

УДК 379.8:364.4:316.7

ПАРКИ ЗДОРОВЬЯ КАК ИНСТИТУТ ГУМАНИСТИЧЕСКОГО  
ВЛИЯНИЯ: ИНТЕГРАЦИЯ ИНКЛЮЗИИ, ГОРОДСКОЙ СРЕДЫ И  
КУЛЬТУРЫ ЗАБОТЫ

**Тамразова И.Г.** - доктор филол. наук, проф. кафедры «Иностранные языки» Московского политехнического университета, семейный психолог,

**Мельникова Е.А.** - генеральный директор, Продюсерский центр парков  
Концепт парк (ООО "Концепт парк)

<https://conceptpark.pro>

*Аннотация:* В статье рассматриваются парки здоровья как новая модель общественных пространств, ориентированных на укрепление здоровья, развитие инклюзивной среды и формирование культуры заботы. Показана роль парков здоровья как инструмента гуманистического влияния, объединяющего оздоровительные, социальные и семейно-ориентированные функции.

*Ключевые слова:* парки здоровья, инклюзивная среда, культура заботы, гуманистическое влияние, городская среда, общественные пространства.

HEALTH PARKS AS AN INSTITUTION OF HUMANISTIC INFLUENCE:  
INTEGRATION OF INCLUSION, URBAN ENVIRONMENT AND THE  
CULTURE OF CARE

**Tamrazova I.G.** - Doctor of Philology, Professor of the Department of Foreign Languages, Moscow Polytechnic University, Family Psychologist,

**Melnikova E.A.** – General Director, Concept Park Production Center (LLC  
“Concept Park”)

<https://conceptpark.pro>

*Abstract:* The article examines health parks as a new model of public spaces focused on health promotion, inclusive environment development and the formation of a culture of care. The role of health parks as an instrument of humanistic influence combining health, social and family-oriented functions is demonstrated.

**Key words:** health parks, inclusive environment, culture of care, humanistic influence, urban environment, public spaces.

Современные города сталкиваются с комплексом новых социальных вызовов, связанных с ростом урбанизационной нагрузки, снижением двигательной активности населения, увеличением психоэмоционального напряжения и ослаблением социальных связей. В условиях высокой плотности городской среды возрастает потребность в общественных пространствах, способных одновременно выполнять рекреационные, оздоровительные и социально-интеграционные функции [1].

Одновременно меняется и само понимание здоровья. Если ранее оно рассматривалось преимущественно как медицинская категория, то сегодня всё большее распространение получает гуманистический подход, трактующий здоровье как состояние физического, психоэмоционального и социального благополучия человека [2]. В этой связи особое значение приобретают формы повседневной профилактики и восстановления, интегрированные непосредственно в городскую среду.

Одним из перспективных направлений становится развитие парков здоровья — общественных пространств нового типа, объединяющих природный ландшафт, оздоровительные маршруты, зоны физической активности, семейный досуг, рекреацию и элементы социальной поддержки. В отличие от традиционных парков и рекреационных территорий, парк здоровья ориентирован не только на отдых, но и на формирование культуры заботы, профилактику заболеваний, укрепление межпоколенческих связей и повышение качества жизни населения.

Особую роль в данной модели играет инклюзивность. Современные исследования и практический опыт внедрения доступной среды показывают, что инклюзия не должна рассматриваться как отдельный блок проектирования, связанный исключительно с обеспечением потребностей маломобильных групп населения. Напротив, инклюзивный подход предполагает создание среды,

комфортной для всех категорий посетителей, включая семьи с детьми, пожилых людей, посетителей с сенсорной чувствительностью и людей с особыми потребностями [3].

Ранее автором были рассмотрены вопросы формирования инклюзивной культуры в общественных пространствах и роль парков как институтов культурного и социального влияния [4; 5]. Развитие концепции парков здоровья позволяет расширить данный подход, рассматривая их как формирующийся институт гуманистического влияния, в котором здоровье, инклюзия и культура заботы объединяются в единую модель общественного пространства.

Цель статьи заключается в рассмотрении парков здоровья как новой формы гуманистической городской инфраструктуры, ориентированной на интеграцию оздоровительных, социальных и инклюзивных практик.

### **Парки здоровья в контексте гуманистической функции общества**

В современной научной и общественной повестке всё большее внимание уделяется гуманизации городской среды и поиску механизмов, способных повысить качество жизни населения. Гуманистический подход предполагает ориентацию развития общественных пространств на человека, его благополучие, безопасность, социальную включённость и возможность полноценного участия в жизни общества [2]. В этой логике город рассматривается не только как система инфраструктурных объектов, но и как среда формирования здоровья, социальных связей и культуры взаимодействия.

