

МБУДО СДЮСШОР №3 имени В.Н. Тихонова г. Смоленска

*Отличительные особенности
урока «Адаптивная
физическая культура»*

Полозова О.А.

Физическая культура

- **Это вид культуры человека и общества. Деятельность и ее социально и индивидуально значимые результаты по созданию всесторонней готовности человека к жизни.**

Адаптивная физическая культура

- **Это вид физической культуры человека с отклонениями в состоянии здоровья. Это деятельность по созданию всесторонней готовности человека с отклонениями в состоянии здоровья к жизни с помощью физических упражнений, естественно-средовых и гигиенических факторов.**

Отличительные особенности АФК

- 1. В отличии от физической культуры объектом и субъектом в АФК являются не здоровые, а больные люди, в том числе и инвалиды.**
- 2. Задачи, принципы, средства и методы должны быть адаптированы к необычной категории занимающихся.**

Цель АФК

- **Максимально возможное развитие жизнеспособности человека, имеющего устойчивые отклонения в состоянии здоровья или инвалидность за счет обеспечения оптимального режима функционирования оптимальных природой и имеющихся в наличии его телесно-двигательных характеристик и духовных сил.**

Задачи АФК

Традиционные

- **Образовательные**
- **Развивающие**
- **Воспитательные**
- **Оздоровительные**
- **Теоретические**

Специальные

- **Коррекционные**
- **Компенсаторные**
- **Профилактические**

Компоненты (виды) АФК

- **Адаптивное физическое воспитание**
- **Адаптивная двигательная рекреация**
- **Экспериментальные виды двигательной активности**
- **Адаптивная физическая реабилитация**
- **Креативные телесно-ориентированные практики АФК (танцевальная терапия)**
- **Адаптивный спорт**

Социальные	Общеметодическое	Специальнометодическое
<ul style="list-style-type: none"> -Гуманистической направленности -Непрерывности физкультурного образования -Интеграции -Приоритетной роли в микросоциуме (роль родителей) 	<ul style="list-style-type: none"> -Научности -Сознательности и активности -Наглядности -Доступности -Систематичности 	<ul style="list-style-type: none"> -Диагностирования -Коррекционно - развивающей направленности -Компенсаторной направленности педагогических воздействий -Учета возрастных особенностей -Адекватности педагогического воздействия

Функции АФК

Педагогические

- **Коррекционно-компенсаторная**
- **Профилактическая**
- **Образовательная**
- **Развивающая**
- **Воспитательная**

Социальные

- **Гуманистическая**
- **Социализирующая**
- **Интегративная**
- **Коммуникативная**
- **Эстетическая**

Педагогические задачи АФК

- **Воспитание адекватной оценки собственных физических и психических возможностей.**
- **Воспитание осознанного и адекватного отношения к телесному здоровью.**
- **Формирование положительной мотивации к физкультурной деятельности.**
- **Воспитание гуманного отношения к себе и окружающим, формирование коммуникативных отношений.**
- **Воспитание дисциплины, умение управлять своими эмоциями.**
- **Воспитание ответственности, инициативы, целеустремленности, творчества.**
- **Формирование навыков самовоспитания.**

Нетрадиционные оздоровительные технологии

- **Психогимнастика**
- **Антистрессовая пластическая гимнастика**
- **Танцевальная терапия**
- **Иппотерапия**
- **Песочная терапия**

5 стадий проходят родители при рождении больного ребенка

- **Отрицание**
- **Гнев**
- **Торг**
- **Депрессии**
- **Принятия**

Формы работы с родителями

- **Круглый стол**
- **Тренинг**
- **Консультация**
- **Семинар**
- **Публикации**