

Key words: adaptive physical training, development of adaptive sports, the concept of the Voronezh area, the accessible environment.

Правовую основу законодательной базы, регулирующей вопросы адаптивной физической культуры составляют: Конституция Российской Федерации, Федеральный закон от 04 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», иные Федеральные законы и правовые акты органов государственной власти Российской Федерации, Закон от 02 июля 2008 № 57-ОЗ «О физической культуре и спорте в Воронежской области», иные законы Воронежской области и правовые акты органов государственной власти.

В соответствии со Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 7 августа 2009 г. № 1101-р, Стратегией развития физической культуры и спорта в Воронежской области на период до 2020 года утвержденной распоряжением правительства Воронежской области от 12 октября 2010 года № 679-р разработана и утверждена Концепция развития адаптивной физической культуры и спорта в Воронежской области.

Основными задачами Концепции являются:

- привлечение к систематическим занятиям адаптивной физической культурой и спортом лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ),
- использование средств и методов адаптивной физической культуры и спорта, направленных на устранение или компенсацию ограничений, вызванных нарушением здоровья;
- совершенствование материальной базы, развитие спортивной инфраструктуры, ориентированной на техническую доступность для лиц с ОВЗ;
- осуществление мер социальной защиты и поощрения за высокие достижения спортсменов с ОВЗ, тренеров, специалистов;
- осуществление пропаганды адаптивной физической культуры и спорта.

В качестве основных целей развития адаптивной физической культуры и спорта в Воронежской области на первом этапе (2011-2015 годы) и на втором этапе (2016-2020 годы) определены:

- привлечение лиц с ОВЗ к занятиям адаптивной физической культурой и спортом, увеличение числа занимающихся на первом этапе – до 23 230 человек в 2015 году и на втором этапе – до 46 450 человек к 2020 году;

- рост удельного веса занимающихся адаптивной физической культурой и спортом лиц с ОВЗ, в общей численности данной категории на первом этапе – до 10 % в 2015 году и на втором этапе – до 20 % к 2020 году;
- увеличение количества призовых мест (медалей), завоеванных спортсменами с ОВЗ Воронежской области на Всероссийских и международных соревнованиях, в том числе на Паралимпийских, Сурдлимпийских играх, играх Специальной Олимпиады на первом этапе – до 300 в 2015 году и на втором этапе – до 350 к 2020 году;
- увеличение количества спортсменов с ОВЗ из Воронежской области, входящих в спортивные сборные команды Российской Федерации на первом этапе – до 28 человек в 2015 году и на втором этапе – до 40 человек к 2020 году.

Основными мерами по реализации поставленных целей и задач явились:

- проведение корректировки областных, ведомственных и муниципальных целевых программ; проработка возможности создания бюджетных учреждений адаптивной физической культуры на областном и муниципальном уровне;
- обеспечение спортивных сооружений, на которых осуществляются занятия адаптивной физической культурой, специализированным тренажерным оборудованием и инвентарем;
- проведение мониторинговых обследований для получения полных данных о соответствии объектов спорта требованиям «безбарьерной среды»;
- использование средств и методов адаптивной физической культуры и спорта, направленных на устранение или компенсацию ограничений жизнедеятельности лиц с ОВЗ;
- формирование плана целевой подготовки специалистов.

Безусловно, задач перед руководством управления физической культуры и спорта Воронежской области и Отделом развития массовой физической культуры и спорта высших достижений стоит много, при этом в рамках реализации вышеописанной Концепции уже сделано достаточно и активная работа продолжается.

В целях развития и пропаганды двигательной активности и здорового образа жизни среди школьников проводятся спортивные соревнования. Отдел по работе с молодежью и организации культурно-досуговой и физкультурно-спортивной деятельности совместно с Отделами образования районов города организуют различные спортивные праздники и спартакиады с участием детей с ОВЗ. К примеру, спортивный праздник «От сердца к сердцу».

Задачи по реабилитации и интеграции инвалидов возложены на специализированную детско-юношескую спортивную школу олимпийского резерва инвалидов (СДЮСШОРИ). Ее цель – адаптация детей и молодых людей с ОВЗ жителей Воронежской области средствами физической культуры и спорта к условиям современной жизни, демонстрация потенциала их духовных и физических возможностей. В школе развиваются такие виды спорта, как бадминтон, волейбол, футбол, футзал, спортивная гимнастика, конный спорт, легкая атлетика, настольный теннис, плавание, шахматы, каратэ, дзюдо, пауэрлифтинг. Занятия проходят в 24 спортзалах специальных коррекционных учреждений города и области. СДЮСШОРИ обеспечивает занимающихся с ОВЗ условиями для обучения, тренировок, участия в соревнованиях и других физкультурно-массовых и оздоровительных мероприятиях.

