

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования
«Гомельский государственный университет
имени Франциска Скорины»
Управление физической культуры, спорта и туризма
Гомельского облисполкома
Региональное представительство
Национального олимпийского комитета по Гомельской области
Всероссийский научно-исследовательский институт
физической культуры и спорта

ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ
НАСЕЛЕНИЯ, ПРОЖИВАЮЩЕГО В УСЛОВИЯХ
НЕБЛАГОПРИЯТНЫХ ФАКТОРОВ
ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ

6–7 октября

Материалы
IX Международной
научно-практической конференции

В двух частях

Часть 1

ГОМЕЛЬ
УО «ГГУ им. Ф.Скорины»
2011

УДК
ББК
П

Редакционная коллегия:

Председатель *О. М. Демиденко*, доктор технических наук, профессор (Гомель)
Зам. председателя *Г. И. Нарский*, доктор педагогических наук, профессор (Гомель)
Ответств. секретарь *С. В. Севдалев*, кандидат педагогических наук, доцент (Гомель)
Члены коллегии: *В. А. Барков*, доктор педагогических наук, профессор (Гродно);
П. В. Квашук, доктор педагогических наук, профессор (Москва);
В. Г. Никитушкин, доктор педагогических наук, профессор (Москва);
Л. А. Калинин, доктор медицинских наук, профессор (Москва);
П. М. Прилуцкий, кандидат педагогических наук, доцент (Минск);
И. М. Масло, кандидат педагогических наук, доцент (Мозырь);
А. Е. Бондаренко, кандидат педагогических наук, доцент (Гомель);
О. А. Ковалева, кандидат педагогических наук, доцент (Гомель);
К. К. Бондаренко, кандидат педагогических наук, доцент (Гомель).

П **«Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды», IX Международная науч.-практическая конф. (2011, Гомель). IX Международная научно-практическая конференция «Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды», 6–7 окт. 2011 г.: [материалы] : в 2 ч. Ч. 1 : / редкол: О. М. Демиденко [и др.]. – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 2011. – ----- с.**
ISBN

В сборнике представлены материалы докладов IX Международной научно-практической конференции, охватывающей проблемы оздоровления и тренировочной деятельности в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды.

Сборник рассчитан на специалистов в области физической культуры и спорта.

УДК
ББК

ISBN

© УО «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины», 2011

¹В.В. Маринич, ²Д.В. Губа

¹УО «Полесский государственный университет», г. Пинск

²Смоленский гуманитарный университет, г. Смоленск

СОЦИАЛИЗАЦИЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ ПО СРЕДСТВАМ ЗАНЯТИЙ СПОРТОМ

Систематические занятия физической культурой и спортом лиц с ОВЗ не только расширяют функциональные возможности организма, улучшают состояние опорно-двигательного аппарата, адаптационный резерв сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма, но и благоприятно воздействует на психику, мобилизуют волю, возвращают людям с ограниченными физическими возможностями чувство социальной защищенности и полезности. Поэтому в рамках программ по социальной защите, реабилитации и интеграции инвалидов целесообразно определять меры, направленные на обеспечение условий включения инвалидов в систему оздоровительной физкультуры и спорта, на поддержку спортивных движений инвалидов и параолимпийского спорта.

Вопрос развития спорта среди инвалидов является актуальной задачей всего гражданского общества. Развитие физкультуры и массового спорта среди лиц с ОВЗ требует решить проблему доступности объектов спортивной и оздоровительной деятельности для лиц с ограниченными возможностями здоровья, предполагает необходимость адаптированных к индивидуальным особенностям форм и средств включения в спортивную и оздоровительную деятельность.

Причины недостаточного развития физической культуры и спорта инвалидов в России носят многоаспектный характер:

- отсутствие спортивной инфраструктуры и специалистов на местном уровне;
- непонимание многими государственными, политическими и общественными деятелями России, и, в первую очередь, руководителями спортивных организаций, важности решения этой проблемы;
- развитие физической культуры и спорта инвалидов не значится среди приоритетных задач физкультурно-оздоровительных и спортивных организаций;
- отсутствие содействующих сервисов для вовлечения инвалидов в занятия физической культурой и спортом, и, прежде всего территориальная и транспортная доступность физкультурных центров и спортивных сооружений, ограниченность специализированных или адаптированных спортивных сооружений, оборудования и инвентаря;
- отсутствие профессиональных организаторов, инструкторов и тренеров со специальной подготовкой;
- низкая мотивация у самих инвалидов к занятиям физической культурой и спортом;
- излишняя увлеченность спортивных организаций, да и отдельных представителей этой группы населения достижением высоких спортивных результатов, участием в спортивных соревнованиях, т.е. спортизацией этой работы в ущерб ее физкультурно-оздоровительной направленности.

Необходимо отметить, что федеральное законодательство, с одной стороны, определяет требование доступности для инвалидов занятий физкультурой и спортом в целях осуществления оздоровительных мероприятий, а, с другой стороны, ориентирует на развитие спорта высших достижений в рамках специального спорта. Допуск инвалидов к занятиям физкультурой и спортом осуществляется на основании заключения учреждения МСЭ. Индивидуальная программа реабилитации предусматривает соответствующие мероприятия по реабилитации средствами физической культуры и спорта.

Основные направления в этой работе:

- создание соответствующих условий для занятий физической культурой и спортом на спортивных сооружениях и в местах массового отдыха;
- открытие спортивных школ в системе дополнительного образования для детей-инвалидов;
- разработка и производство специализированного инвентаря и оборудования;
- подготовка тренеров, преподавателей и специалистов по адаптивной физической культуре;
- разработка и издание специализированных методик и программ;
- подготовка спортсменов-инвалидов к международным соревнованиям, в том числе Параолимпийским играм.

