

75.1
Р 53

БАКАЛАВР. АКАДЕМИЧЕСКИЙ КУРС

М. Д. Рипа, И. В. Кулькова

ЛЕЧЕБНО- ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В АДАПТИВНОМ ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

2-е издание



УМО ВО
РЕКОМЕНДУЕТ

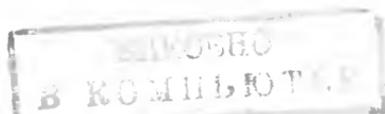
Юрайт
ИЗДАТЕЛЬСТВО
biblio-online.ru

М. Д. Рипа, И. В. Кулькова

ЛЕЧЕБНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В АДАПТИВНОМ ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ

УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ
ДЛЯ АКАДЕМИЧЕСКОГО БАКАЛАВРИАТА

2-е издание, исправленное и дополненное



Рекомендовано Учебно-методическим отделом высшего образования в качестве учебного пособия для студентов высших учебных заведений, обучающихся по гуманитарным направлениям

Книга доступна в электронной библиотечной системе
biblio-online.ru

Москва ■ Юрайт ■ 2017

УДК 796(075.8)

ББК 75.7я73

P53

Авторы:

Рипа Михаил Дмитриевич — кандидат педагогических наук, доцент, Отличник физической культуры и спорта, доцент кафедры теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки Педагогического института физической культуры и спорта Московского городского педагогического университета;

Кулькова Ирина Валерьевна — кандидат педагогических наук, доцент, Отличник физической культуры и спорта, доцент кафедры теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки Педагогического института физической культуры и спорта Московского городского педагогического университета.

Рецензенты:

Овчинников Н. Д. — доктор медицинских наук;

Королькова Е. И. — кандидат педагогических наук, заместитель директора педагогического колледжа № 14 по научно-методической работе.

Рипа, М. Д.

P53 Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учеб. пособие для академического бакалавриата / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 170 с. — Серия : Бакалавр. Академический курс.

ISBN 978-5-534-04612-0

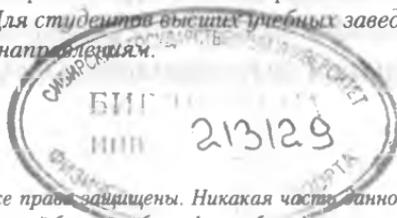
В настоящем учебном пособии раскрыты основы лечебной и адаптивной физической культуры двигательной деятельности лиц с ограниченными физическими возможностями. В нем показана роль и место коррекционных учреждений в лечебно-реабилитационной и оздоровительной деятельности с больным, ослабленным контингентом, особенно с лицами, имеющими ограниченные физические возможности.

Соответствует актуальным требованиям Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования.

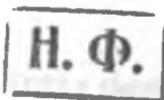
Для студентов высших учебных заведений, обучающихся по гуманитарным направлениям.

УДК 796(075.8)

ББК 75.7я73



Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав. Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая компания «Дельфи».



ISBN 978-5-534-04612-0

© Рипа М. Д., Кулькова И. В., 2014
© Рипа М. Д., Кулькова И. В., 2017,
с изменениями
© ООО «Издательство Юрайт», 2017

Оглавление

Предисловие	5
Глава I. Профилактика «компьютерной болезни» с помощью адаптивной физической культуры	7
1. Влияние компьютера на психику человека	8
2. Длительная работа за компьютером и ее последствия для молодежи.....	13
3. Характеристика условий и режима использования компьютеров на занятиях по информатике (освещенность, микроклимат, содержание в воздухе озона, химических веществ, пыли)	17
4. Роль и место физической культуры для профилактики компьютерной болезни.....	20
Глава II. Использование средств танцетерапии в комплексной реабилитации детей младшего школьного возраста с бронхолегочной патологией	34
1. Танцетерапия как одно из направлений арт-терапии в комплексной реабилитации больных	35
2. Клинико-физиологическое обоснование применения средств танцевальной терапии при бронхолегочной патологии	38
3. Механизмы воздействия музыки на организм человека	40
4. Основы методики танцетерапии в реабилитации детей младшего школьного возраста.....	42
5. Алгоритм подбора танцевального материала	57
6. Особенности обучения детей младшего школьного возраста танцевальным движениям.....	59
Глава III. Методика применения специальных упражнений хатха-йоги для укрепления опорно-двигательного аппарата у лиц среднего возраста	61
1. Основные понятия и принципы хатха-йоги.....	63
2. Определение и классификация асан.....	66
3. Сенсомоторные характеристики асан	69
4. Пранаяма	73
5. Методика йогической гимнастики при нарушениях осанки	76

Глава IV. Методика адаптивной физической культуры с применением игровых средств бадминтона для укрепления здоровья умственно отсталых детей и подростков	104
1. Возможности применения игровых средств и методов адаптивной физической культуры в профилактике ВСД у людей с ограниченными возможностями и патологией центральной нервной системы	106
2. Особенности методики обучения технике игры в бадминтон лиц с патологией центральной нервной системы	110
Глава V. Организация физкультурно-спортивной работы в специальной (коррекционной) общеобразовательной школе (на примере школы-интерната VIII вида № 81)	116
Глава VI. Методика адаптивной физической культуры в реабилитации детей 4–6 лет с задержкой речевого развития	132
1. Теоретические аспекты изучения особенностей развития речи детей 4–6 лет с задержкой речевого развития	132
2. Содержание коррекционно-развивающей работы с детьми с задержкой речевого развития	137
3. Взаимосвязь музыки, слова и движения как основа музыкального развития детей.....	139
4. Технология планирования логоритмических занятий и принципы применения речедвигательных упражнений по методике А.Я. Мухиной	146
Используемая литература	165
Рекомендуемая литература	169