

ББКЧ511.66я7  
И 755

**Рецензенты:**

Кафедра теории и методики физической культуры  
Липецкого государственного педагогического университета  
зав.каф. доц. Вишняков А.В.,  
Мельников В.В., доц. канд. пед. наук  
Липецкого института кооперации (филиал БУКЭП)

**Ионова, Е.А.**

И755 Организация учебных, физкультурно-оздоровительных занятий для студентов с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) [Текст]: учеб. пособие / Е.А. Ионова, Н.П. Савина, С.Н. Дудкина; под общ. ред. А.П. Перова – Липецк: Изд-во Липецкого Государственного технического университета, 2018 – 72 с.

ISBN 278-5-88247-894-9

В учебном пособии рассмотрены восстановительные профилактические мероприятия посредством физической культуры и плавания, позволяющие сформировать у студентов знание основ здорового образа жизни.

Показана эффективность проводимых мероприятий и их влияние на организм. Составлены и разработаны комплексы общеразвивающих упражнений для инвалидов-колясочников и для лиц с ограничениями зрительного и слухового аппарата.

Учебное пособие рекомендовано для студентов и преподавателей физической культуры, работающих со студентами специальных медицинских групп.

Табл.: 1. Библиогр.: 14 назв.

Печатается по решению редакционно-издательского совета ЛГТУ  
ББКЧ511.66я7

ISBN 278-5-88247-894-9

© ФГБОУ ВО «Липецкий  
государственный  
технический университет», 2018

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
1. Методы физического воспитания студентов с ОВЗ.....	6
1.1. Основные средства и формы физического воспитания студентов с ОВЗ.....	7
1.2. Влияние гиподинамии на состояние здоровья и физическую работоспособность студентов с ОВЗ.....	12
1.3. Комплексы общеразвивающих упражнений для колясочников.....	15
2. Организация спортивных игр для студентов с ОВЗ различных нозологий.....	25
2.1. Спортивные игры для инвалидов с утратой конечностей или их врожденном недоразвитии.....	25
2.2. Спортивные игры при детском церебральном параличе (ДЦП)	27
2.3. Организация спортивных игр для студентов с ОВЗ с нарушением зрения.....	30
3. Организация плавания на занятиях по физической культуре для студентов с ОВЗ.....	32
3.1. Методика проведения занятий по плаванию.....	33
3.2. Особенности физического развития лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	36
3.3. Психолого-педагогическая характеристика лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	41
3.4. Методические рекомендации по обучению плаванию.....	42
3.5. Обучение плаванию лиц с нарушениями слухового анализатора.....	44
3.6. Обучение плаванию лиц с нарушением зрительного анализатора.....	47
3.7. Обучение плаванию лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата.....	51
4. Комплексы оздоровительных упражнений для студентов с ОВЗ в процессе теоретических занятий (физкультпаузы).....	52
4.1. Комплекс оздоровительных упражнений для студентов с нарушениями опорно-двигательного аппарата.....	52
4.2. Комплекс оздоровительных упражнений для студентов с ограниченными зрительными способностями.....	59
4.3. Комплекс упражнений для студентов с нарушениями слуха.....	64
Заключение.....	68
Библиографический список.....	70