

Материально-техническая база адаптивной физической культуры: ключевые аспекты

Специализированный инвентарь обеспечивает безопасность и эффективность занятий.

Роль материально-технической базы в развитии адаптивной физической культуры

Материально-техническая база обеспечивает доступность и безопасность занятий, поддерживая восстановление и укрепление здоровья лиц с ограниченными возможностями здоровья.





Комфорт и безопасность через специально оборудованные помещения

Безбарьерная среда включает поручни, противоскользящие маты и регулируемые тренажёры, адаптированные под различные потребности инвалидов.

Примеры кампусных зон показывают интеграцию требований безопасности, позволяя максимально комфортно и эффективно проводить адаптивные занятия.

Основные категории спортивного инвентаря для адаптивной физкультуры

Представленная таблица демонстрирует виды инвентаря, их функции и технические особенности, применяемые в колледже.

Разнообразие инвентаря обеспечивает комплексный подход к развитию физических и координационных навыков.

Категория	Описание	Функции
Тренажёры BOSU	Полусфера на жёсткой основе	Развитие баланса и координации
Велотренажёры	Регулируемое сопротивление	Кардионагрузка и укрепление мышц
Игровое оборудование	Мячи, конусы	Развитие моторики и командной работы
Специализированная экипировка	Ремни, фиксаторы	Поддержка стабильности и безопасности

Динамика развития координации с использованием тренажёра BOSU

Регулярные тренировки способствуют
значительному улучшению мышечной устойчивости
и контроля движений.

Использование BOSU эффективно повышает
координацию и баланс за краткий срок тренировок.
Подходит для всех нозологий.



Исследование колледжа, 2023 год

Позитивное влияние интеллектуальных игр на обучающихся с ОВЗ



Развитие когнитивных функций

Интеллектуальные игры активизируют внимание, память и логическое мышление, способствуя умственному развитию обучающихся.



Улучшение социальных навыков

Настольные и шахматные игры стимулируют коммуникацию и взаимодействие, поддерживая социализацию учащихся с особыми потребностями.



Поддержание умственной активности

Регулярное участие в играх помогает сохранять концентрацию и быстро реагировать на изменяющиеся условия.





«Кульбуто» (Culbuto) — настольная игра французского происхождения. Игра требует от игроков точности и стратегического мышления.

Цель игры — управляя деревянным столом с лунками, закатить в них шарики. Лунки градируются по очкам, что мотивирует игрока целенаправленно управлять шариками и использовать тактические хитрости.

Некоторые особенности игры:

Улучшает концентрацию, моторику рук и координацию движений.

Способствует развитию навыков ориентирования в пространстве.

Стимулирует мышечную активность.



Шашки — логическая настольная игра для двух игроков, заключающаяся в передвижении определённым образом фишек-шашек по клеткам шашечной доски. Каждому игроку принадлежат шашки одного цвета: чёрного или белого

Игра в шашки полезна для развития интеллектуальных и социальных навыков. Она помогает развивать логическое мышление, концентрацию внимания, память и стратегическое мышление, а также способствует социальному взаимодействию. Польза игры зависит от возраста участников — шашки полезны как для детей, так и для взрослых.



«Тэйбл эластик» — настольная игра на ловкость и скорость реакции. Подходит людям любого возраста с разными материальными и физическими возможностями

Настольная игра «Тэйбл-эластик» полезна для развития мелкой моторики, внимания и быстроты реакции. Это динамичная игра, в которой игроки с помощью эластичной резинки перебрасывают фишки (биты) через отверстие посередине игрового поля на поле соперника.

Эффект:

- **Развитие выносливости рук**
- **Улучшение точности**
- **Развитие скорости**
- **Формирование эмоциональной связи**



«Жульбак» — спортивная настольная игра, в которой участники должны закатить деревянные шайбы в лузы на игровом поле.

Суть игры — **забить 30 деревянных шайб (фишек) в 4 лузы на доске**. Каждая луза даёт разное количество очков (слева направо): первая — 2 очка, вторая — 3 очка, третья — 4 очка, четвёртая — 1 очко.

Игра развивает:

- Глазомер и мелкую моторику
- Чёткость и координацию движений
- Гибкость ума



Рекреационные зоны общежития: условия для социализации и отдыха

Оборудование зон отдыха

Общежитие оснащено бильярдными столами, шахматами и разнообразными настольными играми, создающими комфортные условия для досуга и умственного развития.

Влияние на социальную интеграцию

Такое оснащение стимулирует мотивацию к общению, укрепляет командный дух и способствует формированию дружеской атмосферы среди студентов с ОВЗ.

Основные задачи материально-технической базы адаптивной физической культуры

Спортивные залы и оборудование устроены так, чтобы ими могли пользоваться абсолютно все люди, у кого ограниченные возможности здоровья

Обучающиеся защищены от случайных травм и учились в условиях, соответствующих их здоровью.

Объединить школьные уроки физкультуры, тренировки и отдых так, чтобы дети развивались физически и общались друг с другом, укрепляли дружбу и приобретали полезные привычки.