

## **ПРЕЗЕНТАЦИЯ НА ТЕМУ:**

**«Адаптивная двигательная рекреация средствами туризма».**



**ВЫПОЛНИЛА ИСАКОВА И.Н.  
ВОСПИТАТЕЛЬ ГДОУ ЩЁКИНСКИЙ ДЕТСКИЙ САД КОМПЕНСИРУЮЩЕГО ВИДА  
ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**



Туризм является одним из наиболее активных и интересных видов досуга для лиц с ограниченными возможностями, сочетающим одновременно увлекательную и познавательную деятельность: — в походах, поездках, путешествиях и экскурсиях воспитываются терпение, смелость, выносливость, любознательность; — на экскурсиях поощряется познавательная активность; — в клубах по интересам развиваются творческие способности.

Рекреационная туристская деятельность подразумевает определенные функции по рекреационному обслуживанию туристов.

Рекреационное обслуживание – действия в рамках группы людей, направленные на дальнейшее развитие взаимной связи и совершенствование общественной жизни. Организация рекреационного обслуживания туристов с ограниченными возможностями рассматривается как способ обеспечения их интеграции в общество на основе трех взаимосвязанных процессов: — приобщения — создания условий, обеспечивающих каждой группе людей или индивидуумам возможность лучше познать самих себя и окружающих; — взаимного ознакомления групп людей, знакомства с произведениями искусства и их создателями или культурными центрами либо на основе договоренности, либо с помощью формального контакта; — творческого самовыражения самовыражения, инициативы и чувства ответственности на основе обеспечения взаимодействия индивидуумов и групп людей с окружающей средой. Основными задачами рекреационного обслуживания туристов с ограниченными возможностями являются: — развитие общественных связей, придание отношениям между людьми с ограниченными возможностями тесного и дружеского контакта; — оказание помощи людям с ограниченными возможностями в соответствии с культурными традициями в изучении и овладении основными понятиями логики, эстетики, поэзии и экономики и расширении общего кругозора личности; — организация свободного времени индивидуума и развитие личности во время путешествий и экскурсий.



Содержание адаптивной двигательной рекреации направлено на:  
— активизацию поддержания или восстановление физических и духовных сил, затраченных лицами с ограниченными возможностями здоровья во время какой-либо деятельности (труд, учёба, спорт); — на профилактику утомления, развлечения, интересное проведение досуга и вообще на оздоровление, улучшение кондиции, повышения уровня жизнестойкости через удовольствие или с удовольствием.



Адаптивная двигательная рекреация средствами туризма, преследует следующие цели: — поддержание гармонического физического и функционального развития; — развитие двигательных способностей; — совершенствование и углубление основных двигательных умений и навыков; — укрепление и расширение знаний по вопросам физической культуры; — выработка и укрепление положительного отношения к активным формам отдыха через укрепление навыка к регулярной двигательной деятельности, дифференцирование туристских интересов с тем, чтобы они стали составной частью повседневного образа жизни; — укрепление мировоззренческих взглядов; — развитие эстетического вкуса к двигательной деятельности;

— развитие творческих способностей; — закаливание организма, укрепление гигиенических навыков, способностей вести здоровый образ жизни.

Определяя место адаптивной двигательной рекреации в туризме, можно выделить следующие её организационно-методические направления:

1. Лечебно-реабилитационное направление предполагает использование оздоровительных видов спорта и санаторно-курортное лечение (на курортах, в санаториях, домах отдыха, пансионатах, водолечебницах и т. п.), а также экзотические туры, например для желающих бросить курить.
2. Адаптивное направление предполагает формирование у лиц с ограниченными возможностями (инвалидов) качеств и способностей, в той или иной степени компенсирующих поврежденные функции. Это позволяет повысить разнообразие, эмоциональную окрашенность их жизни, расширить круг общения.
3. Рекреативное направление подразумевает двигательную (физическую) рекреацию — восстановление физического и психоэмоционального состояния людей через активный отдых путем организации развлечений, активного досуга и т. д. с использованием средств физической культуры. Оздоровительный, восстановительный эффект достигается через эмоциональную разрядку, развлечение, получение удовольствия, смену места и области деятельности.



4. Кондиционно-профилактическое направление направлено на поддержание оптимального уровня развития физических качеств и внешнего вида, улучшение здоровья, профилактику «болезней цивилизации», «возрастных» заболеваний и предполагает получение существенного тренировочного эффекта от систем организма. Использование элементов двигательной активности в процессе туристской деятельности дадут положительный эффект в реабилитации только тогда, когда они:

а) адекватны возможностям больного или инвалида;

б) оказывают тренирующее действие и повышают адаптационные возможности, при условии, что методист знает и учитывает ряд методических правил и физиологически обоснованные педагогические принципы:

-цикличность; — новизна и разнообразие; -системность воздействия (или поочередность);

--сознательность;. - принцип постепенности; -индивидуальный подход;  
- систематичность.;

