

Дата поступления рукописи в редакцию: 18.09.2026 г.
Дата принятия рукописи в печать: 29.10.2026 г.

DOI: 10.24412/2076-1503-2026-10-709-714

НИКИТИНА Л.М.,
Казанский федеральный университет,
г. Казань, Россия,
e-mail: mail@law-books.ru

САБИРЗЯНОВА Ф.Ф.,
Казанский федеральный университет,
г. Казань, Россия,
e-mail: mail@law-books.ru

ШЕРШУНОВА В.Н.,
Казанский федеральный университет,
г. Казань, Россия,
e-mail: mail@law-books.ru

ХАСАНЗЯНОВ И.И.,
Казанский федеральный университет,
г. Казань, Россия,
e-mail: mail@law-books.ru

ФОРМИРОВАНИЕ СИСТЕМЫ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В КАЗАНСКОМ ФЕДЕРАЛЬНОМ УНИВЕРСИТЕТЕ: ПЕРСПЕКТИВЫ

Аннотация. Статья посвящена проблемам физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в Казанском федеральном университете. Определена значимость физической активности для социальной адаптации и укрепления здоровья студентов с ОВЗ. Представлены результаты анкетирования, выявлены мотивирующие и демотивирующие факторы, влияющие на занятия физкультурой. Выявлены недостатки в организации таких занятий и сформированы предложения для разработки отдельной программы адаптивной физической культуры (АФК), учитывающей потребности студентов с ОВЗ.

Ключевые слова: адаптивная физическая культура, студенты с ОВЗ, инклюзия, мотивация, социальная адаптация, психоэмоциональное состояние.

Для цитирования: Никитина Л. М., Сабирзянова Ф. Ф., Шершунова В. Н., Хасанзянов И. И. Формирование системы адаптивной физической культуры в Казанском федеральном университете: перспективы // Образование и право. 2026. № 10. С. 709–714.

NIKITINA L.M.,
Kazan Federal University,
Kazan, Russia

SABIRZYANOVA F.F.,
Kazan Federal University,
Kazan, Russia

SHERSHUNOVA V.N.,
Kazan Federal University,
Kazan, Russia

KHASANZYANOV I.I.,
Kazan Federal University,
Kazan, Russia

DEVELOPMENT OF AN ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION SYSTEM AT KAZAN FEDERAL UNIVERSITY: PROSPECTS

Annotation. The article is devoted to the problems of physical education of students with disabilities in Kazan Federal University. The significance of physical activity for social adaptation and health promotion of students with disabilities is determined. The results of questionnaire survey are presented, motivating and demotivating factors influencing physical education activities are revealed. The shortcomings in the organization of such classes are revealed and proposals for the development of a separate program of adaptive physical culture (APC), taking into account the needs of students with disabilities are formed.

Key words: adaptive physical training, students with disabilities, inclusion, motivation, social adaptation, psycho-emotional state.

For citation: Nikitina L. M., Sabirzyanova F. F., Shershunova V. N., Khasanzyanov I. I. Development of an adaptive physical education system at Kazan Federal University: prospects. *Education and law*. 2026;(10):709–714. (In Russ.).

Введение

Каждый год около 14% студентов, поступающих в вузы России, оказываются в специальной медицинской группе, на основании полученных диагнозов. Возрастание инвалидности среди обучающихся обуславливается неблагоприятной экологической обстановкой, усложнением производственных процессов [12, с. 18].

Проблема физической активности среди студентов с ограниченными возможностями здоровья в современных условиях приобретает особое значение, поскольку эти студенты нуждаются в специализированных подходах и программах для поддержания здоровья и укрепления социальной адаптации в условиях учебного процесса. Согласно исследованию Зубкова А.Е. и Беспаловой Н.А., физическая активность является одним из ключевых факторов, положительно влияющих на общее психоэмоциональное состояние людей с ОВЗ. Физическая активность приносит не только пользу для здоровья, но и способствует повышению самооценки, снижению уровня стресса, улучшению настроения, повышению социального статуса [3, с. 448]. Все это особенно важно для молодых людей с особыми потребностями.

