

УДК [376:796](476)

## СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА ДЛЯ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ

**А. В. Котловский,**  
*преподаватель кафедры  
спортивно-педагогических  
дисциплин БГПУ*

Поступила в редакцию 17.06.16

Спорт помогает активно преодолевать последствия инвалидности и является эффективным средством социальной, медицинской и физической реабилитации человека. Современный уровень мировых рекордов паралимпийцев в легкой атлетике, дзюдо, пауэрлифтинге, тяжелой атлетике, лыжных гонках, велоспорте и других видах спорта является наглядным примером возможностей человека, компенсацией утраченных функций, его мужества и стойкости.

*Ключевые слова:* реабилитация, организация спорта инвалидов, паралимпийское движение, физическая культура, структура управления инваспортом

Sport helps to overcome the consequences of disability, and it's an active means of social, medical and physical rehabilitation of people. The current level of world records of Paralympic athletes in athletics, judo, powerlifting, weightlifting, skiing, cycling and other sports is an illustrative example of human opportunities, compensations of lost functions, their courage and resistance.

*Keywords:* rehabilitation, organization of sports for disabled people, paralympik movement, physical culture, structure of managing invasports

Паралимпийский спорт возник в середине XX в. как реакция несогласия многих людей на качество жизни при наличии у человека инвалидности различного характера, в частности опорно-двигательного аппарата и органов зрения. Любая форма инвалидности – это ограничение контактов со здоровыми людьми, снижение двигательной активности, ухудшение психофизического состояния человека, потеря социальных ролей, если инвалидность произошла в зрелом возрасте, определенная степень изоляции людей с физическими недостатками от общества.

Паралимпийское движение в Республике Беларусь активно развивается с 1996 г. В марте был создан Паралимпийский комитет Республики Беларусь – зарегистрированный Министерством юстиции, а в ноябре 1997 г. признан Международным паралимпийским комитетом, который координирует работу по развитию и пропаганде инваспорта.

Под руководством Паралимпийского комитета работают федерации инвалидного спорта, более 25 клубов, 70 физкультурно-оздоровительных секций. В Республике Беларусь около 50 000 инвалидов занимаются спортом. Наибольшее предпочтение отдано следующим видам спорта:

UDC [376:796](476)

## CONTEMPORARY STATE AND PROBLEMS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS FOR PEOPLE WITH DISABILITIES IN THE REPUBLIC OF BELARUS

**A. V. Katlouskiy,**  
*Teacher of the Department  
of Sporting and Pedagogical  
Disciplines, BSPU*

Received on 17.06.16

легкой атлетике, плаванию, стрельбе из лука, биатлону, мини-футболу, шахматам, шашкам, танцам на инвалидных колясках, велотандему, лыжным гонкам, дзюдо, фехтованию [1].

В настоящее время в Республике Беларусь, к сожалению, имеет место тенденция роста количества инвалидов, особенно в связи с последствиями катастрофы на Чернобыльской АЭС. Активно занимаются физической культурой и спортом только 10–12 % инвалидов от общего количества, не считая школ-интернатов для детей-инвалидов, где количество регулярно занимающихся составляет 50 %.

Исследователи пришли к выводу, что паралимпийский спорт помогает учитывать последствия инвалидности и является эффективным средством социальной, медицинской и физической реабилитации человека. Современный уровень мировых рекордов паралимпийцев в легкой атлетике, дзюдо, пауэрлифтинге, тяжелой атлетике, лыжных гонках, велоспорте и других видах спорта является наглядным примером возможностей человека с ограничениями, компенсацией утраченных функций, его мужества и стойкости [2].

Долгое время считалось, что физическая культура для инвалидов служит чисто терапевти-

ческим целям. Физической культурой инвалиды занимаются во время лечения и после выписки из клиники для скорейшего восстановления. Многие специалисты критически относятся к спорту для инвалидов или полностью отвергают его [3].

