



***Н. Е. Бурмистрова***

Преподаватель колледжа Поволжского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, г. Казань, Россия



***А. Е. Бабичева***

Старший преподаватель кафедры адаптивной физической культуры Поволжского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, г. Казань, Россия



***М. С. Ракова***

Кандидат культурологии, доцент кафедры адаптивной физической культуры Поволжского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, г. Казань, Россия

## **Программа «Молодой Атлет» Специальной Олимпиады России – первый шаг для развития физических способностей детей с интеллектуальными нарушениями**

*Авторы раскрывают специфику применения программы "Молодой атлет" Специальной Олимпиаде России на базе ПГУФКСиТ г. Казани. Основное внимание уделено вопросам физического развития и социализации детей с интеллектуальными нарушениями. Рассмотрены основные педагогические инструменты, итоги внедрения и стратегические направления совершенствования программы в рамках образовательного учреждения.*

*Ключевые слова: адаптивное физическое воспитание, интеллектуальные нарушения, программа "Молодой Атлет", Специальная Олимпиада, физические способности, высшее образование, волонтерская деятельность.*

В настоящее время одним из приоритетных направлений развития адаптивной физической культуры является разработка и внедрение комплексных программ, направленных на физическое развитие и социализацию детей с особыми образовательными потребностями, включая детей с нарушениями интеллектуального развития. Отдельного внимания заслуживает проект доказавший свою эффективность программа «Молодой атлет», который интегрирует методики спортивной подготовки с технологиями социальной адаптации, создавая уникальную образовательную среду для детей с ОВЗ. Исследования Евсеева С.П. и Шапковой Л.В. (2021) показывают, что де-

ти с особенностями интеллектуального развития демонстрируют характерные отклонения в формировании основных двигательных функций и координации движений [1]. Это определяет важность специализированной коррекционной работы. Программа «Молодой атлет» предлагает апробированные комплексы физических упражнений через игровые методики, которые могут применяться как в специализированных учреждениях, так и в домашних условиях. Ключевая особенность программы заключается в том, что она позволяет формировать базовые двигательные навыки, таких как: ходьба, бег, прыжки, бросок и ловля мяча, удержание равновесия (баланс), уда-

ры по мячу и удары по катящему мячу и развивать физические качества у детей с интеллектуальными нарушениями в возрасте 2-7 лет, что является критически важным периодом для их двигательного развития.

Анализ методологических основ данного подхода показывает, что его ключевыми компонентами являются игровая деятельность и целенаправленное развитие основных двигательных функций, включая поддержание позы, передвижение в пространстве, и мелкую моторику. Особое внимание уделяется формированию социально-коммуникативных компетенций: групповому взаимодействию, следованию правилам, выполнению инструкций педагога. Важно отметить, эффективность методики подтверждается её широким международным распространением - она применяется в работе с более чем 500 тысячами детей, а также успешной практикой проведения инклюзивных спортивных мероприятий различного уровня.

Программа «Молодой атлет» имеет три модели организации физкультурно-спортивной деятельности: «Сообщество», «Школьная», «Домашняя», каждая из которых имеет многоаспектную целевую направленность, включающую ряд социально значимых компонентов. Основопологающей целью программы, является создание инклюзивной среды, обеспечивающей эффективное взаимодействие детей с различными интеллектуальными возможностями. Программа предусматривает дифференцированный подбор физкультурно-спортивного инвентаря с учетом индивидуальных особенностей занимающихся и предусматривает разработанную таблицу мониторинга развития физических навыков.

Существенное значение придаётся формированию адаптивной инфраструктуры для проведения инклюзивных занятий в образовательных учреждениях, социальных институтах и домашних условиях. Отдельным направлением выступает консультативно-методическое сопровождение семей, воспитывающих детей с особыми образовательными потребностями. Программа так-

же решает задачи социального просвещения, направленные на продвижение ценностей здоровья берегающего поведения и активного досуга среди целевой аудитории. Комплексная реализация обозначенных целей способствует формированию инклюзивной культуры и повышению качества жизни участников программы. [2]

Программа "Молодой атлет" действует в Поволжском государственном университете физкультуры, спорта и туризма г. Казани с 2019 года как инклюзивный семейный клуб "Наше здоровье". Проект обеспечивает физкультурно-оздоровительные занятия для детей с ментальными нарушениями и их семей. Университет предоставляет специально оборудованные площадки с безопасным покрытием и адаптированным спортивным инвентарём, соответствующие всем требованиям доступности и санитарным нормам.

