

ИНКЛЮЗИВНАЯ СРЕДА И РЕАБИЛИТАЦИОННЫЕ ПРАКТИКИ  
INCLUSIVE ENVIRONMENT AND REHABILITATION PRACTICES

УДК 796.011.3

DOI 10.18413/2949-267X-2024-3-2-2

**Роль системы адаптивной физической культуры  
и адаптивного спорта в социальной адаптации лиц с  
ограниченными возможностями здоровья:  
опыт Белгородской области**

<sup>1</sup> Стрижакова Е.В., <sup>2</sup> Климова В.К., <sup>2</sup> Шимохина М.В.

<sup>1</sup> ГБУ ДО СШ «Центр адаптивных видов спорта Белгородской области «Вершина»  
РФ 308000 г. Белгород, ул. Белинского, 4Д

E-mail: [strizhakova.ev@gmail.com](mailto:strizhakova.ev@gmail.com)

<sup>2</sup> ФГАУО ВО Белгородский государственный национальный университет  
РФ 308015, г. Белгород, ул. Победы, 85

E-mail: [klimova@bsu.edu.ru](mailto:klimova@bsu.edu.ru), [shimokhina@bsu.edu.ru](mailto:shimokhina@bsu.edu.ru)

**Аннотация.** Вовлечение лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в занятия адаптивной физической культурой и спортом способствует облегчению процессов адаптации в социуме, повышает самооценку занимающихся.

В Белгородской области приоритетным направлением является внедрение социально ориентированных технологий улучшения качества жизни людей данной категории. Приводятся данные, подтверждающие повышение вовлеченности лиц с ОВЗ в активные занятия физкультурно-оздоровительной направленности.

Рассматривается единая концепция реализации комплекса мер и физкультурно-оздоровительных услуг («дорожная карта»), направленных на развитие адаптивной физической культуры и спорта в муниципальных образованиях области.

**Ключевые слова:** лица с отклонениями в состоянии здоровья, инвалиды, адаптивный спорт, адаптивная физическая культура.

**Для цитирования:** Стрижакова, Е.В. Роль системы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта в социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями здоровья: опыт Белгородской области / Е.В. Стрижакова, В.К. Климова, М.В. Шимохина // Научные результаты в социальной работе. – 2024. – Т. 3, № 2. – С. 64–70. DOI: 10.18413/2949-267X-2024-3-2-2

**Role of Adaptive Physical Education and Adaptive Sports in Social  
Adaptation of People with Disabilities:  
Experience of the Belgorod Region**

<sup>1</sup> Elena V. Strizhakova, <sup>2</sup> Victoria K. Klimova, <sup>2</sup> Mariya V. Shimokhina,

<sup>1</sup> Center of Adaptive Sports and Physical Culture of the Belgorod region  
4D Belinskiy St, Belgorod 308002, Russia

E-mail: [strizhakova.ev@mail.com](mailto:strizhakova.ev@mail.com)

<sup>2</sup> Belgorod State National Research University  
85 Pobedy St, Belgorod 208015, Russia.

E-mail: [klimova@bsu.edu.ru](mailto:klimova@bsu.edu.ru), [shimokhina@bsu.edu.ru](mailto:shimokhina@bsu.edu.ru)

**Abstract.** Involvement of persons with health conditions and disabilities in adaptive physical education and sports helps to facilitate adaptation processes in society and increases the self-esteem of the participants.

In the Belgorod Region, a priority is the introduction of socially-oriented technologies to improve the quality of life of people in this category. The data confirming the increase in the involvement of persons with disabilities in active physical fitness and health activities are presented.

A unified concept of implementation of a set of measures and physical fitness and recreational services ("road map") aimed at the development of adaptive physical culture and sport in the municipalities of the region is considered.

**Keywords:** persons with disabilities, disabled people, adaptive sport, adaptive physical culture.

**For citation:** Elena V. Strizhakova, Victoria K. Klimova and Mariya V. Shimokhina (2024), Role of Adaptive Physical Education and Adaptive Sports in Social Adaptation of People with Disabilities: Experience of the Belgorod Region, *Research results in social work*, Vol. 3, No. 2, pp. 64-70. (in Russian). DOI: 10.18413/2949-267X-2024-3-2-2

---

## **Введение**

Адаптивная физическая культура и спорт являются одним из ключевых институтов поддержания здоровья лиц с ограниченными возможностями здоровья, а также важным каналом социальной мобильности и адаптации людей с инвалидностью. С одной стороны, занятия спортом под руководством специалистов позволяют укреплять физическое, психологическое здоровье граждан. С другой стороны, центры адаптивной физкультуры и спорта становятся на муниципальном и региональном уровне профильными инклюзивными площадками социально-профессиональной коммуникации и формирования позитивного социального окружения для лиц с инвалидностью и членов их семей, работая таким образом уже на социальное здоровье сообщества в целом и интеграцию людей с ограниченными возможностями здоровья, расширение их социальных и профессиональных связей.

