

УДК 796

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7445193>*Калачева А.В., Байанкина Д.Е.**Алтайский государственный педагогический университет
г. Барнаул, Россия*

ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ НА ПРИМЕРЕ АЛТАЙСКОГО КРАЯ

Аннотация. Статья посвящается развитию адаптивной физкультуры и адаптивного спорта в Алтайском крае. Исследование дает представление об адаптивной физической культуре и спорте, характеризует адаптивную физическую культуру и спорт по ключевым разновидностям и тенденциям. Дается оценка современного состояния и на ее основе выделяются проблемы и перспективы развития адаптивной физической культуры и спорта на территории Российской Федерации в целом, и на территории Алтайского края в частности.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура; лечебная физкультура; адаптивный спорт; лица с отклонениями в состоянии здоровья; Алтайский край; адаптивное физическое воспитание; перспективы развития адаптивной физкультуры

*Kalacheva A.V., Bayankina D.E.**Altai State Pedagogical University
Barnaul, Russia*

PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN MODERN SOCIETY ON THE EXAMPLE OF THE ALTAI TERRITORY

Abstract. The article is focused on the development of adaptive physical education and training and adaptive sports in the Altai Region. The study provides an insight into adaptive physical education and adaptive sports, characterizes adaptive physical culture and sports by their main forms and modern trends. The current situation is analyzed and assessed. On the basis of the assessment problems and perspectives of adaptive physical culture and sport development on the territory of Russian Federation in general and Altai krai in particular are marked.

Keywords: adaptive physical training; therapeutic physical training; adaptive sports; people with health problems; Altai Region; adaptive physical education; prospects for the development of adaptive physical education

Приоритетная задача государственной политики РФ в сфере физической культуры и спорта состоит в развитии адаптивной физкультуры и спорта: главным образом, в создании необходимых условий для соответствующих занятий и в привлечении к таким занятиям лиц с ограниченными возможностями здоровья. Только в Алтайском крае насчитывается порядка 174 377 лиц, имеющих ту или иную форму инвалидности. Сам термин «адаптивная физическая культура» стал использоваться в России лишь с 1996 года, что делает этот вид физической культуры одним из наиболее молодых и требующих не только развития как самостоятельной дисциплины, но и должного правового регулирования. Актуальна задача организации контроля данной сферы на всех уровнях государственного управления, что невозможно без правовой регламентации адаптивных физкультуры, спорта и без развитого терминологически-

понятийного аппарата. Исследования этой темы актуальны, поскольку без наблюдения и изучения динамики развития сферы адаптивной физической культуры и спорта невозможно объективно выделить причины изменений, происходящих в состоянии здоровья инвалидов, и как следствие прогнозировать, например, шансы улучшения состояния здоровья или риски появления сопутствующих заболеваний.

Объектом исследования работы является адаптивный спорт и адаптивная физическая культура в Алтайском крае. Предметом исследования является организация адаптивного физического воспитания в Алтайском крае на 2022 год. Целью исследования является оценка перспектив развития адаптивной физической культуры и спорта в современном обществе на примере Алтайского края. Теоретическую основу исследования составляют материалы нормативных правовых актов, официальная статистика и научная литература. Для достижения цели была поставлена следующая задача: на основе оценки ситуации, сложившейся на текущий год в данной сфере, обозначить ряд существующих проблем и предложить возможные варианты их решения.

При написании данной научно-исследовательской статьи были использованы такие методы как: изучение литературы, анализ данных, сопоставительный анализ и систематизация информации, синтез, и обобщение.

