

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

# **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, СПОРТ И ЗДОРОВЬЕ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ**

Сборник научных статей  
Всероссийской с международным участием очно-заочной  
научно-практической конференции  
(22 октября 2015 г.)



Воронеж  
Издательско-полиграфический центр  
«Научная книга»  
2016

УДК 796  
ББК 75  
Ф50

Редакционная коллегия:  
ректор ФГБОУ ВО «ВГИФК» Г. В. Бугаев;  
проректор по НР ФГБОУ ВО «ВГИФК» О. Н. Савинкова

Ф50 **Физическая культура, спорт и здоровье в современном обществе** [Текст] : сборник научных статей Всероссийской с международным участием очно-заочной научно-практической конференции / [под ред. Г. В. Бугаева, О. Н. Савинковой]. — Воронеж : Издательско-полиграфический центр «Научная книга», 2016. — 600 с.  
ISBN 978-5-4446-0713-8

Материалы Всероссийской с международным участием очно-заочной научно-практической конференции включают в себя теоретические, исследовательские и экспериментальные данные.

УДК 796  
ББК 75

© Коллектив авторов, 2016  
© Изд. оформление.  
Издательско-полиграфический центр  
«Научная книга», 2016

ISBN 978-5-4446-0713-8



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
(МИНСПОРТ РОССИИ)

105064, Казакова ул., д. 18, Москва. Тел.: (495) 720-53-80, (495) 925-72-51; факс: (495) 995-05-51

*Приветственное слово заместителя министра спорта Российской Федерации участникам Всероссийской с международным участием научно-практической конференции «Физическая культура, спорт и здоровье в современном обществе»*

**Уважаемые участники конференции!**

От имени Министерства спорта Российской Федерации и от себя лично приветствую участников Всероссийской с международным участием научно-практической конференции «Физическая культура, спорт и здоровье в современном обществе»!

Концепция долгосрочного социально-экономического развития России до 2020 года рассматривает физическую культуру и спорт как один из ведущих факторов развития человеческого потенциала, наряду с развитием здравоохранения, образования и повышением экологической безопасности.

Именно поэтому вопросы привлечения населения к регулярным занятиям спортом, создание условий для сохранения оптимального объема двигательной активности на протяжении всей жизни, а также обеспечение научно-методической базы имеют первостепенное значение для отрасли.

Тематика конференции, ежегодно проводимой Воронежским государственным институтом физической культуры, безусловно, актуальна и охватывает широкий круг проблем, связанных как с подготовкой кадров в сфере физической культуры и спорта, так и с нравственным и патриотическим воспитанием молодежи. Вместе с тем, важными направлениями программы конференции являются вопросы медико-биологического, психолого-педагогического обеспечения спортивной деятельности, спортивной подготовки в реабилитации и интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Участие зарубежных коллег в работе конференции будет способствовать широкому обмену опытом, обобщению результатов новых научных исследований и выработке современных подходов к вовлечению населения в систематические занятия физической культурой и спортом.

Желаю участникам конференции успехов в творческой работе и дальнейших научных и практических свершений!

Ю. Д. Нагорных

**СЕКЦИЯ 5**  
**СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЕ, НОРМАТИВНЫЕ,**  
**ПРАВОВЫЕ И УПРАВЛЕНЧЕСКИЕ ОСНОВЫ**  
**ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ СПОРТА**

СИСТЕМА УПРАВЛЕНИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ В РЕГИОНАХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ <i>Бегидов М. В., Бегидова Т. П.</i> .....	558
СОЗДАНИЕ В РОССИИ СИСТЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ (ОБРАЗОВАНИЯ) <i>Корякина Е. А., Устинов И. Ю., Караванов А. А., Холодов О. М.</i> .....	562
МОДЕЛЬ ОЦЕНКИ ТРЕНЕРА С ПОЗИЦИЙ РЕСУРСНОЙ КОНЦЕПЦИИ СТРАТЕГИЧЕСКОГО МЕНЕДЖМЕНТА <i>Краснов Е. В.</i> .....	568
КАДРОВОЕ И ФИНАНСОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНОГО РЕЗЕРВА В СИСТЕМЕ СПОРТИВНЫХ ШКОЛ <i>Маслова И. Н.</i> .....	575
ПОВЫШЕНИЕ ПОПУЛЯРНОСТИ СПОРТИВНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ С ПОМОЩЬЮ PR <i>Савинкова О. Н., Бугаев Г. В., Кадурин В. В.</i> .....	583
НЕОБХОДИМОСТЬ ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ <i>Сергатских Е. А., Холодов О. М., Орлов С. В.</i> .....	587
СПОРТ В ПАКИСТАНЕ: НАЦИОНАЛЬНАЯ СПОРТИВНАЯ ПОЛИТИКА В СВЕТЕ ИТОГОВ ЛОНДОНСКОЙ ОЛИМПИАДЫ <i>Симонов К. В.</i> .....	591
СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ И ПРОЕКТЫ ПО ФОРМИРОВАНИЮ МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ В ОБЛАСТИ СПОРТА <i>Степыко Д. Г.</i> .....	595

