

4. Юрошкевич Е.В. Влияние аэробики на функциональное состояние основных систем организма у студентов /Молодой ученый //2018. - № 45 (231). - С. 289-292. - URL: <https://moluch.ru/archive/231/53586/>
5. Салькова А.М. Фитнес-программы в системе занятий по физической культуре в ВУЗе, Челябинск, Москва, 2019.

Наумов А.В., студент
Губарева Н.В., кандидат педагогических наук, доцент
Белоуско Д.В., кандидат педагогических наук, доцент
Лопатина О.А., старший преподаватель
Алтайский государственный университет, г. Барнаул

СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В НЕ ФИЗКУЛЬТУРНОМ ВУЗЕ

Аннотация: в статье авторами рассматривается актуальный вопрос, касающийся адаптивной физической культуры в рамках курса «Элективные дисциплины адаптивной физической культуры» в не физкультурном вузе. Обучение по данной дисциплине проводится со студентами-инвалидами, которые имеют диагнозы различной нозологической категории. Актуальность рассматриваемой темы определена современной прогрессирующей тенденцией к увеличению численности данного контингента обучающихся. Авторы статьи предлагают на обсуждение системный подход для построения индивидуальных программ физической реабилитации студентов-инвалидов на период обучения в не физкультурном ВУЗе с использованием не только традиционных методик, но и с применением аппаратно-программного комплекса «Спортивный психофизиолог».

Ключевые слова: системный подход, адаптивная физическая культура, студенты-инвалиды, двигательная реабилитация.

Naumov A.V., student
Gubareva N.V., PhD, Associate Professor
Belousko D.V., PhD, Associate Professor
Lopatina O.A., Senior Lecturer
Altai State University, Barnaul

A SYSTEMIC APPROACH TO LESSONS OF ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE IN A NON-PHYSICAL UNIVERSITY

Annotation: in the article, the authors consider a topical issue regarding adaptive physical culture within the framework of the course "Elective disciplines of adaptive physical culture". Training in this discipline is carried out with disabled students who have disabilities of various nosologically categories. The relevance of the topic under consideration is determined by the modern progressive trend towards an increase in this contingent of students. The authors of the article propose for discussion a systematic approach to building individual programs for the physical rehabilitation of disabled students for the period of study in a non-sports university.

Key words: systemic approach, adaptive physical culture, students with disabilities, motor rehabilitation.

Актуальность: в настоящее время актуальной становится проблема не только организация двигательной активности в рамках физкультурных вузовских занятий студенческой молодежи с отклонениями в состоянии здоровья, но и подготовка квалифицированных кадров для работы с данным контингентом [1, 3, 5].

Проблема: в научно-методической литературе зачастую имеются лишь фрагментарные достоверные исследования, освещающие именно физкультурно-реабилитационные мероприятия в студенческом возрасте. Студенты-инвалиды переходят из статуса ребенок-инвалид в категорию инвалид с детства [4]. Во втором варианте, двигательной реабилитации уделяется недостаточно времени как в индивидуальных программах реабилитации инвалидов, так и в силу насыщенного расписания по базовым и вариативным дисциплинам в не физкультурном ВУЗе [2, 6].

Цель работы: освещение значимости системного подхода при проведении занятий адаптивной физической культурой со студентами-инвалидами, обучающимися на 1 и 2 курсе не физкультурного ВУЗа.

Материалы и методы исследования: наши студенты, обучаясь в Алтайском государственном университете, который является опорным ВУЗом Алтая, предоставляет максимум возможностей обучающимся, в том числе и для их физической реабилитации. На занятиях в нашем вузе к зачисленным в группу адаптивной физической культуры применяется системный подход. При построении индивидуальной программы занятий, для каждого студента-инвалида определяется не только их нозологическая группа по основному заболеванию, но и некоторые аспекты их индивидуально-типологических особенностей (когнитивные характеристики, уровень тревожности, акцентуация характера и психофизиологические способности).

Обсуждение результатов исследования: преподавателями, работающими с данным контингентом, важно быть антропологами. Системный подход подразумевает выявление интереса и мотивации своих подопечных, что позволяет детализировать и систематизировать индивидуальный образовательный маршрут для изучения «Элективной дисциплины по адаптивной физической культуре и спорта». Также педагогами активно используется социометрические методы (опрос, анкетирование), аппаратно-программный комплекс «Спортивный психофизиолог» (оценка психофизиологических и психологических характеристик студентов-инвалидов) для выявления индивидуально-типологических особенностей подопечных для оптимизации построения индивидуальной реабилитационной программы занятий адаптивной физической культурой [2, 3, 7].

Преподавателями кафедры физического воспитания Алтайского государственного университета и кафедры теоретических основ физического воспитания Алтайского государственного педагогического университета в рамках урочной и внеурочной физкультурно-спортивной деятельности применяются как популярные физкультурно-оздоровительные технологии в работе с обозначенным контингентом, так и набирающие популярность на Алтае – сертифицированные настольные игры.

