

# *Адаптивная физическая культура*

к.п.н., доцент А.И. Картавцева

***Содержание концепции АФК  
(разработана с 1995 года на кафедре  
ТиМАФК НГУ им. П.Ф. Лесгафта)***

- ◆ Новая для России интегративная область образования
- ◆ Включает 3 области знания – ФК, медицина, коррекционная педагогика, а также сведения из других дисциплин. Обошение и формирование нового знания
- ◆ Ёмкое и широкое явление. Компоненты АФК
- ◆ В основе учение об естественных и социальных потребностях личности с ОВЗ (инвалида)
- ◆ Инвалиды - равноправные члены общества
- ◆ Формирование ЗОЖ с учётом возможностей и индивидуальных целей
- ◆ Всестороннее развитие и совершенствование личности
- ◆ Развитие и внедрение программ

## ***Основные понятия***

**Культура** – это творение человека, то что не создано природой;

**Культура** – это мера и способ развития человека;

**Культура** – это качественная характеристика деятельности человека и общества;

**Культура** – это процесс и результат хранения, освоения, развития, и распространения материальных и духовных ценностей.

Культура непрерывно связана с **деятельностью** и **потребностями** (естественные и социальные: личности и общества).

В процессе развития культуры её важнейшими составляющими стали и такие виды деятельности, которые специально направлены на совершенствование человеком самого себя, в т.ч. **физическая культура**.

## ***Основные понятия***

**Физическая культура** – это вид культуры человека и общества. Это деятельность и её социальные и индивидуально значимые результаты по созданию всесторонней готовности человека к жизни, оптимизации его состояния и развития; это специфический процесс и результат человеческой деятельности, а также средства и способы совершенствования и гармонизации всех сторон и свойств индивида (физических, интеллектуальных, эмоционально-волевых, эстетических, этических и др.) с помощью физических упражнений, естественно-средовых и гигиенических факторов.

## ***Основные понятия***

**Адаптивная физическая культура** – это вид (область) физической культуры человека в отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалида, и общества. Это деятельность и её социальные и индивидуально значимые результаты по созданию всесторонней готовности человека с ОВЗ, включая инвалида, к жизни, оптимизации его состояния и развития в процессе комплексной реабилитации и социальной интеграции; это специфический процесс и результат человеческой деятельности, а также средства и способы совершенствования и гармонизации всех сторон и свойств индивида с ОВЗ (физических, интеллектуальных, эмоционально-волевых, эстетических, этических и др.) с помощью физических упражнений, естественно-средовых и гигиенических факторов.

## **Основные понятия**

**Реабилитация** – это восстановление способности. „... комплекс медицинских, педагогических и социальных мероприятий...“

**Социальная интеграция** – процесс установления оптимальных связей между социальными институтами, группами, эшелонами власти и управления. Некоторое состояние достигнутого и зафиксированного положения инвалида в обществе. Встречное движение двух социальных объектов: инвалида и общества.

**Цель реабилитации** инвалидов и лиц с ОВЗ состоит в обеспечении их способности к реализации **образа жизни** нормально развивающихся людей.

## **Классификация видов реабилитации**

**(По В.З. Кантору, 2000)**

**В зависимости от охватываемых сфер**

**жизнедеятельности:**

социально-трудовая,  
социально-бытовая,  
социально-культурная.

**В зависимости от степени восстановления:**

первоначальная,  
элементарная,  
полная.

**В зависимости от применяемых технологий:**

медицинская,  
техническая (инженерная),  
психологическая,  
педагогическая.

