

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІНІСТЕРСТВО МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ
УПРАВЛІННЯ МОЛОДІ ТА СПОРТУ
ЛЬВІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ВІЙСЬКОВОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЗАХІДНОЇ ПАРАНИ (БРАЗИЛІЯ)
ЛИТОВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ СПОРТУ
ЛЬВІВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я
НАСЕЛЕННЯ «СПОРТ ДЛЯ ВСІХ»

ПРОБЛЕМИ АКТИВІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАСЕЛЕННЯ



Матеріали XIV Міжнародної
науково-практичної конференції
(10–11 травня 2024 року)

За загальною редакцією Любові ЧЕХОВСЬКОЇ

Львів
ЛДУФК ім. Івана Боберського
2024

Список використаних джерел

1. Бріскін Ю. Адаптивний спорт. Спеціальні Олімпіади : навч. посіб. Львів : Ахіл, 2003. 128 с.
2. Бріскін Ю. А. Спорт інвалідів : підруч. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту. Київ : Олімпійська література, 2006. 236 с.
3. Адаптивний спорт : навч.-наоч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / упоряд.: С. Ф. Матвеев, І. О. Когут, О. В. Борисова. Київ : Інтерсервіс, 2014. 116 с.
4. Адаптивне фізичне виховання : навч. посіб. / уклад.: Осадченко Т. М., Семенов А. А., Ткаченко В. Т. Умань: Візаві, 2014. 210 с.

УДК 796.011.3-056.26

СУЧАСНІ ЗАСОБИ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Сергій Шинкарьов, Ірина Янович

*ДЗ «Луганський національний університет
імені Тараса Шевченка», м. Полтава, Україна*

Актуальність. Останніми десятиріччями в суспільній свідомості набуває особливого значення процес поступової зміни ставлення до проблеми інвалідності. Відбувається зміщення акценту з підкреслення обмеженості можливостей інвалідів до усвідомлення потреби використання й збільшення наявного значного потенціалу для максимального вияву індивідуальних можливостей цих людей [4, с. 8].

Мета адаптивної фізичної культури – формування та розвиток рухової активності людей, які мають функціональні обмеження, до фізичних і соціальних умов навколишнього середовища.

Адаптивна фізична культура – це не метод лікування, а засіб переведення уваги людей з інвалідністю від хвороби на спілкування, активний відпочинок і розвагу. Для багатьох інвалідів адаптивна фізична культура є єдиним способом

«розірвати» замкнутий простір, увійти в соціум, зустріти нових друзів, отримати можливість для спілкування, повноцінних емоцій, пізнання світу й ін. Саме тут, найчастіше вперше у своєму житті, вони пізнають радість руху, вчать перемогти й гідно переносити поразки, усвідомлюють щастя подолання себе [5, с.15].

Адаптивна фізична культура є найважливішим компонентом всієї системи реабілітації осіб з інвалідністю та осіб із відхиленнями у стані здоров'я, усіх її видів і форм. Вона з усією очевидністю присутня у всіх сферах життєдіяльності людини і тому становить основу соціально-трудової, соціально-побутової та соціально-культурної реабілітації; виступає важливим засобом і методом медичної, технічної, психологічної, педагогічної реабілітації.

В адаптивній фізичній культурі використовують ті самі засоби, що й у фізичній культурі і спорті: рухливі ігри й естафети, які мають на меті реальний цікавий результат, нагороду; сюжетні ігри і естафети, які мають інтригу в розвитку сюжету; вправи з предметами; елементи акробатики й гімнастики, які розвивають рівновагу й стійкість: присідання, нахили з поворотами, ходьбу, біг, ігри з різкими зупинками, поворотами, стрибками; фітнес; елементи фехтування; елементи боксу; танці; елементи спортивної гімнастики; елементи важкої атлетики; плавання; вправи на велотренажерах; загартування та ін. [3].

Проблемним для тренера є вибір засобів для конкретного заняття, конкретного спортсмена. Вибір засобів визначають за завданнями навчально-тренувального процесу; функціональними можливостями спортсмена; матеріально-технічним забезпеченням; потрібними умовами безпеки [4,с.37].

Максимальний розвиток за допомогою засобів і методів адаптивної фізичної культури життєздатності людини, підтримка оптимального психофізичного стану дають кожній людині з інвалідністю шанси реалізувати свої творчі можливості

й досягти видатних результатів, не тільки порівняно з результатами здорових людей, а й навіть перевищити їх.

Національний комітет спорту інвалідів України – всеукраїнська спілка громадських організацій інвалідів фізкультурно-спортивної спрямованості, основними завданнями якої є координація розвитку параолімпійського й дефлімпійського руху України, діяльності всеукраїнських спортивних федерацій інвалідів з різних нозологій, а також забезпечення підготовки й участі українських спортсменів у Паралімпійських, Дефлімпійських, Глобальних іграх та інших міжнародних спортивних змаганнях, що проводять під патронатом Міжнародного паралімпійського комітету, Європейського паралімпійського комітету, Міжнародного олімпійського комітету, Міжнародного комітету спорту глухих, Європейської організації спорту глухих [4, с. 18].

Сучасний спорт осіб з інвалідністю як специфічне суспільне явище характеризується наявністю цілого ряду специфічних тенденцій і особливостей, головними з яких є: виражена тенденція до популяризації і розвитку серед інвалідів практично тих видів спорту, що користуються популярністю в суспільстві, а також специфічних видів спорту (голбол тощо); наявність адекватних змін у правилах змагань, зумовлених винятково функціональними можливостями інвалідів; прагненням до інтеграції спорту інвалідів зі спортом здорових людей [2].

Важко переоцінити гуманістичний сенс різноманітних спортивних змагань осіб з інвалідністю. Вони дають змогу людям, позбавленим долі, повернутися в суспільство, а в окремих випадках – позбутися недуги за допомоги спорту й адаптивної фізичної культури.

Список використаних джерел

1. Бріскін Ю. А. Адаптивний спорт. Спеціальні Олімпіади : навч. посіб. Львів : Ахіл, 2003. 128 с.

2. Гончаренко О. С. Адаптивний спорт : навч.-метод. комплекс. Краматорськ : Донбаська державна машинобудівна академія, 2020. 162 с.

3. Деделюк Н. А. Теорія і методика адаптивної фізичної культури : навч.-метод. посіб. Луцьк: Вежа-Друк, 2014. 68 с.

4. Осадченко Т. М., Семенов А. А., Ткаченко В. Т. Адаптивне фізичне виховання : навч. посіб. Умань : Візаві, 2014. 210 с.

5. Соколенко О. І. Адаптивна фізична культура : навч.-метод. посіб. для магістрантів спеціальності «Фізичне виховання». Старобільськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2015. 154 с.

УДК 615.825:355.233.2

ОПТИМІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Артур Хачатрян

*Військовий інститут танкових військ Національного технічного
університету «Харківський політехнічний інститут»,
м. Харків, Україна*

Актуальність. У зв'язку із збройною агресією Російської Федерації на території України в рази збільшилася кількість військовослужбовців, які отримали поранення різного ступеня тяжкості. Це пов'язано не тільки з веденням бойових дій, й повсякденної діяльності військовослужбовців щодо підтримання повної боєздатності.

Звичайно, їм надають першу медичну допомогу та лікування у військових шпиталях і спеціалізованих медичних закладах. Разом з тим, важливе значення має також і подальша реабілітація військовослужбовців для повного відновлення їх функцій і можливості повноцінно працювати й жити в суспільстві. На сьогодні – це одне з важливих завдань держави й суспільства.