

Раздел. Медико-биологические проблемы здоровья человека

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126(in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

УДК 378.147, 376

Эффективность практических занятий физической культурой со студентами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в рамках освоения дисциплины "элективная дисциплина по физической культуре и спорту"

Новичихина Елена Викторовна,

доцент кафедры физического воспитания, кандидат педагогических наук, профессор РАЕ. Алтайский государственный университет, г. Барнаул, Россия

E-mail: nowichihina_lena@mail.ru

Аннотация: В статье рассматриваются проблемы адаптивной физической культуры в России. Выявлены трудности и определены особенности с которыми сталкивается преподаватель в организации практических занятий по дисциплине "Элективная дисциплина по физической культуре и спорту" со студентами с ограниченными возможностями здоровья и/или с инвалидностью. Выявлена целесообразность открытия в

Следует цитировать / Citation:

Новичихина Е. В. Эффективность практических занятий физической культурой со студентами с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью в рамках освоения дисциплины "элективная дисциплина по физической культуре и спорту" // Научно-периодический журнал // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2019. – №1(12). – С. 113-126. URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126 (in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

Поступило в редакцию / Submitted 19.12.2018

Принято к публикации / Accepted 21.01.2019

Раздел. Медико-биологические проблемы здоровья человека

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126(in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

образовательных учреждениях адаптивного отделения, наряду с основным и специальным, для организации занятий по физической культуре и спорту со студентами с ограниченными возможностями здоровья и/ или с инвалидностью. Выявлена целесообразность открытия в образовательных учреждениях адаптивного отделения, наряду с основным и специальным, для организации занятий по физической культуре и спорту со студентами с ограниченными возможностями здоровья и/ или с инвалидностью, которые по результатам медицинского осмотра первокурсников были определены в специальную группу "Б", т.е. освобождены от практических занятий.

В настоящее время государство создает различные программы для развития и доступности инклюзивного образования в целом, и доступности занятий физической культурой в частности, которые могут помочь студентам с ОВЗ реализовать свои не только желания, но права - улучшить психологические, социальные и физические потребности, возможности для адаптации в обществе, быть конкурентоспособными на рынке труда. Занятия адаптивной физической культурой в вузе - это не только повышение навыков физической подготовленности, коррекции вторичных заболеваний, но и социализация студента, улучшение уровня и качества жизни личности, наполнение новыми эмоциями, знакомствами, общением.

В статье перечислены виды спорта и другие физические упражнения, входящие в рабочую программу по дисциплине "Физическая культура и спорту (элективная)", которая апробирована в Алтайском государственном университете с 2016-2017 учебного года по настоящее время. В работе представлены результаты анкетирования, проведенного в АлтГУ в сентябре и мае 2017-2018 учебного года со студентами с инвалидностью, с целью выявления их отношения к практическим занятиям по физической культуре и спорту в рамках освоения дисциплины "Элективная дисциплина по физической культуре и спорту". На основании полученных результатов, сделаны выводы.

Ключевые слова: физическая культура и спорт, практические занятия, инвалидность, ограниченные возможности здоровья, студенты.

Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports"

Novichikhina Elena Viktorovna,

Associate Professor of the Department of Physical Education, Candidate of Pedagogical Sciences, Professor of RAE. Altai State University, Barnaul, Russia
E-mail: nowichihina_lena@mail.ru

Abstract: Difficulties are revealed and the features that the teacher encounters in organizing practical classes in the discipline "Elective discipline in physical culture and sport" with students with disabilities and. The feasibility of opening an adaptive department in educational institutions, along with the main and special, for organizing physical education and sports classes with students with disabilities, which, as a result of a medical examination of first-year students, were identified in a special group "B" that is exempt from practical exercises.

At present, the state is creating various programs for the development and accessibility of inclusive education in general, and the availability of physical education classes in particular, which can help students with disabilities to realize their not only desires, but their rights - to improve psychological, social and physical needs, opportunities for adaptation in society, be competitive in the labor market. Occupations by an adaptive physical culture at a higher educational institution are not only enhancing the skills of physical fitness, correcting secondary diseases, but also socializing a student, improving the level and quality of life of a person, filling with new emotions, dating, socializing.

