

45.1  
А 28

**SAMRUK**  
KAZYNA  
•TRUST•

ФОНД РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ «SAMRUK-KAZYNA TRUST»  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН  
ЕВРАЗИЙСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. Л. Н. ГУМИЛЕВА

# АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

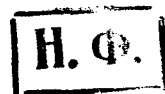
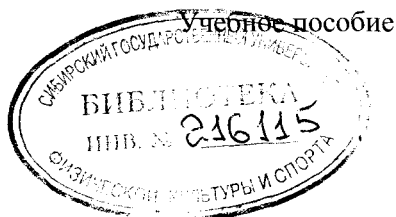
*Учебное пособие*



  
**МИР**  
РАВНЫХ  
ВОЗМОЖНОСТЕЙ

**ФОНД РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНЫХ ПРОЕКТОВ  
«SAMRUK-KAZYNA TRUST»  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН  
ЕВРАЗИЙСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Л.Н.ГУМИЛЕВА**

## **АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ**



*Рекомендовано Учебным советом Евразийского национального университета  
им. Л.Н.Гумилева (протокол от 28 мая 2019 года № 13)*

*Рекомендовано Республиканским учебно-методическим объединением  
по специальности «Физическая культура и спорт» Казахской  
академии спорта и туризма (протокол от 14 июня 2019 года № 2)*

*Рекомендовано редакционно-издательским советом  
Сибирского государственного университета физической культуры и спорта  
(протокол от 28 июня 2019 года № 3)*

УДК 376  
ББК 74.3

Рецензенты:

Доктор медицинских наук, профессор  
Евразийского национального университета  
имени Л.Н.Гумилева Н.Л.Шапекова  
Кандидат педагогических наук, доцент  
Казахстанского филиала МГУ имени  
М.В.Ломоносова Д.С.Ташкеев  
Доктор медицинских наук, профессор  
НАО Медицинского университета  
Сливкина Н.В.

Авторы-составители:

Марчибаева У.С., Токтарбаев Д.Г.-С., Стоцкая Е.С., Сыздыкова С.Ж., Сидорова Р.В.,  
Моисеева Н.А., Тунгышмуратова Л.С.

Заказчик:

ОО «Общество родителей детей с инвалидностью «Мир равных возможностей» при  
поддержке Фонда развития социальных проектов «Samruk-Kazyna Trust».

А 28     Адаптивная физическая культура и спорт: Учебное пособие.  
– Нур-Султан, изд., 2019 г. – 408 с.

ISBN 978-601-7596-03-3

В учебном пособии раскрывается история адаптивной физической культуры, исторические условия и особенности её развития в Казахстане и за рубежом, содержание и методика адаптивной физической культуры и характеристика ее основных видов, частные методики адаптивной физической культуры в работе с лицами, имеющими нарушения интеллекта, слуха, зрения, опорно-двигательного аппарата.

Данное пособие предназначено для студентов высших учебных заведений и колледжей, изучающих адаптивную физическую культуру, а также магистрантов и преподавателей, проводящих научно-исследовательскую работу в данной области; специалистов в области адаптивного физического воспитания специальных коррекционных и общеобразовательных школ; тренеров адаптивного спорта и работников реабилитационных центров; родителей детей с особыми образовательными потребностями.

УДК 376  
ББК 74.3

ISBN 978-601-7596-03-3

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Предисловие</b> .....	<b>8</b>
<b>РАЗДЕЛ I. МЕЖДУНАРОДНЫЙ ОПЫТ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ</b> .....	<b>12</b>
Глава 1. История и современное состояние адаптивной физической культуры.....	13
1.1 История развития адаптивной физической культуры.....	13
1.2 Современное состояние адаптивной физической культуры за рубежом.....	26
1.3 Адаптивная физическая культура в рамках Всемирной организации Здравоохранения (ВОЗ).....	38
Глава 2. Становление и развитие международного олимпийского движения в адаптивном спорте.....	40
2.1 Паралимпийский спорт .....	40
2.2 Сурдлимпийский спорт.....	48
2.3 Специальная Олимпиада.....	53
<b>РАЗДЕЛ II. МЕЖДУНАРОДНЫЕ СТАНДАРТЫ И ПРАВОВЫЕ ОСНОВЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ</b> .....	<b>57</b>
Глава 1. Зарубежные образовательные стандарты .....	57
1.1 Страны Запада.....	57
1.2 Страны СНГ .....	65
Глава 2. Современное состояние адаптивной физической культуры в Республике Казахстан.....	73
2.1 Нормативно-правовые основы адаптивной физической культуры в Казахстане .....	74
2.2 Развитие спорта среди людей с инвалидностью в Казахстане .....	92
2.3 Физкультурно-спортивные организации для людей с инвалидностью.....	99
<b>РАЗДЕЛ III. ТЕОРИЯ И ОРГАНИЗАЦИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ</b> .....	<b>110</b>
Глава 1. Основные положения адаптивной физической культуры.....	110
1.1 Понятие, объект, предмет, цели и задачи адаптивной физической культуры.....	110

