

УДК 338.48-2-056.26:364-785.14

ББК 54.180-60

Т 51

**Рецензенты:**

**Галиев М.А.**, д-р мед. наук, проф. кафедры «Безопасность жизнедеятельности»  
Башкирского государственного университета

**Тарасова М.В.**, канд. биол. наук, доцент, зам. декана физкультурного факультета  
Башкирского государственного педагогического университета им. М. Акмуллы

**Тупиев И.Д.**, канд. биол. наук, доцент, заведующий кафедрой физвоспитания  
Уфимского государственного университета экономики и сервиса

**Токмаков А.А.**, Коган О.С., Галиуллина С.Д.

**Т 51** Двигательная рекреация и социальная адаптация лиц с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата средствами доступного туризма: Научное издание // А.А. Токмаков, О.С. Коган, С.Д. Галиуллина. – Уфа: Уфимский государственный университет экономики и сервиса, 2014. – 82 с. ISBN 978-5-88469-676-1

В монографии рассматриваются теоретико-методические и практические аспекты двигательной реабилитации, рекреации и социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами доступного туризма. Представлено авторское видение программы занятий доступным туризмом, позволяющей повысить уровень физических и двигательных возможностей лиц с нарушением функций опорно-двигательного аппарата, создать условия для их дальнейшей социализации и социально-бытовой адаптации, приблизить их жизнь к жизни здоровых людей. Научная разработка предназначена для студентов, обучающихся по направлениям подготовки «Сервис» по профилю «Сервис в области индустрии моды и красоты для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» и «Туризм» по профилю «Доступный туризм» в рамках федеральной инновационной площадки (ФИП), утвержденной Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 430 от 04.06.2013 г. «О статусе федеральной инновационной площадки» для студентов, обучающихся сервису и туризму, для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Также монография будет интересна специалистам по реабилитации инвалидов и родителям, воспитывающим детей-инвалидов.

ISBN 978-5-88469-676-1

© Токмаков А.А., Коган О.С.,  
Галиуллина С.Д., 2014

© Уфимский государственный институт  
экономики и сервиса, 2014

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ .....</b>	<b>4</b>
<b>ГЛАВА 1. Теоретико-методические аспекты программы доступного туризма и двигательной рекреации лиц с ограниченными возможностями</b>	
1.1. Общая характеристика двигательных нарушений лиц с ограниченными возможностями.....	8
1.2. Двигательная рекреация, социализация и адаптация лиц с ограниченными возможностями средствами доступного туризма.....	11
<b>ГЛАВА 2. Структура и содержание программы двигательной рекреации и социальной адаптации средствами доступного туризма лиц с нарушениями функций опорно-двигательного аппарата</b>	
2.1. Характеристика упражнений и средств доступного туризма, используемых для двигательной реабилитации лиц с нарушениями функции ОПДА.....	19
2.2. Комплекс организационно-педагогических условий эффективности программы двигательной рекреации, социализации и адаптации лиц с ограниченными возможностями.....	27
<b>ГЛАВА 3. Особенности психофизиологического состояния лиц с ограниченными возможностями</b>	
3.1. Общая характеристика психологического состояния лиц с ограниченными возможностями.....	35
3.2. Коррекция психологического состояния лиц с ограниченными возможностями на занятиях доступным туризмом.....	40 45
<b>Заключение.....</b>	<b>45</b>
<b>Список литературы.....</b>	<b>46</b>
<b>Приложения.....</b>	<b>61</b>