

ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

Садуллаев Баходир Бахтиёрович
д.ф.п.н. (Phd), профессор Бухарский государственный
педагогический институт

Аннотация:

Статья посвящена анализу ключевых барьеров, препятствующих эффективному развитию адаптивной физической культуры (АФК). Рассматриваются нормативно-правовые, материально-технические, кадровые и психологические аспекты. Особое внимание уделяется вызовам 2026 года, включая внедрение цифровых технологий и инклюзивные тренды.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, реабилитация, физическое развитие, духовное развитие, дефицит, специализация.

Introduction

Введение

В современных условиях ускорение процессов глобального развития в определённой степени способствует улучшению качества жизни населения. Вместе с тем процессы модернизации и глобализации, наряду с положительными результатами, порождают и ряд факторов, оказывающих негативное влияние на развитие человечества. К их числу относятся истощение природных ресурсов, ухудшение экологической обстановки, резкие изменения глобального климата, снижение уровня физической активности населения на фоне стремительного развития науки и техники, ухудшение качества натуральных продуктов питания, а также проблемы со здоровьем населения, обусловленные дефицитом водных ресурсов.

Возрастающая роль Республики Узбекистан в мировой политике, её широкое признание со стороны международного сообщества и уверенный переход к новому этапу национального развития предполагают внесение достойного вклада в научно обоснованное решение указанных глобальных проблем. Это, в свою очередь, требует чёткого определения стратегических целей, формулирования приоритетных задач и реализации системного и последовательного подхода на пути устойчивого развития.

Эффективное решение данных задач возможно лишь при наличии физически и духовно здорового общества. Постоянная работа населения над собой, получение знаний, проведение научных исследований и внедрение накопленного опыта в практику являются важнейшими факторами социально-экономического прогресса. В этой связи формирование здорового образа жизни справедливо рассматривается как одна из ключевых основ подъёма общества на новый уровень развития.

По инициативе Главы государства в стране уделяется особое внимание развитию здорового образа жизни. Наряду с этим создаются необходимые социально-

экономические и институциональные условия для полноценной и достойной реализации потенциала лиц с ограниченными возможностями.

Адаптивная физическая культура (АФК) сегодня — это не просто комплекс упражнений для людей с отклонениями в состоянии здоровья, а важнейший социальный институт интеграции личности в общество. Несмотря на декларируемую приоритетность данного направления на государственном уровне, практика реализации программ АФК сталкивается с рядом системных противоречий. В 2026 году, когда технологии реабилитации совершили качественный скачок, разрыв между инновационными возможностями и реальной доступностью услуг для населения стал еще более очевидным. Ниже будут рассмотрены данные вопросы:

1. Кадровый дефицит и проблемы подготовки специалистов

Одной из наиболее острых проблем остается нехватка квалифицированных кадров. Специалист по АФК должен обладать междисциплинарными знаниями: от анатомии и физиологии до специальной психологии и педагогики.

Проблема узкой специализации: В региональных вузах программы подготовки часто не учитывают специфику работы с нозологиями (разными типами заболеваний). Тренер, умеющий работать с нарушениями опорно-двигательного аппарата, зачастую не обладает компетенциями для работы с ментальными нарушениями (РАС, синдром Дауна).

Низкая престижность и оплата труда: Высокая эмоциональная нагрузка и риск профессионального выгорания не компенсируются адекватным уровнем заработной платы в государственных учреждениях, что приводит к оттоку кадров в частный сектор или полную смену деятельности.

2. Несовершенство материально-технической базы

Для качественных занятий АФК недостаточно обычного спортивного зала. Необходима специализированная среда, которая до сих пор остается дефицитной.

Архитектурная доступность: Несмотря на программы «Доступная среда», многие спортивные объекты формально оснащены пандусами, но фактически не приспособлены для самостоятельного передвижения людей на колясках (узкие дверные проемы, отсутствие специализированных раздевалок и санузлов).

Отсутствие специализированного инвентаря: Профессиональные тренажеры с биологической обратной связью, облегченные спортивные коляски и инклюзивные бассейны стоят в разы дороже стандартного оборудования. Бюджетное финансирование часто покрывает лишь базовые нужды, оставляя инновационные методы реабилитации за рамками массового доступа.

3. Нормативно-правовые и организационные барьеры

На 2026 год законодательство в сфере АФК все еще содержит «серые зоны»:

Межведомственная разобщенность: Сфера АФК находится на стыке Минспорта, Минздрава и Минсоцзащиты. Отсутствие единого регламента взаимодействия приводит к тому, что человек после медицинской реабилитации «теряется» и не попадает в систему регулярных занятий физкультурой.

Проблемы классификации в спорте: В адаптивном спорте высших достижений постоянно возникают сложности с функциональной классификацией спортсменов, что порождает этические и юридические споры.