«Первые упражнения для людей с ограниченными возможностями начали разрабатываться во время Второй мировой войны. В Нидерландах в 1946 году появилась первая группа занятий для людей с ограниченными возможностями, а уже в середине 1950-х годов в США появились первые спортивные секции для детей с инвалидностью» [5, с. 1311]. В России развитие адаптивной физической культуры стало набирать популярность в последние десятилетия, с учетом внедрения международного опыта и улучшения инклюзивных практик в образовательных учреждениях [10].

Значимость адаптивной физической культуры возрастает, так как она позволяет организовать

процесс физической подготовки с учетом особенностей здоровья каждого студента, обеспечивая доступность занятий и повышая их мотивацию к поддержанию физической формы [4, с. 9]. Большое внимание уделяется внедрению инновационных подходов в занятия адаптивной физкультурой, таких как использование «носимых» технологий и специальных приложений для индивидуального мониторинга состояния здоровья и мотивации [1, с. 114].

«В настоящее время государство разработало различные программы и формы для внедрения и доступности инклюзивного образования для студентов с ОВЗ, и возложило на высшие учебные заведения ответственность за исполнение внедрения инклюзии» [7, с. 70]. Такие программы способствуют социализации и вовлечению студентов с ограниченными возможностями здоровья в активную жизнь университета. Способствуют развитию определенных черт характера (воля, настойчивость, чувство общности, организации, активности, мужества и т. д.), стимулируют умственное развитие и формирование личности инвалида. Развивается внимание, память и изобретательность, совершенствуется ориентация, развивается интеллект [2, с. 277]. В свою очередь, инклюзивный подход создает позитивное восприятие физической активности в студенческой среде и укрепляет социальные связи, что повышает общую удовлетворенность процессом обучения и позволяет всем студентам ощущать себя полноправными членами университетского сообщества [6].

Актуальность

На сегодняшний день в Казанском федеральном университете отсутствует отдельная программа по адаптивной физической культуре. Занятия для студентов с ОВЗ организованы в рамках стандартных дисциплин «Физическая культура и спорт» и элективных курсов. Эти дисциплины не

всегда обеспечивают полный учет специфических потребностей студентов с ОВЗ, что подчеркивает необходимость разработки специализированной программы по АФК.

Целью данного исследования является изучение состояния и возможностей развития адаптивной физической культуры в Казанском федеральном университете, а также выявление факторов, способствующих улучшению мотивации студентов с ОВЗ к участию в физической активности. Планируется рассмотреть методы, способные усилить инклюзивные аспекты адаптивной физической культуры в КФУ, а также выделить ключевые направления для дальнейшего совершенствования условий физического воспитания студентов, способствующих их социальной адаптации и поддержке здоровья.

Методика

Для достижения цели исследования применялись количественные и качественные методы, направленные на выявление уровня мотивации, удовлетворенности и потребностей студентов с ограниченными возможностями здоровья в сфере физического воспитания. Основным методом стало анкетирование, проведенное среди 100 студентов с ограниченными возможностями здоровья в возрасте от 18 до 22 лет, обучающихся в Казанском федеральном университете, и 5 преподавателей, работающих с данными студентами по дисциплине «Физическая культура». Анкета включала вопросы, направленные на изучение восприятия физической активности, оценку мотивирующих и демотивирующих факторов, а также предложения по улучшению программы. Дополнительно был выполнен анализ содержания и эффективности текущей программы физического воспитания для адаптивных групп, чтобы оценить их актуальность и влияние на студентов.

