

Пожидаева О.И. Адаптивная физическая культура // Академия педагогических идей «Новация». Серия: Студенческий научный вестник. – 2019. – №6 (июнь). – АРТ 524-эл. – 0,2 п.л. - URL: <http://akademnova.ru/page/875550>

РУБРИКА: ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

УДК 376.1

Пожидаева Оксана Игоревна
студентка 4 курса, факультет педагогический
Научный руководитель: Махновская Н.В., к.п.н., доцент
ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогический институт»
г. Ставрополь, Российская Федерация
e-mail: degtyareva.1998@inbox.ru

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Аннотация: В статье рассмотрена адаптивная физическая культура, как наиболее эффективное средство социальной адаптации и физической реабилитации.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, здоровье, реабилитация, физическое воспитание подростков.

Pozhidaeva Oksana Igorevna
4th year student, faculty of education
Scientific supervisor: N. Makhno.In. Ph. D., associate Professor
GBOU VO "Stavropol state pedagogical Institute»
Stavropol, Russian Federation
e-mail: degtyareva.1998@inbox.ru

ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION

Abstract: The article considers adaptive physical culture as the most effective means of social adaptation and physical rehabilitation.

Keywords: adaptive physical culture, health, rehabilitation, physical education of teenagers.

Для лиц со слабым здоровьем, и особенно для тех, у кого диагностированы нарушения опорно-двигательного аппарата, адаптивное физическое воспитание должно быть организовано с учётом ряда требований, что делает данную организацию крайне сложной. По этой причине постоянно совершенствуются и разрабатываются новые методики коррекции детей и подростков с ограниченными возможностями. Одним из компонентов коррекции, согласно современному видению, является физическое воспитание, как технология, обеспечивающая эффективное физическое и социальное развития, способствующая социализации детей с ограниченными возможностями.

Физическое воспитание является неотъемлемой частью адаптивной физической культуры, а также незаменимо в процессе общего воспитания, обучения и коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата у детей с ДЦП. В своих работах Евсеева С.П. [3, с.240] отмечает, что адаптивное физическое воспитание – главный канал, с помощью которого ребёнок познаёт ценности физической культуры. Кроме того, такое воспитание является организованным видом физического воспитания, в который входят разные этапы взросления: дошкольный, школьный и юношеский возраст.

Давиденко Е.В. с соавторами отмечают [2, с.90], что для к адаптивному физическому воспитанию в том числе относятся аспекты физического воспитания людей, которые обладают различными устойчивыми нарушениями жизненно важных систем организма из-за травм или заболеваний, которые ощутимо ограничивают возможности. Согласно исследованиям Круцевч Т.Ю. [5, с.377] АФВ должно в первую очередь способствовать адаптации людей с функциональными ограничениями к социальным и физическим условиям среды.

Шапкова Л.В. отмечает [7, с.16], что адаптивное физическое воспитание призвано реализовать следующие задачи, выраженные в двух группах:

- единые для людей с нормальным здоровьем и людей с нарушениями;
 - укрепить здоровье и поддерживать нормальное физическое развитие;
 - сформировать умения и навыки, которые будут необходимы ребёнку в дальнейшей жизни;
 - способствовать развитию двигательных способностей;
 - сформировать знания о физической культуре;
 - воспитать потребности и навыки для самостоятельного освоения и выполнения упражнений;
 - воспитать набор моральных и волевых качеств, научить организованности и ответственности за собственные поступки;
 - специфические, которые отражают особые аспекты физического воспитания детей с аномальным развитием, которое обусловлено наличием дефектов, заболеваний и сопровождающих их вторичных отклонений.
- Специфические задачи АФВ выражены коррекционными,

компенсаторными и профилактическими методиками, которые также относятся и к общим задачам.

Для того чтобы решить специфические задачи в АФВ необходимо выбирать адекватные средства и методы, составлять физкультурно-оздоровительные программы занятий, определять формы этих занятий. Вместе с этим, для того, чтобы определить рациональную совокупность и объём инструментов и методов, а также последовательности их применения на разных этапах физического воспитания, необходимо адекватно и своевременно проводить контроль моторики детей во время АФВ. Согласно данной особенности, одна из ведущих задач АФВ – уменьшение противоречий, возникающих между потребностями человека, который имеет психофизические нарушения, и основными двигательными и психологическими знаниями и умениями адаптивного физического воспитания.