**СЕКЦИЯ 1**

**НРАВСТВЕННОЕ И ПАТРИОТИЧЕСКОЕ**  
**ВОСПИТАНИЕ МОЛОДЕЖИ В СФЕРЕ**  
**ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**



В настоящее время осуществляется подготовка Воронежских гимнастов к Чемпионату мира по спортивной гимнастике среди лиц с синдромом Дауна, который состоится 12—15 ноября 2015 года в Италии.

Параллельно с тренерской работой, преподавателями ВГИФК проводится исследование в соответствии с государственным заданием Министерства спорта РФ на 2015—2017 гг. на выполнение научно-исследовательской работы «Совершенствование системы управления и механизмов правового регулирования в адаптивной физической культуре и спорте для создания условий комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов, лиц с отклонениями в состоянии здоровья средствами спортивной подготовки».

Результаты проведенных исследований подтверждают эффективность влияния спортивной подготовки на комплексную реабилитацию и социальную интеграцию инвалидов с ментальными нарушениями в современном обществе.

### **ИНКЛЮЗИВНАЯ ФОРМА СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ В ПОДГОТОВКЕ ВОРОНЕЖСКИХ ГИМНАСТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ К ЧЕМПИОНАТУ МИРА 2015 СРЕДИ ЛИЦ С СИНДРОМОМ ДАУНА**

**П. Ю. Королев, к. п. н., доцент**  
*ФГБОУ ВПО «ВГИФК», Воронеж*

**Н. Д. Соломаха, инструктор физической культуры**  
*«Воронежская школа-интернат № 1 для детей-сирот», Воронеж*

**А. В. Бордюг, преподаватель**  
*ВУНЦ ВВС «ВВА» им. проф. Н. Е. Жуковского и Ю. А. Гагарина,  
Воронеж*

**А. В. Бушуев, доцент**  
*ВУНТ, Воронеж*

**Ключевые слова:** *Синдром Дауна, гимнастика, Специальная Олимпиада, соревнования, спортивный союз, система подготовки, инклюзивные спортивные тренировки.*

Синдром Дауна — самая распространённая генетическая аномалия. По статистике один из шестисот-восьмисот новорожденных появляется на свет с синдромом Дауна. Слово «синдром» подразумевает наличие определенных признаков или характерных черт. Синдром Дауна был впервые описан в 1866 году британским врачом Джоном Лэнгдоном Дауном и назван по его имени. Почти спустя столетие в 1959 году французский ученый Жером Лежен обосновал хромосомное происхождение этого синдрома, и сегодня мы знаем, что синдром Дауна — это генетическое состояние, которое существует с момента зачатия и определяется наличием в клетках человека дополнительной хромосомы [2].

Общеизвестно, что синдром Дауна проявляется психическим недоразвитием, степень которого зависит от многих факторов, включающих в себя как форму синдрома Дауна, так и степень реабилитации ребенка.

Другими словами, люди с синдромом Дауна обучаемы и при применении соответствующих методик могут развиваться в интеллектуальном плане. Такие дети могут научиться не только самообслуживанию, но и читать, считать и писать, доступны им и специальные знания. Коэффициент интеллекта (IQ) людей с синдромом Дауна колеблется от 20 до 75 (нормой считается IQ больше 70) [2].

Научные исследования подтверждают [1], что наиболее эффективным средством развития интеллектуального потенциала и вовлечения инвалидов с синдромом Дауна в активную общественную жизнь, является инклюзивная форма адаптивной физической культуры и спорта.

На сегодняшний день существуют два направления адаптивного спорта для людей с синдромом Дауна. Специальная Олимпиада — программа круглогодичных спортивных тренировок и соревнований, целью которой, является социальная адаптация людей с ментальными нарушениями и Спортивный Союз людей с Синдромом Дауна (SU-DS Sports Union for athletes with Down Syndrome) — спортивное движение, цель которого достижение высоких спортивных результатов [3]. Отличительной особенностью соревновательной модели спортивного союза от Специальной Олимпиады является выступление спортсменов в общей массе, не делая разделений на классы и дивизионы. Разделяют спортсменов только на юниоров и юниорок до 16 лет и мужчин и женщин старше 16 лет.

