

Семейное ресурсное объединение «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ» 28.09.2024

Адаптивная физическая культура (АФК)

Что такое АФК,

что оно собой представляет,
и какие цели и задачи стоят
перед этой дисциплиной?

Инструктор АФК
Акчурин Эмиль Касымович



Что такое АФК в школе?

- Адаптивная физическая культура – это вид физической культуры для лиц с ограниченными возможностями здоровья, нарушениями функций опорно-двигательного аппарата, зрения, интеллекта и других функций, содержащий в себе комплекс эффективных средств и методов, их физической реабилитации, социальной адаптации и интеграции в социум.



АФК-понятие комплексное

Эта отрасль культуры требует интеграции знаний по медицине, физподготовке, педагогике. Специалист по АФК осваивает широчайший спектр разнообразных дисциплин.



Цели и задачи АФК

Целью АФК является укрепление здоровья, коррекция и дальнейшее развитие двигательной и коммуникативной деятельности, а также оказание помощи в самореализации и социализации.



Основные функции АФК:

1. Психологическая.

Регулярные занятия АФК способствуют улучшению психического состояния, повышению самооценки и уверенности в себе.

2. Социальная.

АФК способствует социальной адаптации, создает условия для общения, участия в коллективных мероприятиях и социальных процессах.



Основные функции АФК:

3. Коррекционно-педагогическая.

АФК позволяет корректировать нарушения в физическом развитии, заниматься обучением движениям и формированию различных навыков.

4. Реабилитационная.

АФК помогает восстанавливать физическую форму и функциональные возможности, потерянные в результате заболевания или травмы.



Основные функции АФК:

5. Профилактическая.

АФК используется в медицинских целях для профилактики заболеваний и улучшения состояния.

6. Спортивно-оздоровительная.

АФК используется для поддержания здоровья у людей с ограниченными возможностями здоровья. Один из способов физической активности, который способствует этому, - участие в спортивных мероприятиях и соревнованиях по адаптивному спорту.



- Спортивные игры (адаптивный спорт);
- приобретение навыков социально-бытового характера;
- абилитационного характера занятия;
- компенсаторные умения —

все это позволяет специалистам по адаптивной физической культуре достигать поставленных целей.