Рассматривая понятие адаптивной физической культуры, сразу сталкиваемся с проблемой терминологически-понятийного аппарата. В литературе существует множество определений АФК, которые можно найти в различных источниках. Большинство из этих определений очень широкие, стремящиеся включить как можно больше случаев, что снижает понятность значения данного термина. Это происходит в связи с тем, что термин «адаптивная физическая культура» появился в России лишь в 1996 г., до сих пор встречаются различные трактовки как дисциплины, так и особенностей деятельности специалистов в этой сфере социальной практики. Согласно Федеральному закону от 04.12.2007 №329-ФЗ (ред. от 06.03.2022) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.06.2022) статье 31 части 2: «Адаптивная физическая культура (АФК) является частью физической культуры, использующей комплекс эффективных средств физической реабилитации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» (Федеральный закон от 04.12.2007 №329-ФЗ. <https://clck.ru/Mz4zv>). Таким образом, АФК, как подраздел физической культуры, базируется на ее теории и методике. Под адаптивной физической культурой могут подразумеваться адаптивный спорт, адаптивное физическое воспитание, адаптивная физическая реабилитация или адаптивная двигательная рекреацию. В данной статье использование разных терминов обосновано разграничением задач данной области социальной практики. Задачей адаптивного физического воспитания является освоение комплекса специальных знаний о здоровом образе жизни для его поддержания людьми с нарушениями состояния здоровья. Адаптивная физическая реабилитация нацелена на восстановление функций организма человека временно нарушенных или утраченных (за исключением функций, утраченных на длительный срок по причине основного заболевания, ставшего причиной инвалидности) после перенесения того или иного травмирующего

события или состояния болезни. Задачей адаптивной двигательной рекреации можно обозначить профилактику утомления, способствующую борьбе с эмоциональным выгоранием, планирование, организацию и проведение активного и интересного досуга, оздоровление, улучшение физической формы и повышение жизнестойкости путем освоения основных форм и способов рекреации [1].

Особое внимание стоит уделить термину *адаптивный спорт*. Адаптивный спорт, как спорт инвалидов, является разновидностью адаптивной физической культуры ставящим основной целью совершенствование способностей человека для достижения им максимальных результатов, и сравнение способностей людей, имеющих аналогичные физические отклонения, посредством соревнования. Главными отличиями адаптивного спорта от других видов АФК можно назвать соревновательный элемент и нацеленность на рекорд. Во многих видах адаптивного спорта используется система классификации, которая ставит спортсменов с физическими проблемами в равные условия друг с другом. Например, спортсмены с гемиплегией (неврологический синдром, при котором полностью утрачивается возможность произвольных движений в конечностях с одной стороны тела), которые участвуют в соревнованиях по легкой атлетике, обычно классифицируются как Т37. Т для легкой атлетике (так, F37 – для полевых соревнований), 3 представляет классификацию церебрального паралича, а 7 указывает на спортсмена с мышечной слабостью / мышечной спастичностью конечностей одной стороны тела. Использование подробной системы классификации по типу инвалидности позволяет построить наиболее честную конкуренцию. В настоящее время сформировались три глобальных направления спорта инвалидов: паралимпийское, сурдолимпийское и специальное олимпийское (Государственное автономное учреждение Рязанской области «Спортивная школа олимпийского резерва «Метеор». <https://clck.ru/32cVHT>).

Также стоит разделить такие два понятия как ЛФК (лечебная физическая культура) и АФК. ЛФК относят к медицинской дисциплине. Основной упор делается на лечение, немедикаментозное восстановление двигательных функций, улучшение работы отдельных систем и органов, нервной системы. Лечебная физкультура представляет из себя комплекс упражнений (лечебную гимнастику), направленных исключительно на восстановление физических функций, повышение силы и уменьшение боли. В отличие от ЛФК, являющейся одним из методов лечения, АФК – это не только средство реабилитации, но и социализации индивида. Поэтому данное направление фактически относится к педагогической дисциплине. Однако стоит отметить, что частные задачи АФК зачастую имеют общие точки соприкосновения с методиками ЛФК. Таким образом, можно сделать вывод, что АФК носит междисциплинарный характер. Специалисты по адаптивной физической культуре должны иметь соответствующую психолого-педагогическую подготовку наряду с соответствующими медицинскими знаниями (Департамент труда и социальной защиты населения города Москвы. Адаптивная или лечебная физкультура: что выбрать? <https://clck.ru/32cVGL>).

