

УДК 796

## ***ЗДОРОВЬЕ ИНДИВИДА И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА***

***Воронов Н.А.***

*к.б.н., доцент,*

*Ярославское высшее военное училище противовоздушной обороны*

*Ярославль, Россия*

### **Аннотация**

В данной работе проанализирована полезность и главные проблемы Адаптивной физической культуры, выявлены ее изъяны и явные положительные стороны с учетом мнения экспертов в данной области. Учтены так же реальные случаи, поддавшиеся широкой огласке среди всего населения. Адаптивная «Физическая культура» предназначена для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья, и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц.

**Ключевые слова:** инвалиды, лица с ограниченными возможностями здоровья, физическая культура, здоровый образ жизни, здоровье.

## ***HEALTH OF THE INDIVIDUAL AND ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE***

***Voronov N.A.***

*PhD, Associate Professor,*

*Yaroslavl Higher Military School of Air Defense,*

*Yaroslavl, Russia*

**Annotation**

In this paper, the utility and main problems of Adaptive Physical Culture are analyzed, its flaws and obvious positive aspects are identified taking into account the opinion of experts in this field. Also taken into account are real cases that have been widely publicized among the general population. Adaptive "Physical Culture" is designed to train people with disabilities and people with disabilities, taking into account the characteristics of their psychophysical development, individual capabilities and health status, and, if necessary, providing correction of developmental disorders and social adaptation of these individuals.

**Key words:** disabled people, people with disabilities, physical education, healthy lifestyle, health.

Определяющей формой организации Адаптивной физической культуры в специальной общеобразовательной школе является занятие, имеющее два разных названия: «Физическая культура и здоровье» (первое отделение вспомогательной школы для детей с интеллектуальной недостаточностью, первое и второе отделения для детей с нарушениями слуха, с нарушениями речи, с трудностями в обучении) и «Адаптивная физическая культура» (для детей с нарушениями зрения, нарушениями функций опорно-двигательного аппарата, второе отделение вспомогательной школы для детей с интеллектуальной недостаточностью в центрах коррекционно-развивающего обучения и реабилитации). Может быть, именно поэтому урок АФК имеет различные названия в зависимости от нозологической группы учащихся: Концепция, образовательный стандарт и программы по учебному предмету [1].

Важной целью нашего общества для лиц с ОПФР должно стать направление на создание социально регулируемого специального физкультурного и спортивного движения с оздоровительной, образовательной, воспитательной и коррекционной направленностью на их подготовку к участию

в решении социальных задач. Недостатком в этом процессе следует признать отсутствие на сегодняшний день системного подхода к организации АФК: концепции, образовательного стандарта и основанных на них программ учебного предмета «Адаптивная физическая культура».

Результаты исследования и обсуждение. Адаптивное физическое воспитание как понятие впервые появилось в Российской Федерации еще в 1995 году, когда был создан первый факультет теории и практики адаптивного физического воспитания (АРЕТР) в старейшем высшем физическом учебном заведении страны, ныне известном как Национальный государственный университет Лесгафта, Санкт – Петербург [3]. Эта инициатива была направлена на то, чтобы реагировать на новые социальные, экономические и идеологические проблемы, а также получать и обобщать образовательный опыт в специальном учебном курсе по физическому воспитанию и спорту инвалидов, который позже перешел к нескольким дисциплинам.

Затем академическая команда вновь созданного Отделения АРЕТР подготовила все необходимые подтверждающие документы для запуска в 1996 году академической специальности «Физическое воспитание инвалидов» и официально утвержденного государственного стандарта образования в 1997 году. В настоящее время образование регулируется по стандарту высшего образования третьего поколения для соответствующей образовательной программы, формально называемой Федеральным государственным образовательным стандартом для инвалидов (адаптивного) физического воспитания с курсами бакалавриата и магистратуры. Существуют также стандарты образования третьего поколения для системы среднего образования АФК, выпускники которой сертифицированы как адаптивный учитель физического воспитания.