## *Предмет, цель, приоритетные задачи АФК*

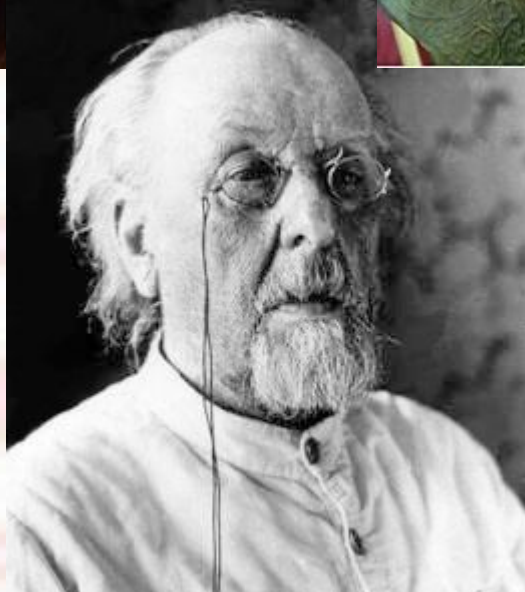
И.А. Аршавский „...человек, двигаясь и развиваясь, сам заводит часы своей жизни...“

**Цель АФК** – максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья и (или) инвалидность, за счёт обеспечения оптимального режима функционирования отпущенных природой и имеющихся в наличии (оставшихся в процессе жизни) его телесно-двигательных характеристик и духовных сил, их гармонизации для максимально возможной самоактуализации в качестве социально и индивидуально значимого субъекта.

**Цель - установка** как для индивида, так и специалиста.



*Валентин Дикуль, Константин Циолковский,  
Тамерлан, Франклин Рузвельт, Алексей Маресьев*



## *Предмет, цель, приоритетные задачи АФК*

### **Задачи АФК:**

#### **1. Специфические:**

**Коррекционные** (коррекция ОДА, сенсорных систем, речи, интеллекта и т.д.).

**Компенсаторные** (если коррекция невозможна, то компенсация. Н-р, обучение ходьбе на протезах).

**Профилактические** (профилактика заболевания, обусловленных гиподинамией и др.).

#### **2. Традиционные:**

**Образовательные** (ЗУНы).

**Воспитательные** (воспитание свойств личности).

**Оздоровительно-развивающие** (развитие физических качеств, укрепление мышц стопы и др.).

## *Предмет, цель, приоритетные задачи АФК*

**Предмет профессиональной деятельности педагога в АФК** является целенаправленное решение перечисленных задач в работе с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья и (или) инвалидность, в процессе их комплексной реабилитации, а также осуществление типичного для конкретных исторических условий образа жизни, достижение соответствующего уровня ее качества.

## **Основные виды (компоненты) АФК**

**Адаптивное физическое воспитание** (направлен на подготовку к жизни, бытовой и трудовой деятельности, формирование положительного и активного отношения к АФК)

**Адаптивный спорт** (направлен на удовлетворение потребности в самоактуализации, максимально возможной реализации своих возможностей, сопоставлении их с другими людьми, общении)

**Адаптивная двигательная рекреация** (направлен на удовлетворение потребности в отдыхе, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получение удовольствия, в общении)

## **Основные компоненты АФК**

Адаптивная физическая реабилитация (направлен на удовлетворение потребности в лечении, восстановлении временно утраченных функций)

Креативные (художественно-музыкальные) телесно ориентированные практики АФК (направлен на удовлетворение потребности в самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражения духовной сущности через движение, музыку, образ, другие средства искусства)

Экстремальные виды двигательной активности (направлен на удовлетворение потребности в риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, опасных для здоровья и жизни)

## ***Взаимосвязь АФК с другими науками***

### **Педагогические**

(общая педагогика, специальная педагогика, дошкольная педагогика, дидактика, теория и методика ФК, частные методики АФК и т.д.)

### **Психологические**

(общая психология, возрастная психология, специальная психология, патопсихология, психология болезни и т.д.)

### **Медицинские**

(анатомия, физиология, биохимия, гигиена, врачебный контроль, патология, офтальмология, психиатрия, массаж, ЛФК, отоларингология и т.д.)

### **Технические**

(механика, биомеханика, инженерия, физика и др.)

**Правовые основы, социальная защита инвалидов и др.**