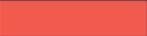




Теоретические основы адаптивной физической культуры

современная школа

Спикер: Казакова Елена Ивановна
специалист по УМР МОЦДО



Физическая культура

неотъемлемая часть развития каждого ребенка

Физическая активность и занятия спортом

важные компоненты здорового образа жизни для любого человека,
вне зависимости от его физических способностей

Движение = Жизнь

Дети с ОВЗ

движение — это не просто путь к
физической активности и повышению
мышечного тонуса, а еще и средство
реабилитации



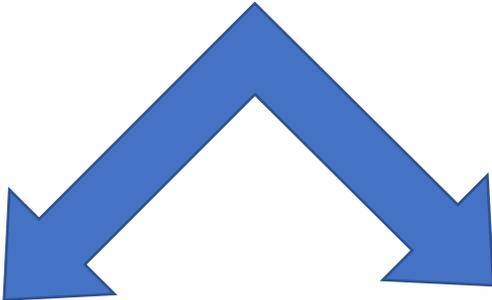
Равные возможности и доступность для всех



MR



Адаптация ФК под потребности и способности для людей с ОВЗ и инвалидов



АФК

ЛФК



Отличие АФК и ЛФК

ЛФК – медицинская дисциплина.

Основной упор идет на лечение, немедикаментозное восстановление и профилактику двигательных функций, улучшение работы отдельных систем и органов, нервной системы после травм или заболеваний.

Это комплекс упражнений, направленный на решение конкретной задачи, например, увеличение подвижности сустава, изменение формы стопы (плоскостопие), нарушение осанки.

АФК

Ориентирована на развитие несформировавшихся способностей и адаптацию к тому, что развить уже не получится у людей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Адаптивная физическая культура

является частью физической культуры, использующей комплекс эффективных средств физической реабилитации инвалидов и лиц с ОВЗ

(ст. 31 Федерального закона № 329-ФЗ от 04.12.2007 (ред. От 24.06.2023)

«О физической культуре и спорте в РФ»

- деятельность и ее результаты по созданию готовности человека к жизни;
 - оптимизации его состояния и развития;
 - процесс и результат человеческой деятельности.

Главное - проблемы привлечения средств и методов адаптивной физической культуры для коррекции имеющихся у человека дефектов, профилактики сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений, комплексной реабилитации и интеграции занимающегося в общество.



Адаптивная физическая культура

ВКЛЮЧАЕТ:

- физическую культуру
 - медицину
 - коррекционную педагогику
- медико-биологические и социально-психологические дисциплины
 - учебные и научные дисциплины



Адаптивная физическая культура

Цель – максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья

Общие задачи:

- укрепление здоровья и содействие физическому развитию, повышению сопротивляемости организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- обучение основам техники движений, формированию жизненно необходимых умений, навыков;
- развитие двигательных способностей;
- формирование необходимых знаний в области физической культуры личности;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности;
- воспитание нравственных и волевых качеств, приучение к организованности, ответственности за свои поступки, любознательности, активности и самостоятельности.

Специфические задачи:

- коррекция техники основных движений;
- коррекция и развитие координационных способностей;
- коррекция и развитие физической подготовленности;
- компенсация утраченных или нарушенных функций;
- профилактика и коррекция соматических нарушений;
- коррекция и развитие сенсорных систем.

Предмет, объект и субъект АФК

Предметом АФК является развитие двигательных, физических и интеллектуальных способностей, коррекция и компенсация нарушенных функций, укрепление здоровья и социальная интеграция лиц с ограниченными возможностями через занятия физической культурой и спортом

Объект деятельности в АФК - лица с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), имеющие нарушения различной природы: физические, психические, сенсорные и др. Это особая категория людей, требующая индивидуального подхода, учета особенностей их здоровья и психологического состояния.

Субъект деятельности в АФК - специалист в области адаптивной физической культуры, обладающий знаниями и опытом работы с лицами ОВЗ. Обладает глубокими познаниями в области медицины, психологии, дефектологии и теории физической культуры.