В последние годы наблюдается переход от традиционной модели благоустройства к созданию многофункциональных общественных пространств, ориентированных на профилактику заболеваний, развитие физической активности и поддержку психоэмоционального состояния населения [1]. На этом фоне формируется новая концепция парков здоровья, в которой рекреационная функция дополняется оздоровительной, социальной и просветительской составляющими.

Парк здоровья представляет собой комплексное пространство, объединяющее природную среду, маршруты движения и реабилитации, зоны физической активности, пространства спокойного пребывания, семейный досуг и механизмы социальной интеграции. Подобный подход позволяет рассматривать его не только как объект городской инфраструктуры, но и как инструмент формирования культуры заботы, основанной на уважении к потребностям человека и поддержке различных жизненных сценариев.

Особое значение в данной модели приобретает профилактическая функция. Современные исследования подтверждают влияние качественной городской среды, озеленения и рекреационных пространств на снижение уровня стресса, повышение физической активности и улучшение общего психоэмоционального состояния населения [6]. Таким образом, парк здоровья становится пространством повседневного восстановления, доступным широким категориям граждан без необходимости обращения к специализированным учреждениям.

При этом важной особенностью парков здоровья является их социальная направленность. В отличие от классических рекреационных территорий они ориентированы на совместное пребывание различных возрастных и социальных групп: детей, подростков, семей, пожилых людей, людей с ограниченными возможностями здоровья и посетителей, нуждающихся в особых условиях пребывания. Подобная модель способствует укреплению межпоколенческих связей, снижению социальной изоляции и развитию локальных сообществ [7].

Ранее в исследованиях автора отмечалось, что современные общественные пространства всё чаще выступают институтами культурного и социального влияния, формируя новые модели взаимодействия и ценностные установки [4]. В этом контексте парки здоровья можно рассматривать как новый тип гуманистической инфраструктуры, где забота о человеке становится системообразующим принципом проектирования и управления.

Таким образом, парк здоровья выходит за рамки традиционного понимания парковой территории и приобретает признаки социального института, способного одновременно реализовывать оздоровительные, культурные, интеграционные и воспитательные функции.

### **Инклюзия как основа парка здоровья**

Одним из базовых принципов формирования парков здоровья является инклюзивность, которая в современной научной и проектной практике рассматривается значительно шире, чем обеспечение физической доступности среды. Инклюзивный подход предполагает создание пространства, в котором каждый человек, независимо от возраста, состояния здоровья, уровня мобильности и особенностей восприятия, может полноценно участвовать в общественной жизни и пользоваться инфраструктурой без дополнительных барьеров [3].

В контексте парков здоровья инклюзия приобретает особое значение, поскольку сама концепция таких пространств ориентирована на укрепление благополучия населения. При этом благополучие понимается не только как физическое состояние, но и как сочетание психологического комфорта, социальной включённости и возможности безопасного взаимодействия со средой [2]. Следовательно, инклюзия становится не отдельным разделом проектирования, а системообразующим принципом формирования парка.

Традиционно доступная среда ассоциируется с пандусами, лифтами и безбарьерными маршрутами. Однако современная практика показывает необходимость перехода к более комплексной модели, учитывающей сенсорные, когнитивные и эмоциональные особенности посетителей [4]. Для семьи с ребёнком с расстройством аутистического спектра важна предсказуемость пространства и наличие тихих зон. Для пожилых посетителей — удобные маршруты, короткие дистанции и места отдыха. Для родителей с маленькими детьми — комфортная навигация и безопасная инфраструктура. Для людей с ограниченной мобильностью — беспрепятственное перемещение по территории.

В рамках концепции парков здоровья можно выделить несколько ключевых инклюзивных компонентов.

Во-первых, это безбарьерные маршруты движения и восстановления. Они включают доступные прогулочные и реабилитационные маршруты, адаптированные зоны активности, удобные переходы и логичную пространственную организацию. Подобные решения позволяют использовать парк как пространство профилактики и мягкой реабилитации для широкого круга посетителей [5].

Во-вторых, особую роль играют пространства сенсорного и психоэмоционального восстановления. К ним относятся тихие зоны пребывания, терапевтические сады, маршруты мягкой активности и пространства с контролируемой сенсорной нагрузкой. Подобные элементы способствуют снижению тревожности, восстановлению эмоционального состояния и профилактике сенсорной перегрузки [3].