Согласно официальной статистике Всемирной организации здравоохранения, 10% населения земли составляют люди с ограниченными возможностями здоровья (примерно 650 млн человек). В России эта цифра приближается к 14,5 млн человек. Следует отметить, что 85% новорожденных детей имеют какие-либо отклонения в физическом и психическом развитии [Халажева, 2019]. Для людей с ограниченными возможностями здоровья, которые начинают знакомство с адаптивной физкультурой в рамках физической реабилитации, спорт становится образом жизни, а для многих, в том числе молодых людей, и сферой профессиональной самореализации. Очевидно, что развитие паралимпийского и сурдолимпийского движений имеет огромное значение для людей с ОВЗ (отклонениями в состоянии здоровья) и инвалидностью. В настоящее время адаптивная физическая культура (АФК) развивается по различным направлениям, происходит модернизация ее материально-технической базы и развитие кадрового потенциала [Устинов и др., 2016].

Необходимо отметить, что в реестре организаций, реализующих программы по адаптивной физической культуре и спорту, в 61 субъекте Российской Федерации насчитывается 91 организация: муниципальные и государственные учреждения - 81 организация, общественные организации и клубы для инвалидов - 10 организаций. Важно отметить, что численность занимающихся детей, имеющих различные отклонения в состоянии здоровья, составляет 24,2 тыс. человек. Кроме того, в реестре отделений по адаптивным видам спорта в организациях, осуществляющих спортивную подготовку, в 47 субъектах Российской Федерации насчитывается 317 отделений с общей численностью занимающихся 12,9 тыс. детей, имеющих инвалидность.

Одним из самых значимых мероприятий для детей с ОВЗ и инвалидов является возможность участия во Всероссийских зимних и летних спартакиадах, которые проводятся каждые четыре года. Очевидно, что развитие движения Специальной Олимпиады России ширится, что подтверждается увеличением числа внесенных в программу соревнований. На данный момент ежегодно проводятся соревнования по 30 видам спорта, в которых

участвуют более 6 000 атлетов с интеллектуальными нарушениями в возрасте от 8 лет и старше.

Кроме того, Всероссийскими Федерациями по видам спорта «Глухих», «Слепых», «ПОДА», «ЛИН» проводятся физкультурные и спортивные мероприятия, в том числе первенства России, кубки России, Всероссийские детско-юношеские соревнования. Федеральным Государственным бюджетным учреждением «Федеральный центр подготовки спортивного резерва» за два года было проведено 136 первенств по адаптивным видам спорта, из них в 2021 году — 64 первенства, в 2022 году — 72 первенства, в 2023 году — 73 первенства. Министерство спорта Российской Федерации в рамках научной деятельности систематизирует и структурирует классификацию адаптивных видов спорта по нозологическим группам инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Формирование осознанного понимания здорового образа жизни, желания быть активными, заниматься спортом и быть частью спортивного сообщества требует от организаторов спортивной деятельности создания не только материальной, но и методической базы работы с различными категориями населения с учетом их возраста, интересов, нозологий. Таким образом, развитие системы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта становится приоритетной задачей общества.

### Научные результаты и дискуссия

На примере анализа деятельности ГБУ ДО СШ «Центр адаптивных видов спорта Белгородской области “Вершина”» рассмотрим, каким образом может быть системно организована работа с целевыми аудиториями на региональном уровне.

Анализируя данные Росстата, следует отметить, что общее число инвалидов за последние три года уменьшилось на 17 210 человек, однако численность детей-инвалидов, согласно данным Росстата, увеличилась на 341 человека. Число детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья, нуждающихся в коррекционной систематической работе и социальной поддержке, достаточно велико.

