

## Литература

1. Опрос показал, сколько россиян занимаются спортом // РИА Новости. – 2018. / [Электронный ресурс]. – Режим доступа: URL: <https://ria.ru/20180828/1527330741.html>
2. Андреевко, Т. А., Череп З.П., Гордюшкина В.Ю. Популярные виды спорта среди студентов // Наука-2020. 2019.- №10 (35). – с. 53-56
3. Толстая, Е. Н. Влияние спорта на формирование личности / Е. Н. Толстая. – Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2018. – № 43 (229). – С.
4. Фадина, А. Г. Психология общения в спорте: учебно-методическое пособие / А. Г. Фадина. – Астрахань: Астраханский государственный университет, Издательский дом «Астраханский университет», 2011. – 104 с.
5. Бабушкин Г.Д., Смоленцева В.Н. (ред.) Психология физической культуры и спорта. Омск: СибГУФК, 2007. –270 с.
6. Сафонов, В. К. Проявления агрессии в поведении спортсменов и неспортсменов // СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2003. – 159 с.

© Гареев Д.Р., Башмаков Э.Ю., Куликова П.А., 2021

УДК 796

**Зырянова Анжелика Раминовна**

студент,

ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный университет»,

Научный руководитель **Курганова Елена Владимировна,**

Кемерово, Россия

**РАЗВИТИЕ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
В КАЗАХСТАНЕ**

*Аннотация. Статья содержит материалы исследования уровня развития адаптивной физической культуры в Республике Казахстан. Конкретно подчёркивает её состояние на сегодняшний день и выявляет проблемы её дальнейшего развития. В статье описываются главные задачи адаптивной физической культуры, а также различные методики и мероприятия, направленные на поддержание и укрепление здоровья. Рассказывается так же о достижениях параолимпийской сборной Республики Казахстан и о её знаменитых спортсменах.*

*Ключевые слова: адаптация, спорт, развитие, проблемы, значимость.*

**Zyryanova Angelika Romanovna,**

Student,

Kemerovo State University,

Scientific supervisor **Kurganova Elena Vladimirovna,**

Kemerovo, Russia

## **DEVELOPMENT OF ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE IN KAZAKHSTAN**

*Annotation. The article contains research materials on the level of development of adaptive physical culture in the Republic of Kazakhstan. Specifically emphasizes its current state and identifies the problems of its further development. The article describes the main tasks of adaptive physical culture, as well as various methods and activities aimed at maintaining and strengthening health. It also tells about the achievements of the Paralympic national team of the Republic of Kazakhstan and its famous athletes.*

*Keywords: adaptation, sport, development, problems, significance.*

В настоящее время среди населения мира по статистике насчитывается более 1 млрд людей с инвалидностью [1]. Увеличивающийся с каждым годом темп роста инвалидности напрямую связан с ухудшением экологической обстановки, которое обуславливают: повышение уровня специализаций производственных процессов, бурное развитие транспорта, техногенные катастрофы, в некоторых странах возникновение военных конфликтов, а также множество других факторов, пагубно влияющих на организм человека. К сожалению, большие обороты набирает инвалидность среди детей. В целом данная ситуация является острой и порой нерешаемой проблемой в плане медицины, экономики, социальной адаптации и самоактуализации личности. В качестве решения таких проблем существуют некоторые дисциплины, помогающие адаптироваться в сложных условиях людям с ограниченными возможностями. Совокупность спортивно-оздоровительных мероприятий включает в себя адаптивная физическая культура. Её методика направлена конкретно на реабилитацию людей с инвалидностью и преодоление ими социальных барьеров в окружающем обществе. Главная задача адаптивной физической культуры заключается в обеспечении каждого ограниченного в возможностях человека необходимыми условиями для существования в нормальной среде и формирования полноценной личности, несмотря на степень серьёзности отклонений в физическом или психическом здоровье.

**Цель исследования:** проанализировать состояние развития адаптивной физической культуры в Казахстане.

**Задачи исследования:** выявить уровень значимости адаптивной физической культуры на сегодняшний день, рассмотреть основные методы её организации.

