В современном мире существует множество молодых людей с ограниченными возможностями здоровья и у каждого индивидуальная причина данного недуга. Рост инвалидности населения всего мира тесно связан, прежде всего, с производственными процессами, авариями, природными катаклизмами, катастрофами, военными конфликтами, экологическими проблемами и другими причинами. Также травму можно получить, еще находясь в утробе матери, при рождении и в дальнейшей жизни. В результате таких несчастных случаев многие молодые люди и не только теряют на определенное время или навсегда былую работоспособность и состояние здоровья. Новые вынужденные условия существования ухудшают их ментальное и физическое качество жизни, в результате чего им требуется реабилитация и ресоциали-зация. Все это одинаково усложняет жизненный процесс молодых людей, которые считают себя не такими, как сверстники из-за приобретенных проблем со здоровьем. Поэтому необходимо принять соответствующие меры для облегчения жизни таких людей и их внедрения в общественную деятельность, чем, собственно, и занимается адаптивная физическая культура. Наиболее активной и эффективной мерой защиты инвалидов является их реабилитация и социальная адаптация с помощью средств физической культуры и спорта. Адаптивная физическая культура – это вид физической культуры, ориентированный на человека с отклонениями в состоянии здоровья. Это деятельность и ее социально и индивидуально значимые результаты: − по созданию всесторонней готовности человека с отклонениями в состоя-нии здоровья к жизни; − оптимизации его состояния и развития в процессе комплексной реабилитации и социальной интеграции; − это специфический процесс и результат человеческой деятельности, а также средства и способы совершенствования и гармонизации всех сторон и свойств индивида с отклонениями в состоянии здоровья (физических, интеллектуальных, эмоционально-волевых, эстетических, этических и другие) с помощью физических упражнений, естественно- средовых и гигиенических факторов. Адаптивное физическое воспитание является организованным видом физической культуры, охватывающим длительный период жизни человека. Этот вид деятельности – обязательная дисциплина во всех видах образовательных коррекционных учреждений, которая развивает и воспитывает в молодых людях любовь к своему телу и внимание к состоянию здоровья. Эта двигательная активность способствует формированию положительной мотивации к здоровому образу жизни, развитию уверенности в себе и своих силах, повышению уровня социализации и приспособления к условиям жизни. Одной из целей общества в отношении социализации молодежи с ограниченными возможностями здоровья должно стать создание специального регулируемого физкультурного и спортивного движения с адаптивной, образовательной, воспитательной и коррекционной направленностями подготовки. Также, при этом, стоит уделить особое внимание созданию стандартов обучению методик адаптивной физической культуры.

Как уже отмечалось ранее, занятия адаптивной физической культурой способны помочь молодежи социализироваться и чувствовать себя обычными членами общества, которым, на равных условиях доступно образование, досуг, работа и личностное развитие. Для этого существуют различного рода специалисты по адаптивной физической культуре высшего и среднего профессионального образования, которые имеют компетенцию работать с людьми с отклонениями в состоянии здоровья и способствуют их социализации. Такого рода специалисты работают в различных государственных и негосударственных учреждениях, где проживают, обучаются, трудятся, лечатся, отдыхают и тренируются как молодые, так и другого возраста люди с ограниченными возможностями состояния здоровья. Следовательно, они получают доступ не только к профессиональному восстановлению и поддержания своего состояния здоровья, но к общению со специалистами и людьми с похожими проблемами. Для молодежи особо актуальными являются специальные коррекционные образовательные учреждения: дошкольные, школьные, высшие и другие, также различные физ-культурно-оздоровительные и реабилитационные центры, санатории, спортивные школы, спортивные клубы и многое другое, где они могут взаимодействовать с другими людьми и проходить лечение [1, с. 16]. Таким образом, адаптивная физическая культура способствует реабилитации, социализации или ресоциализации молодежи с отклонениями в состоянии здоровья, она поднимает их качество и уровень жизни, помогает приспособиться к новым условиям существования. Однако не всегда люди с проблемами со здоровьем имеют доступ к государственной помощи и профессиональной поддержке. Это, прежде всего, связанно с территориальной отдаленностью и небольшим количеством реабилитационных центров, материальными и иными проблемами инвалидов. Для обеспечения равного доступа лиц с ограниченными возможностями здоровья к занятиям адаптивной физической культурой, необходимо создание специализированных государственных учреждений, например, школ адаптивной физической культуры. Также возможно развитие различных программ адаптивной физической культуры, создание форумов и секций. Необходимо в свою очередь привлечь научных деятелей к исследованиям в области адаптивной физической культуры для создания наиболее благоприятных и эффективных условий взаимодействий и помощи людям с ограниченными возможностями здоровья.