В-третьих, важным элементом становится создание инклюзивных зон физической активности. В отличие от традиционных спортивных пространств они ориентированы на совместное использование разными группами населения и предусматривают возможность участия людей с различным уровнем физических возможностей [1].

Отдельного внимания заслуживает универсальная навигация и альтернативная коммуникация. Использование понятной визуальной системы, пиктограмм, тактильных элементов, цифровых сервисов и аудиосопровождения позволяет сделать пространство более понятным и безопасным для различных категорий посетителей [4].

Ранее автором было отмечено, что инклюзивная среда в общественных пространствах должна рассматриваться не как социальная нагрузка, а как фактор устойчивого развития территории и расширения аудитории [5]. В отношении парков здоровья этот тезис приобретает особую значимость. Инклюзивность способствует росту семейного сегмента, расширению пользовательских

сценариев и формированию новой культуры взаимодействия, основанной на уважении, принятии и заботе.

Таким образом, инклюзия в модели парка здоровья выступает не дополнительной функцией, а основой гуманистической среды, обеспечивающей возможность участия, восстановления и комфортного пребывания для всех категорий посетителей.

### **Парк здоровья как пространство семьи, социализации и межпоколенческого взаимодействия**

Современные общественные пространства всё чаще рассматриваются не только как элементы городской инфраструктуры, но и как площадки формирования социальных связей и укрепления локальных сообществ. В условиях ускоренного ритма жизни, цифровизации коммуникаций и роста социальной разобщённости возрастает значение территорий, способных объединять людей разных возрастов и создавать условия для совместного проживания культурного и социального опыта [7].

В этой связи парк здоровья приобретает особую роль как пространство семьи и межпоколенческого взаимодействия. В отличие от специализированных спортивных или рекреационных объектов, он ориентирован на широкий круг пользователей и предусматривает различные сценарии пребывания: семейный отдых, прогулки, занятия физической активностью, восстановительные практики, участие в культурных и образовательных мероприятиях.

Одним из важных эффектов такой модели становится укрепление семейных связей. Совместное участие родителей, детей и представителей старшего поколения в прогулочных маршрутах, спортивных активностях, экологических программах и культурных событиях формирует пространство общения и совместного досуга, что особенно важно в условиях дефицита семейного времени [8].

Особую ценность представляют пространства, ориентированные на разные возрастные группы и одновременно объединяющие их в рамках единой среды.

Детские игровые зоны, маршруты мягкой активности, терапевтические сады, площадки для занятий адаптивной физической культурой, пространства спокойного отдыха и образовательные локации позволяют создавать условия для совместного пребывания семей, не разделяя посетителей по возрастному принципу.

Дополнительное значение парк здоровья приобретает как инструмент профилактики социальной изоляции. Особенно это актуально для пожилых людей, семей, воспитывающих детей с особыми потребностями, а также людей, находящихся в состоянии психологической перегрузки. Наличие комфортной и безопасной среды, поддерживающей различные сценарии участия, способствует расширению социальных контактов и повышению вовлечённости населения в общественную жизнь [2].

Важной составляющей парков здоровья может стать организация событийной и образовательной программы: семейные фестивали, экологические акции, занятия по профилактике здоровья, маршруты осознанного движения, программы активного долголетия, межпоколенческие мастерские и тематические мероприятия. Подобные форматы усиливают социальную функцию пространства и способствуют формированию культуры заботы как нормы общественного взаимодействия.

Ранее в исследованиях автора отмечалось, что общественные пространства способны выполнять функции культурного влияния, участвуя в формировании новых моделей поведения и ценностных установок [5]. В отношении парков здоровья данный тезис получает дополнительное развитие: здесь среда не только организует отдых, но и формирует практики заботы, поддержки и совместного проживания пространства.

Таким образом, парк здоровья становится площадкой социальной интеграции, объединяющей различные поколения и группы населения. Его значение выходит за пределы рекреационной функции и позволяет рассматривать подобные пространства как элемент гуманистической

инфраструктуры, ориентированной на укрепление семьи, профилактику социальной разобщённости и развитие культуры взаимодействия.

### **Модульная модель парка здоровья: от общественного пространства к системе заботы**

Одной из особенностей концепции парков здоровья является её модульный характер, позволяющий адаптировать проект к различным территориальным, социальным и демографическим условиям. В отличие от традиционных рекреационных объектов парк здоровья формируется как многофункциональная система, объединяющая различные сценарии оздоровления, отдыха, социализации и восстановления [1].