На сегодняшний день в Республике количество людей с особыми потребностями составляет порядка 600 тысяч. Ежегодно это число увеличивается. Министерство Здравоохранения Казахстана, в свою очередь, в большей мере пытается создать людям с ограниченными физическими

возможностями все оптимальные условия для жизнедеятельности, их социально-трудовой адаптации, физической реабилитации и восстановить утраченный контакт с внешней средой. Главным законодательным актом страны в отношении инвалидов является Закон «О социальной защищённости инвалидов в Республике Казахстан». Закон предусматривает государственную политику и гарантирует создание социально-экономических, правовых и организационных условий для обеспечения равных возможностей для жизнедеятельности лиц с ограниченными физическими возможностями. В стране существует сфера специального образования, которая основывается на коррекционных учреждениях, где физическое воспитание является обязательным предметом. Такие учреждения занимаются реабилитацией инвалидов всех возрастов, более внимательно специалисты подходят к физическому воспитанию детей, имеющих физические или психические отклонения, учитывая специфику каждого нездорового ребенка. Основные методики направлены на вовлечение больных детей в образовательную сферу здоровых детей. В учебных заведениях, где не предусмотрены коррекционные классы, учащиеся, имеющие отклонения в плане здоровья, занимаются в специальных группах. Особенностью отдельных групп является использование физических упражнений, основанных конкретно на лечении и укреплении здоровья учащихся с ограниченными возможностями. В образовательных учреждениях также существуют спортивные секции и кружки, проводятся мероприятия по привлечению к здоровому образу жизни в виде спортивных соревнований и игр.

Созданная в стране Ассоциация физической культуры и спорта инвалидов выступает за

равенство прав  
инвалидов  
среди  
полноценных



спортсменов, возможность принимать участие в олимпиадах и спартакиадах. Для подготовки спортсменов-инвалидов в Казахстане функционируют школы по инвалидному спорту. На данный момент времени таких школ в республике только лишь две. Это Областная специализированная школа по инвалидному спорту в городе Караганда и Южно-Казахстанская областная специализированная спортивная школа для инвалидов в городе Шымкент. С 2003 года в стране действует так же Параолимпийский комитет, который представляет интересы спортсменов с ограниченными физическими возможностями не только внутри собственной страны, но и на международной арене, и непосредственно является главным регулирующим органом всех спортивных движений [1, 3]. Люди, имеющие отклонения в состоянии здоровья, не должны быть изолированы от спорта, поэтому главной задачей Параолимпийского комитета нашей Республики заключается в приобщении инвалидов к национальным и параолимпийским видам спорта обязательно с учётом разности каждой категории инвалидов. Исходя из этих условий формируются Параолимпийские сборные. Гордостью и отличным примером самообладания является казахстанская спортсменка Зульфия Раухатовна Габидуллина – мастер спорта Республики Казахстан международного класса по плаванию, носит звание капитана Параолимпийской сборной и входит в восьмёрку самых сильнейших пловцов мира сразу же в нескольких рейтингах. Зульфия Раухатовна начала тренироваться в результате тяжелейшей травмы позвоночника и головы. Первыми её соревнованиями были гонки на инвалидных колясках, где она сразу взяла четыре золотых медали. На следующих спортивных соревнованиях она завоевала восемь первых мест по таким видам, как плавание и легкая атлетика. Затем она профессионально занялась плаванием и уже на Паразиятских играх в 2014 году завоевала первое место, привезла Казахстану золотую медаль. Сейчас Зульфия имеет титул Чемпионки Мира по плаванию, который она получила в 2017 году, в Мексике. Обладая уверенностью в себе, невероятной силой воли и отвагой, сильная духом

Зульфия Габидуллина – пример подражания для многих, кто считает, что инвалидность – это приговор.

Не смотря на тяжесть осложнений в состоянии здоровья методики адаптивной физической культуры помогают поддерживать его «остаточный уровень», способствуют укреплению тонуса организма, а также дают прогрессы при регулярном и правильном применении лечебно-оздоровительных упражнений. Инвалиды – люди с особыми потребностями, но имеющие равные права наряду со всеми. Несмотря на свои физические недуги эти люди сохраняют спокойствие, уверенность в себе и умеют приспосабливаться к любым сложным обстоятельствам. Их основное правило – не падать духом и не дать сломить себя проблемам, встречающимся на их непростом жизненном пути. Не стоит называть человека, сидящего в инвалидной коляске, слабым или больным, ведь важнее быть здоровым душой!

### Литература

1. Под общ. ред. С. П. Евсеева: Теория и организация адаптивной физической культуры. – М.: Советский спорт, 2010
2. Кирпиченков А. А. Оздоровительно-развивающие занятия на основе комплексного применения физических упражнений. – Смоленск, 2012. –21 с.
3. «Федерация по инвалидным видам спорта РК» <http://kk.sport.gov.kz/> (10.12.2019)
4. Евдокимов В. И. Оздоровительная физическая культура - средство оптимизации профессионального здоровья и качества жизни / В. И. Евдокимов, О. А. Чурганов // Актуальные проблемы физической подготовки. – 2007. – № 2. – С. 68-72.
5. Социально-биологические аспекты оздоровительной и адаптивной физической культуры. – Новосибирск: НИПКИПРО, 2007. – 120 с.

© Зырянова А.Р., Курганова Е.В., 2021