Среди прочих физкультурно-оздоровительных и спортивных учреждений области, занимающихся вопросами адаптации людей с ОВЗ – Центр адаптивной физической культуры инвалидов (лиц с ограниченным здоровьем и пожилых людей) и ОГУ «Спортсооружения». В настоящее время в Воронеже инвалиды могут заниматься спортом бесплатно только в спорткомплексе «Звёздный». Существуют ещё 3 бассейна, в которых так же имеются условия для занятий с контингентом с ОВЗ. Но «Звездный» это единственное спортсооружение в городе, где есть всё необходимое для спорта лиц с ОВЗ — пандусы, тренажёры, специально оборудованные раздевалки, душевые... Однако одного такого комплекса городу недостаточно. В связи, с чем предстоит активная работа по решению доступности спортивных объектов для лиц с ОВЗ. Данная проблема решается медленно не только в Воронежской области, по словам министра спорта В.Л. Мутко только 18% спортивных сооружений приспособлены для инвалидов, но вновь вводимые объекты проектируются с учетом программы «доступная среда» для лиц с ОВЗ. В.Л. Мутко: «Ни один объект спортивный не может быть введен в строй, если не будет зон для болельщиков, имеющих инвалидность, или для спортсменов, так же необходимо создать федеральные тренировочные центры по всем паралимпийским видам спорта, а к 2020 году должна быть обеспечена возможность заниматься спортом 2,5 млн. инвалидам». При этом, В.Л. Мутко подчеркнул, что среди детей-инвалидов спортом занимаются почти 40%, причем количество таких спортсменов за год выросло в 3 раза.

Для решения задачи, по обеспечению тренерами для работы с детьми с ОВЗ ФГБОУ ВО «Воронежский государственный институт физической культуры» выпускает специалистов с 2011 года. Кафедра теории и методики гимнастики, стрельбы и адаптивной физической культуры осуществляет подготовку бакалавров по

направлению 49.03.02 «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (АФК)». В 2016-2017 учебном году так же планируется прием по данному направлению на дневное и заочное отделение. Кроме того ВГИФК предоставляет возможность поступления абитуриентов с ОВЗ с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья. Материально-техническая база ВУЗа, обеспечивает абитуриентам с ОВЗ беспрепятственный доступ не только на вступительные испытания, но и на занятия в дальнейшем.

Развитие в Воронеже и области адаптивной физической культуры, работа по пропаганде адаптивного спорта, совершенствование материальной базы, расширение спортивной инфраструктуры, ориентированной на техническую доступность инвалидами продолжается, и подтверждением являются факты, описанные выше и ещё более многочисленные, конкретные события, которые происходят ежедневно для решения проблем и поддержки детей с ОВЗ. Расширение работы с такими детьми необходимо не только для воспитания моральных и этических норм, но и для формирования цивилизованного правового общества.

Литература

1. Бахарев, Ю.А. Моделирование профессиональной подготовки специалистов по адаптивной физической культуре в системе высшего профессионального образования автореф. дис. ... док. пед. наук : 13.00.04 / Юрий Александрович Бахарев; [Место защиты: Нижегородский гос. Пед. ун-т]. – Нижний Новгород, 2011. – 25 с.
2. Бегидова Т.П. Правовые аспекты адаптивной физической культуры / Т.П. Бегидова, М.В. Бегидов // Актуальные аспекты развития физической культуры и спорта инвалидов: Матер. Заседания Совета по делам инвалидов при Председателе Совета Федерации Федерального собрания РФ (Москва, 22.04.2008). – М.: Издание Совета Федерации, 2008. – С. 82-86.
3. Конвенция о правах инвалидов / Материалы 61 сессии Генеральной Ассамблеи Организации Объединенных Наций. Резолюция, принятая Генеральной Ассамблеей от 24.01.2007 г. – 32 с.
4. Круглов, Д.А. Профессиональная подготовка специалистов физической культуры и спорта инвалидов с учетом нормативно-правового регулирования автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04/ Денис Андреевич Круглов; [Место защиты: ВНИИФКиС]. – М., 2005. – 24 с.
5. О социальной защите инвалидов Российской Федерации: Федер. закон, 15 янв. 1996 г. , № 3 // Собр. законодательства Рос. Федерации. – 1996. - ст. 150.
6. О физической культуре и спорте в Воронежской области // МК. – 2008. – 10 июля. – С. 2 – 4.
7. Шапкова, Л.В. Адаптивная физическая культура: Методология и развитие в сфере высшего профессионального образования автореф. дис. ... док. пед. наук : 13.00.04/ Людмила Васильевна Шапкова; [Место защиты: СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта]. – СПб., 2003. – 38 с.