1.2 Принципы и функции адаптивной физической культуры.....	117
Глава 2. Средства, методы, виды и формы адаптивной физической культуры.....	134
2.1 Средства адаптивной физической культуры.....	134
2.2 Формы и методы адаптивной физической культуры.....	140
2.3 Виды адаптивной физической культуры.....	150
2.4 Адаптивный спорт.....	159
2.4.1 Международные организации и учреждения, развивающие физическую культуру и спорт для лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	162
2.4.2 Характеристика учебно-тренировочного процесса.....	165
2.4.3 Международная классификация спортсменов с ограничениями в состоянии здоровья.....	171
2.4.4 Негативные явления адаптивного спорта.....	175
2.4.5 Материально-техническое оснащение паралимпийского объекта.....	178

## **РАЗДЕЛ IV. ЧАСТНЫЕ МЕТОДИКИ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ..... 180**

Глава 1. Методика адаптивной физической культуры лиц с нарушениями зрения.....	180
1.1 Краткая характеристика нарушений зрения.....	180
1.2 Особенности развития ребенка с нарушением зрения.....	181
1.3 Особенности организации адаптивной физической культуры лиц с нарушениями зрения.....	183
Глава 2. Методика адаптивной физической культуры лиц с нарушением слуха.....	201
2.1 Краткая характеристика нарушений слуха.....	201
2.2 Особенности развития детей с нарушением слуха.....	202
2.3 Особенности организации адаптивной физической культуры лиц с нарушениями слуха.....	206
Глава 3. Методика адаптивной физической культуры лиц с нарушениями речи.....	218
3.1 Краткая характеристика нарушений речи.....	218
3.2 Особенности развития детей с нарушением речи.....	219
3.3 Особенности организации адаптивной физической культуры лиц с нарушениями речи.....	223

Глава 4. Методика адаптивной физической культуры лиц, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата .....	230
4.1 Краткая характеристика нарушений опорно-двигательного аппарата .....	230
4.2 Особенности развития детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата .....	233
4.3 Особенности организации адаптивной физической культуры лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата .....	237
4.3.1 Особенности организации адаптивной физической культуры лиц с нарушением нервной системы (ДЦП, травмы и заболевания спинного мозга) .....	238
4.3.2 Особенности организации адаптивной физической культуры лиц с дефектами конечностей (ампутации и недоразвитие) и другими заболеваниями костно-мышечной системы .....	249
Глава 5. Методика адаптивной физической культуры лиц с ментальными нарушениями .....	255
5.1 Краткая характеристика ментальных нарушений .....	255
5.2 Характеристика нарушений психологического развития .....	255
5.3 Особенности организации адаптивной физической культуры лиц с ментальными нарушениями развития .....	264
Глава 6. Особенности семейного воспитания и работы с родителями детей с особыми образовательными потребностями .....	279
<b>РАЗДЕЛ 5. ВРАЧЕБНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ В АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ .....</b>	<b>286</b>
Глава 1. Общие понятия о врачебно-педагогическом контроле и самоконтроле .....	286
1.1 Цель и задачи врачебного контроля в адаптивной физической культуре .....	286
1.2 Понятие о самоконтроле. Дневник самоконтроля .....	293
Глава 2. Функциональная диагностика физического развития и систем организма .....	294
2.1 Особенности проведения опроса. Сбор анамнеза .....	294
2.2 Исследование показателей физического развития .....	296
2.2.1 Проведение соматоскопии .....	297

2.2.2 Антропометрические измерения.....	303
2.3 Исследование функционального состояния кардиореспираторной системы .....	306
2.3.1 Исследование функционального состояния дыхательной системы .....	307
2.3.2 Исследование функционального состояния сердечно-сосудистой системы .....	310
2.4 Исследование функционального состояния вегетативной нервной системы.....	318
2.5 Оценка функционального состояния нервно-мышечного аппарата .....	320
2.6 Оценка функционального состояния опорно-двигательного аппарата .....	324
2.6.1 Исследование подвижности в суставах.....	325
2.6.2 Исследование двигательных навыков .....	326
2.6.3 Исследование физических качеств .....	327
2.6.4 Мануальное мышечное тестирование .....	329
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	333
ГЛОССАРИЙ .....	335
ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ .....	345
СПИСОК ЦИТИРОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....	384
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ СОКРАЩЕНИЙ .....	393
ПРИЛОЖЕНИЕ.....	394