Адаптивная физкультура важна для улучшения качества жизни, особенно когда речь идет о детях и подростках. С медицинской точки зрения существуют конкретные

преимущества адаптивной физкультуры, которые могут быть жизненно необходимы для детей с ограниченными возможностями, включают в себя: формирование крепких костей для устойчивости к травмам на протяжении всей жизни; формирование сильных мышц для надежной поддержки костей и суставов; укрепление здоровья и повышение выносливости сердца, легких и кровеносных сосудов; предотвращение или уменьшение проблем со здоровьем, связанных с ожирением, нарушениями опорно-двигательного аппарата и проблем с жизненной емкостью легких. Существует и ряд социальных и психологических преимуществ: улучшение настроения и самооценки, повышение концентрации внимания, способности решать проблемы и мотивации, уменьшение симптомов тревоги, депрессии и СДВГ, обучение работе в команде и важным социальным навыкам, улучшение нервно-мышечного развития, последнее открывает перспективы для большего развития как умственных, так и для физических способностей. Достижения науки последних лет все постоянно подтверждают факт того, что физическое воспитание необходимо для здорового развития мозга. Адаптивное физическое воспитание может улучшить результаты лечения проблем со здоровьем, возникших из-за недостаточного развития мускулатуры.

Основной целью АФК является получение человеком с ограниченными возможностями знаний и навыков, необходимых для насыщенного досуга, активного отдыха и спорта, для улучшения физической формы и здоровья, а также для лучшей социализации и успешной интеграции в общество людей имеющих ту или иную форму инвалидности. Получение знаний и навыков осуществляется эффективным, наиболее безопасным путем, то есть посредством освоения тщательно продуманных программ физического воспитания под руководством специалистов. Для огромного числа людей АФК зачастую является единственным способом повысить двигательную активность инвалида и его функциональные резервы организма. Однако существуют и некоторые противопоказания, среди них лихорадка, гнойные процессы в тканях, хронические заболевания в стадиях обострения, острые инфекционные заболевания, последствия перенесенных черепно-мозговых травм со склонностью к повышению внутричерепного давления с угрозой припадков эпилепсии, легочная недостаточность (при уменьшении ЖЕЛ на 50% и больше от должного), декомпенсированные пороки сердца, рассеянный склероз и т. д. [2].

По официальным данным Федеральной службы государственной статистики на 1 января 2022 года численность инвалидов в России составляет 11331 тыс. человек (данные опубликованы 07.04.22). Среди них 174 377 человек насчитываются в Алтайском крае (Федеральная служба государственной статистики. Официальная статистика Население. Положение инвалидов. <https://clck.ru/V4zy6>). В связи с чем, большое внимание уделяется созданию благоприятных условий для успешной интеграции данной категории граждан в общество, принимается ряд мер для улучшения качества их жизни, в том числе, в сфере физической культуры и спорта. На законодательном уровне это выражено множеством законов и нормативных правовых актов, периодическим рассмотрением предложений о поправках к законам и пересмотром их положений. Так, например, 26 октября 2017 года на тринадцатой сессии Алтайского краевого Законодательного Собрания седьмого созыва был

принят в окончательной редакции проект закона Алтайского края «О внесении изменения в статью 5.1 закона Алтайского края «О физической культуре и спорте в Алтайском крае». Статья 5.1 закона Алтайского края была дополнена пунктом 5 следующего содержания: «5) оказывать содействие развитию физической культуры и спорта инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья, адаптивной физической культуры и адаптивного спорта». В связи с этим проектом закона органам местного самоуправления предоставляется право на оказание содействия развитию физической культуры и спорта инвалидов, лиц с ограниченными возможностями здоровья (<https://clck.ru/32cVDZ>; <https://clck.ru/32njJ5>).