The article lists sports and other physical exercises included in the work program for the discipline "Physical culture and sport (elective)", which has been tested in the Altai State University from the 2016-2017 academic year to the present. The paper presents the results of a survey conducted at the Altai State University in September and May of the 2017-2018 school year with students with disabilities, in order to identify their attitude to practical exercises in physical culture and sport as part of the development of the discipline "Elective discipline in physical culture and sports". Based on the results, conclusions are made.

Key words: physical education, practical classes, disability, limited health opportunities, students.

Раздел. Медико-биологические проблемы здоровья человека

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126(in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

Актуальность. В России, как и во всем мире, постоянно наблюдается увеличение числа людей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и с инвалидностью. Несмотря на достижения в области медицины вопрос о количестве людей с инвалидностью стоит довольно остро в нашей стране. Всем известен тот факт, что это напрямую зависит напрямую от многих факторов [1], среди которых можно выделить основные:

1. степень развития медицины и всей системы здравоохранения в целом;
2. уровень социально-экономического развития страны и граждан в частности;
3. экологическая ситуация на территории РФ, непосредственно в которой проживает человек[2].

Но, одной из важнейших причин снижения уровня качества жизни людей с инвалидностью является их недостаточное вовлечение в систематические занятия адаптивной физической культурой, неверные психологические стереотипы общества относительно инвалидов, образа и качества их жизни [3, с. 2].

В актуальном Федеральном государственном образовательном стандарте высшего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета в пункте 6.5. утверждено следующее: "Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья организация устанавливает особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту с учетом состояния их здоровья" [4].

Цель исследования – теоретически обосновать необходимость проведения практических занятий в процессе реализации дисциплине «Физическая культура и спорт» (элективная) для студентов с ОВЗ и / или с инвалидностью, и необходимость открытия наряду с основным и специальным - адаптивное отделение; проанализировать проблемы и сложности, связанные с реализацией данной дисциплины в вузе.

Методы исследования – теоретический анализ и обобщение литературных данных, анкетирование, педагогические наблюдения.

В вузах России, в зависимости от материально-технических условий, обеспеченности преподавательскими кадрами варианты освоения данных дисциплин довольно различны, но во многих вуза, к сожалению, дисциплина «Физическая культура и спорт» (элективная) для студентов с ОВЗ и / или с инвалидностью сводится к теоретическому, например написание и защита

Раздел. Медико-биологические проблемы здоровья человека

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126(in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

реферата, организация и проведение интеллектуальных игр (шашки, шахматы). Адаптивная физическая культура (далее АФК) в образовательных учреждениях с каждым годом получает все более широкое применение. В настоящее время государство создает различные программы для развития и доступности инклюзивного образования в целом, и доступность занятий физической культурой в частности, которые могут помочь всем студентам с ОВЗ и инвалидностью реализовать свои не только желания, но права - улучшить психологические, социальные и физические потребности, возможности для адаптации в обществе, быть конкурентоспособными на рынке труда.

Но все же, существуют некоторые факторы, которые мешают развитию АФК в вузе - это недостаток спортивного оборудования и инвентаря, нехватка специализированных физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений, профессиональных кадров, а также стоит отметить неразвитость сети физкультурно-спортивных клубов и детско-юношеских школ специальной направленности. Это, конечно же, не касается Федеральных Вузов России, где выделялось и выделяется достаточно средств на развитие физической культуры и спорта в целом, но так или иначе касается остальных Вузов России.

Хотелось бы остановиться и на другом участнике учебного процесса - самого студента с инвалидностью. Отсутствие мотивации к занятиям физической культурой у студентов возникает не на пустом месте. В течении многих десятилетий в нашей стране формировался неправильный стереотип представления и отношения к людям с инвалидностью. Это привело к тому, что как у общества, так и у самих инвалидов, существует стойкое представление о том, что им просто необходимы жесткие ограничения в их двигательной активности. Однако, многие исследования посвященные данной теме лишь подтверждают, что малая физическая активность, недостаточная уверенность в своих способностях и возможностях приводят к усугублению психологических комплексов неполноценности, которые как правила у этого контингента людей заключаются в постоянном ощущении тревоги, неуверенности в себе, отчужденности, пассивности [5]. Целесообразная двигательная активность предоставляет инвалиду шанс не только осуществить коррекцию основного дефекта, компенсацию недостающих свойств и качеств, профилактику сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, но и, повысить самооценку, качество жизни [6, 7, 8, 9, 10].

