

© Алексей Владимирович Анисимов

доцент кафедры физического воспитания

Государственного гуманитарно-технологического университета,

г. Орехово-Зуево (Московская область)

© Джамидин Татжитдинович Гаджиев

старший преподаватель кафедры физической подготовки ВЮИ ФСИН России

© Корниенко Алина Вячеславовна

юридический факультет ВЮИ ФСИН России

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В ЖИЗНИ ЛЮДЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

The role of physical education and physical training in the lives of people with disabilities

Аннотация: статья посвящена вопросу о месте физической культуры в жизни людей с ограниченными возможностями, об особенностях их взаимодействия с обществом. Описывается специфика методов, а также иных средств, помогающих инвалидам успешно пройти реабилитацию благодаря различным видам спортивных занятий.

Annotation: the article is devoted to the question of the place of physical culture in the life, of people with disabilities. Describes the specifics of different methods, and also other facilities which help disabled people successfully pass the rehabilitation due to different types of physical affairs.

Ключевые слова: инвалид, общество, взаимодействие, реабилитация, социальная адаптация, физическая культура, спорт, интеграция.

Keywords: disabled, society, interaction, rehabilitation, social adaptation, physical culture, sport, integration.

Беда, приходя, не спрашивает ни имени, ни фамилии, ни года рождения. Несчастье может произойти с кем угодно. Даже думать не хочется о том, что родившийся здоровым ребенок в один ужасный момент превратится в человека, как принято говорить, с ограниченными физическими возможностями. И в принципе, не стоит. В реальности живут сотни, тысячи несчастных детей и взрослых, лишенных возможности вести полноценную жизнь. Нельзя запираť такого человека в четырех стенах, якобы ограждая его от опасностей и трудностей, подстерегающих на улице. Компьютер и книги – хорошие друзья в одиночестве. Вот только всем ли нужно одиночество? И как это – чувствовать себя «отрезанным» от всего остального мира [1, с. 203]?

В системе мер социальной защиты инвалидов все большее значение приобретают ее активные формы, наиболее эффективной из которых является реабилитация и социальная адаптация средствами физической культуры и спорта. Интеграция в жизнь общества лиц с ограниченными возможностями сегодня немыслима без их физической реабилитации. Последняя не только является составной

частью профессиональной и социальной реабилитации инвалидов, но и лежит в их основе.

По данным Всемирной организации здравоохранения, инвалиды составляют около 10 % населения земного шара. Эта статистика характерна и для России (15 млн. инвалидов). Несмотря на успехи медицины, их число медленно, но неуклонно растет, особенно среди детей и подростков. До недавнего времени проблемы этой довольно значительной категории населения игнорировались, и все же в последнее время в результате постепенной гуманизации общества были приняты Всеобщая декларация прав человека, Всемирная программа действий в отношении инвалидов и Стандартные правила ООН по реализации равных возможностей инвалидов. Во многих странах приняты законодательные акты, в которых нашли отражение и проблемы инвалидов.

В настоящее время большинство экономически развитых стран, и в первую очередь США, Великобритания, Германия и др., имеют разнообразные программы и системы социального обеспечения инвалидов, куда входят и занятия физической культурой и спортом [4, с. 52].

Во многих странах отработана система привлечения инвалидов к занятиям физической культурой и спортом, которая включает в себя клинику, реабилитационный центр, спортивные секции и клубы для инвалидов. Но самое главное - создание условий для этих занятий.

Основная цель привлечения инвалидов к регулярным занятиям физической культурой и спортом - восстановить утраченный контакт с окружающим миром, создать необходимые условия для воссоединения с обществом, участия в общественно полезном труде и реабилитации своего здоровья. Кроме того, физическая культура и спорт помогают психическому и физическому совершенствованию этой категории населения, способствуя их социальной интеграции и физической реабилитации [1, с. 11].

