

75.1
E 25

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

С.П. Евсеев

ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

УЧЕБНИК



ИЗДАТЕЛЬСТВО «СПОРТ»

• АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ •

С.П. Евсеев

ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Рекомендовано

Учебно-методическим объединением

*высших учебных заведений Российской Федерации
по образованию в области физической культуры
в качестве учебника для образовательных учреждений
высшего профессионального образования,
осуществляющих образовательную деятельность
по направлению 49.03.02 –
«Физическая культура для лиц с отклонениями
в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)»*

ВНЕСЕНО
В КОМПЬЮТЕР



Издательство «СПОРТ»

Москва • 2016

УДК 796.011.3(075)
ББК 75.09
Е25

Издано при финансовой поддержке Федерального агентства
по печати и массовым коммуникациям
в рамках Федеральной целевой программы
«Культура России» (2012–2018 годы)

Рецензенты:

НОУ ВПО «Институт специальной педагогики
и психологии»;

С. С. Филиппов – доктор педагогических наук, профессор,
Национальный государственный университет физической
культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта,
г. Санкт-Петербург

Евсеев С. П.

Е25 Теория и организация адаптивной физической культуры
: учебник / С. П. Евсеев. – М. : Спорт, 2016. – 616 с. : ил.

ISBN 978-5-906839-42-8

Учебник раскрывает содержание профессиональных компетенций Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению 49.03.02 – «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)».

Для студентов, изучающих адаптивную физическую культуру, а также аспирантов и преподавателей, проводящих научно-исследовательскую работу в этой области.

Н. Ф.



УДК 796.011.3(075)
ББК 75.09

ISBN 978-5-906839-42-8

© Евсеев С. П., 2016
© Оформление. «Издательство
«Спорт»», 2016

Содержание

| | |
|-------------------|---|
| Предисловие | 3 |
| Введение | 6 |

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

Общая характеристика адаптивной физической культуры

Раздел I. Основные понятия, функции, виды, средства, методы и принципы адаптивной физической культуры

| | |
|--|-----------|
| Глава 1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры | 13 |
| 1.1. Понятия «культура», «физическая культура», «адаптивная физическая культура» | 13 |
| 1.2. Определения «инвалид», «обучающийся с ограниченными возможностями здоровья», «лица с отклонениями в состоянии здоровья», «реабилитация», «социальная интеграция», «образ жизни» | 16 |
| 1.3. Предмет, цель, приоритетные задачи адаптивной физической культуры, ее роль и место в реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов | 22 |
| Глава 2. Теория и организация адаптивной физической культуры как интегративная наука, учебная дисциплина и важная область социальной практики ... | 32 |
| 2.1. Адаптивная физическая культура как интегративная наука | 32 |
| 2.2. Адаптивная физическая культура как учебная дисциплина ... | 35 |
| 2.3. Адаптивная физическая культура как сфера социальной практики | 41 |
| Глава 3. Функции адаптивной физической культуры | 53 |
| 3.1. Реабилитационные функции | 54 |
| 3.2. Педагогические функции | 56 |
| 3.3. Функции физического воспитания и спорта | 60 |
| 3.4. Социальные функции | 64 |

| | |
|--|-----|
| Глава 4. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры | 69 |
| 4.1. Критерии выделения компонентов (видов) адаптивной физической культуры | 69 |
| 4.2. Основные виды адаптивной физической культуры | 72 |
| Глава 5. Средства адаптивной физической культуры | 81 |
| 5.1. Физические упражнения | 82 |
| 5.2. Дополнительные средства | 85 |
| 5.3. Естественно-средовые и гигиенические средства | 99 |
| Глава 6. Методы адаптивной физической культуры | 101 |
| 6.1. Методы обучения | 101 |
| 6.2. Методы воспитания | 109 |
| 6.3. Методы развития физических качеств и способностей | 113 |
| Глава 7. Формы организации занятий в адаптивной физической культуре | 116 |
| 7.1. Урочные формы | 116 |
| 7.2. Неурочные формы | 117 |
| Глава 8. Принципы адаптивной физической культуры | 121 |
| 8.1. Реабилитационные принципы | 123 |
| 8.2. Педагогические принципы | 125 |
| 8.3. Принципы физического воспитания и спорта | 138 |
| 8.4. Социальные принципы | 144 |
| Раздел II. Обучение, воспитание и развитие физических способностей лиц с отклонениями в состоянии здоровья | |
| Глава 9. Обучение в адаптивной физической культуре | 154 |
| 9.1. Особенности действий, используемых в адаптивной физической культуре | 154 |
| 9.2. Структура процесса обучения действиям и особенности содержания ее этапов | 163 |
| 9.3. Определяющие черты методики обучения действиям в адаптивной физической культуре | 189 |
| Глава 10. Воспитание личности в процессе занятий адаптивной физической культурой | 196 |
| 10.1. Личностно-ориентированная гуманистическая аксиологическая концепция отношения общества к лицам с отклонениями в состоянии здоровья | 198 |
| 10.2. Воспитание волевых качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья | 213 |
| 10.3. Морально-нравственное воспитание занимающихся с отклонениями в состоянии здоровья | 221 |