Раздел. Медико-биологические проблемы здоровья человека

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126(in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

Большинство студентов первого курса с ОВЗ и/или с инвалидностью считают себя автоматически освобождёнными от дисциплины «Физическая культура и спорт» (элективная). Они не понимают чем они могут заниматься и как это повлияет на состояние их здоровья. Такое положение складывается в виду того, что в подавляющем большинстве школ, практические занятия по физической культуре со школьниками с ОВЗ и с инвалидностью, отнесенных по состоянию здоровья в специальную медицинскую группу "Б" не организуются и не проводятся. Порой в школах отсутствуют практические занятия по физической культуре даже для школьников, отнесенных по состоянию здоровья в специальную медицинскую группу А. Как правило такие ученики освобождаются от физкультуры и пишут рефераты. Приходя в высшие учебные заведения они имеют сформированное убеждение о противопоказании для них любых физических нагрузок. Однако опыт применения физических нагрузок в медицинской и педагогической практике неоспоримо доказывает эффективность занятий доступной двигательной деятельностью при серьёзных заболеваниях различных органов и систем.

Среди студентов, как правило, самыми распространенными заболеваниями, являются заболевания опорно-двигательного аппарата (сколиоз, нарушение осанки, хондроз и т.д.), органов пищеварения (гастрит, язвы и т.д.), болезни дыхательной системы (астма, бронхит и т.д.), органов зрения [11].

В Алтайском государственном университете в 1 семестре 2018-2019 учебного года на дневной форме обучалось 58 студентов с ОВЗ и/ или с инвалидностью, 11 из них которых довольно успешно занимаются в основной, подготовительной и специальной медицинской группе (СМГ) "А", т.е. - происходит внедрение и апробация инклюзивного образования. Но, по объективным причинам, большее количество студентов - 81% распределяется по результатам медицинского осмотра в СМГ "Б", т.е. освобождены от практических занятий. Опираясь на практический опыт, можно констатировать тот факт, что, как правило, большинство из числа таких студентов имеют интерес и желание заниматься практическими занятиями по дисциплине "Элективная физическая культура и спорт".

В ФГОС ВО говорится, что: «6.5. ...Для инвалидов и лиц с ОВЗ организация устанавливает особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту" с учетом их состояния здоровья», и «2.10. Организация должна предоставить инвалидам и лицам с ОВЗ (по их заявлению)

Раздел. Медико-биологические проблемы здоровья человека

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126(in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

возможность обучения по программе бакалавриата...» [4], в которую входят дисциплины (модули) по физической культуре и спорту.

Для удовлетворения желаний и потребностей студентов с ОВЗ и инвалидностью (в практических занятиях физической культурой и спортом) в нашем университете в 2016-2017 учебном году наряду с основным и специальным было открыто адаптивное отделение (по аналогии с названием адаптивной физической культуры), в которую зачисляются студенты с инвалидностью и ОВЗ, по результатам медицинского осмотра отнесенные к СМГ "Б" и личным заявлением о желании заниматься в данном отделении доступной двигательной деятельностью [7].

Занятия физической культурой и спортом в адаптивном отделении проводятся специалистами по АФК. Занятия организуются в группах, количество студентов в которых не превышает 12 и в микрогруппах - до 5 человек, в зависимости от ограничения жизнедеятельности студентов. Главная цель АФК – это привлечения к занятиям двигательной деятельностью как можно большее количество лиц ОВЗ и / или с инвалидностью, с целью расширения их физических возможностей, укрепления здоровья и при необходимости психологической и других поддержках, и как следствие социализация данного контингента людей.

В 2016-2017 учебном году была составлена и ежегодно корректировалась рабочая учебная программа по дисциплинам «Физическая культура и спорт» (базовая) в объеме 72 академических часа (2 зачетные единицы), реализуемая в виде теоретических (лекционных) и практических (семинарских) занятий; и «Физическая культура и спорт» (элективная), в объеме не менее 328 академических часов, которая является также обязательной для каждой образовательной программы, но академические часы в зачетные единицы не переводятся.

