

*Хуссейн Мохамед Хассан Али*

студент

Научный руководитель

*Костенко Елена Геннадьевна*

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет

физической культуры, спорта и туризма»

г. Краснодар, Краснодарский край

**СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ И ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
РАЗВИТИЕ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ  
СРЕДСТВАМИ ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ**

*Аннотация:* в работе показана значимость цифровых технологий в физической реабилитации людей с ограниченными физическими возможностями в решение проблем социализации и профессионального становления личности. Цифровая трансформация предоставляет перспективы улучшения качества жизни и открывает новые пути для социальной адаптации и профессионального развития маломобильных групп населения.

*Ключевые слова:* цифровые технологии, компьютерное моделирование, физическая реабилитация, адаптивная физическая культура.

Физическая реабилитация оказывает существенное влияние на жизнь людей с ограниченными физическими возможностями, способствуя восстановлению или усовершенствованию физических навыков. Однако, кроме физического аспекта, реабилитация также должна учитывать социальные и профессиональные аспекты, так как они имеют важное значение для полноценной жизни человека. В последние десятилетия цифровые технологии все интенсивнее применяются в физической реабилитации, открывая новый потенциал для решения проблем социализации и профессионального становления личности [7].

Одной из основных проблем, с которыми сталкиваются люди с ограниченными физическими возможностями, является социальная изоляция. Им может быть сложно находить общий язык с окружающими, быть активным в общественной жизни и общении. Это может привести к чувству одиночества, неполноценности и депрессии. Цифровые инновации эффективно влияют на решение этой проблемы, предоставляя шанс для виртуального диалога, участия в онлайн-сообществах на различных интернет-платформах. Виртуальная реальность создает симуляции различных социальных ситуаций, помогая людям с ОВЗ тренировать навыки общения и социализации [2].

Для большинства людей с особыми физическими возможностями профессиональное становление может быть сложным. Они могут сталкиваться с дискриминацией на рабочем месте, к затруднённому доступу к образовательной среде и профессиональному развитию. Цифровые платформы являются базисным аспектам для решения проблем такого рода, обеспечивая простоту онлайн-образования, удаленной работы и других возможностей для профессионального роста [10]. Кроме того, виртуальная реальность может использоваться для тренировки профессиональных способностей и адаптации к рабочим условиям.

IT разработки могут быть применены в различных аспектах физической реабилитации для решения проблем социализации и профессионального становления личности. Например, виртуальная реальность может использоваться для проведения тренировок по социализации, обучения навыкам общения и преодоления социальной тревожности [6].

Благодаря цифровым технологиям можно также проводить мониторинг физического состояния человека и корректировать программы тренировок в соответствии с его изменяющимися потребностями. Это позволяет улучшить результаты физической реабилитации и повысить уровень активности людей с ограниченными возможностями [9].

Компьютерное моделирование в физической культуре и спорте, особенно в адаптивной физической культуре, которая ориентирована на людей с ОВЗ,

позволяет создавать индивидуальные программы тренировок и адаптировать их под конкретные потребности и возможности каждого человека [4].

Одной из основных задач адаптивной физической культуры является повышение уровня физической активности людей с ОВЗ, а также улучшение их физического состояния и качества жизни [1]. Компьютерное моделирование дает возможность создавать виртуальные тренировки, оптимизированные и адаптированные под конкретного человека. Это особенно важно для людей с инвалидностью или хроническими заболеваниями, которые требуют индивидуального подхода к тренировочному процессу [5].

Посредством компьютерного моделирования можно создавать тренировочные программы, учитывающие особенности физических возможностей человека, его заболевания, уровень подготовленности и другие факторы [5]. Такие программы могут включать в себя различные виды тренировок, от физических упражнений до спортивных игр, а также контролировать интенсивность и длительность занятий. Кроме того, компьютерное моделирование позволяет проводить мониторинг физического состояния человека и корректировать программы тренировок в соответствии с его изменяющимися потребностями [8].

Одним из примеров успешного использования компьютерного моделирования в адаптивной физической культуре является разработка виртуальных тренажеров для людей с ОВЗ. Эти тренажеры позволяют проводить тренировки на различных уровнях интенсивности, а также отслеживать прогресс и корректировать программы тренировок в реальном времени [3].

Компьютерное моделирование в адаптивной физической культуре помогает создавать индивидуальные программы тренировок и обеспечивает эффективный мониторинг физического состояния людей с ограниченными возможностями [5]. Это позволяет им улучшить свое физическое состояние, повысить степень активности и уровень жизнедеятельности.

Цифровые технологии играют все более значимую роль в восстановительной терапии маломобильных групп населения, помогая им решать проблемы социализации и профессионального становления личности. Виртуальная

реальность, онлайн-сообщества, интернет-платформы и другие IT разработки открывают новые пути для социальной адаптации и профессионального развития. Цифровизация в сфере физической реабилитации предоставляет новые перспективы для усовершенствования условий жизни людей с ограниченными физическими возможностями и помогает им интегрироваться в общество на одном уровне с другими.

### *Список литературы*

1. Адаптивная физическая культура: ключевой инструмент восстановления и реабилитации для людей с ограниченными возможностями [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/38apHN> (дата обращения: 24.12.2023).

2. Бондаренко А.С. Дистанционное психологическое консультирование / А.С. Бондаренко // Тезисы докладов XLVIII научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа, Краснодар, 2021. – С. 100–101. – EDN JWEIUE

3. Бугаев В.В. Применение искусственного интеллекта в сфере медицины и здравоохранения / В.В. Бугаев // Цифровая трансформация в науке, образовании и спорте: сборник статей. – Краснодар, 2023. – С. 104–106. – EDN ZTZKOP

4. Костенко Е.Г. Интернет вещей как способ моделирования и контроля в спорте / Е.Г. Костенко // Технопарк универсальных педагогических компетенций: материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Чебоксары, 2023. – С. 260–263. – EDN CTYDZE

5. Костенко Е.Г. Компьютерное моделирование основных видов деятельности спортсменов / Е.Г. Костенко // Развитие современного образования в контексте педагогической компетентологии: материалы III Всероссийской научной конференции с международным участием. – Чебоксары, 2023. – С. 74–77. – EDN SJLEYV

6. Мурзина А.М. Интернет вещей, как способ взаимодействия в образовательной среде / А.М. Мурзина // Тезисы докладов XLIX научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного Федерального округа: материалы конференции. – Краснодар, 2022. – С. 229–230. – EDN YRHSAU

7. Принцип современной реабилитации [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://clck.ru/38apP2> (дата обращения: 12.12.2023).
8. Родинцева А.Ю. Учёт спортивных показателей средствами современных технологий / А.Ю. Родинцева // Тезисы докладов I научной конференции студентов и молодых ученых вузов Южного федерального округа. – Краснодар, 2023. – С. 249–250. – EDN BWALLA
9. Шадрин Д.И. Применение сквозных и цифровых технологий в лечебных и рекреационных занятиях / Д.И. Шадрин, М.А. Сафронова // Культура физическая и здоровье. – 2022. – №3 (83). – С. 165–169. – DOI 10.47438/1999-3455\_2022\_3\_165. – EDN GXSTGG
10. Шапкина У.Ю. Влияние онлайн-курсов на жизнь человека в XXI веке / У.Ю. Шапкина // Цифровая трансформация в науке, образовании и спорте: сборник статей. – Краснодар, 2023. – С. 101–103. – EDN LWBYOK