

УДК 364.262.2

<https://doi.org/10.36906/FKS-2021/45>*Каркавцева И.А., ORCID: 0000-0002-8588-2166, канд. биол. наук;**Белецкая Е.В., ORCID: 0000-0001-6094-102X;**Гутникова И.А., ORCID: 0000-0002-5027-3301;**Каркавцева К.С., ORCID: 0000-0001-9612-6182**Северный (Арктический) федеральный университет  
имени М.В. Ломоносова, г. Архангельск, Россия*

### АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА КАК СРЕДСТВО ИНТЕГРАЦИИ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ В АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

**Аннотация.** Статья посвящена изучению значимости развития такого направления как адаптивная физическая культура в циркумполярном регионе. Актуальность данной темы особенно возрастает, когда речь идет о подрастающем поколении. Анализ основных средств и новых методик адаптивной физической культуры для лиц с ограниченными возможностями здоровья позволит не только получать квалифицированную реабилитационную помощь, но и способствовать активной социализации и интеграции детей и подростков в современном обществе.

**Ключевые слова:** социальная сфера, адаптивная физическая культура, реабилитация, адаптивный спорт, Архангельская область, лица с ограниченными возможностями здоровья.

*Karkavtseva I.A., ORCID: 0000-0002-8588-2166, PhD.;**Beletskaya E.V., ORCID: 0000-0001-6094-102X;**Gutnikova I.A., ORCID: 0000-0002-5027-3301;**Karkavtseva K.S., ORCID: 0000-0001-9612-6182**Northern (Arctic) Federal University  
named after M.V. Lomonosov, Arkhangelsk, Russia*

### ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE AS A MEANS OF INTEGRATION OF CHILDREN WITH DISABILITIES IN THE ARKHANGELSK REGION

**Annotation.** The article is devoted to the study of the importance of the development of such a direction as adaptive physical culture in the circumpolar region. The relevance of this topic increases especially when it comes to the younger generation. The analysis of fixed assets and new methods of adaptive physical culture for people with disabilities will not only provide qualified rehabilitation assistance, but also contribute to the active socialization and integration of children and adolescents in modern society.

**Keywords:** socialsphere, adaptivephysicalculture, rehabilitation, adaptivesports, Arkhangelskregion, personswithdisabilities.

Одним из наиболее волнующих направлений развития циркумполярного региона является сохранение здоровья лиц с ограниченными возможностями с помощью средств физической культуры. Здоровьесбережение населения, проживающего в экстремальных климато-географических условиях Европейского Севера, является крайне актуальным и приоритетным для изучения. Обращая внимание на тот факт, что с каждым годом увеличивается рост заболеваемости среди детей-инвалидов и лиц с ограниченными

возможностями, а также изменения в физическом и эмоциональном состоянии жителей региона, важность приобрело такое направление физической культуры как адаптивная физическая культура (АФК).

Адаптивная физическая культура является нововведением в российской лечебной, социальной и образовательной практиках. Министерство здравоохранения Российской Федерации благодаря законопроектам уделяет должное внимание проблеме связанной с постановкой вопроса: о максимальном сохранении здоровья, двигательного режима и умственной работоспособности детей с ограниченными возможностями тем самым максимально социализируя их в общество. Развитие адаптивного спорта на федеральном, региональном и муниципальном уровнях требует внесения значительных корректив в содержание законопроектов [1, с. 99].

Актуальность цели обусловлена резким увеличением числа лиц с ограниченными возможностями здоровья среди детей и подростков на территории Европейского Севера. Целью данной работы является анализ средств и методик адаптивной физической культуры как средство интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья в обществе. Исходя из цели, выделены следующие задачи исследования:

Изучить принципы, средства, методы и формы адаптивной физической культуры;

Проанализировать деятельность основных специализированных учреждений для лиц с ограниченными возможностями здоровья на территории Архангельской области.

Адаптивная физическая культура затрагивает три основные сферы деятельности, которые непосредственно связаны с людьми, имеющими отклонения в состоянии здоровья. К ним относятся: лечебная физическая культура, медицина и коррекционная педагогика. Для полного понимания важности адаптивной физической культуры для общества, необходимо обозначить его основной принцип – это максимально возможное развитие человеческих способностей у лиц, имеющих устойчивые отклонения в состоянии здоровья и (или) инвалидность, применяя специальные методы и способы в медицине и психологии для гармонизации всех сторон индивида. Необходимо учитывать эмоциональное и психическое состояние человека, уровень развития его индивидуальных физических и интеллектуальных возможностей. Совокупность информации о различных характеристиках индивидуума позволит выработать наиболее эффективный метод интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в современное общество. Следовательно, задачами адаптивной физической культуры можно считать: увеличение двигательной активности у лиц с ОВЗ, повышения их социальной значимости, улучшения психоэмоционального и физического состояния.

Кроме того, необходимо отметить основные формы адаптивной физической культуры, к которым относятся: адаптивное физическое воспитание; адаптивный спорт; адаптивная двигательная рекреация; адаптивная физическая реабилитация; креативные (художественно-музыкальные); телесно-ориентированные практики; экстремальные виды двигательной активности.

