

Кулакова Светлана Владимировна

студентка

Марина Ирина Владимировна

старший преподаватель

ФГБОУ ВПО «Вологодский государственный университет»

г. Вологда, Вологодская область

СОЦИАЛЬНАЯ ИНТЕГРАЦИЯ ИНВАЛИДОВ ПРИ ПОМОЩИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

***Аннотация:** в данной научной публикации авторами рассматривается вопрос социальной интеграции инвалидов посредством использования адаптивной физической культуры. В работе выделяется ряд проблем, затрудняющих использование ее потенциала.*

***Ключевые слова:** адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация, адаптивная физическая реабилитация.*

Одной из основных задач современного общества по отношению к инвалидам является максимальная их адаптация к самостоятельной жизни, трудовой деятельности, овладению профессией. Социальная интеграция инвалидов – многогранный процесс изменения сферы сознания больного человека от уныния и пассивности к активности и желанию прикладывать максимальные усилия для восстановления своего здоровья и полноценного общения с окружающим социумом.

Адаптивная физическая культура (адаптивное физическое воспитание, адаптивный спорт, адаптивная двигательная рекреация и адаптивная физическая реабилитация) является областью социальной практики, позволяющей эффективно решать задачи интеграции инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья в общество.

Ограничение функций физических упражнений, деятельности в области физической культуры по отношению к данной категории населения лишь лечебным направлением (лечебная физическая культура, физическая реабилитация, «тре-

нирующая терапия» и т. п.) значительно уменьшает потенциал специально организованной двигательной активности человека, его духовно-телесной практики в решении проблем социализации инвалидов, гуманизации и, вообще, повышения качества их жизни.

В связи с этим рассмотрим основные аспекты перечисленных видов адаптивной физической культуры и выделим ряд проблем, препятствующих их эффективной реализации.

Содержание адаптивного физического воспитания (образования) направлено на формирование у инвалидов и людей с отклонениями в состоянии здоровья комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков; на развитие широкого круга основных физических и специальных качеств, повышение функциональных возможностей различных органов и систем человека, на становление, сохранение и использование оставшихся в наличии телесно-двигательных качеств инвалидов.

Основная задача адаптивного физического воспитания состоит в формировании у инвалидов осознанного отношения к своим силам, твердой уверенности в них, готовности к смелым и решительным действиям, преодолению необходимых для полноценного функционирования субъекта физических нагрузок, а также потребности в систематических; занятиях физическими упражнениями и, вообще, в осуществлении здорового образа жизни в соответствии с рекомендациями и валеологии.

Содержание адаптивного спорта (как базового, так и высших достижений) направлено прежде всего на формирование у инвалидов (особенно у талантливой молодежи) высокого спортивного мастерства и достижения ими наивысших результатов в его различных видах на состязаниях с людьми, имеющими аналогичные проблемы со здоровьем.

Основная задача адаптивного спорта заключается в формировании спортивной культуры инвалида, приобщение его к общественно-историческому опыту в данной сфере, освоении мобилизационных, технологических, интеллектуальных и др. ценностей физической культуры.

Содержание адаптивной двигательной рекреации направлено на активизацию, поддержание вида деятельности (труд, учеба, спорт и др.), на профилактику утомления, развлечение, интересное проведение досуга и, вообще, на оздоровление, улучшение кондиции, повышение уровня жизнестойкости через удовольствие или с удовольствием.

Наибольший эффект от адаптивной двигательной рекреации, основная идея которой состоит в обеспечении психологического комфорта и заинтересованности занимающихся за счет полной свободы выбора средств, методов, форм занятий, следует ожидать в случае ее дополнения оздоровительными технологиями профилактической медицины.

Основная задача адаптивной двигательной рекреации состоит в привитии личности инвалида проверенных исторической практикой мировоззренческих взглядов Эпикура, проповедовавшего философию (принцип) гедонизма, в освоении инвалидом основных приемов и способов рекреации.

Содержание адаптивной физической реабилитации направлено на восстановление у инвалидов временно утраченных или нарушенных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок в связи основным заболеванием, являющимся причиной инвалидности) после перенесения различных заболеваний, травм, физических и психических перенапряжений, возникающих в процессе какого-либо вида деятельности или тех или иных жизненных обстоятельств.

Основная задача физической адаптивной физической реабилитации заключается в формировании адекватных психических реакций инвалидов на то или иное заболевание, ориентации их на использование естественных, экологически оправданных средств, стимулирующих скорейшее восстановление организма; в обучении их умениям использовать соответствующие комплексы физических упражнений, приемы гидро-вибромассажа и самомассажа, закаливающие и термические процедуры и другие средства.

Перечислим ряд проблем, затрудняющих использование потенциала адаптивной физической культуры:

- отсутствие необходимых условий для занятий адаптивной физической культурой и спортом;
- отсутствие мотивации к занятиям адаптивной физической культурой и спортом у лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья и инвалидов;
- психологические комплексы у лиц, имеющих ограниченные возможности здоровья и инвалидов.

Список литературы

1. Проблема физического воспитания и спорта инвалидов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.stattionline.org.ua/pedagog/104/18250-problema-fizicheskogo-vospitaniya-i-sporta-invalidov.html>