УДК 338.467

ТРЕНИРОВОЧНЫЕ МЕТОДЫ УСТРАНЕНИЯ ТКАНЕВОЙ ГИПОКСИИ

Сенин И.П.

Гродненский государственный университет имени Янки Купалы, Гродно

TRAINING METHODS OF ELIMINATION OF A TISSUE HYPOXIA

Senin I.P.

Yanka Kupala State University of Grodno, Grodno

Аннотация. Для поддержания газового гомеостаза крови необходимо откорректировать функциональность дыхательного центра. Это можно сделать только специальной тренировкой дыхания. Имитационный метод получения физиологической гиперкапнии является альтернативным существующим тренировочным средствам ликвидации тканевой гипоксии. Организму человека требуется периодическая передозировка углекислым газом (гиперкапния) для поддержания в норме его физиологии. Ежедневная тренировка приводит дыхание и, следовательно, уровень CO₂ в крови к норме.

Ключевые слова: гиперкапния, дыхательная тренировка.

Савин С.В., Степанова О.Н. СОДЕРЖАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ С ЛИЦАМИ ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА, ИМЕЮЩИМИ ОСТЕОХОНДРОЗ ПОЗВОНОЧНИКА	287
Сабитова Л.Б. ПРИНЦИП ГУМАНИСТИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.....	289
Садькова С.Н., Крылова С.В., Мурзагалин Т.Ш., Дусмухаметов И.И. ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДА ИЗОМЕТРИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА НАКЛОННОЙ ПЛОСКОСТИ В КОРРЕКЦИИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ПОЯСНИЧНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА У ЖЕНЩИН С ПОЯСНИЧНЫМ ОСТЕОХОНДРОЗОМ.....	293
Сапранович И.С., Калюжин В.Г. ПРИМЕНЕНИЕ КРЕАТИВНЫХ ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ ПРАКТИК ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ ДОШКОЛЬНИКОВ С ПАТОЛОГИЕЙ ЗРЕНИЯ.....	295
Сафиулин Э.М., Махов А.С. ПРОБЛЕМЫ ИНТЕГРАЦИИ ЛИЦ С ПОДА В ШАХМАТНУЮ СПОРТИВНУЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ СРЕДУ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ ПОДГОТОВКИ	298
Седоченко С.В., Черных А.В., Сабирова И.А. РЕАЛИЗАЦИЯ КОНЦЕПЦИИ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ВОРОНЕЖСКОЙ ОБЛАСТИ	301
Сенин И.П. ТРЕНИРОВОЧНЫЕ МЕТОДЫ УСТРАНЕНИЯ ТКАНЕВОЙ ГИПОКСИИ	303
Сиваков В.И., Ануфриева М.Ю., Сивакова М.Ю. ВОСПИТАНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ У СЛАБОВИДЯЩИХ ШКОЛЬНИКОВ ИГРОВЫМ МЕТОДОМ В ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ РАБОТЕ	307
Соколова Ф.М., Пелих Е.Ю. ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ	309
Степанов В.С., Мурзагалин Т.Ш., Балберова О.В. ВНЕДРЕНИЕ СИСТЕМЫ КОМПЛЕКСНОЙ МНОГОПРОФИЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ В СТЕРЛИТАМАКСКОМ ИНСТИТУТЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ КАК РЕАЛИЗАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОЙ ПОЛИТИКИ В ОТНОШЕНИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ	311
Степаник И.А., Зубарева К.Э. МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ХОРЕОГРАФИИ	315
Тарун Л.В., Калюжин В.Г. ТЕСТИРОВАНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ ДЕТЕЙ С ДЕТСКИМ ЦЕРЕБРАЛЬНЫМ ПАРАЛИЧОМ	317
Талалаева Л.А., Васильева Е.А. РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ НА КОРРЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЯХ	320
Тюкалова М.А., Речкалов А.В., Истомин Ю.И. ВЛИЯНИЕ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ ОВАРИАЛЬНО-МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА НА УРОВЕНЬ КОРТИЗОЛА В КРОВИ И РЕГУЛЯТОРНО-ПРИСПОСОБИТЕЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ СТУДЕНТОК ..	322
Уляева Л.Г., Уляева Г.Г., Махина С.В. МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ СРЕДСТВ ПСИХОРЕГУЛЯЦИИ У ЛЕГКОАТЛЕТОВ С ПОРАЖЕНИЕМ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА	325
Уляева Г.Г., Раднагуруев Б.Б. ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СРЕДСТВ ПСИХОРЕГУЛЯЦИИ В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ	328
Утешева Т.В., Хаптимирова О.Б. ВОСТОЧНАЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА И АКУПУНКТУРА В ПРОФИЛАКТИКЕ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ НАРУШЕНИЙ	331
Уйманова И.П.	