Однако в Алтайском крае отмечен дефицит высококвалифицированных специалистов, для работы со студентами-инвалидами. Подготовкой специалистов адаптивной физической культуры занимается лишь на уровне средне профессионального образования. В физкультурном вузе Алтайского края отсутствует направление обучения, которое бы готовило конкурентноспособных специалистов данной сферы.

Выводы: таким образом, в процессе занятий адаптивной физической культуре в не физкультурном ВУЗе преподавателями создаются оптимальные условия для студентов-инвалидов, повышается их уровень социализации, за счет развития коммуникативных свойств личности в процессе занятий адаптивной физической культурой по индивидуально-дифференцированным программам занятий.

Системный подход, выборе организационно-педагогических условий, в том числе и подготовка конкурентноспособных специалистов, для оптимальной реализации двигательной активности студентов инвалидов и лиц с ОВЗ позволяет оптимизировать не только показатели физического развития, двигательной подготовленности, компенсаторных процессов, но и способствует развитию их личностных характеристик. Адаптивная физическая культура и системный подход при её реализации будут способствовать гармоничному развитию личности студента-инвалида.

Список использованной литературы

1. Горская И.Ю. Освоение методики развития двигательной точности у школьников с нарушением слуха в вузовской подготовке специалистов по адаптивной физической культуре/Н.В.Губарева, И.Ю.Горская //Современные проблемы науки и образования. 2015. № 6. С. 440.
2. Колтыгина Е.В. Современные аспекты профессиональной подготовки учителей физической культуры/Н.В. Губарева, Е.В.Колтыгина //В сборнике: Актуальные вопросы физической культуры и спорта. материалы XXIV Всероссийской научно-практической конференции, посвящённой памяти профессора Ю.Т.Ревякина. Томск, 2022. С. 247-249.
3. Корягина Ю.В. Возможности аппаратно-программного комплекса в системе спортивной ориентации, отбора и этапного контроля в дзюдо и самбо / Ю.В.Корягина, С.В.Нопин, Г.Н.Тер-Акопов, С.М.Абуталимова // Теория и практика физической культуры. 2022. - № 3. - С. 3-5.
4. Литош Н.Л. Роль и значение адаптивной физической культуры в социализации лиц с ограниченными возможностями здоровья /Литош Н.Л.//В сборнике: Актуальные проблемы науки и практики коррекционной педагогики и специальной психологии: вызовы времени. Материалы II Всероссийской научно-практической конференции. Сост. и ред. И.А.Тютюева. Шадринск, 2021. - С. 139-144.
5. Лопатина О.А. Использование оздоровительных направлений в нефизкультурном ВУЗе /Губарева Н.В., Лопатина О.А., Дылкина Т.В., Труевцева Е.А.//Гуманитарный научный вестник. 2021, № 4. С. 30-34.
6. Лунина Н.В. Взаимосвязи регулирующего и исполнительного аппарата нервно-мышечной системы спортсменов при изучении реагирующей способности/ Н.В. Лунина, Ю.В. Корягина //Современные вопросы биомедицины. 2022. Т. 6. № 1 (18).
7. Попова Н.В. Значение физической культуры и спорта в повышении работоспособности студентов в процессе учебной деятельности. // В сборнике: Ценностные ориентации молодежи в условиях модернизации современного общества. Сборник научных трудов. Редактор Лизунова Г.Ю. - 2017. - С. 22-27.

Овчаренко О.Е., магистрант

Мухина М.П., кандидат педагогических наук, доцент

ФГБОУ ВО «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта», г. Омск

ЭКСПРЕСС-ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ВЫПОЛНЕНИЯ БАЗОВЫХ ЭЛЕМЕНТОВ ТАНЦЕВАЛЬНОГО СПОРТА «ЛОК-СТЕП ВПЕРЕД», «ЛОК-СТЕП НАЗАД»

Аннотация: Большой объем двигательных навыков, которые необходимо освоить за короткий промежуток времени на начальном этапе обучения, с детьми в возрасте 5-6 лет в танцевальном спорте, приводит к тому, что требуется пересмотр тренировочной деятельности, а так же новые способы контроля, для своевременной корректировки техники выполнения, во избежание ошибок при выполнении двигательного действия. Цель работы состояла в разработке экспресс-оценки качества выполнения базовых элементов танцевального спорта «Лок-степ вперед», «Лок-степ назад» с учетом пространственных биомеханических характеристик движения. Анализ видео материалов и их обработка с помощью программы CoachNow позволило выделить в базовых элементах три стадии элемента: (подготовительных, основных и заключительных действий). Учет выделенных пространственных биомеханических характеристик, позволит сократить время обучения двигательному действию и своевременно исправить ошибки во избежание их закрепления.

Ключевые слова: танцевальный спорт, экспресс-оценка, базовые элементы, основные опорные точки.