Результаты и их обсуждение

Программа по дисциплине «Физическая культура» для студентов с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями, предлагаемая в КФУ, основывается на принципах адаптивной физической культуры (АФК). Ее цель – создать условия для развития и поддержания физической активности студентов с различными ограничениями по здоровью, а также способствовать их социальной адаптации. Преподаватели используют адаптивные методики, позволяющие частично учитывать потребности студентов с ОВЗ. Основное внимание уделяется разработке индивидуальных реабилитационных программ, комплексам физической активности, учитывающим особенности каждого студента, включая профилактическую гимнастику, лёгкую атлетику, адаптивные подвижные и спор-

тивные игры. Программа включает методики психоэмоциональной поддержки и саморегуляции, обучение техникам правильного дыхания и релаксации, что помогает студентам достигать гармонии между физическими и духовными силами [11].

Опрос студентов Казанского федерального университета, зачисленных по состоянию здоровья в специальное отделение (специальная группа 1 и специальная группа 2 или ЛФК), выявил их отношение к текущим занятиям, а также мотивирующие и демотивирующие факторы. На первый вопрос, касающийся их общего восприятия и значимости программы адаптивной физической культуры, 85% студентов ответили, что занятия положительно влияют на их здоровье и физическое самочувствие. Этот показатель подтверждает, что большинство студентов ценят данные занятия как способ поддержания здоровья и повышения общей выносливости. Только 15% респондентов заявили, что занятия не имеют для них значительного влияния, что может свидетельствовать о необходимости более индивидуализированного подхода или модернизации программы для удовлетворения различных потребностей.

Следующий вопрос касался факторов, которые мотивируют студентов к занятиям физической культурой. В числе самых популярных ответов студенты отметили: улучшение здоровья (72%), социальная адаптация и возможность общаться с другими студентами (53%), повышение самооценки (49%) и снижение стресса (42%). Эти результаты показывают, что основные мотивирующие факторы, связанные со здоровьем и социальным взаимодействием, играют важную роль в вовлечении студентов с ограниченными возможностями здоровья в физическую активность. Интересно, что повышение самооценки и снижение стресса также оказались важными, указывая на психологический аспект занятий и их роль в укреплении эмоционального состояния участников.

Студентам был также задан вопрос о том, какие аспекты текущей программы требуют улучшения. Наиболее часто упоминаемыми проблемами стали однообразие упражнений (60%) и недостаточное внимание к индивидуальным потребностям (27%). Также, 60% респондентов указали на необходимость обновления инвентаря и улучшения условий для занятий, включая доступ к специализированному оборудованию. Эти данные подчеркивают необходимость модернизации программы и оборудования, а также увеличения индивидуализации тренировочного процесса, что позволит сделать занятия более привлекательными и эффективными.

Еще один вопрос – о барьерах, которые мешают студентам активно участвовать в програм-

ме. Среди ключевых препятствий были названы нехватка времени (39%), физические ограничения (35%) и отсутствие специальных условий для занятий (30%). Эти ответы указывают на то, что даже при высокой мотивации значительное количество студентов сталкивается с объективными трудностями, связанными с организацией и оснащением занятий.

Отдельно, студенты отмечали вариативность форматов обучения – очные занятия и электронное обучение, которое поддерживается цифровыми образовательными ресурсами (ЦОР). Дистанционные курсы на базе ЦОР позволяют студентам с особыми потребностями получать доступ к материалам и учебным занятиям в удобное время и без необходимости посещать кампус. Это особенно важно для студентов с ограниченной подвижностью, ослабленным зрением или слухом, а также для тех, кому требуется гибкость в расписании из-за состояния здоровья. ЦОР включает в себя учебные курсы на базе MOODLE, видеолекции, интерактивные модули, а также элементы обратной связи. Удаленный формат обучения позволяет КФУ интегрировать инклюзивные методы и улучшать образовательную адаптацию студентов, делая обучение более доступным и продуктивным для всех.