| | |
|---|-----|
| Глава 11. Развитие физических способностей в адаптивной физической культуре | 242 |
| 11.1. Терминологические уточнения | 242 |
| 11.2. Автономные физические упражнения | 243 |
| 11.3. Технологии императивного развития физических способностей | 259 |
| 11.4. Средства и методы развития физических способностей у лиц, использующих технические средства для выполнения двигательных действий в положении сидя | 267 |

ЧАСТЬ ВТОРАЯ

Характеристика основных видов адаптивной физической культуры

Раздел III. Адаптивное физическое воспитание

| | |
|---|-----|
| Глава 12. Организационно-управленческая структура адаптивной физической культуры | 273 |
| Глава 13. Организация адаптивного физического воспитания | 284 |
| 13.1. Организация адаптивного физического воспитания в системе специального образования | 285 |
| 13.2. Организация адаптивного физического воспитания в системе массового образования | 292 |
| Глава 14. Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания, его ведущих функций и принципов | 298 |
| 14.1. Отличительные черты адаптивного физического воспитания | 298 |
| 14.2. Конкретизация цели и задач адаптивного физического воспитания | 299 |
| 14.3. Конкретизация функций и принципов адаптивного физического воспитания | 303 |
| Глава 15. Характеристика содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию | 305 |
| 15.1. Преимущественная направленность содержания занятий (уроков) по адаптивному физическому воспитанию | 306 |
| 15.2. Характеристика содержания занятий (уроков) по адаптивному физическому воспитанию (О.Э. Евсеева, А.В. Аксенов) | 309 |

| | |
|---|------------|
| Глава 16. Управление качеством образования и отличительные черты методики обучения двигательным действиям и развития физических способностей занимающихся | 343 |
| 16.1. Отличительные черты методики обучения двигательным действиям | 343 |
| 16.2. Отличительные черты методики развития физических способностей | 346 |
| 16.3. Междисциплинарная команда специалистов для работы с детьми, имеющими отклонения в развитии; роль и место специалиста по адаптивной физической культуре в этой команде | 350 |
| 16.4. Управление качеством образования по адаптивному физическому воспитанию | 352 |

Раздел IV. Адаптивный спорт

| | |
|--|------------|
| Глава 17. Организация адаптивного спорта в Российской Федерации и за рубежом (О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев) ... | 358 |
| 17.1. Организация адаптивного спорта в России | 358 |
| 17.2. Организация адаптивного спорта в мировом сообществе | 387 |
| Глава 18. Адаптивный спорт: структура и содержание | |
| 18.1. Отличительные черты адаптивного спорта, конкретизация его целей и задач | 397 |
| 18.2. Классификация основных направлений развития адаптивного спорта | 402 |
| 18.3. Модели соревновательной деятельности, применяемые в адаптивном спорте | 405 |
| Глава 19. Классификация лиц, занимающихся адаптивным спортом (Г.З. Идрисова, О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев, Н.В. Аксенова) | 420 |
| 19.1. Основные понятия и принципы классификации в адаптивном спорте | 420 |
| 19.2. Виды классификаций | 424 |
| 19.3. Система организации и проведения классификаций лиц, занимающихся адаптивным спортом | 433 |
| 19.4. Основные группы лиц, занимающихся адаптивным спортом (классификация спортсменов) | 435 |
| Глава 20. Паралимпийское движение – основное направление развития адаптивного спорта. Спортивная тренировка – главное звено паралимпийских видов спорта (О.Э. Евсеева, С.П. Евсеев) | 439 |

