

ТЕОРИЯ І МЕТОДИКА
АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Навчально-методичний посібник



Міністерство освіти і науки України
Уманський державний педагогічний університет
імені Павла Тичини

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Навчально-методичний посібник

Укладач: Н. Д. Трофаїла

Умань
ВПЦ «Візанті»
2021

Рецензенти:

Зданевич Л. В. – доктор педагогічних наук, професор, завідувачка кафедри дошкільної педагогіки, психології та фахових методик Хмельницької гуманітарно-педагогічної академії.

Лелека В. М. – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського.

Бегас Л. Д. – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри спеціальної та інклюзивної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини.

Рекомендовано до друку

*Вченою радою факультету дошкільної та спеціальної освіти
(протокол № 11 від 26 травня 2021 року)*

Т-76

Теорія і методика адаптивного фізичного виховання : навч.-метод. посіб. / МОН України, Уманський держ. пед. ун-т імені Павла Тичини ; уклад. Н. Д. Трофайла. – Умань : Візаві, 2021. – 134 с.

У навчально-методичному посібнику описані сучасні тенденції розвитку адаптивного фізичного виховання, фізичної культури людини з відхиленнями у стані здоров'я. Активному засвоєнню матеріалу сприятимуть тексти лекцій, вимоги до написання та тематика індивідуальних навчально-дослідних завдань, питання до заліку, список рекомендованої літератури.

Видання адресоване студентам факультету дошкільної та спеціальної освіти спеціальності 016 Спеціальна освіта, вчителів фізичної культури.

УДК 37.017:796(075.8)

© Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, 2021

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	4
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	6
1. Мета, завдання, основні поняття адаптивного фізичного виховання.....	6
2. Принципи адаптивного фізичного виховання.....	9
3. Функції адаптивного фізичного виховання.....	14
4. Засоби адаптивного фізичного виховання.....	26
5. Методи адаптивного фізичного виховання.....	29
6. Становлення адаптивного фізичного виховання в Україні.....	34
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II. КОНТРОЛЬ В АДАПТИВНОМУ ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ	40
1. Основні поняття, мета і завдання авф при глухоті.....	40
2. Основні поняття, мета завдання та засоби адаптивного фізичного виховання при сліпоті.....	43
3. Адаптивне фізичне виховання при станах після ампутації.....	49
4. Адаптивне фізичне виховання при дитячому церебральному паралічі.....	55
5. Адаптивне фізичне виховання при відхиленні розумового розвитку.....	60
6. Медико-педагогічний контроль в адаптивному фізичному вихованні.....	66
7. Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивному фізичному вихованні.....	69
8. Рекомендації до профілактики травм і підвищення безпеки занять з адаптивного фізичного виховання.....	78
ЗМІСТОВИЙ РОЗДІЛ III. ХАРАКТЕРИСТИКА ЗМІСТУ ЗАНЯТЬ З АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ...	82
1. Спрямованість змісту занять (уроків) адаптивного фізичного виховання. заняття з дітьми першого року життя.....	82
2. Заняття по адаптивному фізичному вихованню дошкільнят та школярів.....	93
3. Загальні завдання лікарсько - педагогічного контролю.....	95
Індивідуальні навчально-дослідні завдання.....	125
Питання до заліку.....	128
Список використаних джерел.....	131

ПЕРЕДМОВА

Адаптивне фізичне виховання відносно молоде направлення у вітчизняній системі освіти та науки, яке вивчає аспекти фізичного виховання людей, які мають у результаті захворювання або травм різні стійкі порушення життєво важливих функцій організму та обмеження фізичних можливостей.

Метою адаптивного фізичного виховання є формування і розвиток рухливості активності, фізичних і психічних здібностей, що забезпечують адаптацію особистості до свого стану здоров'я, зовнішнього середовища, суспільства та різних видів діяльності.

Складність викладання теорії та методики адаптивного фізичного виховання полягає в тому, що ця дисципліна багатопрофільна. Вона вивчає нозологічні групи осіб з порушеннями зору, слуху, інтелекта, поразенням опорно – рухового апарату: з наслідками дитячого церебрального паралічу, ампутацією кінцівок, поразенням функції спинного мозку.

Така багатоплановість інформації, що необхідна для професійної діяльності, вимагає різносторонньої теоретичної підготовки спеціалістів: знання з анатомії, фізіології людини, біомеханіки, теорії фізичної культури, педагогіки, психології та інших загальнопрофесійних дисциплін, а також дисциплін медико-біологічного циклу (лікарського контролю, фізичної реабілітації та ін.).

Крім цього, студенти повинні знати сучасні технології фізкультурно-спортивної діяльності, гігієнічними вимогами і матеріально-технічним забезпеченням занять адаптивного фізичної культури.

Завдання курсу:

теоретичні:

- створити у студентів уявлення про адаптивне фізичне виховання та рекреацію (в різних його аспектах) й процес інтеграції інвалідів в соціум;

- розкрити зміст основних наукових теорій, концепцій, положень, які використовуються в адаптивному фізичному вихованні та рекреації;

- створити у студентів уявлення про рухові можливості за умов чотирьох основних нозологій (порушення слуху, зору, опорно-рухового апарату та розумова відсталість);

практичні:

- навчити студентів особливостям проведення фізкультурно-оздоровчих, спортивно-масових та рекреаційних занять з неповносправними в різного типу установах;

- навчити студентів визначати мету й завдання конкретного уроку, рекреаційного заняття, фізкультурно-оздоровчого заходу з особами з особливими потребами

- ознайомити студентів із методами тестування рухових можливостей за умов психофізичних порушень;

- навчити студентів вибору адекватних засобів фізичного виховання та рекреації в роботі з людьми із психофізичними порушеннями;

- представити студентам індустрію спорту для інвалідів: спортивні організації, асоціації та методи їх роботи.