Спортивный Союз людей с Синдромом Дауна объединяет 9 видов спорта: легкую атлетику, плавание, теннис, настольный теннис, дзюдо, футбол, лыжный спорт, спортивную и художественную гимнастику.



В настоящее время, Российские спортсмены, зарегистрированы и принимают участие в соревнованиях по плаванию и спортивной гимнастике.

На первом Чемпионате мира по спортивной гимнастике (2012, г. Лестер, Великобритания) приняли участие представители 12 стран. Сборную команду России представляли Воронежские гимнасты Андрей Востриков и Николай Перов (тренер Королев П. Ю.). Востриков Андрей стал абсолютным чемпионом соревнований, а Николай Перов занял второе место, тем самым показав высокий уровень подготовки Российской гимнастической школы.

С 12 по 15 ноября в г. Мортара (Италия), состоится второй Чемпионат мира для лиц с синдромом Дауна. Сборную России представят: Андрей Востриков, Николай Перов (Воронеж, тренер Королев П. Ю.) и Кутепова Арина (Челябинск, тренер Дубинкин Г. П.).

С момента возвращения спортсменов сборной команды России с Всемирных Игр Специальной Олимпиады 2015 г. (США), Воронежские гимнасты активно готовятся к предстоящим стартам. В систему подготовки включены инклюзивные спортивные тренировки вместе со спортсменами без отклонений в состоянии здоровья, целенаправленные изменения условий «прогона» соревновательных комбинаций, самостоятельная импровизация связей элементов на гимнастических снарядах, усовершенствована техническими элементами батутная подготовка, добавлены упражнения комплекса йоги с элементами музыкотерапии в заключительную часть занятия.

Спортсменам, также предложены процедуры закаливания: босохождение, солнечные и воздушные ванны, обтирание влажным полотенцем и обливание водой.

Изменение таких внешних условий как освещения гимнастического зала, уровня жесткости и цветовой палитры зоны приземления, амортизационных свойств и высоты гимнастических снарядов, время интервалов отдыха и количества разминочных подходов из различных исходных положений — активно используются гимнастами с ограниченными возможностями здоровья для повышения уровня подготовленности к международным соревнованиям.

В подготовке к Чемпионату широко применяются упражнения циклического характера на стандартных гимнастических снарядах во всех частях занятия. Упражнения сложной координации, выполняясь циклично, позволяют гимнастам с синдромом Дауна формировать навык владением собственным телом в необычных условиях опоры.

Отдельно стоит отметить такой методический прием, как частое чередование видов деятельности гимнастов с синдромом Дауна, который позволяет сохранять интерес к обучению на протяжении всего занятия.

Большое количество «проведения по движению» играет ключевую роль в формировании двигательных навыков гимнастов с синдромом Дауна, однако долгие перерывы в выполнении разучиваемых элементов ведут к полной потере двигательной памяти и нарушению представления об изучаемом двигательном действии.

Усложнение соревновательной программы по спортивной гимнастике для людей с синдромом Дауна после первого Чемпионата мира, предъявляет новые требования к использованию разнообразных средств и методических приемов, способствующих эффективному обогащению двигательного потенциала спортсменов с отклонениями в состоянии здоровья.

Результаты выступлений Воронежских гимнастов с синдромом Дауна на Чемпионате мира 2015 г. позволят осуществить анализ и скорректировать процесс подготовки к Всемирным Играм Спортивного союза людей с синдромом Дауна 15—22 июля 2016г.

Преподавателями кафедры теории и методики гимнастики стрельбы и адаптивной физической культуры была проделана работа по переводу и редактированию новой программы спортивного союза людей с синдромом Дауна по спортивной гимнастике. В настоящее время осуществляется написание учебно-методического пособия для специалистов и студентов физкультурных вузов.

#### Литература

1. *Королев П. Ю.* Социальная адаптация лиц с нарушением средствами спортивной гимнастики : дис... канд. пед. наук / П. Ю. Королев. — Малаховка, 2009. — 201 с.
2. [Электронный ресурс]. — URL: <http://vitaportal.ru/meditsinskaya-genetika/>.
3. [Электронный ресурс]. — URL: <http://www.su-ds.org/>.