

Noty o autorach .....	11
Przedmowa .....	16
<b>CZĘŚĆ I</b>	
<b>Podstawy teoretyczne .....</b>	<b>21</b>
Rozdział 1.	
Wykorzystanie ruchu w rehabilitacji osób niepełnosprawnych: historia idei i jej praktycznych zastosowań	
<i>Stanisław Kowalik</i> .....	23
1.1. Źródła powstania idei „ruch w służbie osób niepełnosprawnych” .....	26
1.2. Drogi rozwoju terapii ruchowej – medycyna i edukacja .....	30
1.3. Narodziny sportu osób niepełnosprawnych .....	34
1.4. Dalszy rozwój dostosowanej aktywności ruchowej – integracja .....	37
1.5. Podsumowanie .....	40
Rozdział 2.	
Teoria i praktyka oddziaływania na osoby niepełnosprawne	
<i>Stanisław Kowalik</i> .....	41
2.1. Uwagi metodologiczne .....	42
2.2. Pojęcie, zadania i zastosowania .....	47
2.3. Dostosowana aktywność ruchowa a nauki pokrewne .....	51
2.4. Struktura praktycznego działania .....	60
2.5. Podsumowanie .....	63
Rozdział 3.	
Biologiczne aspekty wpływu ruchu na doskonalenie sprawności życiowej	
<i>Grażyna Cywińska-Wasilewska</i> .....	65
3.1. Aspekty neurofizjologiczne .....	65
3.1.1. Kontrola ruchu .....	65
3.1.2. Ruch a postawa ciała .....	67

3.2. Ruch – wysiłek fizyczny – wydolność organizmu . . . . .	69
3.2.1. Leczenie ruchem w celu utrzymania i odbudowy lub rozwoju sprawności fizycznej . . . . .	70
3.2.2. Sprawność fizyczna . . . . .	71
3.3. Ruch a rozwijanie sprawności fizycznej . . . . .	72
3.4. Przeciwwskazania do podejmowania aktywności ruchowej w różnych rodzajach niepełnosprawności . . . . .	74
3.4.1. Aktywność fizyczna osób z chorobami krążenia . . . . .	75
3.4.2. Schorzenia układu oddechowego . . . . .	80
3.4.3. Aktywność ruchowa osób ze schorzeniami neurologicznymi . . . . .	82
3.4.4. Aktywność ruchowa osób ze schorzeniami narządu ruchu . . . . .	84
3.4.5. Aktywność fizyczna osób z cukrzycą . . . . .	88
3.5. Podsumowanie . . . . .	89
 Rozdział 4.	
Psychologiczne modele wpływu ruchu na doskonalenie sprawności życiowej	
<i>Stanisław Kowalik</i> . . . . .	92
4.1. Działalność ruchowa w świetle psychologii rozwoju człowieka . . . . .	93
4.2. Ekologiczny model aktywności ruchowej . . . . .	96
4.3. Cybernetyczny model nadzorowania przebiegu aktywności ruchowej . . . . .	101
4.4. Teoria nastawienia . . . . .	106
4.5. Dynamiczne systemy aktywności ruchowej . . . . .	111
4.6. Podejmowanie dostosowanej aktywności ruchowej . . . . .	113
4.7. Podsumowanie . . . . .	116
 Rozdział 5.	
Pedagogiczne modele aktywności ruchowej	
<i>Bożena Biniakiewicz</i> . . . . .	118
5.1. Prawidłowości rozwoju ruchowego dzieci i młodzieży . . . . .	118
5.2. Wpływ zaburzeń rozwoju ruchowego na przebieg socjalizacji . . . . .	123
5.2.1. Problemy socjalizacyjne dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym (MPD) . . . . .	126
5.2.2. Zaburzenia w rozwoju dziecka niesłyszącego a problemy socjalizacyjne . . . . .	126
5.3. Turnusy rehabilitacyjne jako forma oddziaływania pedagogicznego . . . . .	128
5.4. Podsumowanie . . . . .	131
 Rozdział 6.	
Osobowość i kompetencje specjalisty w zakresie dostosowanej aktywności ruchowej	
<i>Vlasta Karásková</i> . . . . .	133
6.1. Zawodowe kompetencje specjalisty . . . . .	134
6.1.1. Kompetencja obywatelska . . . . .	135
6.1.2. Kompetencja pedagogiczna (także w zakresie pedagogiki specjalnej) . . . . .	135
6.1.3. Kompetencja specjalistyczna . . . . .	136
6.1.4. Kompetencja komunikacyjna . . . . .	136
6.1.5. Kompetencja organizacyjna . . . . .	138
6.1.6. Zdrowie . . . . .	138
6.1.7. Poczucie humoru . . . . .	139
6.1.8. Stosunek do uczniów . . . . .	139

6.2. Nauczyciel w oczach uczniów niepełnosprawnych . . . . .	141
6.3. Wychowawcze aspekty działalności nauczyciela . . . . .	143
6.4. Etyczne aspekty zawodu nauczyciela i wypalenie zawodowe . . . . .	147
6.5. Podsumowanie . . . . .	150

