

Создание спортивного инвентаря для детей с ограниченными возможностями Данилов Степан, ученик 8 класса

В России, а особенно в Республике Саха (Якутия), большее время года занимает зимний период, который отличается холодными ветрами и экстремально низкой температурой, что осложняет пребывание инвалида-колясочника. Ребенок с ограниченными возможностями здоровья не может погулять на свежем воздухе не только потому, что физически не вынослив, но еще не уверен в своем транспорте для передвижения, поскольку он либо не предназначен для низкой температуры, либо отсутствует вообще. Лыжный спорт для детей с ограниченными возможностями может быть доступен, если колеса на колясках заменить лыжами. Вместо того, чтобы покупать дорогостоящий спортивный инвентарь, его можно сделать в домашних условиях.

Цель: Создание спортивного инвентаря для детей с ограниченными возможностями

Задачи:

1. Провести исследование.
2. Составить проект изготовления спортивного инвентаря
3. Найти подручные средства для создания спортивного инвентаря
4. Смастерить спортивный инвентарь

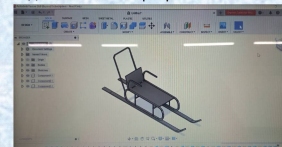
Адаптивная физическая культура - это учебная и научная дисциплина, которая использует специфические принципы, методы, приемы и средства физического воспитания с целью формирования двигательных умений и навыков, жизненно и профессионально необходимых для лиц с ограниченными функциональными возможностями и инвалидов. По мере взросления детей все большее значение приобретает самостоятельная двигательная активность. Для инвалидов такие виды деятельности как: купание, плавание, ходьба босиком по траве, песку, гальке, туризм, рыбалка, прогулки на лыжах, на велосипеде, на лодке, подвижные и спортивные игры на открытых площадках и другие виды рекреативной деятельности. Они повышают сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, снижают частоту простудных заболеваний.

Лыжный спорт - один из многочисленных видов состязаний, которым могут заниматься люди с ограниченными возможностями.

Сидячие лыжи - самое популярное зимнее направление и появились в 1960-е годы. При этом используется особая конструкция лыж, и кататься на них может даже человек, у которого не работают ноги. Отсюда и произошло название этого вида спорта.

Первым шагом для создания спортивного инвентаря является исследование и выбор «из каких подручных средств можно сделать спортивный инвентарь»

Второй шаг нашего проекта создание чертеж. Ее мы сделали на 3D программе Fusion360.

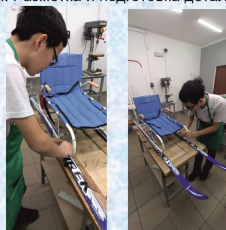


Третий шаг поиск и выбор материалов. Итак, мы использовали следующие материалы, детали и инструменты:

- Сани 1 шт.
- Лыжи 1 пара
- Лыжные палки 1 пара
- Гайки, болты По 4 шт.
- пила
- дрель
- Карандаш, рулетка
- Молоток кернер

И четвертый шаг - это создание спортивного инвентаря.

1 этап. Разметка и подготовка деталей



2 этап. Сверления лыжи на сверлильном станке



3 этап. Просверлили отверстие на санях



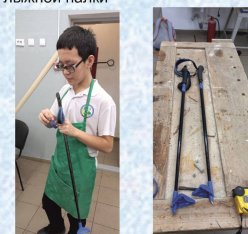
4 этап. Прикрепили сани к лыжам с помощью болтов и гаек



5 этап. Разметили и отпилили нужную длину на лыжных палках



6 этап. Соединили с помощью прутьев обе части лыжной палки



7 этап. Пробный выезд



Заключение

Вместо того, чтобы покупать дорогостоящий спортивный инвентарь, мы его сделали своими руками из подручных средств с минимальными затратами. Таким образом, данный снаряд будет практичен в использовании и доступен каждому.

Ребенок, находясь на прогулке, получает хорошую физическую нагрузку на руки, спину и легкие, а сопровождающий ребенка может за ручку на санях управлять и контролировать ребенка.

Систематические занятия лыжным спортом способствуют всестороннему физическому развитию людей, особенно положительно влияя на развитие таких двигательных качеств, как выносливость, сила, ловкость.

Использованная литература

1. Адаптивная физическая культура детей с отклонениями в состоянии здоровья: учеб. пособие/ авт. состав.: Зиятдинова А. И., Жиряева Р.Р., Даминова А. И., Хузиахметова И.И., Ульянова А.В. -Казань: Казан.ун-т, 2015. - 156с
2. Кирпичников А. А. Оздоровительно-развивающие занятия на основе комплексного применения физических упражнений. - Смоленск, 2012. - 21 с.
3. <http://sportfiction.ru/articles/gomolyzhnyy-sport-dlya-lyudey-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami/>