Опрос преподавателей, проводящих учебные занятия с обучающимися по направлению «специальная медицинская группа «А» с индивидуализацией параметров нагрузок, соответствующих уровню физической подготовленности и показателями здоровья студентами Казанского федерального университета, предоставил ценные данные о восприятии существующих программ и необходимых улучшениях. В опросе приняли участие 5 преподавателей, которые имеют опыт работы с студентами с ограниченными возможностями здоровья.

На вопрос о том, насколько они оценивают текущие программы по адаптивной физической культуре, 3 из 5 преподавателей высказали мнение о том, что программы являются удовлетворительными, но нуждаются в доработке. Преподаватели отметили, что программы часто не учитывают индивидуальные особенности студентов, и необходимо больше внимания уделять адаптации занятий к физическим возможностям и потребностям учащихся. Два преподавателя сочли программы недостаточно эффективными, указывая на отсутствие современных методик и материалов, что затрудняет процесс обучения и уменьшает заинтересованность студентов.

Важным аспектом обсуждения стала необходимость повышения квалификации преподавателей по адаптивной физической культуре. Четыре

респондента подчеркнули, что для эффективного обучения студентов с ограниченными возможностями здоровья важно проходить дополнительные курсы повышения квалификации. Преподаватели отметили, что современные подходы к адаптивной физической культуре развиваются достаточно быстро, и их знания требуют актуализации, чтобы соответствовать требованиям времени. Более того, трое опрошенных указали на необходимость обмена опытом с коллегами из других вузов, что позволит внедрить лучшие практики и обогатить собственные методические наработки.

Преподаватели также выделили несколько предложений по улучшению программ. Было высказано мнение о необходимости интеграции в программу новых технологий, таких как онлайн-тренировки, что сделает занятия более доступными для студентов с различными ограничениями. Также было предложено расширить программу за счет специализированных мероприятий и соревнований для студентов с ограниченными возможностями. Преподаватели считают, что это позволит не только повысить интерес к занятиям, но и создать более инклюзивную атмосферу в вузе.

На основе результатов опросов студентов и преподавателей Казанского федерального университета можно выделить несколько ключевых направлений для дальнейшего развития адаптивной физической культуры, которые не только соответствуют потребностям студентов с ограниченными возможностями здоровья, но и создают более инклюзивную образовательную среду.

Как отмечено в исследовании Улеевой Н.Г., важным фактором успешной реализации адаптивной физкультуры для студентов с различными категориями инвалидности становится разнообразие персонализированных программ и оборудования. Например, для студентов с ограниченной подвижностью необходимы тренажеры, настроенные на развитие верхних конечностей, а также специализированные лестницы для тренировок по перемещению по неровной местности. Для студентов с нарушениями слуха или зрения программы требуют дополнительного сенсорного оборудования, адаптированных визуальных и слуховых материалов, а также интеграции игровых упражнений для повышения вовлеченности [9].

Поэтому, прежде всего, необходимо обеспечить студентов дополнительным инвентарем и оборудованием, что поможет не только улучшить качество занятий, но и сделать их более разнообразными и интересными для студентов.

Вторым важным шагом является повышение доступности и качества инфраструктуры учебных заведений. Необходимо создать комфортную среду для студентов с ОВЗ: обеспечить доступ-

ность учебных помещений и спортивных объектов. Например, предусмотреть наличие специальных пандусов, лифтов и других удобств, улучшить освещение и звукоизоляцию в спортивных залах. Подобные изменения не только упростят доступ к занятиям, но и создадут более комфортную атмосферу, способствующую улучшению физического состояния и психологического благополучия студентов.

Также, был отмечен недостаточный уровень индивидуального подхода. «Для большей мотивации студентов следует обратить внимание на их предпочтения в виде содержания и формы занятия» [8, с. 258]. В отличие от многих других вузов, где для студентов с особыми потребностями создаются персонализированные программы, в КФУ существует проблема с возможностью такой индивидуализации из-за общего расписания и численности студентов.