Проект по разработке, внедрению и применению на практике адаптивных стандартов физического воспитания был новаторским шагом в физическом

применении, которое впервые систематически применялось в Российской Федерации для обучения и реабилитации людей с физическими недостатками и ухудшением здоровья, особенно студентов, приписываемых специальным группам здоровья и других соответствующих групп лиц, имеющих проблемы со здоровьем. В чем смысл этого нового этапа для страны? Следует прежде всего отметить, что в отличие от мировой практики традиционно для Российской Федерации тех дней, что физическая практика применяется к этим категориям здоровья в основном для терапевтических и реабилитационных целей. В стране действовала национально признанная и отличная система Терапевтического физического воспитания (ТПЭ), которая доказала его высокие преимущества, особенно во время Великой Отечественной войны 1941-45 годов, когда она применялась для реабилитации раненых солдат и офицеров, и это стало причиной система, которая в дальнейшем является доминирующей в лечении и реабилитации людей с нарушениями, включая, среди прочего, специальные средства и методы физического воспитания и спорта.

В чем смысл этого нового этапа для страны? Следует прежде всего отметить, что в отличие от мировой практики традиционно для Российской Федерации тех дней, что физическая практика применяется к этим категориям здоровья в основном для терапевтических и реабилитационных целей [3].

В стране действовала национально признанная и отличная система Терапевтического физического воспитания (ТПЭ), которая доказала его высокие преимущества, особенно во время Великой Отечественной войны 1941-45 годов, когда она применялась для реабилитации раненых солдат и офицеров, и это стало причиной система, которая в дальнейшем является доминирующей в лечении и реабилитации людей с нарушениями, включая, среди прочего, специальные средства и методы физического воспитания и спорта.

Полностью признавая преимущества и достижения системы АФК, которые, однако, были в значительной степени ограничены так называемой парадигмой лечебного лечения системы здравоохранения тех дней - специалисты адаптивного физического воспитания, активно работающие в своей теории и практике, часто подчеркивали необходимость для преодоления ограничений системы, которая рассматривает физическое воспитание и, в частности, спорт как средство только для развития физической силы, т.е. улучшает только «естественную» органическую эффективность человеческого тела - ввиду того, что последствия физического воспитания и спорта как регуляторы межличностного отношения и взаимодействия людей и улучшители их психического здоровья практически неисчерпаемы.

Начиная с 1960 года начались Летние Параолимпийские игры, а в 1976 году они сопровождались Зимними Параолимпийскими играми. Это были люди со спинномозговым состоянием, которые участвовали в первых играх; в 1972 году к ним присоединились люди с нарушениями зрения; в 1976 году, люди со всеми видами заболеваний опорно-двигательных систем были квалифицированы для игр; в 1980 году к Играм присоединились люди с ампутацией и церебральным параличом; и в 1992 году люди с ограниченными интеллектуальными возможностями присоединились к сообществу Игр [4]. Это, как правило, история о том, как социальное отношение к людям с физическими и ухудшениями здоровья было изменено от отклонения и недопущения к обеспечению равных возможностей на основе конкурентного духа в аксиологической концепции, ориентированной на личность, которая считает их полностью способными членами общества, которые пользуются равными правами во всех аспектах жизни, включая спорт.

Переход к третьему этапу развития параолимпийских видов спорта был обусловлен как конкретными, так и социальными акцентами спорта как

такового и продолжающегося процесса социальной гуманизации с широким продвижением идей олимпизма и концепций честной игры.

Исходя из данной работы, следует решить вопрос о разработке специальной учебной программы по АФК для учащихся с тяжелыми нарушениями речи и нарушениями слуха, а не использовать для них программу «Физическая культура и здоровье», адресованную детям массовой школы. Несомненно, так же следует открыть специальное обучение для повышения квалификации преподавателей, чтобы им было проще взаимодействовать с детьми с различными проблемами со здоровьем.

#### **Библиографический список:**

1. Воронин С.М. Особенности лично-ориентированной физической подготовки / С.М. Воронин, Н.А. Воронов, Л.Ю. Шалайкин, Е.В. Игнатова // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2015. Т. 21. № 2. С. 233-235.
2. Воронов Н.А. Современные вопросы адаптивной физической культуры / Н.А. Воронов // Эпоха науки. 2018. № 14. С. 231 – 233
3. Воронов Н.А. Физическая культура и спорт как средство реабилитации инвалидов / Н.А. Воронов // Научный руководитель. 2018. № 4 (28). С. 28-33
4. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура: Учебное пособие / С.П. Евсеев - М.: Советский спорт, 2005. - 240 с.

*Оригинальность 83%*