

ФГАОУ ВО «Национальный исследовательский Нижегородский
государственный университет им. Н.И. Лобачевского»

Институт реабилитации и здоровья человека

Кафедра адаптивной физической культуры

Адаптивная физическая культура (введение)

**Оринчук В.А., к.п.н.,
доцент кафедры адаптивной
физической культуры**



Определение АФК

Адаптивная физическая культура - это вид (область) физической культуры человека с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалида, и общества (С. П. Евсеев).

Адаптивная физическая культура является частью физической культуры, использующей комплекс эффективных средств физической реабилитации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ФЗ «О физической культуре и спорте в РФ»).

Адаптивная физическая культура - вид культуры, сфера социально необходимой деятельности, направленной на создание всесторонней готовности к жизни человека с отклонениями в состоянии здоровья за счет выполнения физических нагрузок.



Цель АФК

Максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья, за счет обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии его телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизации для максимальной самореализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта.



Субъект педагогических воздействий в АФК

Инвалид – лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость ее социальной защиты. До 18 лет присваивается категория «ребенок-инвалид» (ФЗ «О социальной защите инвалидов»).

Обучающийся с ОВЗ – физическое лицо, имеющее недостатки в физическом и (или) психологическом развитии, подтвержденные ПМПК и препятствующие получению образования без создания специальных условий (ФЗ «Об образовании»).

Лица с ОВЗ – инвалиды, дети-инвалиды, обучающиеся с ОВЗ, обучающиеся спец. мед. групп, лица с хроническими заболеваниями, в состоянии после травм, болезней (С.П. Евсеев).



АФК как научная и учебная дисциплина

Области научных знаний

МЕДИЦИНА

Общая патология и
тератология
Частная патология
Анатомия человека
Физиология человека
Биохимия
Спортивная
медицина
ЛФК и массаж

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

ТиМФК
БВДД и методики
обучения
Теория спорта
Правовые основы
ФКиС
ТФСД

КОРРЕКЦИОННАЯ ПЕДАГОГИКА

Спец. психология
Спец. педагогика
Соц. Педагогика
Психология болезни
и инвалидности
Социальная защита
инвалидов
Психология развития



Становление АФК в России

1995 год - на кафедре теории и методике АФК СПб ГАФК им. П.Ф. Лесгафта разрабатывается концепция АФК (автор С.П. Евсеев).

2000 год – утвержден ГОС высшего профессионального образования 032102 (автор С.П. Евсеев).

2010 год - принят ФГОС 3 по направлению подготовки бакалавров 034400 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура)

2015 год - принят ФГОС 3+ по направлению подготовки бакалавров 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (Адаптивная физическая культура), а также ФГОС 3+ подготовки магистров 49.04.02 и среднего профессионального образования 49.02.02.



Объекты профессиональной деятельности специалиста по АФК

Объектами профессиональной деятельности специалиста по АФК являются государственные учреждения и организации различной ведомственной подчиненности, а также негосударственные предприятия и структуры, в которых проживают, обучаются, трудятся, лечатся, отдыхают, тренируются, соревнуются лица с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов (ДЮСШ, СДЮШОР, включая адаптивные, ФОК, образовательные организация, включая коррекционные, реабилитационные центры, спортивные клубы и др.)

Выпускники по направлению подготовки АФК могут трудоустроится: учителями ФК и АФК, инструкторами и инструкторами методистами по АФК и ЛФК, тренерами по видам спорта.