Существуют и некоторые проблемы, требующие внимания. Согласно описательному отчету о развитии физической культуры и спорта в краевой столице – городе Барнауле в 2020 году проживает 70810 инвалидов в возрасте от 3 до 79 лет, что составляет порядка 40% от общей численности инвалидов по Алтайскому краю на 2020 год (на 375 человек больше, чем в 2019 году), 32939 человек от общего числа имеют противопоказания к занятиям. На 2016 год всего инвалидов – 59477 (2015 г. – 57181) человек, 20 964 человека имеют противопоказания к занятиям. По отчету 2020 года можно отметить рост доли лиц из числа людей с ограниченными возможностями здоровья, систематически занимающихся физической культурой и спортом на конец 2020 года она составляла 24,6% (9337 человек (в 2019 году – 18,6% (6822 человека). Данные более ранних годов в отчете 2016 года отсутствуют. В отчете 2020 года также упоминается отсутствие муниципальной программы реабилитации инвалидов посредством адаптивной физкультуры. Вся работа по созданию условий для занятий физической культурой и спортом для лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется в рамках муниципальной программы «Развитие физической культуры и спорта в городе Барнауле», принятой постановлением администрации города Барнаула от 19.12.2019 №2114 во взаимодействии с общественными организациями ВОГ, ВОС, «Крылья ангелов» и другими. В 2016 году была обозначена проблема отсутствия специализированных залов для адаптивной физкультуры. Более новый отчет имеет данные об организациях, осуществляющих деятельность связанную с АФК. В 2020 году занятия по физической культуре и спорту были организованы на базе: Центра спортивной подготовки; специализированных спортивных клубов «Инваспорт» и «Инва Патриот», «Динамо-Алтай» – футбольного клуба инвалидов-ампутантов; 51 образовательной организации (15 дошкольных, 20 общеобразовательных, 5 специальных коррекционных для детей с ограниченными возможностями здоровья, 4 вузов, 6 профессиональных образовательных организаций; 10 учреждений социальной защиты; 14 учреждений здравоохранения). По отчету 2020 года остаются не решенными ряд проблем: отсутствие специализированных спортивных объектов для адаптивной физкультуры и спорта; отсутствие специалистов по адаптивной физкультуре; отсутствие центра методической работы по адаптивной физкультуре и спорту, отсутствие центра методической работы по адаптивной физкультуре и спорту. Количество проблем, обозначенных в отчете, увеличилось, более того сам раздел отчета 2020 года «физическая культура и спорт среди инвалидов» представлен более подробно и полно по сравнению с тем же разделом в 2016 году, что говорит об увеличении внимания, уделяемого развитию

адаптивной ФК и спорту со стороны муниципальных органов. Большую сложность вызвал поиск подобного отчета по Алтайскому краю. Таким образом, полная и объективная оценка ситуации по данным отчета одного города невозможна. Следовательно, можно выделить задачу поиска и систематизации всей имеющейся официальной информации для объективной оценки ситуации в сфере адаптивной физической культуры и спорта. В крае до настоящего времени отсутствует специализированное образовательное учреждение, осуществляющее подготовку спортивного резерва лиц с ограниченными возможностями здоровья, недостаточно квалифицированных тренеров-преподавателей, требует совершенствования система подготовки и переподготовки тренеров, судей, специалистов по адаптивному спорту. Одними из первых задач по решению данных вопросов могут быть: повышение информированности граждан о проблемах адаптивной ФК и спорта в Алтайском крае, проведение уроков профорientации в школах, включающих презентацию работы специалистов-преподавателей адаптивной физической культуры и спорта, повышение интереса школьников к АФК за счет открытых уроков с преподавателями АФК и посещения соревнований для инвалидов, участие в организации подобных соревнований в качестве волонтеров. Также крайне важны научные исследования в области АФК: важно поощрение написания исследовательских работ по теме. Уже сейчас наблюдается наличие отдельной секции в рамках текущей конференции (Официальный сайт города Барнаула. Описательный отчет о развитии физической культуры и спорта в городе Барнауле в 2020 году. <https://clck.ru/32cVBx>).