4. Психолого-педагогические и социальные аспекты. Проблема «вторичной инвалидизации» — одна из самых сложных. Она заключается в психологической неготовности самого человека или его окружения к активным занятиям.

Низкая мотивация: Стигматизация и страх неудачи часто удерживают людей с инвалидностью от посещения секций.

Инклюзивная неграмотность общества: Зачастую здоровые посетители фитнес-клубов или спортивных секций проявляют нетерпимость или излишнюю жалость, что создает дискомфортную атмосферу для занимающихся АФК. Настоящая инклюзия предполагает не просто совместное нахождение в зале, а полноценное взаимодействие.

5. Вызовы и инновации 2026 года

Современный этап развития общества принес новые специфические проблемы:

Цифровой разрыв: Внедрение телемедицины и онлайн-тренировок по АФК открывает возможности для жителей удаленных регионов. Однако отсутствие качественного интернета или навыков работы с гаджетами у старшего поколения создает новый барьер.

Киберспортивная адаптация: Активное развитие фиджитал-спорта (сочетание физических упражнений и VR) требует разработки новых методик АФК, которые бы учитывали специфику виртуальной нагрузки на вестибулярный аппарат.

Следует также обратить внимание на следующие аспекты адаптивной физической культуры. Задачи адаптивной физической культуры заключаются в развитии физических возможностей и поддержании физической подготовленности лиц с ограниченными возможностями, укреплении здоровья и профилактике заболеваний, развитии координации движений, гибкости, силы и выносливости, улучшении психоэмоционального состояния и качества жизни, а также повышении уровня самооценки и социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями.

Адаптивная физическая культура выполняет следующие функции: **реабилитационная функция** - направлена на восстановление и развитие физических возможностей студентов и молодёжи с ограниченными возможностями, а также на содействие их реабилитации после травм и перенесённых заболеваний; **социальная функция** - способствует развитию коммуникативных навыков и адаптации к социальной среде; **психологическая функция** - направлена на улучшение эмоционального состояния студентов и молодёжи с ограниченными возможностями и повышение уровня их уверенности в себе; **коррекционно-педагогическая функция** - обеспечивает помощь в преодолении психологических и физических барьеров, возникающих вследствие инвалидности, травм или заболеваний; **профилактическая функция** - ориентирована на предупреждение развития заболеваний и укрепление общего состояния здоровья.

Заключение и пути решения

Для преодоления вышеуказанных проблем необходим комплексный подход:

1. **Реформирование системы образования:** Внедрение модульных программ переподготовки тренеров с акцентом на инклюзивные технологии.
 2. **Экономическое стимулирование:** Введение налоговых льгот для частных спортивных центров, внедряющих программы АФК.
 3. **Единая цифровая экосистема:** Создание платформы, объединяющей медицинские карты реабилитации и спортивные достижения атлета для непрерывного сопровождения.
- Адаптивная физическая культура — это не благотворительность, а инвестиция в человеческий капитал. Снижение уровня инвалидизации и повышение качества жизни граждан через движение является залогом устойчивого развития общества в XXI веке. Таким образом, адаптивная физическая культура оказывает положительное влияние на состояние здоровья и развитие населения с ограниченными возможностями, способствует их психологической реабилитации, повышает устойчивость к негативным воздействиям внешней среды, а также укрепляет уверенность в собственных силах и знаниях, выступая важным фактором социальной самореализации и нахождения своего места в обществе.

Список рекомендуемой литературы:

1. Мирзиёев Ш. М. Критический анализ, строгая дисциплина и персональная ответственность должны стать повседневным правилом деятельности каждого руководителя. Речь Президента Республики Узбекистан на заседании Кабинета Министров Республики Узбекистан, посвящённом итогам 2016 года и приоритетным направлениям на 2017 год // Газета «Халк сўзи». 16 января 2017 г., № 11.
2. Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры.
3. Материалы международных форумов «Россия — спортивная держава» (2025–2026 гг.).
4. Современные технологии в реабилитации: сборник научных трудов.
5. Муминов Х. Sogʻlom turmush tarzi - salomatlik ilmi va amali. -Т.: Республиканский институт здоровья и медицинской статистики, 2006.

6. Ф.Б.Музафарова. Занятия спортом и физической культурой женщин – залог здорового генофонда страны. МОДЕРНИЗАЦИЯ КУЛЬТУРЫ: диалоги о прошлом и настоящем в науке, искусстве, образовании. Материалы IX Международной научно-практической конференции. Самара, 25-26.05.2023, Стр.269-271.

7. Ф.Б.Музафарова. Хотин-qizlar sporti bo'yicha mutaxassislarni akmeologik yondashuv asosida tayyorlash jarayonini loyihalashtirish va tashkil etish tamoyillari. Научно-теоретический и методический журнал. Бухара. 2.08.2025, Стр. 247-252.