| | |
|--|------------|
| 20.1. Факторы, определяющие ведущее положение паралимпийского движения в мире | 439 |
| 20.2. Цели и задачи спортивной тренировки в паралимпийском движении | 440 |
| 20.3. Виды подготовки спортсменов-паралимпийцев | 442 |
| 20.4. Построение спортивной тренировки спортсменов | 448 |
| Глава 21. Специальное олимпийское движение как ведущее нетрадиционное направление развития адаптивного спорта | 454 |
| 21.1. Основополагающие философские аспекты специального олимпийского движения | 455 |
| 21.2. Основная программа Специальной Олимпиады – организация тренировок и соревнований лиц с интеллектуальными нарушениями | 457 |
| 21.3. Программа «Объединенный спорт». Общие положения | 467 |
| 21.4. Программа «Специальная Олимпиада – приСОЕдиняйтесь!» | 469 |
| 21.5. Программа тренировки двигательной активности лиц с тяжелыми умственными поражениями | 471 |
| 21.6. Паралимпийская программа лиц с интеллектуальными нарушениями как высший этап развития Специальной Олимпиады | 472 |
| Глава 22. Допинг-контроль и антидопинговое обеспечение адаптивного спорта | 475 |
| Глава 23. Тенденции интеграции и дифференциации в адаптивном спорте | 480 |
| Раздел V. Адаптивная двигательная рекреация | |
| Глава 24. Организация адаптивной двигательной рекреации | 485 |
| Глава 25. Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации, ее ведущих функций и принципов | 488 |
| 25.1. Отличительные черты адаптивной двигательной рекреации | 488 |
| 25.2. Конкретизация цели и задач адаптивной двигательной рекреации | 489 |
| 25.3. Конкретизация функций и принципов адаптивной двигательной рекреации | 492 |

| | |
|---|------------|
| Глава 26. Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации и условий их применения ... | 496 |
| 26.1. Общая характеристика средств адаптивной двигательной рекреации | 496 |
| 26.2. Классификация и систематизация условий проведения занятий по адаптивной двигательной рекреации | 498 |
| Глава 27. Отличительные черты средств и методов некоторых видов адаптивной двигательной рекреации | 502 |
| 27.1. Адаптивный туризм как средство и метод двигательной рекреации и оздоровления инвалидов и пожилых людей | 502 |
| 27.2. Ориентирование по тропам в системе адаптивной двигательной рекреации | 513 |
| 27.3. Водные виды адаптивной двигательной рекреации | 516 |
| 27.4. Игровые виды адаптивной двигательной рекреации | 520 |
| 27.5. Танцевальные виды адаптивной двигательной рекреации ... | 529 |
| 27.6. Спартианская программа работы с лицами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, в адаптивной двигательной рекреации | 534 |
| 27.7. Виды адаптивной двигательной рекреации, основанные на взаимодействии человека с животными | 538 |
| 27.8. Другие виды двигательной активности в адаптивной рекреационной деятельности | 543 |

Раздел VI. Креативные (художественно-музыкальные) и экстремальные виды двигательной активности

| | |
|---|------------|
| Глава 28. Организация креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности | 547 |
| Глава 29. Конкретизация целей и задач креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности, их ведущих функций и принципов | 551 |
| 29.1. Отличительные черты креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов адаптивной физической культуры | 551 |
| 29.2. Конкретизация целей и задач креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов адаптивной физической культуры | 555 |
| 29.3. Конкретизация ведущих функций и принципов креативных (художественно-музыкальных) и экстремальных видов двигательной активности | 557 |

Глава 30. Основные средства и отличительные черты методики
креативных (художественно-музыкальных) видов
адаптивной физической культуры 559

Глава 31. Основные средства и отличительные черты
методики экстремальных видов адаптивной
физической культуры 577

Раздел VII. Физическая реабилитация

Глава 32. Организация физической реабилитации
(*А.А. Потанчук, С.П. Евсеев*) 589

Заключение 599

Литература 602