В параолимпийском движении участвуют спортсмены-инвалиды с поражением опорно-двигательного аппарата, с нарушением слуха и зрения. Параолимпийская программа требует от спортсмена регулярной системы тренировки, участия во всех крупных Международных соревнованиях, а главное - уровня спортивного мастерства не ниже I-II взрослого разряда. По сути дела, параолимпийские игры только для инвалидов, т.е. требуют использования всех резервных возможностей организма как в период соревнований, так и в период тренировки. Спортсмены-инвалиды с нарушениями интеллекта стали принимать участие в Параолимпийских играх не так давно. Для инвалидов с умственной отсталостью главным спортивным мероприятием являются игры «Специал Олимпикс». Эта программа представляет собой особый вид спортивного движения, в котором победителем становится каждый участник.

Программа не предполагает высокого уровня спортивного мастерства, не требует от участника выполнения разрядных нормативов.

Организация соревнований для инвалидов отличается необходимостью предварительного отбора и классификации спортсменов по их функциональным возможностям для формирования специальных групп. Для этого используется специально разработанная спортивно-медицинская классификация. Разделение участников по функциональным классам, с учетом степени поражения, позволяет создавать равные возможности для всех спортсменов на победу в своей категории, а также обеспечивает определенный уровень безопасности для спортсменов-инвалидов. Представляется, что данная спортивно-медицинская классификация может быть использована при диагностике и определении мероприятий индивидуальной программы реабилитации.

Исходя из принципа социальной интеграции, развитие физкультуры и спорта инвалидов должно акцентироваться на развитии адаптированных видов спорта. Адаптированные виды спорта - это средства лечебной физкультуры у больных с длительным и стойким нарушением трудоспособности, используя элементы соревнований в сочетании с субмаксимальными физическими нагрузками. С целью повышения мотивации, физической реадaptации, позволяющей повысить социальную значимость больного уже на ранних этапах реабилитации необходимо подведение итогов с последующим награждением. Адаптированные виды спорта представляют в этом плане удачное сочетание физических, психологических и социальных воздействий, отвечающих основным принципам реабилитации. Причем в отличие от традиционных методов ЛФК, воздействующих на физическую сферу личности и опосредованно через нее на эмоциональную и интеллектуальную сферы. Адаптированные виды спорта прямо и опосредованно влияют на физическую, эмоциональную, интеллектуальную и социальную сферы, то есть охватывают в своем воздействии все структуры личности. В целом целесообразность использования адаптированных видов спорта в реабилитации укладывается в трех основных положениях. Во-первых, психологическое воздействие спортивных игр и соревнований в адаптированном варианте облегчает компенсацию физических, психических и социальных изменений личности больного, нормализуя социальную значимость, повышая психоэмоциональную устойчивость в условиях стресса. Во-вторых, дозированное применение повышенных физических нагрузок при занятиях спортом выявляет резервные возможности организма, ускоряя процессы реадaptации. В-третьих, повышение коммуникативной активности, развитие взаимодействия больных, а также социальная поддержка в условиях соревнования имеют большое значение как в семейно-бытовой сфере, так и в процессе подготовки к трудовой деятельности в производственном коллективе или на дому. Следует учитывать, что психологическим воздействием обладает именно факт соревнования, поэтому необходимо создавать самые различные соревновательные ситуации, то есть наряду с крупными, многодневными играми, на которых в различных видах спорта выступают наиболее подготовленные спортсмены, надо организовывать периодические соревнования по отдельным видам спорта для групп разной степени подготовленности.

Региональный опыт создания условий для массовых занятий инвалидов физкультурой и спортом достаточно обширен и представлен различными видами и формами. Можно отметить выраженный акцент на лечебном компоненте физкультурно-оздоровительной работы с инвалидами и, в меньшей степени, ориентацию на социально-интеграционный аспект.

В качестве модели активной интеграции лиц с ограниченными возможностями здоровья в спортивную деятельность можно привести пример работы ФГОУ СПО

«Смоленское государственное училище олимпийского резерва». В данном учреждении проходят обучение и спортивное совершенствование в том числе учащиеся, имеющие ограниченные физические возможности.

Наряду с образовательным, воспитательным процессами и спортивной подготовкой для данной категории обучающихся предусмотрен более расширенный и дифференцированный мониторинг функциональных возможностей организма, динамики различных сторон тренированности, тенденций адаптационных процессов. Вместе с традиционным медицинским обследованием, включающим оценку состояния дыхательной, сердечно-сосудистой систем, опорно-двигательного аппарата и др., предусмотрено использование системы комплексного компьютерного исследования «Омега-Спорт». Даная методика позволяет оценить биоритмологические составляющие организма при исследовании кардиоинтервалографии, оценки вариабельности ритма сердца, электроэнцефалографии.

В режиме экспресс-контроля оценивается уровень адаптации к физическим нагрузкам, степень тренированности спортсмена, уровень энергетического обеспечения физических нагрузок, текущее психоэмоциональное состояние, в качестве заключения предоставляется интегральный показатель спортивной формы.

В режиме динамического наблюдения система «Омега-Спорт» способна оценивать реакцию организма на тренировочную и соревновательную нагрузку, эффективность восстановительного периода и психологического сопровождения.

Высокий уровень квалификации специалистов в области физиологии спорта, биомеханики, спортивной медицины, психологии спортивной деятельности, использование в работе современных медицинских технологий позволяет существенно оптимизировать тренировочный и соревновательный процесс.

Таким образом, оптимальное использование физических и психологических резервов организма спортсмена с ограниченными возможностями здоровья позволяет не только достигнуть высокого спортивного результата и предотвратить формирование дезадаптации, но и способствовать эффективной интеграции и социализации инвалидов в общество.