

Індекс УДК796.035-056.26 *Євген Імас, e-mail: rectorat@uni-sport.edu.ua*

Ольга Борисова, e-mail: borisova-nupes@ukr.net

Ірина Когут, e-mail: kogut_irina@ukr.net

РОЛЬ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ В СОЦИАЛЬНОЙ ИНТЕГРАЦИИ ЛЮДЕЙ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ

Національний університет фізичного виховання та спорту України, Київ

Аннотация: Евгений Имас, Ольга Борисова, Ирина Когут. Роль двигательной активности в социальной интеграции людей с инвалидностью. Национальный университет физического воспитания и спорта Украины. *Актуальность.* В течение значительного периода развития человечества лица с инвалидностью считались зависимыми и рассматривались как слабые, недееспособные, неумелые и т. п. Зачастую, зависимость, возникающая вследствие инвалидности, является преувеличенной педагогами, членами семьи и обществом. Адаптивная физическая культура и спорт способны уменьшить зависимость и социальную изолированность, помогая лицам с инвалидностью стать полноправными членами общества. *Методы исследования:* анализ и обобщение специальной и научно-методической литературы, информационных ресурсов сети Интернет; программно-нормативных документов; компаративный метод, абстрагирования, логико-теоретический анализ. *Результаты исследования.* Основной целью занятий адаптивной физической культурой и спортом является повышение уровня социальной интеграции, благосостояния, уменьшение изоляции лиц с инвалидностью путем изменения общественного мнения об инвалидности и психологического отношения их к самим себе. Для достижения поставленной цели, в первую очередь, необходимо снизить уровень дискриминации, связанной с инвалидностью. Во-вторых – поощрять и стимулировать лиц с инвалидностью, чтобы они осознали их собственный потенциал и, в-третьих, осуществить изменения в обществе, способствующие полноценной социальной реализации указанной категории лиц. В тоже время, соревнования в адаптивном спорте, начинавшиеся как локальные, превратились в масштабные международные спортивные мероприятия для спортсменов с самыми разными формами инвалидности. Успех современных Дефлимпийских, Паралимпийских игр и Всемирных игр Специальных Олимпиад является одновременно и свидетельством, и фактором изменения отношения общества к инвалидности. Люди с инвалидностью – не обуза и не статья социальных расходов, а актив общества, который способен внести весомый вклад в его развитие и процветание. Необходимо лишь создать соответствующие условия, устраняя физические и социальные барьеры. Тренеровочные занятия и соревнования способствуют этому как в плане создания безбарьерной среды, так и изменения общественных установок. *Выводы.* Занятия людей с инвалидностью двигательной активностью, привлечение их к участию в соревнованиях способны не только совершенствовать их физические, психические, умственные, лидерские и другие качества, способствовать развитию коммуникативных способностей, самоуверенности, веры в собственные возможности, но и обеспечить предпосылки для максимально полноценной социальной интеграции лиц с инвалидностью, а также гуманизации общественных отношений в целом.

Ключевые слова: двигательная активность, адаптивная физическая культура и спорт, лица с инвалидностью.

Введение. В течение значительного периода развития человечества лица с инвалидностью считались зависимыми и рассматривались как слабые, недееспособные, неумелые и т. п. Обычно, зависимость, возникающая вследствие инвалидности, является преувеличенной педагогами, членами семьи и обществом. В отдельных случаях зависимость лиц с инвалидностью почти полностью создана окружающими, которые не в состоянии стимулировать их разрабатывать идеи, выражать свои желания и принимать собственные решения. Общество зачастую не готово к осознанию важности независимости для лиц с инвалидностью. Исследования показывают, что молодые люди с нарушениями в развитии, как правило, изолированы от занятий физической культурой и спортом, потому что педагоги и тренеры проявляют чрезмерную осторожность и слишком ограничивают их, переживая за их безопасность [4, 6].