Модульный подход обеспечивает гибкость проектирования и позволяет формировать пространство с учётом потребностей конкретной территории, структуры населения и стратегических задач развития городской среды. При этом отдельные элементы могут масштабироваться, комбинироваться и адаптироваться без изменения общей гуманистической логики проекта.

Одним из базовых модулей выступает природно-ландшафтный компонент, включающий озеленённые территории, прогулочные маршруты, терапевтические сады и экологические пространства. Современные исследования подтверждают положительное влияние природной среды на снижение уровня стресса, восстановление психоэмоционального состояния и повышение качества жизни населения [6]. В этой связи природный каркас рассматривается не как декоративный элемент, а как инструмент профилактики и восстановления.

Следующий модуль связан с рекреацией и спокойным пребыванием. Он включает тихие зоны, пространства созерцательного отдыха, маршруты мягкой активности и территории сенсорного восстановления. Подобные решения особенно важны для пожилых посетителей, семей с детьми и людей с повышенной сенсорной чувствительностью [3].

Особое место занимает модуль физической активности и оздоровления. В его структуру могут входить пространства адаптивного спорта, инклюзивные спортивные площадки, маршруты реабилитации, зоны активного долголетия и территории для занятий восстановительными практиками. В отличие от классической спортивной инфраструктуры такие пространства ориентированы на широкий круг пользователей и предусматривают различные уровни физической нагрузки [4].

Отдельное значение имеет семейно-ориентированный модуль, включающий детские пространства, межпоколенческие зоны взаимодействия, образовательные площадки и пространства совместного досуга. Их задача состоит не только в организации отдыха, но и в укреплении социальных связей и формировании культуры совместного пребывания [8].

Дополнительными компонентами модели могут выступать модули диагностики и профилактики здоровья, событийно-образовательные пространства, гастрономические зоны, цифровые сервисы и административно-управленческая инфраструктура. Такое построение позволяет формировать парк как живую систему, способную адаптироваться к изменяющимся потребностям общества.

Особую роль в данной модели играет инклюзивный принцип, который пронизывает все модули без исключения. Доступность, универсальная навигация, сенсорный комфорт и вариативность сценариев пребывания рассматриваются не как отдельный блок, а как сквозной элемент проектирования [5].

Таким образом, модульная модель парка здоровья позволяет перейти от представления о парке как о рекреационной территории к пониманию его как комплексной системы заботы, объединяющей природную среду, здоровье, семью, инклюзию и социальное взаимодействие.

**Социальный, культурный и экономический эффект парков здоровья**

Развитие парков здоровья имеет значение не только с позиции формирования оздоровительной инфраструктуры, но и как инструмент комплексного развития территории. Интеграция рекреационных, инклюзивных и семейно-ориентированных решений позволяет рассматривать такие пространства как фактор повышения качества городской среды, укрепления социальных связей и формирования новых моделей общественного взаимодействия [1].

Одним из наиболее значимых социальных эффектов является расширение доступности городской инфраструктуры для различных групп населения. Инклюзивная модель парка здоровья способствует вовлечению семей с детьми, пожилых людей, посетителей с ограниченной мобильностью и людей с особыми сенсорными потребностями в общественную и культурную жизнь. В результате формируется более открытая и интегрированная среда, снижается социальная изоляция и расширяются возможности участия различных категорий населения [3].

Особую роль играет влияние парков здоровья на развитие семейного сегмента. Создание пространств совместного пребывания, маршрутов мягкой активности, семейных зон отдыха и инклюзивных рекреационных пространств способствует увеличению времени пребывания посетителей и формированию устойчивых сценариев семейного досуга. В этом контексте парк здоровья начинает выполнять функцию поддержки семьи и межпоколенческого взаимодействия [8].

Культурный эффект выражается в формировании новой культуры заботы, основанной на уважении к разнообразию, поддержке благополучия и ценности совместного проживания пространства. Парк становится местом распространения практик здорового образа жизни, экологической культуры, осознанного отдыха и социальной ответственности [5].

Наряду с социальной функцией парки здоровья обладают значительным экономическим потенциалом. Современная практика развития общественных

пространств показывает, что качественная и многофункциональная среда способствует повышению привлекательности территории, росту туристического интереса и развитию сопутствующей инфраструктуры [6].

