



ИЗДАТЕЛЬСТВО

«УЧИТЕЛЬ»

Теория и методика адаптивной физической культуры. Современные способы организации занятий физическими упражнениями при различных нарушениях функций организма

Ведущий: *Коновалова Нина Геннадьевна*, доктор медицинских наук, профессор кафедры спортивных дисциплин НИФ ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный университет»



**Издательство
«Учитель»**
www.uchitel-izd.ru

Наши мероприятия:

[Профессиональная переподготовка](#)

[Курсы повышения квалификации в режиме онлайн](#)

[Вебинары в режиме онлайн](#)

[Курсы повышения квалификации в режиме офлайн](#)

[Вебинары в режиме офлайн](#)

[Международные научно-практические конференции](#)

[Международный конкурс проектных и исследовательских работ обучающихся](#)

Содержательные вопросы вебинара:

1. Адаптивная физическая культура: основные понятия.
2. Задачи адаптивной физической культуры.
3. Принципы адаптивной физической культуры.
4. Виды адаптивной физической культуры.

Использованная литература

Т. П. Бегидова Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие. 2-е издание, переработанное и дополненное. М.: Физическая культура и спорт, 2013. – 247с.

Евсеев С. П., Шапкова Л. В. Адаптивная физическая культура : Учебное пособие. — М.: Советский спорт, 2000. — 240 с.

Определение понятий

Адаптивная физическая культура – дисциплина, изучающая теорию и методiku применения специфических принципов, методов, приемов и средств физического воспитания для формирования у инвалидов и лиц с ограниченными функциональными возможностями жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков, развития и совершенствования физических, психических, функциональных и волевых качеств и способностей, позволяющих обрести самостоятельность, социальную, бытовую и психологическую независимость, совершенствоваться в профессиональной деятельности, отдыхать, достигать высоких результатов в спорте и в целом повысить уровень качества своей жизни.

Определение понятий

Адаптивная физическая культура – физическая культура человека с отклонениями в состоянии здоровья, инвалида.

Инвалид – человек, имеющий нарушения здоровья со стойким расстройством функций организма, приводящим к ограничению жизнедеятельности и создающим необходимость его социальной защиты.

Адаптация – приспособление организма и отдельных его систем к изменяющимся условиям окружающей среды.

Адаптация организма

- Организм приспосабливается к колебаниям температуры, атмосферного давления, влиянию микроорганизмов, факторов питания, психологическим, социальным воздействиям...
- Суть приспособления состоит в том, что организм так меняет интенсивность, ритм и характер протекающих процессов, чтобы характеристики внутренней среды сохранялись в рамках физиологических параметров.
- **Адаптация** — результат достижения соответствия морфофункционального состояния организма условиям среды.

Определение понятий

Компенсация – адаптационная реакция организма на повреждения, выражающиеся в том, что органы и системы, непосредственно не пострадавшие от действия повреждающего агента, берут на себя функцию разрушенных структур путем заместительной гиперфункции или качественных изменений функции.

Срочная компенсация

Устойчивая долговременная компенсация

Определение понятий

Абилитация – комплекс мероприятий, направленных на адаптацию организма к врожденному или рано появившемуся дефекту, развитие способностей и укрепление здоровья с целью расширения возможностей интеграции в социум.

Реабилитация – комплекс педагогических, медицинских и социальных мер, направленных на восстановление нарушенных биологических и функций, трудоспособности больных и инвалидов.

Документы

«Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)» внесена в Классификатор направлений и специальностей высшего профессионального образования решением Межведомственного экспертного совета по государственным образовательным стандартам Госкомвуза России от 13.06.1996 г., приказ № 1309 от 24.07.1996 г. Государственный образовательный стандарт утвержден 9 июля 1997 г. Проблемное поле адаптивной физической культуры включено в направление «Физическая культура»,

Адаптивная физическая культура



Принципы АФК



Социальные

Общеметодические

Специальнометодические

Принципы АФК

- Гуманистической направленности
- Непрерывности физкультурного образования
- Социализации
- Интеграции
- Приоритетной роли микросоциума
- Научности
- Сознательности и активности
- Наглядности
- Доступности

Принципы АФК

- Систематичности и последовательности
- Прочности
- Диагностирования
- Дифференциации и индивидуализации
- Коррекционно-развивающей направленности
- Компенсаторной направленности
- Учета возрастных особенностей

Различия АФК и ЛФК

Основная цель АФК

Максимальное развитие
жизнеспособности путем
обеспечения
оптимального режима
функционирования
имеющегося потенциала
для максимальной
самореализации в качестве
социально и
индивидуально значимого
субъекта.

Основная цель ЛФК

Лечение с помощью
физических упражнений

Виды АФК

Образование

- Адаптивной физическое воспитание

Спорт

- Адаптивный спорт

Досуг

- Адаптивная двигательная рекреация

Оздоровление

- Адаптивная физическая реабилитация

Адаптивное физическое воспитание направлено на:

- формирование комплекса специальных знаний, двигательных умений и навыков;
- повышение функциональных возможностей органов и систем;
- реализацию генетической программы;
- становление, сохранение и использование двигательных возможностей.

Содержание адаптивного спорта

направлено на:

- формирование высокого спортивного мастерства и достижение ими наивысших результатов в его различных видах в состязаниях с людьми, имеющими аналогичные проблемы со здоровьем;
- формирование спортивной культуры, приобщение к общественно-историческому опыту в данной сфере;
- освоение мобилизационных, технологических, интеллектуальных и других ценностей физической культуры.

Адаптивная двигательная рекреация

направлена на:

- активизацию, поддержание, восстановление физических сил, затраченных во время какого-либо вида деятельности (труд, учеба, спорт и др.),
- на профилактику утомления,
- развлечение, интересное проведение досуга
- оздоровление, улучшение кондиции, повышение уровня жизнестойкости через удовольствие или с удовольствием.

Адаптивная двигательная рекреация

направлена на:

- обеспечение психологического комфорта и заинтересованности за счет полной свободы выбора средств, методов и форм занятий,
- сочетание с оздоровительными технологиями профилактической медицины.

Адаптивная физическая реабилитация направлена на:

- восстановление временно утраченных или нарушенных функций (помимо тех, которые утрачены на длительный срок в связи с
- причиной инвалидности) после перенесения различных заболеваний, травм, физических и психических перенапряжений, возникающих в процессе какого-либо вида деятельности или тех или иных жизненных обстоятельств.

Функции АФК

Педагогические

- Учебно-познавательная
- Развивающая
- Коррекционная
- Профессионально-подготовительная
- Воспитательная

Социальные

- Социализирующая
- Интегративная
- Коммуникативная

КОНТАКТЫ

Наш адрес:

400079 г. Волгоград

Ул. Кирова, д. 143

Издательство «Учитель»

Наш сайт:

www.uchitel-izd.ru

Наши электронные адреса:

webinar@uchitel-izd.ru

met@uchitel-izd.ru

Благодарим за участие в вебинаре



Издательство «Учитель»
www.uchitel-izd.ru

Вопросы, связанные с вебинарами
можно задать по адресу:
webinar@uchitel-izd.ru