Участниками являются дети с ментальными нарушениями без ограничения по возрасту и их родители, а организаторами выступают преподаватели и студенты кафедры адаптивной физической культуры ПГУФКСиТ, учащиеся «Колледжа Поволжского ГУФКСиТ г. Казани» и волонтеры. Квалификация педагогического состава находится на высоком уровне, все преподаватели регулярно проходят курсы повышения квалификации и владеют современными методиками работы с детьми с особыми потребностями. Занятия проводятся еженедельно продолжительностью до трех часов с учетом сбора и организации детей. Следует отметить, что 2-3 раза за учебный год, в рамках данного проекта, совместно с участниками клуба проводятся открытые массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия для всех желающих. Структура занятий включает несколько направлений:

1. Физкультурно-оздоровительное направление для детей, предусматривающее групповые подвижные игры, эстафеты, круговые тренировки и музыкально-двигательные упражнения и т.п;

2. Спортивное направление, включающее адаптированные спортивные игры

(бочча, сидячий волейбол, боулинг, весёлые старты т.п.;

3. Творческое направление, представленное мастер-классами для детей с ментальными нарушениями;

4. «Родительский клуб» - образовательно-консультативное направление для родителей, включающее беседы, встречи со специалистами, консультации, лекции и практические мастер-классы.

Особенностью организации занятий является последовательное посещение детьми различных направлений, при этом участие родителей в направлении «родительский клуб» осуществляется на добровольной основе. По окончании занятия, по запросу семья получает обратную связь от организаторов, после чего оставляет отзыв о качестве и организации проведения. Данные многолетнего наблюдения (2019-2024 гг.) эффективности программы физического развития «Молодой атлет» в рамках программы Специальной Олимпиады, объединяющая спортивную подготовку и психолого-педагогическую поддержку, демонстрируют значительную положительную динамику в комплексном развитии детей с особенностями ментального развития. Количественный и качественный анализ данных, включающий мониторинг физических и психологических показателей участников, а также обратную связь от семей-участников проекта, подтверждает успешность выбранной модели реализации программы. По наблюдениям экспертов, участники программы демонстрируют заметный прогресс в социализации, эмоциональном развитии и познавательных способностях: улучшение коммуникативных навыков, снижение тревожности, повышение самооценки и групповой адаптации. Согласно исследованию, основанному на отзывах родителей, программа показала высокую эффективность. Дети успешно применяют полученные навыки в быту, становятся более самостоятельными и лучше адаптируются в обществе.

Важным достижением стало улучшение взаимоотношений между детьми и родителями, а также обучение семей созданию развивающей среды дома. В целом

проект позитивно влияет на благополучие всех участников. Создаётся поддерживающая атмосфера, где семьи могут обмениваться опытом, получать профессиональную помощь и чувствовать себя частью понимающего сообщества. Особо показательным является пятикратный рост числа семей, вовлечённых в проект "Семейный клуб": с 20 семей на момент запуска программы в 2019 году до 100 семей к началу 2024-2025 учебного года, что свидетельствует о высокой социальной значимости и востребованности данной инициативы. Для будущих специалистов участие в проекте становится бесценной практикой, позволяющей приобрести реальный опыт работы с особенными детьми и их семьями.

В процессе реализации программы «Молодой атлет» в формате семейного клуба выявлены проблемные аспекты. Первое связано с необходимостью учета индивидуальных особенностей восприятия участников, что требует систематической корректировки методик и персонализированного подхода. Второе направление касается адаптации программы под различные нозологические группы участников с учетом их физического развития и психоэмоционального состояния, что предполагает разработку вариативных компонентов и адаптивных методических материалов.

Ключевой проблемой реализации проекта является низкая вовлеченность родителей в процесс физического развития детей. Несмотря на бесплатный формат и очевидные преимущества для социальной адаптации, наблюдается пассивность в отношении регулярного участия и мониторинга прогресса. Количество нуждающихся в программе детей превышает текущий охват, при этом информированность целевой аудитории о возможностях участия остается недостаточной.

Для повышения эффективности реализации программы необходимо: усилить информационную работу с родителями, развивать систему мотивации участников, расширять сеть партнёрских организаций, совершенствовать механизмы обратной связи.

**Выводы.** Комплексный подход в реализации программы способствует формированию базовых двигательных навыков, развитию координации и повышению адаптационных возможностей детей с ментальными нарушениями. Это создаёт необходимую основу для их дальнейшего участия в адаптивном спорте и успешной социальной интеграции. Учитывая высокую социальную значимость и доказанную эффективность программы «Молодой атлет» в рамках казанского проекта, представляется целесообразным расширение географии подобных мероприятий. Необходимо активное распространение накопленного опыта, проведение обучающих мероприятий для специалистов из других регионов и создание методической базы для тиражирования успешной практики. Это позволит сделать качественные инклюзивные программы доступными для большего числа семей, вос-

питывающих детей с интеллектуальными нарушениями.

#### ***Библиографический список:***

1. *Евсеев С.П., Шапкова Л.В.* Адаптивная физическая культура: учебное пособие. - М.: Советский спорт, 2021. - С. 77-79.
2. Специальная олимпиада России: официальный сайт. – Москва. – 2025. Режим доступа: <https://specialolympics.ru/>
3. Федеральная служба государственной статистике: официальный сайт. – Москва. –2025. Режим доступа: <https://www.rosstat.gov.ru> предоставляет возможность общаться вместе детям с особенностями развития интеллекта и без таковых.

*©Бурмистрова Н. Е., Бабичева А. Е.,  
Ракова М. С., 2026*