

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 культу-
ры : учебник / С. П. Евсеев. – М. : Спорт, 2016. – 616 с. : ил.

ISBN 978-5-906839-42-8

Учебник раскрывает содержание профессиональных компе-
тенций Федерального государственного образовательного стан-
дарта высшего образования по направлению 49.03.02 – «Физи-
ческая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья
(адаптивная физическая культура)».

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

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 зарубежом (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. Потапчук, С.П. Евсеев)	589
---	------------

Заключение	599
-------------------------	------------

Литература	602
-------------------------	------------