Статистические данные подтверждают, что количество детей, имеющих нарушения в развитии, неуклонно возрастает. Федеральная служба государственной статистики (Росстат), опубликовала информацию о численности инвалидов в различных регионах РФ [Официальная статистика, <https>]. Данные по Белгородской области представлены в таблице.

Таблица

Возрастной состав лиц в Белгородской области, имеющих статус инвалидов  
 Age composition of persons with disabilities in the Belgorod Region

Статус инвалида, человек	Всего	0-18 лет	18-30 лет
	2021 год		
	190 699	5 708	4 968
2022 год			
	181 435	5 949	4 854
2023 год			
	173 489	4 459	6 049

В процентном соотношении по возрастному цензу от общего числа детей, имеющих инвалидность, эти показатели в 2023 г. составляли:

- дети в возрасте 0-3 года — 7,51%;
- дети в возрасте 4-7 лет — 21,69%;
- дети в возрасте 8-14 лет — 51,56%;
- дети в возрасте 15-17 лет — 19,24%.

Отечественная практика показывает, что физическая реабилитация, применяемая в адаптивной физической культуре, доступна в разнообразных формах ее применения. По мнению С.П. Евсеева, адаптивная физкультурная и спортивно-массовая работа с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья, и инвалидами во всех регионах и населенных пунктах должна быть направлена на увеличение числа занимающихся без предварительного отбора и для всех возрастных групп маломобильного населения. Главная задача такой деятельности – стимулировать стремление людей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов к ежедневным физкультурно-спортивным занятиям, а в дальнейшем – мотивировать и вовлекать их в соревновательную и спортивную деятельность [Евсеев, 2006; Евсеев и др., 2010].

В Белгородской области особое внимание уделяется социально ориентированным технологиям экономического развития, направленного на улучшение качества жизни людей, имеющих различные нарушения здоровья.

В г. Белгороде по инициативе губернатора В.В. Гладкова в мае 2021 года началось строительство современного уникального спортивного объекта, отвечающего всем требованиям доступности для различных нозологических групп населения. 15 сентября 2023 года состоялось открытие этого сооружения, получившего название ГБУ ДО СШ «Центр адаптивных видов спорта Белгородской области “Вершина”». Объект расположен на территории спортивного кластера площадью 18 000 кв. метров, полностью доступного для людей с особенностями здоровья. Следует отметить, что при проектировании всех спортивных залов, их технического оснащения, учитывалось экспертное мнение не только службы эксплуатации (тренеры, спортсмены), но и представителей некоммерческих организаций по обеспечению доступности к объекту категории маломобильных спортсменов. Финансирование данного объекта в полном объеме обеспечивалось из регионального бюджета. Около 574 млн рублей израсходовано на строительство одноэтажного спортивного объекта, включающего в себя пять спортивных залов, административный корпус, медицинские кабинеты, буфет, конференц-зал.

Принимая во внимание сложившуюся в регионе оперативную обстановку, а также с учетом опыта карантинных мероприятий в связи с эпидемией COVID, были созданы условия для поддержания работы Центра как в очном, так и в дистанционном форматах: для обеспечения видеотрансляции тренировочных занятий все спортивные залы оборудованы видеокамерами и звуковым усилением, что позволяет включиться в тренировочный процесс из любого муниципального образования области как спортсмену, так и тренеру, реализующему программу спортивной подготовки. Это оборудование также позволяет Центру проводить конференции, форумы и иные мероприятия научного и методического профиля, курсы повышения квалификации, мастер-классы с привлечением ведущих специалистов регионального и всероссийского уровня.

На сегодняшний день основной задачей Центра является вовлечение лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в систематические занятия адаптивной физической культурой и спортом. При этом создан необходимый комплекс условий для занятий спортивно-оздоровительного характера, направленных на адаптацию в социуме и самореализацию в социальной среде с учетом индивидуальных особенностей и физических ограничений каждого занимающегося.

На основании родительского запроса по развитию адаптивной физической культуры и спорта на территории Белгородской области, потребность в предоставлении физкультурно-оздоровительных услуг отразилась в единой концепции при составлении плана мероприятий по реализации комплекса мер, направленных на развитие адаптивной физической культуры и спорта в муниципальных образованиях области. Создана и реализуется «дорожная карта» по развитию адаптивной физической культуры и спорта на территории Белгородской области. В рамках «дорожной карты» определены направления

деятельности для развития массовой адаптивной физической культуры в муниципальных образованиях и городских округах области.