Национальные чемпионаты, мировые первенства, отборочные соревнования и проводимые каждые четыре года олимпийские игры для этой группы людей являются свидетельством изменившегося отношения к инвалидному спорту. Дискуссии по данному вопросу показывают, как много общего между спортом для инвалидов и спортом для здоровых людей. Спортсмен-инвалид тренируется ежедневно, а иногда и два раза в день [4].

Участие в паралимпийском движении спортсменов-инвалидов с нарушениями зрения требует от атлетов регулярной системы тренировок, участия во всех крупных международных соревнованиях и высокого уровня подготовленности спортсменов. По сути, паралимпийские игры представляют собой олимпийские игры, но только для людей с ограниченными возможностями и, поэтому, требуют использования резервных возможностей организма спортсменов как в период соревнований, так и в период тренировок. Все это требует дальнейшего совершенствования системы подготовки, поиска новых методов повышения работоспособности атлетов, а также адаптации имеющихся методик, улучшающих физическую работоспособность применительно к спортсменам-инвалидам по зрению.

В настоящее время соревновательные результаты спортсменов-инвалидов (в частности инвалидов по зрению) в некоторых видах спорта достигают 70 % от результатов в традиционных олимпийских дисциплинах. Столь высокие достижения возможны благодаря интенсификации тренировочного процесса. При этом возникают противоречия между целью спортивных занятий, которые через активизацию двигательной функции призваны улучшить здоровье инвалидов и целью спортивных соревнований, которая заключается в достижении наивысшего результата, невзирая на состояние здоровья. Суть противоречия состоит в том, что для достижения рекордных результатов необходимо постоянно повышать тренировочные нагрузки. В скоростно-силовых видах спорта, таких как прыжки, спортсмены-инвалиды по зрению, балансируя на грани риска, в своей тренировке вынуждены применять отягощения, которые ухудшают здоровье (например, отслоение сетчатки глаза). В связи с этим весьма актуальной является проблема исследования альтернативных тренирующих методов воздействия на организм спортсменов-инвалидов по зрению [5].

Очевидно, биологической основой позитивных изменений является наличие в организме человека своеобразного «частотного коридора»,

при попадании в который генерируемый извне сигнал любой этиологии приводит к эффекту резонанса [6].

Руководство Республики Беларусь рассматривает физическую культуру и спорт среди инвалидов как важное средство их адаптации в обществе, физической реабилитации и интеграции в мировое спортивное движение.

Для реализации этих задач законодательными органами республики приняты Законы «О физической культуре и спорте» и социальной защите инвалидов», а также ряд информативных актов [7].

В статье 9 Закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» указано, что основными векторами государственной политики в сфере физической культуры и спорта являются нижеперечисленные направления, с которыми мы согласны в полной мере:

- создание условий всем категориям и группам населения для занятия физической культурой и спортом;
- вовлечение населения в занятия физической культурой и спортом;
- содействие формированию у спортсменов и иных физических лиц, занимающихся физической культурой и спортом, патриотизма и национального самосознания;
- обеспечение безопасности при проведении физкультурно-оздоровительных, спортивно-массовых и спортивных мероприятий;
- обеспечение подготовки спортивного резерва, спортсменов высокого класса;
- обеспечение участия спортсменов в международных спортивных мероприятиях, формирование национальных и сборных команд Республики Беларусь по видам спорта, их материально-техническое, медицинское, научно-методическое и (или) иное обеспечение;
- поддержка олимпийского движения Беларуси, паралимпийского движения Беларуси, дефлимпийского движения Беларуси, специального олимпийского движения Беларуси.

В республике сложилась определенная структура управления инваспортом. Созданы три реабилитационных федерации: инвалидов по слуху, по зрению и с нарушением функций опорно-двигательного аппарата.

В Республике Беларусь имеется достаточное количество спортивных сооружений, однако некоторые из них, особенно плавательные бассейны, не приспособлены для инвалидов [8].