## Rozdział 7.

### Metody diagnostyczno-ewaluacyjne

<i>Wiesław Osiński</i> . . . . .	151
7.1. Koncepcja <i>health-related fitness</i> – H-RF . . . . .	151
7.1.1. Podstawowe założenia koncepcji H-RF . . . . .	151
7.1.2. Koncepcja H-RF jako teoretyczna podstawa kształcenia sprawności fizycznej . . . . .	153
7.1.3. Test sprawności ukierunkowany na zdrowie (H-RF) a test sprawności oceniający osiągnięcia motoryczne (M-FP) . . . . .	157
7.1.4. Standardy oceny oparte na normie statystycznej i kryterium poziomu zdrowia . . . . .	159
7.1.5. Znaczenie poszczególnych komponentów sprawności w koncepcji H-RF . . . . .	162
7.1.6. Praktyczne implikacje wdrażania koncepcji H-RF . . . . .	169
7.2. Diagnoza i ewaluacja w prowadzeniu dostosowanej aktywności ruchowej . .	170
7.2.1. Ogólne cele i zasady diagnozowania i ewaluacji . . . . .	170
7.2.2. Pomiary i testy rozwoju motorycznego i sprawności fizycznej . . . .	174
7.2.3. Ocena poziomu aktywności fizycznej . . . . .	182
7.3. Podsumowanie . . . . .	193

## Rozdział 8.

### Metody promowania kultury fizycznej wśród osób niepełnosprawnych

<i>Stanisław Kowalik</i> . . . . .	195
8.1. Potrzeba promocji aktywności ruchowej . . . . .	196
8.2. Zasady promowania aktywności ruchowej . . . . .	200
8.3. Osobowość skutecznego specjalisty . . . . .	207
8.4. Podsumowanie . . . . .	212

## Rozdział 9.

### Etyczne aspekty aktywizacji ruchowej osób niepełnosprawnych

<i>Anna Nadolska, Maciej Wilski</i> . . . . .	214
9.1. Standardy etyczno-prawne . . . . .	215
9.1.1. Prawa osób niepełnosprawnych . . . . .	215
9.1.2. <i>Europejska karta sportu dla wszystkich: osoby niepełnosprawne</i> . .	218
9.1.3. <i>Kodeks etyczny International Paralympics Committee</i> . . . . .	219
9.1.4. <i>Kodeks etyczny Special Olympics Inc.</i> . . . . .	219
9.1.5. Kodeks specjalisty nauczania dostosowanej aktywności ruchowej .	220
9.2. Dylematy etyczne . . . . .	222
9.2.1. <i>Fair play</i> . . . . .	223
9.2.2. Zdrowie . . . . .	224
9.2.3. Odpowiedzialność . . . . .	226
9.2.4. Równość szans . . . . .	228
9.2.5. Przestrzeganie reguł i przepisów . . . . .	230
9.3. Podsumowanie . . . . .	233

## **CZĘŚĆ II**

### **Zastosowanie w praktyce** . . . . . 235

#### Rozdział 10.

##### Sport osób niepełnosprawnych

<i>Joanna Sobiecka</i> . . . . .	237
10.1. Podstawowe pojęcia, klasyfikacja, dyscypliny sportowe . . . . .	237
10.1.1. Klasyfikacja w sporcie osób niepełnosprawnych . . . . .	239
10.1.2. Dyscypliny sportowe uprawiane przez osoby niepełnosprawne . . . . .	255
10.2. Przepisy i regulamin zawodów sportowych . . . . .	263
10.2.1. Przepisy sportowe dla osób niepełnosprawnych . . . . .	263
10.2.2. Regulamin zawodów sportowych dla osób niepełnosprawnych . . . . .	268
10.3. Podstawy treningu sportowego . . . . .	274
10.3.1. Podstawowe uwarunkowania treningu osób niepełnosprawnych . . . . .	274
10.3.2. Zasady, metody, formy i środki treningu osób niepełnosprawnych . . . . .	277
10.3.3. Praktyczne zalecenia dla trenerów . . . . .	288
10.4. Zawody sportowe . . . . .	292
10.4.1. Poziomy zawodów sportowych . . . . .	292
10.4.2. Warunki uczestnictwa osób niepełnosprawnych w zawodach sportowych . . . . .	296
10.4.3. Cykl organizacyjny zawodów sportowych . . . . .	297
10.4.4. Struktura i zadania komitetu organizacyjnego zawodów sportowych . . . . .	301
10.5. Podsumowanie . . . . .	309

#### Rozdział 11.

##### Aktywność ruchowa w procesie edukacji osób z niepełnosprawnością

<i>Vlasta Karásková</i> . . . . .	313
11.1. Nauka umiejętności ruchowych . . . . .	313
11.1.1. Motywacja . . . . .	313
11.1.2. Prezentacja . . . . .	314
11.1.3. Utrwalanie umiejętności . . . . .	316
11.1.4. Automatyzacja ruchów . . . . .	318
11.2. Indywidualizacja przy realizacji programów aktywizacji ruchowej . . . . .	319
11.2.1. Bezpieczeństwo programów aktywności ruchowej . . . . .	321
11.2.2. Organizacyjne formy zajęć . . . . .	322
11.2.3. Lekcja wychowania fizycznego . . . . .	324
11.3. Sprzęt przydatny w prowadzeniu zajęć ruchowych . . . . .	330
11.4. Podsumowanie . . . . .	333

#### Rozdział 12.

##### Rekreacja ruchowa osób z niepełnosprawnością

<i>Jana Labudová</i> . . . . .	334
12.1. Warunki podejmowania rekreacji . . . . .	334
12.2. Rekreacja osób niepełnosprawnych umysłowo . . . . .	339
12.3. Wykorzystanie pływania w rekreacji ruchowej . . . . .	345
12.4. Podsumowanie . . . . .	352