В зарубежных странах очень популярны среди инвалидов занятия физической активностью с целью отдыха, развлечения, общения, поддержания или приобретения хорошей физической формы, необходимого уровня физической подготовленности. Инвалиды, как правило, лишены возможности свободного передвижения, поэтому у них часто наблюдаются нарушения сердечно-сосудистой и дыхательной систем [2, с. 114].

Можно спорить с утверждением, что именно спортивное движение инвалидов на Западе стимулировало законодательное признание их гражданских прав, но несомненным является тот факт, что спортивное движение «колясочников» в 50 - 60-е гг. во многих странах привлекло внимание к их возможностям и потенциалу [2, с. 116].

Принимая во внимание вышесказанное, во Всемирной программе действий в отношении инвалидов отмечено: «Все большее признание получает важность спорта для инвалидов. Поэтому государства - члены должны поощрять все виды спортивной деятельности инвалидов, в частности путем предоставления надлежащих средств и правильной организации этой деятельности». Создание равных условий инвалидам в вопросе их вовлечения в занятия физической культурой и спортом - основное достижение развитых стран. Современный спорт для лиц с ограниченными возможностями здоровья развивается в трёх главных направлениях: массовый рекреационный спорт (физическая культура), спорт высших достижений и спорт профессиональный. Каждое из направлений развития инвалидного спорта имеет, несмотря на общность средств, методов и форм, свою специфическую направленность, обусловленную иерархией целей и конечных продуктов деятельности [1, с. 11].

Цели Всемирной программы действий в отношении инвалидов заключаются в содействии эффективным мерам по предотвращению инвалидности, восстановлению трудоспособности и достижению целей равенства и полного участия инвалидов в общественной жизни и развитии. Сами инвалиды должны иметь значительное влияние при определении эффективности политики, программ и служб для инвалидов. Государства-члены ООН обязаны предоставлять услуги по восстановлению трудоспособности, обеспечивая помощь в социальной области, в области питания, медицины, образования, профессиональной подготовки и в обеспечении инвалидов техническими средствами; создать или мобилизовать соответствующие государственные и частные организации для инвалидов; поддерживать создание и рост организаций инвалидов; готовить соответствующую информацию по вопросам Всемирной программы действий и распространять ее среди всех слоев населения, включая инвалидов и их семьи [1, с. 10].

Интеграция инвалидов - это задача не только государства, но и общества в целом и всех его членов, представителей и учреждений. Забота об инвалидах должна быть обязанностью не только семьи, друзей и соседей, но и всех членов общества, которые должны помнить о всех формах нетерпимости и которые должны осознавать, что они тоже обязаны сделать для инвалидов возможным «как можно более нормальное» участие в жизни.

Чем более общепризнана необходимость интеграции инвалидов в общую и нормальную жизнь общества, тем лучше внешнюю помощь - обычно государственных органов - можно сосредоточить в областях, в которых «автоматическое» участие инвалидов еще невозможно. Социальное обеспечение и другие виды помощи не в состоянии заменить, а только могут способствовать интеграции в общество людей, которые являются или могут стать инвалидами. В случае быстрой интеграции в результате усилий граждан и общества сокращается также объем «необходимой помощи». Однако важно обеспечить наличие достаточных финансовых ресурсов для преодоления более трудного, чем у нормальных, людей положения инвалидов.

Список литературы

1. Барчуков И. С., Нестеров А. А. Физическая культура и спорт: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – 3-е изд. – М. : Издательский центр «Академия», 2012. – 528 с.
2. Педагогика: учебник для ИФК / под ред. В. В. Белорусовой, И. Н. Решетень. – М. : Физкультура и спорт, 1978. – 286 с.
3. Холодов Ж. К., Санду Ю. Б. Научно-методические основы оптимизации обучения в системе высшего физкультурного образования. – М. : Книга, 1991. – 203 с.
4. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры. – М. : ФиС, 2009. – 347 с.