

## СПОРТИВНЫЕ ЗАНЯТИЯ ДЛЯ СТУДЕНТОВ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Цырцанов А.А. (Студент, Университет ИТМО)

Научный руководитель – кандидат технических наук Гнездилова С.А.  
(Университет ИТМО)

**Введение.** В данной работе рассмотрена проблема, связанная с отсутствием возможности у студентов с расстройством аутистического спектра посещать спортивные занятия в высших учебных заведениях.

Расстройства аутистического спектра (РАС) представляют собой целую группу различных состояний. Для всех из них характерны те или иные трудности с социальным взаимодействием и общением<sup>1</sup>.

Краткий анализ по исследованию имеющихся в настоящее время в высших учебных заведениях Российской Федерации видов спорта показал, что практически отсутствует вариативность (выборность) спортивных занятий, позволяющих студентам с РАС принимать в них участие. Самыми распространенными видами спорта являются командные виды спорта. Однако основной проблемой студентов с РАС являются сложности в коммуникации, снижение скорости моторной реакции, что не позволяет им принимать участие в занятиях, проводимых в университетах. Таким образом, обычно все сводится к освобождению студентов с РАС от занятий по физической культуре и спорту или к теоретической сдаче дисциплины, что негативно сказывается на адаптации и социализации в студенческой среде.

Учеными и практиками уже неоднократно доказано, что занятия физической культурой благотворно сказываются не только на умственной, но и на психическо-эмоциональной среде человека, а также способствует культивированию здорового образа жизни. Изучение данной проблематики актуально в связи с тем, что возможность посещения спортивных занятий в вузе имеет особое значение для студентов с РАС, так как помогает им не только поддерживать здоровье, но и адаптироваться в студенческой среде, развивать способности в коммуникации и чувствовать себя полноценным студентом.

**Основная часть.** В качестве исследования и предложения путей решения использован положительный опыт спортивных занятий для студентов с РАС в Университете ИТМО. Образовательная программа Университета ИТМО позволяет выбирать студентам несколько видов спортивных занятий из 50 видов спорта. Для студентов с РАС подходят такие виды как АФК и ЛФК, йога, спортивный туризм (северная ходьба), беговой клуб, плавание и иные виды спорта в зависимости от физической подготовки и способностей студентов с РАС. Также предусмотрена возможность домашних тренировок с телеграм-ботом KronbarsFitBot, онлайн занятия шахматами. Еще одним из способов является тренировки в привычном для студента фитнес-клубе, который также может быть ориентирован на тренировки людей с РАС. При этом финансовые возможности вузов различны и для применения опыта Университета ИТМО необходимо изучение и анализ законодательной базы по вопросам регулирования требований к физической культуре и спорту в вузах и инициирования соответствующих изменений, позволяющих иметь выборность спортивных занятий, в том числе отвечающих требованиям для студентов с РАС.

### **Выводы.**

Предложением является распространение опыта Университета ИТМО на высшие учреждения заведения Российской Федерации. Необходимость рассмотрения возможности закрепления использования нескольких видов спортивных занятий в вузах, включающих спортивные

---

1 <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>

занятия для студентов с РАС на законодательном уровне как федеральном, так и на региональном. Анализ и применение опыта зарубежных стран.

**Список использованных источников:**

1. Агаркова К.Г. Проблемы адаптивного спорта//В сборнике: Молодежь и XXI век – 2021 Материалы XI Международной молодежной научной конференции. В 6-ти томах. Отв. Редактор М.С.Разумов Курск, 2021 – С. 235– 237.
2. Головина И.Ю., Аветисян А.Р. Развитие адаптивной физической культуры как помощь в социализации людей с ограниченными возможностями // Наука – 2020. – № 9(54). – С. 194–199.
3. Митрохин Е., Антонов А.А. Адаптивная физическая культура и спорт// Сибирский государственный университет геосистем и технологий.