Основные блоки работ и мероприятия концентрируются на достижении следующих задач:

- 1) формирование необходимых компетенций здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья, мотивация на повышение двигательной активности, систематические занятия адаптивной физической культурой;
- 2) повышение информированности населения о проводимых мероприятиях и популяризация занятий адаптивными видами спорта с использованием средств массовой информации и медиаканалов;
- 3) формирование регионального реестра программ физкультурно-оздоровительной направленности с использованием средств и методов адаптивной физической культуры и спорта, направленных на устранение или возможно более полную компенсацию ограничений жизнедеятельности организма человека, вызванных нарушением состоянием здоровья;
- 4) разработка и апробация «универсального стандарта» с методическими рекомендациями для организаторов, волонтеров, внедрение эффективной системы проведения спортивно-массовых мероприятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов;
- 5) повышение уровня доступности услуг в сфере адаптивной физической культуры;
- 6) создание структурных единиц на региональном и муниципальном уровнях для координации, методического сопровождения и мониторинга развития массовой адаптивной физической культуры;
- 7) создание условий к беспрепятственному доступу в спортивные сооружения;
- 8) организация физической реабилитации инвалидов, детей-инвалидов средствами адаптивной физической культуры;
- 9) создание условий для развития кадрового потенциала учреждений адаптивной физической культуры и спорта, в том числе за счет обучения и привлечения спортсменов, паралимпийцев к тренерской деятельности.

Согласно результатам проведенного мониторинга по выполнению пунктов «дорожной карты», в 2021 году было создано 110 групп, осуществлявших свою деятельность по физкультурно-оздоровительному направлению. За период 2022 года этот показатель увеличился на 52 группы и составил 162 группы. Соответственно увеличилось число систематически занимающихся лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов: в 2021 году – 1 244 человека, в 2022 году – 2 243 человека. Высокую эффективность в привлечении новых участников к занятиям адаптивной физической культурой показали мероприятия с известными спортсменами: от проведения неформальных встреч до специально организованного общения, мастер-классов, спортивно-досуговых мероприятий.

Медиаактивность Центра также приносит плоды в продвижении идей ЗОЖ и повышении узнаваемости Центра, популяризации адаптивного спорта, распространении информации о результатах его деятельности: с 2021 года было подготовлено более 10 мотивационных роликов «Сильнее обстоятельств». Это способствует стимуляции у физкультурников-любителей и начинающих спортсменов желания выходить «на старт», участвовать в соревнованиях и, что немаловажно, активно включаться в тренировочный процесс.

Организованные и регулярно проводимые на территории Белгородской области спортивные мероприятия демонстрируют наличие значительной мотивационной составляющей как для начинающих заниматься адаптивной физической культурой, так и для спортсменов Центра, выступающих на различных соревнованиях. В регионе среди людей с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов наиболее популярными

видами спорта являются армрестлинг, бадминтон, баскетбол, волейбол, дартс, легкая атлетика, плавание, настольный теннис, шахматы, футбол, пулевая стрельба, стрельба из лука.

Ежегодно на федеральном уровне проводится более 60 всероссийских массовых физкультурно-оздоровительных мероприятий среди различных категорий инвалидов. В соответствии с календарным планом спортивных, физкультурно-массовых и тренировочных мероприятий в 2021 и 2022 годах Министерство спорта Белгородской области организовало и провело 57 спортивных мероприятий для лиц с ОВЗ и инвалидов, включая первенства и чемпионаты по различным видам спорта, инклюзивные фестивали в рамках полумарафона «Километр возможностей», участие в традиционных всероссийских спортивных мероприятиях «Лыжня России», ЗаБег.РФ и т.д.

Следует отметить, что механизм целостной структуры взаимодействия между государственными структурами, общественным сектором и социально ориентированными НКО позволит вывести работу по вовлечению в систематические занятия адаптивной физической культурой все возрастные категории населения, имеющие отклонения в состоянии здоровья, а также инвалидов, на новый качественный уровень, создать благоприятные условия для повышения мотивации к систематическим занятиям адаптивной физической культурой и спортом.

### **Заключение**

Разработанная и реализуемая концепция развития адаптивной физической культуры и спорта в Белгородской области создает благоприятные условия для вовлечения лиц с ограниченными возможностями здоровья и членов их семей в спортивно-оздоровительную деятельность и повышения их социальной активности. Подобный подход показал свою эффективность в совершенствовании системы межведомственного взаимодействия на региональном уровне с учетом имеющихся ресурсов каждого ведомства и уровня в городских округах и муниципальных образованиях.