Рабочая программа дисциплины «Физическая культура и спорт» (элективная) предусматривает с учетом ограничения жизнедеятельности, в соответствии с медицинскими рекомендациями, следующим виды двигательной деятельности: скандинавская ходьба, плавание, лыжная подготовка, настольный теннис, бадминтон, классическая и степ аэробика, фитбол аэробика, элементы пилатеса, занятия в тренажерном зале, статические и динамические комплексы упражнений общей физической подготовки с предметами и без них, специальные комплексы дыхательных упражнений,

Раздел. Медико-биологические проблемы здоровья человека

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126(in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

упражнений для глаз, комплексы для профилактики и коррекции различных заболеваний систем и органов организма.

Важно понимать, что помимо физического развития, студенты с инвалидностью на занятиях АФК вырабатывают способность к преодолению психологических проблем, барьеров, которые мешают жить им полноценной жизнью. Средства адаптивной физической культуры направлены на стимулирование положительных морфофункциональных сдвигов в организме, формируя необходимые двигательные способности, развивая физические качества и повышая физическую подготовленность в целом, что позитивно сказывается не только на развитии и совершенствовании организма, но и на личности в целом. АФК в вузе - это не только повышение навыков физической подготовки, но и социализация студента с ОВЗ, улучшение уровня и качества жизни личности, наполнение жизни новыми эмоциями, знакомствами, общением [11,12,13,14].

В вузе для студентов с ОВЗ и/или инвалидностью крайне необходимо материально-техническое обеспечение доступности инклюзивного образования, в том числе в области физического воспитания, в связи с чем обеспечивается выполнения определенных требований:

- при необходимости для некоторых студентов составляется индивидуальный учебный план с адаптированной программой;
- обязательное проведение теоретических и методико-практических занятий с целью приобретения индивидуальных рекомендаций и противопоказаний при занятиях физической культурой и спортом с учетом ограничения жизнедеятельности; о здоровом образе жизни и использование этих знаний для поддержания здоровья знаний в течении жизни;
- обеспечение психолого-педагогической помощи - тьюторское сопровождение, использование на занятиях методик психоэмоциональной разгрузки и саморегуляции, формирование позитивного психоэмоционального настроения;
- реализацию программ мэйнстриминга в вузе: включение данного контингента студентов в совместную со здоровыми студентами физкультурно-рекреационную деятельность, то есть в инклюзивную физическую рекреацию;
- систематизацию информации о существующих в городе спортивных клубов, отделений спортивных школ для инвалидов и привлечение студентов с ОВЗ к спортивной деятельности в этих командах с учетом

Раздел. Медико-биологические проблемы здоровья человека

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126(in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

ограничения жизнедеятельности, как в качестве участников, так и в качестве болельщиков.

Результаты и их обсуждение. Анализируя выявленные проблемы для того чтобы компетенции обучающегося (способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности) формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) были освоены в полном объеме, как показывает практика, необходимы как практические занятия, так и теоретические и методико-практические [7].

В Алтайском государственном университете уже 3 года наряду с основным и специальным отделением функционирует адаптивное отделение, в которой проводятся практические занятия как в специально оборудованном спортивном зале, так и в бассейне, и на лыжной базе. Студенты этого отделения принимают активное участие в качестве участников и болельщиков в различных спортивно-массовых мероприятиях Вуза.

Нами было проведено анкетирование 26 студентов в 2017-2018 учебного года, занимающихся в адаптивном отделении, с целью выявления отношения студентов к практическим занятиям по физической культуре. Вопросы в сентябре и в мае были практически идентичными, с разницей в постановке вопроса (например, что вы испытываете перед началом практических занятий физической культурой? И, - что вы испытываете после года занятий физической культурой в адаптивном отделении?). Анализируя результаты анкетирования, нами было выявлено, что 92% студентов (24 человека) до этого времени в школе не занимались практическими занятиями физической культурой и спортом. Эти студенты не посещали занятия физической культуры в школе, они не знали и не видели чем занимаются на уроках школьники. Занятия физической культурой для них - это написании очередного реферата. Но, что немаловажно - 77% испытывали интерес к занятиям, как к новому виду деятельности, 46% - страх и непонимание того, чем же они - студенты с инвалидностью могут заниматься на практических занятиях физической культурой, 34% не были уверены в своих силах и возможностях, 73% студента не умело плавать, а 69% никогда не стояли на лыжах.