Опыт организации спорта инвалидов в нашей республике свидетельствует о том, что, как и в других странах, этот процесс проходит целый ряд этапов [9]:

1) происходит признание спорта инвалидов как равноправного компонента общего спортивного движения;

2) принятие решений по проблемным ситуациям при создании специальных трениро-

вочных баз для спортсменов-инвалидов, выезд национальных команд на международные соревнования;

3) организована подготовка тренерских и медицинских кадров для работы со спортсменами-инвалидами;

4) разработаны и применяются специальные методики тренировочной работы, вырабатываются оригинальные критерии психологических тренингов;

5) создание в учебных заведениях специализированных кафедр инваспорта;

6) создание баз, приспособленных для тренировок и соревнований инвалидов, налаживание производства или закупки специального инвентаря.

Реализация этих этапов находится в ведении Паралимпийского комитета Республики Беларусь, Министерства спорта и туризма, федераций инваспорта.

Анализ рассматриваемой ситуации приводит к авторскому выводу о существовании определенных проблем в сфере физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с инвалидами:

1) незнание инвалидами собственного физического потенциала, отсутствие ценностных ориентаций и соответствующей мотивации, осознанной потребности в двигательной активности приводит к малому использованию собственных человеческих резервов организма;

2) незрелость общественного мнения о необходимости создания для инвалидов условий «равной личности», а также неприспособленность культурной, досуговой и особенно спортивной инфраструктуры (спортивных залов, сооружений, оборудования, инвентаря, мест для гигиенических и восстановительных мероприятий и т. п.) к потребностям и нуждам людей с ограниченными возможностями, а также недостаточная работа средств массовой информации в области инваспорта приводит к проблеме некоего отстранения и отчуждения лиц с ограниченными возможностями по отношению к здоровым людям в целом и спортсменам в частности;

3) недостаток квалифицированных педагогов, обладающих необходимым комплексом фундаментальных и прикладных знаний и практических умений, позволяющих поддерживать и развивать физические возможности инвалида и формировать его личность, а также нехватка высококвалифицированных дипломированных специалистов в области инваспорта, отсутствие у тренерских кадров специальной подготовки по работе со спортсменами-инвалидами приводит к неполной реализации и раскрытию спортивных достижений лиц с ограниченными возможностями;

4) неполная и не всегда грамотная интерпретация медицинских сведений о патологии человека специалистами физической культуры, что приводит к недостаточно целенаправленной коррекции дефектов развития и здоровья инвалида;

5) недостаточное финансирование главных статей расходов для работы с инвалидами: заработная плата всего тренерского состава, невозможность привлечения из-за нехватки средств таких специалистов, как инструктор ЛФК или физической реабилитации, массажист, психолог, методист и др., приводит к нежеланию специалистов высокого профессионального уровня активно работать с данной группой лиц;

6) отсутствие методических разработок для подготовки спортсменов по инваспорту приводит как к неполноценной подготовке будущих специалистов в данной области, так и к недостаточному уровню работы со спортсменами-инвалидами;

7) слабая доступность многочисленных спортивных баз для инвалидов приводит к невозможности проведения и организации не только спортивных тренировок, но и спортивных соревнований для лиц с ограниченными возможностями;

8) недостаточность финансовых средств для проведения в необходимом масштабе учебно-тренировочных сборов, соревнований, выездных товарищеских встреч, что очень важно в процессе подготовки спортсменов-инвалидов;

9) невозможность организации физкультурно-оздоровительной работы с инвалидами в районах из-за отсутствия районных структурных подразделений, занимающихся инваспортом;

10) отсутствие нормативно-правовой базы для работы системы дополнительного образования инвалидов в области физкультурно-спортивной деятельности приводит к ущемлению прав лиц с ограниченными возможностями.