Все вышеперечисленные виды в совокупности дают возможность решить актуальные для общественности задачи по интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья в общество. Как отмечалось ранее, адаптивная физическая культура является своего рода методикой адаптации инвалида в социуме. Посредством занятий физическими упражнениями у лиц с ограниченными возможностями здоровья происходит формирование:

– отношения к своим возможностям и своему здоровью;

– отношения к своим силам в сравнении с силами среднестатистического здорового человека;

- способности принимать себя таким, какой есть, преодолевать психологические барьеры, связанные с недостатками;
- навыков, позволяющих задействовать нарушенные или отсутствующие функции организма;
- преодоления физических нагрузок, связанных с полноценным пребыванием в социуме;
- способности вести здоровый образ жизни, по возможности преодолеть болезнь или физический недостаток;
- нужности обществу, потребности внести «свою лепту» в развитие и совершенствование социума;
- желания самосовершенствоваться и самореализовываться согласно своим задаткам и талантам;
- улучшения умственной и физической работоспособности.

Проанализировав последние данные численности детей-инвалидов в циркумполярном регионе по возрастным группам, можно сделать вывод о том, что состояние ухудшается с каждым годом. Так, в 2019 г. количество детей с ограниченными возможностями здоровья составляло 4 563 тыс чел, а в 2020 г. – уже 4 667 тыс чел (<https://sfri.ru>).

Рост инвалидности населения может быть связан со многими причинами: модернизацией техники на промышленных производствах, в результате, увеличением количества несчастных случаев, увеличением случаев дорожно-транспортных происшествий, ухудшением экологической среды, и многим другим. Следствием подобных изменений стала разработка совокупности мер социальной защиты лиц с ограниченными возможностями, особенное значение уделяется методам, которые так или иначе связаны со спортом и физической культурой. В соответствии с требованиями Федерального закона «О социальной защите инвалидов» была разработана концепция государственной политики в области физической реабилитации и социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями.

Необходимо отметить тот факт, что в «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года», а именно в анализе текущей ситуации отмечено, что в последние годы внимание к адаптивному спорту увеличивается, что позволяет повышать уровень доступности спорта для лиц с ограниченными возможностями здоровья, в том числе с учетом региональной специфики. А также в целях и задачах данной стратегии, касаемо адаптивного спорта, говорится об обеспечении населения шаговой доступности, создании организационных условий для занятий спортом и о совершенствовании нормативно-правовой базы, обеспечивающей комплексную правовую регламентацию адаптивного спорта [1].

В Стратегии описаны и актуальные проблемы адаптивного спорта, в том числе и помощь в оздоровлении населения средствами адаптивной физической культуры вследствие перенесенных заболеваний, включая заболевания, вызванные новой коронавирусной инфекцией COVID-19) (<https://clck.ru/URyUG>). Стоит отметить, что в последнее время прослеживается тенденция к увеличению интереса к развитию адаптивной физической культуры для детей-инвалидов, как в регионах Севера, так и в России в целом. Рассмотрением этого вопросом вплотную занимаются специализированные социальные учреждения Российской Федерации. Их цель – оказание детям-инвалидам комплексной квалифицированной реабилитационной помощи, обеспечение их максимально полной и своевременной социальной адаптацией к жизни в обществе. На территории Архангельской области основан и успешно функционирует – ГБУ АО «Новодвинский детский дом-интернат

для детей с серьезными нарушениями в интеллектуальном развитии» и ГАУ АО «Спортивно-адаптивная школа» (<https://clck.ru/ZGEZK>).

В Архангельской области также функционирует Центр развития адаптивной физической культуры и спорта, на базе которого возможна реализация таких задач, как:

- создание условий для привлечения интереса к АФК;
- профессиональное инклюзивное обучение спортсменов с нарушениями функционирования жизненно важных систем;
- создание среды, в рамках которой возможна подготовка высококлассных спортсменов с инвалидностью.

В Архангельской области адаптивный спорт развивают не только государственные, но и частные организации. Так местная общественная организация – «Северодвинская городская организация инвалидов» в 2020 г. стала победителем конкурса Фонда Президентских Грантов (<https://clck.ru/Cu3sn>).

Ряд проектов Архангельской области направлен на повышение качества жизни детей с ограниченными возможностями здоровья и членов их семей путем вовлечения в адаптивный спорт.

Так, в настоящее время реализуется проект под названием «Современные физкультурно-оздоровительные технологии для людей с особыми потребностями». Проект осуществляется под руководством Региональной общественной организации инвалидов «Надежда» в партнерстве с Северным (Арктическим) федеральным университетом имени М.В. Ломоносова. С помощью данного проекта планируют внедрить современные методики занятий физической культурой для детей с ограниченными возможностями здоровья на базе уникального Центра адаптивных технологий для инвалидов. Представленные методики занятий ориентированы на успешную адаптацию и социальную интеграцию детей в общество.

Подводя итог, можно сделать заключение о том, что адаптивная физическая культура и спорт занимает немаловажное место в современном обществе, заставляя квалифицированных в данном вопросе людей заниматься развитием новых подходов и техник по работе с лицами с ограниченными возможностями здоровья. Главная задача, состоящая в реализации существующего потенциала таких детей и подростков, осуществляется различными путями, каждый из которых лишь в сочетании с другими может дать наиболее эффективный результат. Таким образом, адаптивная физическая культура и рекреационно-оздоровительный спорт для лиц с ограниченными возможностями является жизненно необходимым и эффективнейшим средством и методом физической, психологической, социальной адаптации в трудовой и общественной деятельности. Соответственно основная направленность такого вида деятельности – это формирование спортивной культуры подрастающего поколения, освоение интеллектуальных, технических знаний, оздоровительных технологий в сфере физической культуры и спорта.

### Литература

1. Козырева О.А. Равный доступ // Директор школы. 2014. № 2. 99 с.

© Каркавцева И.А., Белецкая Е.В., Гутникова И.А., Каркавцева К.С., 2021