

Основные виды адаптивной физической культуры

**Якубовская Елена Аркадьевна,
старший преподаватель
кафедры специальной педагогики
Института инклюзивного образования
БГПУ им. Максима Танка**

Адаптивная физическая культура является частью физической культуры, а следовательно, и общечеловеческой культуры, поэтому каждый структурный элемент ее несет прежде всего культурную функцию, важнейшая суть которой заключается в физическом и духовном развитии личности [1].



Схема 1 - по С. П. Евсееву, Л. В. Шапковой

С позиций системного подхода организм человека – открытая биосоциальная система, здоровье которой нельзя рассматривать изолированно от происходящих вокруг неё процессов. Соответственно, в жизнедеятельности человека нет ни одного обстоятельства или показателя, которые не сказались бы на здоровье. Поскольку любая система – единство взаимосвязанных компонентов, то каждое (как положительное, так и отрицательное) воздействие на один из компонентов здоровья (физический, психический или духовный) закономерно отразится и на других, а также на общем состоянии организма [2].

Основная цель учебного предмета «Адаптивная физическая культура» заключается в укреплении здоровья и достижении такого уровня развития физических и духовных сил, который позволит учащимся самореализоваться во всех основных сферах жизнедеятельности (учебной, бытовой, социальной, трудовой, досуговой и др.).

Достижение данной цели осуществляется решением оздоровительных, образова-тельных, воспитательных задач и коррекционно-развивающей направленностью педагогического процесса в целом [3].

Решение *оздоровительных задач* направлено на укрепление здоровья обучающихся, повышение уровня психомоторного состояния их организма, профилактику и коррекцию физических и психических нарушений развития.

Решение *образовательных задач* направлено на формирование на доступном уровне физической культуры личности, а также освоение и совершенствование двигательных умений и навыков, расширение двигательного опыта.

Решение *воспитательных задач* направлено на формирование положительного отношения к физкультур-но-оздоровительной деятельности, устойчивого интереса, привычки и потребности в физкультурно-оздоровительных занятиях и ведении здорового образа жизни; воспитание личностных качеств; содействие процессу социальной адаптации учащихся и интеграции их в общество.

Основные виды адаптивной физической культуры



Схема 2 - по С. П. Евсееву, Л. В. Шапковой

Адаптивное физическое воспитание является базовым видом, охватывает продолжительный период (от дошкольного до студенческого возраста) и является главным источником физкультурного образования. Содержание адаптивного физического воспитания (образования) направлено на формирование у людей с ограниченными возможностями здоровья комплекса специальных знаний, жизненно и профессионально необходимых двигательных умений и навыков; на развитие широкого круга основных физических и специальных качеств [1].

РЕПОЗИТОРИЙ БГУ

Содержание **адаптивного спорта** (как базового, так и высших достижений) направлено прежде всего на формирование у людей с ограниченными возможностями здоровья спортивного мастерства и достижение ими наивысших результатов в его различных видах в состязаниях с людьми, имеющими аналогичные проблемы со здоровьем.

Адаптивный спорт в настоящее время развивается преимущественно в рамках крупнейших международных Паралимпийского и Специального Олимпийского движений [1].

РЕПОЗИТОРИЙ БГУ

Содержание **адаптивной двигательной рекреации** направлено на активизацию, поддержание или восстановление физических сил, затраченных человеком во время какого-либо вида деятельности (труд, учеба, спорт и др.), на профилактику утомления, развлечение, интересное проведение досуга и вообще на оздоровление, улучшение кондиции, повышение уровня жизнестойкости через удовольствие или с удовольствием [1].

РЕПОЗИТОРИЙ БГУ

Содержание **адаптивной физической реабилитации** направлено на восстановление у людей с ограниченными возможностями здоровья временно утраченных или нарушенных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок в связи с основным заболеванием, являющимся причиной инвалидности) после перенесения различных заболеваний, травм, физических и психических перенапряжений, возникающих в процессе какого-либо вида деятельности или тех или иных жизненных обстоятельств [1].

РЕПОЗИТОРИЙ БГУ

Литература

1. Евсеев, С.П. Адаптивная физическая культура : учеб. пособие – 2-е изд., стереотип. / С.П. Евсеев, Л.В.Шапкова. – М: Советский спорт, 2004. – 240 с.
2. Новицкий, П. И. Адаптивная физическая культура во втором отделении вспомогательной школы : учеб.-метод. пособие для педагогов / П. И. Новицкий. – Минск: Адукацыя і выхаванне, 2011. – 200 с.
3. Учебная программа для 2-го отделения вспомогательной школы. Адаптивная физическая культура. I – IX классы. – Минск: НИО, 2009. – 50 с.