После таких результатов становится интересно - как же в школе реализуют инклюзивное образование? Или для дисциплины "Физическая культура" в школе иные требования? Почему для школьников с ОВЗ и / или с

Раздел. Медико-биологические проблемы здоровья человека

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126(in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

инвалидностью, которым так необходимы практические занятия физической культурой превращаются в очередное теоретическое занятие? А ведь многие из них имеют основное заболевание связанное с депривацией зрения? И им -то писать реферат, напрягать и без того нарушенный орган?...

На 2 этапе исследования (в мае 2018 года) после года занятий доступной двигательной деятельностью мы получили следующие результаты: все 100% занимающихся испытывали радость, удовольствие от занятий АФК, удивление от того, что они могут делать многое из того, чем занимаются другие студенты на занятиях физической культурой. 38% студентов научились плавать, оставшиеся 35% научились самостоятельно держаться на воде и перестали ее бояться. 69%, т.е. все не кто не умел - научились ходить на лыжах!

Благодаря практическим занятиям студенты получили уверенность в своих силах и возможностях, научились правильно выполнять физические упражнения, в зависимости от ограничений жизнедеятельности. Мотивация к занятиям физической культурой выросла более чем на 80%.

В результате активной двигательной деятельности студенты получают и психологическое удовлетворение, ведь занятие сопровождается как общением со стороны преподавателя, так и со стороны самих студентов, а ведь в спортивном комплексе несколько спортивных залов, в которых параллельно занимаются студенты различных физкультурных групп, курсов, что наполняет студентов с инвалидностью непосредственным, живым общением и включает их в полноценную студенческую жизнь, - ведь зачастую студенты с инвалидностью обучаются обособленно, не получая того самого удовольствия от общения, дружбы и т.п.

Таким образом, работа со студентами с ОВЗ и инвалидностью в области физической культуры и спорта имеет большое социальное значение и способствует изменению не только отношения самих к себе, но и отношение других к этой категории граждан, к гуманизации самого общества. Такие студенты во время обучения в общеобразовательных учреждениях, учатся с помощью физических упражнений стабилизировать имеющиеся у них отклонения в состоянии здоровья, самостоятельно контролировать и улучшать показатели физической подготовленности и уровень общей работоспособности [7].

В современном мире важно, что бы каждый человек, не зависимо от состояния здоровья, чувствовал себя полноценным членом общества, поэтому АФК в высших учебных заведениях занимает очень важное место, так как

Раздел. Медико-биологические проблемы здоровья человека

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126(in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

помогает преодолеть социальные преграды и чувствовать себя полноценным членом общества и конкурентоспособным специалистом.

Библиографический список:

1. Иванов, В. Д. Факторы, воздействующие на здоровье учащихся в современных условиях / В. Д. Иванов, М. Г. Вахитов // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2018. — Т. 3, № 1. — С. 70–73.
2. Вахитов, Д.Р., Лукина, М. А., Гриневецкая, Т. Н. Влияние социально-экономических и природно-климатических аспектов на перспективы развития современного образования / Д. Р. Вахитов, Л М. А.укина, Т. Н. Гриневецкая // Философия образования. – 2018. - № 74, Вып. 1. – С. 90-97
3. Томилова М. В., Евсеев С.П., Малиц В. Н., Евсеева О. Э. К вопросу о выборе стратегии тестирования уровня физической подготовленности инвалидов при выполнении ими нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). / М.В. Томилова , С.П. Евсеев , В.Н. Малиц , О. Э. Евсеева // Адаптивная физическая культура. № Номер 1 (65), 09.03.2016, С. 2-5. - URL: <http://sportfiction.ru/articles/k-voprosu-o-vybore-strategii-testirovaniya-urovnya-fizicheskoy-podgotovlennosti-invalidov-pri-vypolnln/> (дата обращения: 30.01.2019).
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования; URL: <http://fgosvo.ru> (дата обращения: 30.01.2019).
5. Юсупов И. Р., Гумеров И. И., Тухватуллина Г. И. Физическая рекреация как метод восстановления нарушений опорно-двигательного аппарата // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. - 2017. - Т. 2, № 3. - С. 87-89
6. Колобков П. А., Евсеев С. П., Томилова М. В., Малиц В. Н. О создании условий для занятий физической культурой и спортом для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов./ П.А. Колобков, С.П. Евсеев, М.В. Томилова, В.Н. Малиц // Адаптивная физическая культура. № 4 (60), 15.12.2014, С. 2 - 8. - URL: <http://sportfiction.ru/articles/o-sozdanii-usloviy-dlya-zanyatiy-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom-dlya-lits-s-ogranichennymi-vozmozhno/> (дата обращения: 30.01.2019).
7. Новичихина, Е.В., Ульянова Н.А. Новые направления в работе по дисциплине "Физическая культура и спорт" (элективная) для студентов

