

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ (АФК) КУЛЬТУРА

ФУНИНА ЕКАТЕРИНА СДИ -121

ЧТО ТАКОЕ АФК?

1 определение : Адаптивная физическая культура - это комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на реабилитацию и адаптацию к нормальной социальной среде людей с ограниченными возможностями.

2 Определение : Адаптивная физическая культура (АФК) – это вид физической культуры человека с отклонениями в состоянии здоровья (инвалида) и общества.



5 ОСНОВОПОЛАГАЮЩИХ ГУМАНИСТИЧЕСКИХ КОНЦЕПЦИЙ АФК:

- 1 Человеческая жизнь – главная ценность, независимо от уровня здоровья.
- 2 Человек олицетворяет неделимое единство природного и духовного.
- 3 Каждый человек – неповторимая личность, сформированная генетическими факторами и социокультурной средой.
- 4 Человек – свободная личность, сущностью которой являются одухотворенность, сострадание, милосердие.
- 5 Независимая личность способна творчески развиваться, познавать, реализовывать себя во всевозможных направлениях.



ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Коррекционные

Оздоровительные

Воспитательны
е

Образовательные

ОСНОВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ (ВИДЫ) АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

- 1 Адаптивное физвоспитание состоит в обучении пациента основам физподготовки, анатомии, физиологии. Помогает понять механизмы развития болезни и способы преодоления нарушений, а также адекватно оценить способности своего организма.
- 2 Адаптивная физическая реабилитация предполагает разработку специальных тренировочных комплексов, помогающих восстановиться после болезни, травмы либо расстройств психики.
- 3 Адаптивная двигательная рекреация включает активный отдых, динамичные игры, спортивные развлечения. Позволяет совместить приятное с полезным: удовольствие от увлекательного досуга с двигательной тренировкой.
- 4 Адаптивный спорт подразумевает соревновательную деятельность, направленную на высокую результативность. Имеет первостепенное значение для самореализации инвалидов или лиц с ограниченными способностями.

В адаптивных физкультурных методиках нуждаются дети и подростки, имеющие врожденные аномалии развития (деформации, недоразвитие конечностей), страдающие ДЦП, мышечными дистрофиями. Максимально раннее начало физической реабилитации позволяет добиться существенных результатов: дети полноценно социализируются, развиваются физически, личностно, приобретают профессию.

С этой целью создаются специализированные организации, занимающиеся адаптированным физвоспитанием детей, а также спецгруппы в общих школьно-дошкольных образовательных учреждениях.