Дополнительным фактором устойчивости выступает развитие межотраслевого взаимодействия. Интеграция медицинских, реабилитационных, образовательных, спортивных и культурных организаций позволяет формировать новые модели партнёрства и расширять функциональные возможности парка. Подобный подход создаёт предпосылки для появления новых сервисов и сценариев использования пространства.

Отдельного внимания заслуживает инвестиционная составляющая. Включение инклюзивных решений и расширение пользовательских сценариев способствуют росту аудитории и повышению привлекательности проектов для потенциальных партнёров и инвесторов. Таким образом, инклюзия в модели парков здоровья рассматривается не как дополнительная социальная нагрузка, а как ресурс устойчивого развития территории [4].

Ранее в исследованиях автора было показано, что интеграция инклюзивных практик в общественные пространства способствует формированию более устойчивой социальной среды и расширяет возможности участия различных групп населения [4; 5]. В модели парков здоровья данный эффект усиливается за счёт объединения оздоровительных, семейных и культурных функций.

Таким образом, парк здоровья выступает не только как объект благоустройства, но и как инструмент социального, культурного и экономического развития, способный влиять на качество жизни населения и формирование гуманистической городской среды.

### **Заключение**

Проведённый анализ позволяет рассматривать парки здоровья как формирующийся институт гуманистического влияния, значение которого выходит далеко за пределы традиционного понимания рекреационных и оздоровительных пространств. В условиях роста урбанизационной нагрузки,

снижения двигательной активности населения и изменения социальных практик подобные территории приобретают особую значимость как элементы новой городской инфраструктуры, ориентированной на повышение качества жизни, профилактику заболеваний и укрепление общественных связей [1].

Особенность парков здоровья заключается в объединении различных функций в рамках единой среды: оздоровительной, социальной, рекреационной, семейной и интеграционной. При этом ключевым принципом их формирования выступает инклюзивность, понимаемая не как отдельное направление проектирования, а как основа гуманной среды, обеспечивающей возможность участия, восстановления и комфортного пребывания для различных категорий населения [3; 5].

Важным результатом исследования является вывод о том, что парки здоровья способны формировать новую культуру заботы, основанную на уважении к разнообразию, поддержке благополучия и развитии практик совместного проживания пространства. Через семейные сценарии досуга, межпоколенческое взаимодействие, инклюзивные маршруты, пространства восстановления и оздоровительные активности парк становится площадкой формирования социальных связей и укрепления локальных сообществ [8].

Наряду с выраженным социальным эффектом парки здоровья обладают значительным потенциалом территориального развития. Интеграция инклюзивных решений, расширение аудитории, развитие межотраслевого взаимодействия и формирование новых пользовательских сценариев повышают инвестиционную привлекательность подобных проектов и создают предпосылки для их масштабирования [6].

Таким образом, парки здоровья могут рассматриваться как перспективная модель гуманистического развития общественных пространств, в которой здоровье понимается не только как медицинская категория, а как комплексное состояние физического, психоэмоционального и социального благополучия человека. Дальнейшее развитие данной концепции требует

междисциплинарного взаимодействия специалистов в области инклюзии, урбанистики, здравоохранения, психологии, архитектуры и управления общественными пространствами, что позволит сформировать новые подходы к проектированию городской среды и реализации культуры заботы в современном обществе.

### Литература

1. Всемирная организация здравоохранения. Здоровые города: эффективный подход к улучшению здоровья и благополучия. — Копенгаген: Европейское региональное бюро ВОЗ, 2020.
2. Всемирная организация здравоохранения. Устав Всемирной организации здравоохранения. — Нью-Йорк, 1946.
3. Тамразова И. Г. Инклюзивная культура как элемент национального наследия: от традиций к современности // Вестник Восточно-Сибирской открытой академии. — 2025. — № 57.
4. Тамразова И. Г. Гибридные парки без границ: как инклюзия формирует модель успеха // Вестник Восточно-Сибирской открытой академии. — 2025. — № 58.
5. Тамразова И. Г. Инклюзивная культура и мягкая сила: парки развлечений как институт влияния // Вестник Восточно-Сибирской открытой академии. — 2025. — № 59.
6. Всемирная организация здравоохранения. Urban green spaces and health: a review of evidence. — Copenhagen: WHO Regional Office for Europe, 2016.
7. Лапин Н. И. Культурная модернизация и традиционные ценности // Социологические исследования. — 2020. — № 9. — С. 5–14.
8. Стратегия государственной культурной политики на период до 2030 года: распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 февраля 2016 г. № 326-р.