

75.116-04я73
Б 37

УНИВЕРСИТЕТЫ РОССИИ

Т. П. Бегидова

ОСНОВЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

2-е издание



СООТВЕТСТВУЕТ
ПРОГРАММАМ
ВЕДУЩИХ НАУЧНО-
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
ШКОЛ

Юрайт
Издательство
biblio-online.ru

Оглавление

Введение.....	5
Глава I. Основные положения, термины и виды адаптивной физической культуры	8
1.1. Основные понятия и термины адаптивной физической культуры	8
1.2. Объект и субъект педагогической деятельности в адаптивной физической культуре.....	13
1.3. Виды адаптивной физической культуры	16
1.4. Принципы адаптивной физической культуры	20
1.5. Функции адаптивной физической культуры	29
1.5.1. Педагогические функции.....	30
1.5.2. Социальные функции	35
Глава II. Особенности развития физических качеств средствами адаптивной физической культуры	41
2.1. Основные закономерности развития физических способностей	41
2.2. Принципы развития физических способностей.....	46
2.3. Методы развития физических качеств и способностей.....	49
2.3.1. Развитие силовых способностей	51
2.3.2. Развитие скоростных способностей.....	55
2.3.3. Развитие выносливости.....	60
2.3.4. Развитии гибкости.....	64
2.3.5. Развитие координационных способностей.....	67
Глава III. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре	77
3.1. Методы обучения двигательным действиям	77
3.2. Этап начального изучения двигательного действия.....	80
3.3. Этап углубленного изучения двигательных действий.....	81
3.4. Этап совершенствования двигательного действия	81
3.5. Методические принципы обучения двигательным действиям.....	82
3.6. Особенности обучения двигательным действиям инвалидов различных нозологических групп	87
3.6.1. Теоретические и методические основы обучения двигательным действиям инвалидов	87
3.6.2. Психологические основы процесса обучения двигательным действиям инвалидов.....	91
3.6.3. Обучение двигательным действиям детей-инвалидов.....	94

Глава IV. Организация адаптивной физической культуры	103
4.1. История и становление системы специального образования в России	103
4.2. Система обучения и воспитания лиц с ограниченными возможностями здоровья в Российской Федерации.....	106
Глава V. Адаптивный спорт	121
5.1. Федерации и организации инвалидного спорта.....	121
5.2. Спортивное движение глухих.....	123
5.3. Федерация спорта слепых.....	127
5.4. Паралимпийское движение	128
5.5. Международная спортивная федерация для лиц с нарушением интеллекта и Общероссийская общественная организация «Всероссийская федерация спорта лиц с интеллектуальными нарушениями»	135
5.6. Общероссийская общественная организация «Всероссийская Федерация спорта лиц с поражением опорно-двигательного аппарата».....	138
5.7. Международная Специальная Олимпиада и Специальная Олимпиада России	140
5.8. Физкультурно-оздоровительные клубы и спортивно-адаптивные школы и отделения инвалидов	146
5.8.1. Опыт создания Воронежской областной специализированной детско-юношеской спортивной школы сурдлимпийского и паралимпийского резерва.....	147
Глава VI. Организация и проведение соревнований среди инвалидов	160
6.1. Показания и противопоказания дня занятий физической культурой и спортом для инвалидов.....	160
6.2. Соревнования и виды спорта для инвалидов.....	162
6.3. О правилах спортивных соревнований среди инвалидов.....	164
6.4. Определение права на участие спортсмена в соревнованиях.....	165
6.5. Положение о соревнованиях	168
Заключение	171
Приложения.....	172
Рекомендуемая литература	184
Новые издания по дисциплине «Физическая культура» и смежным дисциплинам	187