Раздел. Медико-биологические проблемы здоровья человека

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126(in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

специальной медицинской группы / Е.В. Новичихина, Н.А. Ульянова // Современные проблемы науки и образования. – 2019. – № 1; DOI 10.17513/spno.28513. URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=28513> (дата обращения: 30.01.2019).

8. Лапшина, Е. Е. Влияние адаптивной физической культуры и спорта на состояние здоровья студентов специального медицинского отделения. // Адаптивная физическая культура. № 2 (46) 2011, 10 июня 2011. – URL: <http://sportfiction.ru/articles/vliyanie-adaptivnoy-fizicheskoy-kultury-i-sporta-na-sostoyanie-zdorovya-studentov-spetsialnogo-meditsinskogo-otdeleniya/> (дата обращения: 30.01.2019).

9. Миронова С. П. Занятия по физической культуре для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья: специфика организации и проведения // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – Т. 31. – С. 126–130. – URL: <https://e-koncept.ru/2017/970040.htm> (дата обращения: 30.01.2019).

10. Новичихина, Е.В., Ульянова, Н.А. и др. Динамика состояния здоровья первокурсников высших учебных заведений Алтайского края за последние 3 год / Е.В. Новичихина, Н.А. Ульянова и др. // Современные наукоемкие технологии. – 2017. – № 7 – С. 136-140. - URL: <https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=36744> (дата обращения: 30.01.2019).

11. Талызов, С. Н. Основы здорового образа жизни студента / С. Н. Талызов // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. – 2016. – Т. 1, № 3. – С. 16–21.

12. Талызов, С. Т. Оздоровительные технологии проведения дополнительных занятий по предмету «Физическая культура» в вузе / С. Т. Талызов // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2017. — Т. 2, № 2. — С. 18–21.

13. Быков, В. С. Формирование потребности в физическом самовоспитании у студентов / В. С. Быков, С. А. Ярушин // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2018. — Т. 3, № 1. — С. 7–12.

14. Yarushin, S. A. Health-improving effects of physical activity for students / S. A. Yarushin // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2018. — Т. 3, № 3. — С. 7–9.

Раздел. Медико-биологические проблемы здоровья человека

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126(in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