Задачи АФК

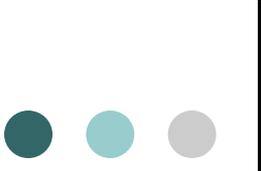
ОБЩЕПЕДАГОГИЧЕСКИЕ

- Образовательные
- Воспитательные
- Оздоровительные

СПЕЦИФИЧЕСКИЕ

- Коррекционные
- Компенсаторные
- Профилактические





Функции АФК

Педагогические функции

Коррекционно-
компенсаторная

Профилактическая

Образовательная

Развивающая

Воспитательная

Ценностно-
ориентационная

Лечебно-
восстановительная

Профессионально-
подготовительная

Творческая

Рекреативно-
оздоровительная

Гедонистическая

Спортивная и
соревновательная

Социальные функции

Гуманистическая

Социализирующая

Интегративная

Коммуникативная

Зрелищная и эстетическая

Принципы адаптивной физической культуры

Социальные

гуманистической направленности

непрерывности физкультурного образования

социализация

интеграции

приоритетной роли микросоциума

Общеметодологические

научности

сознательности и активности

наглядности

доступности

систематичности

прочности

Специально методические

диагностирования

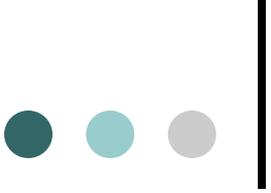
дифференциации и индивидуализации

коррекционно-развивающей направленности

компенсаторной направленности

учета возрастных особенностей

адекватности, оптимальности и вариативности



Средства АФК

Физическое упражнение - является основным специфическим средством, с помощью которого достигается направленное воздействие на занимающегося.

Классификации физических упражнений:

- по целевой направленности: упражнения общеразвивающие, спортивные, рекреационные, лечебные, профилактические, коррекционные, профессионально-подготовительные;
- по преимущественному воздействию на развитие тех или иных физических качеств;
- по преимущественному воздействию на определенные мышечные группы;
- по координационной направленности: упражнения на ориентировку в пространстве, равновесие, точность, дифференцировку усилий, расслабление, ритмичность движений и др.;
- по биомеханической структуре движений: циклические, ациклические, смешанные;
- по интенсивности выполнения заданий, отражающей степень напряженности физиологических функций;
- по видам спорта для разных нозологических групп инвалидов.

Естественно-средовые факторы - использование воды, воздушных и солнечных ванн в целях укрепления здоровья, закаливания организма. Естественные силы природы усиливают положительный эффект физических упражнений.

Гигиенические факторы - правила и нормы общественной и личной гигиены: быта, труда, отдыха, питания, окружающей среды, спортивной формы, инвентаря и оборудования.



Методы АФК

Методы формирования знаний

Метод слова:

- Метод вербальной передачи информации
- Метод невербальной (неречевой) передачи информации
- Метод сопряженной речи
- Метод идеомоторной речи.

Метод наглядности

Методы обучения двигательным действиям

Метод расчлененного обучения

Метод целостного обучения

Методы воспитания

Метод формирования нравственного сознания (воздействие на сознание, чувства и волю обучающихся).

Метод формирования нравственного поведения (организации деятельности и формирования опыта общественного поведения).

Метод поощрения и наказания (корректирования и стимулирования поведения и деятельности)

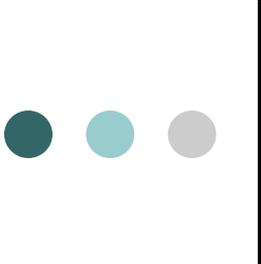


Виды (компоненты) АФК

Адаптивное физическое воспитание – компонент АФК, удовлетворяющий потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к АФК.

Адаптивный спорт - компонент АФК, удовлетворяющий потребности личности в самоактуализации, в максимально возможной самореализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей: потребности в коммуникативной деятельности, в социализации.

Адаптивная двигательная рекреация - компонент АФК, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, общении.



Виды (компоненты) АФК

Адаптивная физическая реабилитация - компонент АФК, удовлетворяющий потребность инвалида с отклонениями в состоянии здоровья в лечении, восстановлении у него временно утраченных функций.

Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики - компонент АФК, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ, другие средства искусства.

Экстремальные виды двигательной активности – компоненты АФК, удовлетворяющие потребности лиц с отклонениями в состоянии здоровья в риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни.