

## Социализирующая роль адаптивного спорта для лиц с инвалидностью

*Орлова Анастасия Викторовна,*

*специалист по учебно-методической работе Центра инклюзивного образования федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Самарский национальный исследовательский университет имени академика С.П. Королева», Россия, г. Самара*

*Левин Виктор Александрович,*

*студент федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Самарский национальный исследовательский университет имени академика С.П. Королева», Россия, г. Самара*

**Аннотация.** В статье рассматриваются цель, задачи, функции адаптивного спорта; раскрывается социализирующий потенциал адаптивного спорта.

**Ключевые слова:** социализация лиц с инвалидностью, адаптивный спорт.

Адаптивный спорт – это вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности людей с ограниченными возможностями здоровья, укреплению здоровья, личностном развитии, социализации и интеграции в общество. Для людей с инвалидностью адаптивный спорт является жизненно необходимым, так как он является наиболее эффективным средством и методом физической, психической и социальной адаптации. Основная задача адаптивного спорта – сформировать спортивную культуру людей с инвалидностью. Адаптивный спорт способствует укреплению здоровья, развитию личности, выявляет скрытые возможности организма, повышает коммуникацию, самооценку, улучшает социальный статус, мотивирует на достижения высоких результатов в спортивной деятельности.

В России адаптивный спорт развит на низком уровне по сравнению с западными странами, и связано это с отсутствием социально-экономических условий, отсутствием доступности среды, низкой мотивацией людей с инвалидностью на достижение высоких спортивных результатов.

Главной целью адаптивного спорта является максимально возможная самореализация инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья в социально-приемлемом и одобряемом виде деятельности, повышение их реабилитационного потенциала и уровня качества жизни и, как следствие, - социализация и последующая социальная интеграция данной категории населения, которые должны осуществляться не только на приспособлении этих людей к нормам и правилам жизни здоровых сограждан, но и с учетом их собственных условий.

Для самих занимающихся основная цель участия в адаптивно-спортивной (учебно-тренировочной и соревновательной) деятельности состоит в приобщении их к общественно-историческому опыту в данной сфере, освоении мобилизационных, технологических, интеллектуальных и других ценностей спортивной культуры.

Демонстрация выдающихся достижений спортсменов-инвалидов, особенно если им удается установить рекорды мира или на Паралимпийских играх, является мощным средством формирования активной жизненной позиции, установок на здоровый образ жизни, интересов и потребности в собственном физическом совершенствовании не только у инвалидов и лиц с устойчивым ограничением физических возможностей, но и у здоровых людей, ведущих пассивный образ жизни, имеющих вредные привычки.

Сущность адаптивного спорта выдвигает на одно из первых мест спортивную и оздоровительную функции. Поскольку соревнования – это всегда соперничество, конкуренция в проявлении физических кондиций, технического и тактического мастерства, мобилизации и саморегуляции своего состояния, данная функция адаптивного спорта позволяет сформировать у спортсменов очень важные для жизни свойства личности.

Стремление к максимальному результату, необходимость выполнять предельные и около предельные нагрузки предполагают самое пристальное внимание к развитию всех морфофункциональных систем организма и его психических свойств. Это, безусловно, выводит в число наиболее приоритетных для адаптивного спорта развивающую функцию.

Формирование знаний, умений и навыков, необходимых для полноценной реализации технической, физической, тактической, психологической, интеллектуальной (теоретической) и интегральной подготовки спортсмена самым тесным образом связано с образовательной функцией. В отличие от обычных спортсменов, лица, занимающиеся адаптивным спортом, должны овладеть огромным объемом знаний о рациональном построении спортивной техники и тренировочного процесса в целом, планировании нагрузок, тактики ведения спортивной борьбы, правилах соревнований, динамике функциональной подготовленности и т.д., причем с учетом всех своих проблем: особенностей дефекта и его влияний на все перечисленные факторы, своего класса в спортивно-функциональной классификации, особенностей соревнований по правилам гандикапа.

Все это становится возможным при наличии четко выраженной потребности в самоактуализации, сформированных мотивах и ценностных ориентациях, как отражение внутренних установок и желаний людей к столь сложному и напряженному процессу самосовершенствования. Поэтому ценностно-ориентационная функция играет в адаптивном спорте важную роль.

Воспитательные воздействия, оказываемые на занимающихся адаптивным спортом тренером-преподавателем, родителями, способствуют формированию соответствующих внутренних установок и желаний. Как уже отмечалось, очень важен пример людей, имеющих аналогичные проблемы со здоровьем и добивающихся выдающихся достижений в адаптивном спорте и соответствующего признания в обществе, включая присвоение им спортивных разрядов и званий, правительственных наград, денежных вознаграждений. Данные примеры убедительно подтверждают существенную роль воспитательной функции в адаптивном спорте. Причем именно в этом виде спорта необычайно велика роль самовоспитания. Формирование умений и навыков самоорганизации, самодисциплины, самообладания, самооценки, самоконтроля, самовнушения, саморегуляции – неперенная и важнейшая часть работы спортсмена-инвалида, без которой достичь серьезных результатов в этом виде деятельности невозможно.

Многообразие и исключительная сложность задач, решаемых в адаптивном спорте, приводит к выводу о большей значимости в этой разновидности спорта творческой функции. Здесь без творчества невозможно разработать и освоить индивидуальную спортивную технику и тактику, приспособленные к дефекту, сопутствующим заболеваниям и вторичным отклонениям; сконструировать и изготовить вспомогательные технические средства и тренажеры для обучения двигательным действиям, развития и совершенствования физических качеств и способностей; подобрать оптимальные для конкретного состязания нагрузки и программу эффективных лечебно-восстановительных и профилактических мероприятий и т.п.

В настоящее время в мировом сообществе сложилось несколько направлений функционирования адаптивного спорта. Наибольшее распространение и признание мировой общественности получили три из них: паралимпийское; сурдлимпийское; специальное олимпийское. В качестве квалификационного признака выделения этих видов до 1986 г. выступали нозологические группы (виды заболеваний, инвалидности) участвующих в них спортсменов. Так, в паралимпийском движении принимали участие лица с поражениями опорно-двигательного аппарата и зрения; в сурдлимпийском – слуха; в специальном олимпийском – с поражением интеллекта. Эти направления адаптивного спорта курируют Международный паралимпийский комитет (IPC), Международный спортивный комитет глухих (CISS) и Международная организация Специальной олимпиады (SOI).

Таким образом, адаптивный спорт и все его виды призваны с помощью рационально организованной двигательной активности, используя сохранные функции, природные ресурсы и духовные силы, максимально реализовать возможности организма и личности для полноценной жизни, творчества, социальной активности и интеграции в общество здоровых людей.

#### **Список литературы:**

1. Бегидова Т.П. Основы адаптивной физической культуры: учебное пособие. М.: Физическая культура и спорт, 2007. 192 с.