REFERENCES

1. Ivanov V. D. 2018. Faktory, vozdeistvuyushchie na zdorov'e uchashchikhsya v sovremennykh usloviyakh. Fizicheskaya kul'tura. Sport. Turizm. Dvigatel'naya rekreatsiya, T. 3, 1, pp. 70–73 (In Russian).
2. Vakhitov D.R., Lukina M. A., Grinevetskaya T. N. 2018. Vliyanie sotsial'no-ekonomicheskikh i prirodno-klimaticheskikh aspektov na perspektivy razvitiya sovremennogo obrazovaniy. Filosofiya obrazovaniya, 74, Vyp. 1, pp. 90-97(In Russian).
3. Tomilova M. V., Dr. Evseev S. P., Malits V. N., Evseeva O. E. 2016. On the selection of the level of physical fitness testing strategies of persons with disabilities in the performance standards of the All-Russian sports complex «Ready for Labour and Defense» (RLD). "Adaptive physical education". Ser.1 (65), pp.2-5 (In Russian). - URL: <http://sportfiction.ru/articles/k-voprosu-o-vybore-strategii-testirovaniya-urovnya-fizicheskoy-podgotovlennosti-invalidov-pri-vypoln> (Accessed: 30.01.2019)
4. Yusupov I. R., Gumerov I. I., Tukhvatullina G. I. 2017. Fizicheskaya rekreatsiya kak metod vosstanovleniya narushenii oporno-dvigatel'nogo apparata. Fizicheskaya kul'tura. Sport. Turizm. Dvigatel'naya rekreatsiya, T. 2, 3, pp. 87-89(In Russian).
5. Portal of Federal State Educational Standards of Higher Education. (In Russian). URL: <http://fgosvo.ru> (Accessed: 30.01.2019)
6. Kolobkov P. A., Dr. Evseev S. P., Tomilova M. V., Malits V. N. 2014. On the creation of conditions for physical culture and sports for persons with disabilities and disabled. "Adaptive physical education". Ser. № 4 (60), pp.2-8 (In Russian). - URL: <http://sportfiction.ru/articles/o-sozdanii-usloviy-dlya-zanyatyy-fizicheskoy-kulturoy-i-sportom-dlya-lits-s-ogranichennymi-vozmozhno/> (Accessed: 30.01.2019)
7. Novichikhina E.V., Ulyanova N.A. 2019. The new directions in work on discipline «physical culture and sport» (elective) for students of special medical group . Modern problems of science and education. Ser. №1 DOI 10.17513/spno.28513. - (In Russian). URL: <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=28513> (Accessed: 29.01.2019)
8. Lapshina E.E. 2011. The impact of adaptive physical culture and sports on the health of students of a special medical department. "Adaptive physical education". Ser. 2 (46) pp.21-24 (In Russian). - URL: <http://sportfiction.ru/articles/vliyanie->

Раздел. Медико-биологические проблемы здоровья человека

Novichikhina E. V. 2019. Efficiency of practical studys of physical culture with students with restricted health in the in the framework of the discipline "elective discipline by physical culture and sports". Health, Physical Culture and Sports, 1(12), pp. 113-126(in Russian). URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh>

adaptivnoy-fizicheskoy-kultury-i-sporta-na-sostoyanie-zdorovya-studentov-spetsialnogo-meditsinskogo-otdeleniya/(Accessed: 30.01.2019)

9. Mironova S. P. 2017. Physical education classes for disabled people and people with disabilities: the specifics of organizing and conducting. "Concept". Tom 31, pp.126-130 (In Russian). - URL: <http://e-koncept.ru/2017/970040.htm>. (Accessed: 30.01.2019)

10. Novichikhina E.V., Ul'yanova N.A. i dr., 2017. Dinamika sostoyaniya zdorov'ya pervokursnikov vysshikh uchebnykh zavedenii Altaiskogo kraya za poslednie 3 god. Sovremennye naukoemkie tekhnologii, 7, pp. 136-140. - (In Russian). - URL: <https://top-technologies.ru/ru/article/view?id=36744> (Accessed: 30.01.2019)

11. . Talyzov S. N. 2016.Osnovy zdorovogo obraza zhizni studenta. Fizicheskaya kul'tura. Sport. Turizm. Dvigatel'naya rekreatsiya, T. 1, 3, pp. 16–21. (In Russian).

12. Talyzov S. T. 2017. Ozdorovitel'nye tekhnologii provedeniya dopolnitel'nykh zanyatii po predmetu «Fizicheskaya kul'tura» v vuze. Fizicheskaya kul'tura. Sport. Turizm. Dvigatel'naya rekreatsiya, T. 2, 2, pp. 18–21. (In Russian).

13. Bykov, V. S. 2018. Formirovanie potrebnosti v fizicheskom samovospitanii u studentov. Fizicheskaya kul'tura. Sport. Turizm. Dvigatel'naya rekreatsiya, T. 3, 1, pp. 7–12. (In Russian).

14. Yarushin, S. A. 2018. Health-improving effects of physical activity for students. Fizicheskaya kul'tura. Sport. Turizm. Dvigatel'naya rekreatsiya, T. 3, 3, pp. 7–9 (In English).