Касательно соревнований можно отметить Алтайских спортсменов паралимпийцев, регулярно выезжающих на соревнования в другие регионы. Например, 6 октября 2022 года Роман Жданов стал победителем в заплыве вольным стилем спортсменов с ПОДА на 200 метров в Сочи на летних играх паралимпийцев «Мы вместе спорт». Также серебряными и бронзовыми призерами стали еще двое спортсменов. Они вместе с Иваном Ждановым проходили подготовку к соревнованиям в городе Бийск Алтайского края. Гордостью края является команда из 8 детей, инвалидов по зрению, от Алтайского края, завоевавшая на спартакиаде «Республика Спорт» в Йошкар-Оле 22 медали: 15 золотых, 6 серебряных и одну бронзовую. Соревнования проводились в конце сентября 2022 года по летним видам спорта: плаванию, мини-футболу, легкой атлетике, голболу (спортивная игра, где две команды из трех человек соревнуются, чтобы забросить мяч со встроенным колокольчиком в ворота соперника), дзюдо, шахматам и шашкам. В медальном зачёте Алтайский край на 5 месте из 35 регионов, получивших хотя бы одну награду. Высокий уровень подготовки ребят является показателем наличия грамотных педагогов-тренеров адаптивного спорта в крае. Другими примерами являются: команда футболистов-ампутантов «Динамо-Алтай» ставшая серебряным призером второго этапа всероссийского турнира «Стальная воля» (7-11 сентября 2022 г.) в Казани и уступившая московской команде; и спортсмены-студенты Алтайского государственного педагогического университета, победившие на Открытом чемпионате Беларуси по легкой атлетике для людей с нарушением зрения, опорно-двигательного аппарата Александр Должиков и Александр Костин. Главой спортивной делегации от Российской

Федерации в Республике Беларусь стала вице-президент Паралимпийского комитета России, трехкратная чемпионка Паралимпийских игр, Ольга Семенова, окончившая бийскую школы-интерната для детей с нарушением зрения. Таким образом, формулировка проблемы кадров: отсутствие специалистов по адаптивной физической культуре и спорту в городе Барнаул является слишком критичной, и не весьма объективной. Так, постоянные участники соревнований своими достижениями показывают отличную подготовку, а значит и наличие тренеров специалистов своего дела, подготовивших спортсменов, а также показывают наличие возможности для систематических занятий для инвалидов с разными ограничениями здоровья. На территории самого Алтайского края ежегодно проводятся краевые фестивали ГТО для людей с нарушением зрения и слуха, однако, в целом спортивных мероприятий для инвалидов в пределах края довольно немного, что хотя и не отражается на достижениях спортсменов края на прямую, но является одной из проблем требующих внимания, а значит и перспективным направлением для развития. Край имеет большой потенциал для создания новых и развития уже существующих площадок для проведения крупных межрегиональных, всероссийских соревнований (Алтайский спорт. Инваспорт. <https://clck.ru/32njVK>).

Переходя к вопросу подготовки кадров, хочется отметить Алтайский государственный педагогический университет, как один из самых крупных университетов края, осуществляющий подготовку педагогов по программе 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) уровня бакалавриата (Алтайский государственный педагогический университет. Образовательные стандарты. <https://clck.ru/32njXU>). Среди проблем стоит отметить отсутствие информации о существовании программы на популярных сайтах профориентации для абитуриентов, например, на сайте «Vuzopedia» (Vuzopedia. Специальность «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)» (49.03.02) в вузах России 2022, бакалавриат: где учиться? <https://clck.ru/32njaf>). Задачей остается распространение информации в медиа. Другой серьезной проблемой является отсутствие в Алтайском крае программы 49.04.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) уровня магистратуры. Для реализации такой программы есть профессиональный профессорско-преподавательский состав, а также потенциальные студенты-магистранты выпускники соответствующей программы бакалавриата данного вуза.