Перспективным направлением для инклюзии студентов в спортивную жизнь вуза представляется проведение специализированных спортивных мероприятий и активностей. Нужно чаще организовывать соревнования и культурные мероприятия, направленные на привлечение студентов с ограниченными возможностями здоровья. Это будет способствовать не только развитию спортивных навыков, но и укреплению социальной адаптации студентов, формированию духа соперничества и командной работы. К проведению таких мероприятий можно привлекать студентов-волонтеров, чтобы создать поддержку для участников и развить среди них чувство общности и взаимопомощи.

Стоит обратить внимание на организацию тренировок на открытом воздухе и поездок, которые не только разнообразят занятия, но и предоставят студентам возможность отдохнуть от учебной рутины. Выездные тренировки могут стать не только источником физической активности, но и возможностью для студентов обменяться опытом, развить уверенность в своих силах и укрепить дружеские связи.

Таким образом, учитывая выявленные недостатки, можно сделать вывод, что основной проблемой становится отсутствие отдельной программы адаптивной физической культуры в Казанском федеральном университете. Это ограничивает возможность создания индивидуальных траекторий обучения для студентов с ОВЗ.

Заключение

В результате проведенного исследования были выявлены ключевые аспекты, способствующие развитию адаптивной физической культуры в Казанском федеральном университете. Опросы студентов и преподавателей выявили достоинства

и недостатки текущей программы в КФУ, а также предложили конкретные направления для их оптимизации. Обеспечение современным инвентарем, повышение доступности инфраструктуры, большое разнообразие инклюзивных программ и проведение специализированных мероприятий станут важными шагами для создания инклюзивной образовательной среды. Таким образом, была определена важность разработки программы адаптивной физической культуры, которая позволит учесть выявленные недостатки. Эти меры не только повысили бы интерес студентов с ограниченными возможностями здоровья к занятиям физической культурой, но и способствовали бы их социальной интеграции и улучшению общего состояния здоровья, что в конечном итоге обогатит учебный процесс и укрепит сообщество университета.

Список литературы:

- [1] Алексеева О.П. Технологические инновации в области адаптивной физической культуры // Современное педагогическое образование. – 2022. – № 2. – С. 114-119.
- [2] Ермолаев О.А., Сень С.В. Адаптивная физическая культура в вузах России // Молодой ученый. – 2024. – № 28. – С. 277-279.
- [3] Зубков А.Е., Беспалова Н.А. Физическая активность людей с ограниченными возможностями здоровья: проблемы и продвижение // Молодой ученый. – 2022. – № 50. – С. 447-449.
- [4] Кошкина Т.В. Роль адаптивной физической культуры в организации физического воспитания студентов вуза // Вектор науки ТГУ. – 2022. – № 2. – С. 9-13.
- [5] Кравченко Д.А., Кучерявых А.А. Адаптивная физическая культура и ее особенности // Международный научный журнал «Вестник науки». – 2023. – № 6. – С. 1310-1313.
- [6] Митрохин Е.А., Кольга В.В. Практика внедрения инклюзивного обучения в вузе по дисциплине физическая культура // Russian Journal of Education and Psychology. – 2022. – № 1. – С. 7-31.
- [7] Митрохин Е.А. Современные формы занятий по физической культуре в вузах для студентов с ограниченными возможностями здоровья // Международный научно-исследовательский журнал. – 2020. – № 6. – С. 70-75.
- [8] Никитин С.В., Никитина Л.М., Зайцев В.А., Петрова В.И., Сабирзянова Ф.Ф., Рихтер И.К. Воспитание мотивации студентов КГЭУ и КФУ к учебным занятиям по дисциплине «Элективные курсы по физической культуре и спорту» // Образование и право. – 2024. – № 9. – С. 254–258.
- [9] Улеева Н.Г. Адаптивная физическая культура в высших учебных заведениях

ях для студентов, обучающихся в университете [Электронный ресурс] / Н.Г. Улеева. – URL: <https://na-journal.ru/5-2024-fiz-kultura-sport/11670-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura-v-vysshih-uchebnyh-zavedeniyah-dlya-studentov-obuchayushchihsya-v-universitete> (дата обращения: 06.11.2024).