Особенности объекта:

- Ограниченная возможность самостоятельного передвижения и выполнения стандартных действий.
- Необходимость специальной поддержки и сопровождения.
- Повышенная потребность в эмоциональной поддержке и понимании.
- Требование специально разработанных методик и технологий обучения.

Функции специалиста:

- Диагностика нарушений и определение индивидуальной траектории развития.
- Подбор адекватных форм и методов педагогического взаимодействия.
- Создание благоприятных условий для занятий и повышения мотивации.
- Контроль динамики изменений и коррекция учебных планов.

Компоненты (виды) АФК

Виды (компоненты) АФК	Назначение
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.
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.

Компоненты (виды) АФК для дошкольников

Компоненты АФК	Характеристика	Цель
Адаптивное физическое воспитание	Знакомит детей с ограниченными возможностями с научной базой знаний о двигательной системе и способах развития специальных навыков и телесно-двигательных качеств.	Пробуждает уверенность в себе, учит быть самостоятельным и целеустремленным, побеждать моральные и физические нагрузки.
Адаптивный спорт	Позволяет воспитать и сформировать у дошкольников с ОВЗ спортивное мастерство. Реализуется через участие в спартакиадах, соревнованиях, спортивных праздниках, параолимпийский и сурдлимпийский спорт.	Освоить мобилизационную и технологическую пользу физкультуры, привлечь ребенка с ограниченными возможностями к занятиям спортом.
Адаптивная двигательная рекреация	Восстановление и отдых после учебы, труда или соревнований посредством оздоровления, полезного досуга, активных развлечений	Профилактика повышенной утомляемости, восстановление жизненных сил, получения положительного морального настроения и психологического комфорта
Физическая реабилитация	Преследует восстановление физических функций, которые были утрачены из-за травм, операций или заболеваний, но лишь те, которые не относятся к последствиям основного заболевания.	Показать ребенку, как можно использовать закаливание, массаж, физические нагрузки с пользой для организма.

АФК отличается от:**физической культуры**

- ориентированной на сохранение и укрепление здоровья, тем, что не использует исключительно физические упражнения и нагрузки.

медицинской реабилитации

- тем, что направлена не только на восстановление функций организма, опираясь на принципы медицинского массажа, фармакологию и медтехнику.

лечебной физкультуры

- поскольку направлена не на общее оздоровление, а социализацию детей с серьезными нарушениями состояния здоровья.

АФК

позволяет ребенку реализовывать свой потенциал, используя **комплекс естественных факторов:**
закаливание,
физические нагрузки,
правильное питание и режим дня

АФК

призвана помочь в интеграции с социумом и реабилитации детей с ОВЗ.



Адаптивная физическая культура и спорт

МР

способствуют развитию физических возможностей людей с ОВЗ, улучшению их физической формы, их интеграции в социальную среду, улучшению их психологического состояния и созданию условий для их полноценного участия в жизни общества.



Функции АФК

Педагогические функции

1. Коррекционно-компенсаторная
2. Профилактическая
3. Образовательная
4. Развивающая
5. Воспитательная
6. Ценностно-ориентационная
7. Лечебно-восстановительная
8. Профессионально-подготовительная
9. Творческая
10. Рекреативно-оздоровительная
11. Гедонистическая
12. Спортивная и соревновательная

Социальные функции

1. Гуманистическая
2. Социализирующая
3. Интегративная
4. Коммуникативная
5. Зрелищная и эстетическая



Специалисты по АФК

- работают на основе диагностических программ, которые оценивают двигательные возможности ребенка;
- разрабатывают индивидуальные программы занятий с учетом особенностей детей с ОВЗ;
- проводят занятия по АФК;
- контролируют выполнение упражнений и корректировать нагрузку;
- анализируют результаты занятий;
- выбирают и применяют различные современные методики.

!!! Должны иметь высшее профильное образование или профессиональную переподготовку

Адаптивная физическая культура

МР

- **ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДИСЦИПЛИНА.**
- в программу АФК может входить как развитие физических возможностей, так и коррекционно-развивающие игры, спортивные игры, терренкур, релаксационная гимнастика.
- профилактика и поддержание двигательной активности, возможность выплеснуть эмоциональное напряжение в игре или просто отдохнуть и погулять.





Спасибо за внимание!

современная школа