Что касается, материального аспекта, сейчас заметен рост финансирования сферы спорта в целом: так с 2019 года на территории Алтайского края действует региональный проект «Спорт – норма жизни» со сроком реализации до конца 2024 года. На его реализацию предусмотрено 1,2 миллиарда рублей из средств федерального бюджета. В 2020 году выделено 132 млн. рублей. В 2021 году на реализацию в Алтайском крае проекта «Спорт-норма жизни» было запланировано 534,7 млн. рублей. На 2022 год в рамках этого проекта предусмотрено 121,6 млн. рублей. Объем финансирования зависит от целей, определенных на год, так его увеличение на создание объектов спорта в рамках федеральной целевой программы «Развитие физической культуры и спорта в Российской Федерации» было заметно в 2019 году (249,25

млн. рублей) и в 2021 году (490,94 млн. рублей); а также увеличение бюджета запланировано на 2024 год (175,42 млн. руб.). Вместе с тем уровень обеспеченности граждан спортивными сооружениями исходя из единовременной пропускной способности объектов спорта имеет стабильный рост. Доля занимающихся по программам спортивной подготовки в организациях ведомственной принадлежности физической культуры и спорта в Алтайском крае в 2022 году увеличилась почти в 2 раза по сравнению с 2019 годом. Таким образом, получаем ощутимые результаты от реализации программы, а значит ее можно считать успешной. Такая популяризация физической культуры и спорта отражается также и на популярности АФК и адаптивного спорта (Алексей Перфильев: итоги 2021 года, планы 2022 года: строительство объектов, мероприятия // Алтайский спорт. <https://clck.ru/32njcw>; Стратегия 24. Спорт - норма жизни (Алтайский край). Паспорт регионального проекта АК Создание условий для занятий физкультурой и спортом. <https://clck.ru/32cV8x>).

Таким образом Алтайский регион относится к перспективным для развития адаптивного спорта и адаптивной физической культуры, в первую очередь за счет наличия высшего учебного заведения, готовящего специалистов данной области. Задачей ставится дальнейшее развитие образования в крае – открытие направления магистратуры по профилю «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)». Нынешнее состояние развития адаптивной физкультуры и спорта в Алтайском крае можно охарактеризовать: как стабильное. Тем не менее темпы развития остаются невысокими. Развитие заметно в организации соответствующих спортивных мероприятий, увеличении материально-технического оснащения для проведения занятий, повышении заинтересованности граждан в занятиях физической культурой в целом, и адаптивной физической культурой в частности по стране в целом. Однако в пределах одного региона такие улучшения отследить довольно трудно, за счет сложности поиска или же полного отсутствия данных о развитии адаптивной физкультуры и адаптивного спорта по регионам. Задачей остается систематизация теоретических знаний и совершенствование терминологического и понятийного аппарата дисциплины, сбор статистических данных, например, проведение опросов среди инвалидов для выявления уровня их знаний адаптивной физкультуры и основ ведения здорового образа жизни с учетом их индивидуальных потребностей. Становятся все более известными положительные эффекты занятий АФК и адаптивного физического воспитания, которые дают долгосрочные положительные результаты не только для физического, но и для ментального здоровья человека. Поэтому одной из задач, которая ставится в стратегии развития адаптивной физической культуры и спорта в Российской Федерации и, в частности, в Алтайском крае является вовлечение лиц с ограниченными возможностями здоровья в занятия физической культурой для улучшения качества жизни, дальнейшая популяризация физкультуры, а за счет развития системы подготовки кадров в сфере физической культуры – повышения уровня доверия к преподавателям и заинтересованности в занятиях как средстве улучшения качества жизни.

Литература

1. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура и социальная интеграция инвалидов // Человек и здоровье. 1998. С. 99-100.
2. Евсеев С.П., Евсеева О.Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре. М.: Спорт, 2016. 384 с.

© Калачева А.В., Баянкина Д.Е., 2022