|  |  |
| --- | --- |
| МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ | |
|  |
| **ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  **«ДОНСКОЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  **(ДГТУ)** | |

# КРАТКИЙ КУРС ЛЕКЦИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

**«Адаптивная физическая культура и спорт»**

Ростов-на –Дону

2022

**Тема 1.** Предмет «Адаптивная физическая культура» как наука. Место «Адаптивной физической культуры» в системе наук о человеке. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры.

Культура — это творение человека, то, что не создано в таком виде 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. Физическая культура — это вид культуры человека и общества. Это деятельность и ее социальные и индивидуально значимые результаты по созданию всесторонней готовности человека к жизни, оптимизации его со стояния 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. Адаптивная физическая культура (АФК) — это вид (область) физической культуры человека с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалида, и общества. Это деятельность и ее социально и индивидуально значимые результаты но созданию всесторонней готовности человека с отклонениями в состоянии здоровья, 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 отклонениями в состоянии здоровья (физических, интеллектуальных, эмоционально-волевых, эстетических, этических и др.) с помощью физических упражнений, естественно-средовых и гигиенических факторов. Реабилитация – комплекс медицинских, педагогических и социальных мероприятий, направленных на восстановление (или компенсацию) нарушенных функций организма, а также социальных функций и трудоспособности больных и инвалидов.

**Тема 2**. Социальная интеграция, которая понимается, во-первых, в статическом плане как некоторое состояние достигнутого и зафиксированного положения инвалида в обществе и, во-вторых, применительно к отдельно взятому инвалиду (т.е. только в индивидуальной плоскости). Адаптивное физическое воспитание (образование) – компонент (вид) 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 (вид) АФК, удовлетворяющий потребности личности в самоактуализации, в максимально возможной самореализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в коммуникативной деятельности и социализации. Адаптивная двигательная реакция – компонент (вид) АФК, позволяющий удовлетворить потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении. Адаптивная физическая реабилитация – компонент (вид) АФК, удовлетворяющий потребность индивида с отклонении в состоянии здоровья в лечении, восстановлении у него временно утраченных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок или навсегда в связи с основным заболеванием, например, являющимся причиной инвалидности). Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики АФК – компонент (вид) АФК, удовлетворяющий потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства. Экстремальные виды двигательной активности – компонент (вид) АФК, удовлетворяющие потребности лиц с отклонением 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.

**Тема 3.** Классификация видов реабилитации, предложенная В. 3. Кантором (2000г.), предусматривает выделение трех классификационных признаков в зависимости от... а. охватывающих сфер жизнедеятельности, степени восстановления, применяемых технологий. б. направлений: социально-трудового, социально-бытового, социально- культурного. в. степени восстановления: первоначальной, элементарной, полной. г. технологий: медицинской, инженерной, психологической, педагогической.

Адаптивное физическое воспитание (образование), как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в... а. самоактуализации, максимально возможной реализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в социализации. б. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре. в. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении. г. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни.

Адаптивный спорт, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности личности в... а. самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства. б. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении. в. самоактуализации, максимально возможной реализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в социализации и коммуникативной деятельности. г. подготовке ее к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.

Адаптивная двигательная рекреация, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) в... а. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре. б. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении. е. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни. г. реализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; потребности в коммуникативной деятельности и социализации.

Адаптивная физическая реабилитация, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяет потребности индивида с отклонениями в состоянии здоровья в … а. отдыхе, развлечении, интересном проведении досуга, смене вида деятельности, получении удовольствия, в общении. б. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре. в. лечении, восстановлении у него временно утраченных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок или навсегда, в связи с основным заболеванием, например, являющимся причиной инвалидности). г. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни.

Креативные (художественно-музыкальные) телесно-ориентированные практики адаптивной физической культуры, как компонент (вид) адаптивной физической культуры, удовлетворяют потребности человека с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалида) самоактуализации, творческом саморазвитии, самовыражении духовной сущности через движение, музыку, образ (в том числе художественный), другие средства искусства. б. риске, повышенном напряжении, потребности испытать себя в необычных, экстремальных условиях, объективно и (или) субъективно опасных для здоровья и даже для жизни. в. восстановлении временно утраченных функций (помимо тех, которые утрачены или разрушены на длительный срок или навсегда в связи с основным заболеванием, например, являющимся причиной инвалидности). г. его подготовке к жизни, бытовой и трудовой деятельности; в формировании положительного и активного отношения к адаптивной физической культуре.

**Тема 4.** Становление и развитие адаптивной физической культуры (адаптивной физической активности, спорта инвалидов, рекреативного направления адаптивной двигательной активности) за рубежом. Этапы развития спорта инвалидов (адаптивного спорта) за рубежом: 1-й этап: лечебная физическая культура – 1945-1947 Исторические сведения применения физических упражнений в лечебных целях. Создание после второй мировой войны первого реабилитационного центра для инвалидов с ПОДА в Англии (Сток-Мэндвил). 2-й этап: реабилитационный спорт – 1948-1959 Возникновение реабилитационных центров для инвалидов в странах Европы, США, Канаде и др. Обобщение опыта, первые соревнования. Становление и развитие реабилитационного спорта, апробирование различных видов спорта. 3-й этап: спорт инвалидов.

**Литература:**

1. Дмитриев А.А. ФК в специальном образовании: Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. – М.: Академия, 2002. -176 с.

2. Евсеев С.П., Курдыбайло С.Ф., Сусляев В.Г. Материально-техническое обеспечение АФК: Учебное пособие / Под ред. профессора С.П. Евсеева. – М.: Советский спорт, 2000. – 152 с.

3. Курдыбайло С.Ф., Евсеев С.П., Герасимова Г.В. Врачебный контроль в адаптивной физической культуре: Учебное пособие. / Под редакцией д.м.н. С.Ф.Курдыбайло. – М.: Советский спорт, 2003. – 184 с.

4. Частные методики адаптивной физической культуры. Учебник. Под общ. ред. проф. Л.В.Шапковой. – М.: Советский спорт, 2007. – 608 с.

5. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник. Том 1. Введение в специальность. История и общая характеристика адаптивной физкультуры. / Под ред. С.П.Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.

6. Теория и организация адаптивной физической культуры: Учебник. Том 2.

7. Содержание и методики адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов. / Под ред. С.П.Евсеева. – М.: Советский спорт, 2005. – 448 с. 3.

8. Частные методики адаптивной физической культуры. Учебник. Под общ. ред. проф. Л.В.Шапковой. – М.: Советский спорт, 2007. – 608 с.

9. Физическая культура: Учебное пособие для студентов вузов / Я.Н. Гулько, С.Н. Зуев и др. - М.: АСВ, 2010.

10. Частные методики адаптивной физической культуры. / Под ред. Л.В. Шапкова.- М.: Советский спорт, 2005. – 464 с.