Для уменьшения количества вышеуказанных проблем необходимо решить следующие задачи спортивной работы с инвалидами:

- популяризация и развитие инваспорта;
- организация физической и психологической реабилитации инвалидов;
- выявление сильнейших спортсменов-инвалидов по различным видам спорта;
- повышение уровня спортивных результатов и физической подготовленности с учетом индивидуальных особенностей занимающихся;
- привлечение перспективных спортсменов к специализированной спортивной подготовке для достижения ими высоких стабильных результатов;
- поддержание уровня высоких спортивных результатов и физической подготовленности спортсменов-инвалидов;
- организация оказания квалифицированной психологической помощи.

Также мы видим для решения вышеуказанных проблем использование различных направлений в нашей работе:

1) организация и проведение спортивных соревнований различного уровня для лиц с ограниченными возможностями;

2) организация и проведение учебно-тренировочных сборов для данной категории спортсменов;

3) организация и проведение тренировок по различным дополнительным видам спорта (дзюдо, плавание, легкая атлетика);

4) отбор, подготовка и участие спортсменов-инвалидов в соревнованиях городского, областного и республиканского уровня (чемпионатах города, области, Республики Беларусь, международных соревнованиях и других);

5) отбор и подготовка спортсменов-инвалидов к участию в составе сборных команд Республики Беларусь в Паралимпийских играх, Дефлимпийских играх, чемпионатах мира, Европы;

6) фармакологическая поддержка спортсменов-инвалидов;

7) подбор тренерского состава для работы со спортсменами-инвалидами;

8) обмен информацией и методиками подготовки спортсменов-инвалидов;

9) обмен делегациями между специализированными учреждениями (клубами, центрами) инвалидов и другими объединениями как внутри страны, так и за рубежом.

Мы придерживаемся разработанных критериев оценки результатов тренировок российскими учеными в области адаптивной физической культуры:

1) стабильность состава занимающихся;

2) динамика улучшения индивидуальных показателей, характеризующих состояние основного дефекта (заболевания), сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений;

3) динамика прироста индивидуальных показателей физического развития и основных физических качеств занимающихся;

4) уровень освоения основ техники выполнения приемов в избранном виде спорта, на-

ков гигиены и самоконтроля, самостоятельного передвижения (в том числе с помощью соответствующих технических средств) и бытового самообслуживания, умение ориентироваться в окружающей среде и незнакомой обстановке, способность контактировать с незнакомым тренером;

5) освоение и выполнение объемов тренировочных нагрузок, предусмотренных программой подготовки по избранному виду спорта;

6) стабильность результатов выступления на соревнованиях среди инвалидов (в Республике Беларусь, на международных соревнованиях);

7) число спортсменов, подготовленных для сборных команд Республики Беларусь среди инвалидов;

8) положительная динамика спортивно-технических показателей;

9) число спортсменов, завоевавших медали на официальных международных соревнованиях среди инвалидов (Паралимпийские игры, Дефлимпийские игры, чемпионаты мира, Европы) [9].

Как видим, современное состояние физической культуры и спорта для лиц с ограниченными возможностями в Республике Беларусь, а также развитие физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с инвалидами в Республике Беларусь выявило целый ряд вышепредставленных проблем, которые требуют пристального внимания всех заинтересованных государственных структур, общественных организаций, активности самих лиц с ограниченными возможностями, научных работников и др. Только в таком многогранном сочетании возможно оптимально разрешить существующие проблемы и целенаправленно работать на перспективу развития спорта для лиц с ограниченными возможностями.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Линец, М. И. Коррекционно-реабилитационная программа для инвалидов-спортсменов – объективная предпосылка углубленной спортивной подготовки / М. Линец // Наука в олимпийском спорте. – 2002. – № 2. – С. 92–96.
2. Борискин, Ю. А. Теоретико-методические основы спорта инвалидов как составляющая международного олимпийского движения : автореф. ... дис. д-ра наук по физич. воспит. и спорту / Ю. А. Борискин. – Киев, 2007. – 44 с.
3. Аксенова, О. Э. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре / О. Э. Аксенова // Серия: «Физическая культура и спорт инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья» / под ред. С. П. Евсеева. – М. : Советский Спорт, 2007. – 295 с.
4. Спорт за рубежом / Гос. ком. СССР по физ. культуре и спорту. – М., 1990.
5. Ратов, И. П. Двигательные возможности человека (нетрадиционные методы их развития и восстановления) / И. П. Ратов. – Минск, 1994. – 122 с.
6. Борщ, М. К. Развитие физических качеств спортсменов – паралимпийцев с глубокими нарушениями зрения