Для организации занятий физическими упражнениями используются разные формы. Допускается применение систематических (уроков физической культуры, утренней гимнастики), эпизодических (загородной прогулки, катания на санках), индивидуальных (домашних или стационарных), массовых (фестивалей и праздников), соревновательных (от групповых до международных), игровых (семейных, лагерных) форм. Для организации одних форм достаточно работы специалистов АФВ, другие проводятся силами общественных и государственных организаций, третьи организуются родителями, добровольцами, студентами, четвертые – самостоятельно.

Все формы организации должны расширять двигательную активность детей и приобщать их к доступной двигательной деятельности и интересному досугу, развивать собственную активность и творчество,

формировать здоровый образ жизни [7, с.16]. Во всех видах адаптивной деятельности основная форма организованных занятий – урочная форма.

Как отмечает автор [4, с.224], в зависимости от того, какие цели, задачи программное содержание поставлены, уроки делятся на:

- уроки со образовательной направленностью, которые формируют специальные знания и обучают разным двигательным умениям;

- уроки с коррекционно-развивающей направленностью, которые развивают и корректируют физические качества и координационные способности, корректируют движения, сенсорные системы и психические функции посредством физических упражнений; с помощью фронтального коррекционно-развивающего обучения дети получают возможность осваивать весь программный материал;

- уроки с оздоровительной направленностью, которые корректируют осанку, плоскостопие, предотвращают соматические заболевания, нарушения сенсорных систем, укрепляют сердечно-сосудистую и дыхательную системы;

- уроки с лечебной направленностью, которые нацелены на лечение, восстановление и компенсацию утраченных или нарушенных функций при наличии хронических заболеваний, травм, например, ежедневные занятия ЛФК в специальных школах-центрах для детей с детским церебральным параличом;

- уроки со спортивной направленностью, которые совершенствуют физическую, техническую, тактическую, психическую, волевою, теоретическую подготовку в выбранном виде спорта;

- уроки с рекреационной направленностью, которые призваны организовать досуг, отдых и игровую деятельность. Подобное деление имеет уловный характер, в нём выражается лишь преимущественная

направленность урока. Фактически каждый урок состоит из обучающих, развивающих, коррекционных, компенсационных и профилактических элементов.

В случаях, когда у ребёнка не получается справиться с заданиями, коррекционную работу следует проводить в индивидуальной или групповой формах во внеурочное время [1, с.8], [6, с.360]. Время, место проведения, количество и возраст участников неурочных форм не регламентируется. В таких занятиях могут принимать участие дети с разными двигательными нарушениями, в них могут участвовать здоровые дети, родители, добровольные помощники. Данные занятия главным образом удовлетворяют потребности детей в эмоциональной двигательной активности, игровой деятельности, общении, самореализации.

Учитывая всё вышесказанное можно заключить, что адаптивная физическая культура – наиболее эффективное средство социальной адаптации и физической реабилитации, однако использование этого средства сегодня не отличается достаточной эффективностью. В развитых странах для инвалидов создаются равные условия относительно их вовлечения в занятия физической культурой и спортом. Государство должно предоставлять надлежащие средства и правильно организовывать такую деятельность, что будет способствовать поощрению всех видов спортивной деятельности людей с ограниченными возможностями.

Список использованной литературы:

1. Висковатова Т. П. Проблема адаптации детей в современных условиях // — 2001. — № 4. — С. 8–11.
2. Давиденко Е. В. Адаптивное физическое воспитание в системе специального отделения вуза / Е. В. Давиденко, И. И. Вржесневский, С. Г. Сесюнин // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. — ХГАДИ (ХХПИ). — Харьков, 2003. — № 1. — С. 90–94.

3. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура: Учебное пособие. — М.: Советский спорт, 2005. — 240 с.; / Р. В Чудная. — К.: НУФВСУ, 2003. — 195 с.
4. Корельская Н. Г. «Особенная» семья — «особенный» ребенок: Книга для родителей детей с отклонениями в развитии. — М.: Советский спорт, 2003. — 224 с.
5. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания / Учебник под ред. Т. Ю. Круцевич.: „Олимпийская литература”, 2003. — Том 2. — 377 с.
6. Чудная, Р. В. Адаптивное физическое воспитание / Р. В. Чудная. — К.:Наукова думка, 2000. — 360 с.
7. Шапкова Л. В. Характеристика субъекта педагогической деятельности в адаптивной физической культуре / Л. В. Шапкова // Адаптивная физическая культура. — 2002. — № 1. — с. 16–20.

Дата поступления в редакцию: 23.06.2019 г.

Опубликовано: 28.06.2019 г.

© Академия педагогических идей «Новация». Серия «Студенческий научный вестник», электронный журнал, 2019

© Пожидаева О.И., 2019