[10] Устыменко О.Н. Актуальные проблемы и перспективы развития адаптивной физической культуры в вузе // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма. – 2021. – № 1. – С. 477-481.

[11] Учебная программа дисциплины «Физическая культура» (дополнительный раздел): для студентов с ограниченными возможностями здоровья и особыми образовательными потребностями по дисциплине «Физическая культура»: всех специальностей и направлений подготовки очной формы обучения / Е.В. Фазлеева, А.С. Шалавина, В.Г. Двоеносов. – Казань: КФУ, 2014. – 14 с.

[12] Федоров В.А., Карева Г.В. Перспективы внедрения адаптивной физической культуры и спорта в вузе // Академика. Серия: Психология и педагогика. – 2021. – № 1. – С. 18-19.

References:

[1] Alekseeva O.P. Technological Innovations in the Field of Adaptive Physical Education // Modern Pedagogical Education. – 2022. – No. 2. – pp. 114-119.

[2] Ermolaev O.A., Sen S.V. Adaptive Physical Education in Russian Universities // Young Scientist. – 2024. – No. 28. – pp. 277-279.

[3] Zubkov A.E., Bespalova N.A. Physical Activity for People with Disabilities: Challenges and Promotion // Young Scientist. – 2022. – No. 50. – pp. 447-449.

[4] Koshkina T.V. The Role of Adaptive Physical Education in Organizing Physical Education for University Students // TSU Science Vector. – 2022. – No. 2. – pp. 9-13.

[5] Kravchenko D.A., Kucheryavykh

A.A. Adaptive Physical Education and Its Characteristics // International Scientific Journal "Bulletin of Science". – 2023. – No. 6. – pp. 1310-1313.

[6] Mitrokhin E.A., Kolga V.V. The Practice of Implementing Inclusive Education in University Physical Education Courses // Russian Journal of Education and Psychology. – 2022. – No. 1. – pp. 7-31.

[7] Mitrokhin E.A. Modern Forms of Physical Education Classes for University Students with Disabilities // International Research Journal. – 2020. – No. 6. – pp. 70-75.

[8] Nikitin S.V., Nikitina L.M., Zaitsev V.A., Petrova V.I., Sabirzyanova F.F., Rikhter I.K. Fostering Student Motivation for "Elective Courses in Physical Education and Sports" at KGEU and KFU // Education and Law. – 2024. – No. 9. – pp. 254-258.

[9] Uleeva N.G. Adaptive Physical Education in Higher Education Institutions for University Students [Electronic resource] / N.G. Uleeva. – URL: <https://na-journal.ru/5-2024-fiz-kultura-sport/11670-adaptivnaya-fizicheskaya-kultura-v-vysshih-uchebnyh-zavedeniyah-dlya-studentov-obuchayushchihsya-v-universitete> (accessed: 06.11.2024).

[10] Ustymenko O.N. Current Issues and Development Prospects for Adaptive Physical Education in Higher Education // Promising Directions in the Field of Physical Education, Sports, and Tourism. – 2021. – No. 1. – pp. 477-481.

[11] Curriculum for the Discipline "Physical Education" (Supplementary Section): For Students with Disabilities and Special Educational Needs – Applicable to All Majors and Fields of Study (Full-Time) / E.V. Fazleeva, A.S. Shalavina, V.G. Dvoenosov. – Kazan: KFU, 2014. – 14 p.

[12] Fedorov V.A., Kareva G.V. Prospects for Implementing Adaptive Physical Education and Sports in Higher Education Institutions // Akademika. Series: Psychology and Pedagogy. – 2021. – No. 1. – pp. 18-19.