#### REFERENCES

1. Linets, M. I. Korrektsionno-reabilitatsionnaya programma dlya invalidov-sportsmenov – obyektivnaya uglublennoy sportivnoy podgotovki / M. Linets // Nauka v olimpiyskom sporte. – 2002. – № 2. – S. 92–96.
2. Boriskin, Yu. A. Teoretiko-metodicheskiye osnovy sporta invalidov kak sostavlyayushchaya mezhdunarodnogo olimpiyskogo dvizheniya : avtoref. ... dis. d-ra nauk po fizich. vospit. i sportu / Yu. A. Boriskin. – Kiyev, 2007. – 44 s.
3. Aksenova, O. E. Tekhnologii fizkulturno-sportivnoy deyatel'nosti v adaptivnoy fizicheskoy culture / O. E. Aksenova // Seriya: "Fizicheskaya kultura i sport invalidov i lits s otkloneniyami v sostoyanii zdorovya" / pod red. S. P. Yevseyeva. – M. : Sovetskiy Sport, 2007. – 295 s.
4. Sport za rubezhom / Gos. kom. SSSR po fiz. kulture i sportu. – M., 1990.
5. Ratov, I. P. Dvigatelnyye vozmozhnosti cheloveka (netraditsionnyye metody ikh razvitiya i vosstanovleniya) / I. P. Ratov. – Minsk, 1994. – 122 s.
6. Borshch, M. K. Razvitiye fizicheskikh kachestv sportsmenov – paralimpiytsev s glubokimi narusheniyami zreniya

на основе вибрационной стимуляции нервно-мышечного аппарата / М. К. Борщ. – Минск : НИИ ФКиС, 2010. – 55 с.

7. Приходько, В. И. Социальная защита инвалидов в Республике Беларусь / В. И. Приходько. – Минск : БГУФК, 2006.
8. Рубцова, И. О. К проблеме формирования инфраструктуры системы физической культуры и спорта для инвалидов / И. О. Рубцова // Теория и практика физической культуры, 1998, № 1. – С. 41–43.
9. Евсеев, С. П. Адаптивная физическая культура в России: достижения и нерешенные задачи / С. П. Евсеев // Юбилейная науч.-практ. конф., посвященная 70-летию ВНИИФК «Физическая культура и спорт в условиях современных социально-экономических преобразований в России». – М., 2003. – С. 18–20.

na osnovе vibratsionnoy stimulyatsii nervno-myshechnogo apparata / М. К. Borshch. – Minsk : NII FKIS, 2010. – 55 s.

7. Prikhodko, V. I. Sotsialnaya zashchita invalidov v Respublike Belarus / V. I. Prikhodko. – Minsk : BGUFK, 2006.
8. Rubtsova, I. O. K problem formirovaniya infrastruktury sistemy fizicheskoy kultury i sporta dlya invalidov / I. O. Rubtsova // Teoriya i praktika fizicheskoy kultury, 1998, № 1. – S. 41–43.
9. Yevseyev, S. P. Adaptivnaya fizicheskaya kultura v Rossii: dostizheniya i nereshyonnyye zadachi / S. P. Yevseyev // Yubileynaya nauch.-prakt. konf., posvyashchennaya 70-letiyu VNIIFK "Fizicheskaya kultura i sport v usloviyakh sovremennykh sotsialno-ekonomicheskikh preobrazovaniy v Rossii". – M., 2003. – S. 18-20.

ДЕНОВОЗНАТОРИЙ БДПУ