Разработанная «дорожная карта» позволяет системно раскрыть потенциал адаптивной физической культуры и спорта в социальной реабилитации лиц с инвалидностью, поскольку в обязательном порядке включают комплекс оздоровительных, реабилитационных, спортивных, социокультурных, просветительских и профориентационных мероприятий, которые направлены на преодоление физических ограничений и социально-психологических проблем лиц с инвалидностью. Разработанные методики комплектования групп по спортивно-оздоровительному направлению, в том числе смешанных и инклюзивных, обеспечивают повышение мотивационно-ценностного значения среди лиц с отклонениями здоровья.

Материальная база «Центра адаптивных видов спорта Белгородской области “Вершина”» и применяемые методы, в том числе информационно-коммуникативной работы с целевыми аудиториями, создает условия для тиражирования опыта и внедрения в практику предложенных механизмов вовлечения лиц с отклонениями в состоянии здоровья и инвалидов в систематические занятия адаптивной физической культурой и адаптивным спортом.

### **Список источников**

Официальная статистика / Население/ Положение инвалидов. – <https://rosstat.gov.ru/folder/13964>

### **Список литературы**

Евсеев, С.П. Мировое паралимпийское движение и социальные процессы / С.П. Евсеев // Адаптивная физическая культура. – 2006. – № 4. – С. 3–6.

Евсеев, С.П. Адаптивный спорт / С.П. Евсеев, Ю.А. Брискин, А.В. Передирый – М.: Советский спорт, 2010. – 316 с.

Устинов, И.Ю. Адаптивная физкультура как социальный процесс / И.Ю. Устинов, А.А. Караванов, О.М. Холодов // Олимпизм: истоки, традиции и современность: Всероссийская научно-практическая конференция. – Воронеж: ВГИФК, 2016. – С. 462–469.

Халажева, С.Р. Современное состояние развития адаптивного спорта в России и за рубежом / С.Р. Халажева // Проблемы управления проектами и государственными программами: анализ, контроль, надзор. – М.: КноРус, 2019. – С. 232 – 243.

### References

Yevseyev, S.P. (2006), *Mirovoye paralimpiyskoye dvizheniye i sotsial'nyye protsessy, Adaptivnaya fizicheskaya kul'tura*. No. 4, pp. 3–6. (In Russian).

Yevseyev, S.P., Briskin, YU.A. and Perediriyy A.V. (2010), *Adaptivnyy sport*, M.: Sovetskiy sport.

Ustinov, I.YU., Karavanov A.A. and Kholodov O.M. (2016), *Adaptivnaya fizkul'tura kak sotsial'nyy protsess, Olimpizm: istoki, traditsii i sovremennost': Vserossiyskaya nauchno-prakticheskaya konferentsiya*, pp. 462–469. (In Russian).

Khalazheva, S.R. (2019), *Sovremennoye sostoyaniye razvitiya adaptivnogo sporta v Rossii i za rubezhom, Problemy upravleniya proyektami i gosudarstvennymi programmami: analiz, kontrol', nadzor*, M.: KnoRus, 2019.

**Конфликты интересов: у автора нет конфликта интересов для декларации.  
Conflicts of Interest: the author has no conflicts of interest to declare.**

### Информация об авторах

*Стрижакова Елена Владимировна*, директор государственного бюджетного учреждения «Центр адаптивного спорта и физической культуры», Белгород, Россия.

*Климова Виктория Константиновна*, доцент кафедры теории и методики физической культуры, Белгородский государственный национальный исследовательский университет, Белгород, Россия.

*Шимохина Мария Валерьевна*, доцент кафедры теории и методики физической культуры, Белгородский государственный национальный исследовательский университет, Белгород, Россия.

### Information about the authors

*Elena V. Strizhakova*, Director of State Budgetary Institution Center for Adaptive Sports and Physical Culture of the Belgorod region, Belgorod, Russia.

*Victoria K. Klimova*, Associate Professor, Department of Theory and Methodology of Physical Culture, Belgorod National Research University, Belgorod, Russia.

*Maria V. Shimokhina*, Associate Professor, Department of Theory and Methodology of Physical Culture, Belgorod National Research University, Belgorod, Russia.