Адаптивная физическая культура и спорт способны уменьшить зависимость и социальную изолированность, помогая лицам с инвалидностью стать полноправными членами общества [5].

Существует значительное количество научных работ, доказывающих положительное воздействие двигательной активности на жизнедеятельность людей. Так, например, существуют отдельные исследования, свидетельствующие о положительных изменениях у лиц с инвалидностью, в результате занятий спортом. Они совершенствуют способности ходить, бегать, прыгать, подниматься по лестнице; улучшили осанку, мышечный тонус, сидячий баланс, координацию, силу и т.д. [1, 3, 8, 10, 11]. Однако в рамках данного исследования предпринята попытка раскрыть роль двигательной активности в социальной интеграции людей с инвалидностью.

Связь работы с научными планами, темами. Работа выполнена в соответствии с тематическим планом на 2016-2020 гг. Министерства образования и науки по теме 1.7. «Организационно-методические основы развития адаптивного спорта» (номер государственной регистрации 0116U001613).

Цель – анализ основных положений, раскрывающих роль двигательной активности в социальной интеграции людей с инвалидностью.

Методы исследования: анализ и обобщение специальной и научно-методической литературы, информационных ресурсов сети Интернет; программно-нормативных документов; компаративный метод, абстрагирования, логико-теоретический анализ, контент-анализ.

Результаты исследования. Дискуссия. Использование физических упражнений с оздоровительной целью известно с древнейших времен, однако сведения о проведении первых спортивных соревнований для лиц с инвалидностью датируются концом XIX в., когда в Германии были открыты спортивные клубы для людей с недостатками слуха. С тех пор адаптивный спорт начал свое активное развитие и в настоящее время включает в себя большое количество соревнований для спортсменов различных нозологических групп, включая Дефлимпийские игры (для людей с недостатками слуха), Паралимпийские игры (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата, нарушениями зрения и отклонениями умственного развития) и Всемирные игры Специальных Олимпиад (для лиц с отклонениями умственного развития) [1, 4, 5, 11].

Соревнования в адаптивном спорте, начинавшиеся как локальные, превратились в масштабные международные спортивные мероприятия для спортсменов с самыми разными формами инвалидности. Успех современных Дефлимпийских, Паралимпийских игр и Всемирных игр Специальных Олимпиад является одновременно и свидетельством, и фактором изменения отношения общества к инвалидности. Люди с инвалидностью – не обуза и не статья социальных расходов, а актив общества, который способен внести весомый вклад в его развитие и процветание. Необходимо лишь создать соответствующие условия, устраняя физические и социальные барьеры. Тренеровочные занятия и соревнования способствуют этому как в плане создания безбарьерной среды, так и изменения общественных установок.

Основной целью занятий адаптивной физической культурой и спортом является повышение уровня социальной интеграции, благосостояния, уменьшение изоляции лиц с инвалидностью путем изменения общественного мнения об инвалидности и психологического отношения их к самим себе. Для достижения поставленной цели, в первую очередь, необходимо снизить уровень дискриминации, связанной с инвалидностью. Во-вторых – поощрять и стимулировать лиц с инвалидностью, чтобы они осознали их собственный потенциал и, в-третьих, осуществить изменения в обществе, способствующие полноценной социальной реализации указанной категории лиц.

Во время занятий двигательной активностью меняется представление социума о людях с инвалидностью путем смещения внимания с имеющихся недостатков на их способности. Благодаря совместной двигательной активности, здоровые люди встречаются с лицами с инвалидностью в благоприятных положительных условиях и могут оценить реальные возможности указанной категории лиц. Приобретенный опыт во время совместных занятий, трансформируется в лучшую сторону их представления о возможностях лиц с инвалидностью. Следовательно, не фокусирование внимания здоровых людей на отклонениях лиц с инвалидностью во многом обеспечивается совместным участием в тренировочных занятиях и соревнованиях.

В тоже время занятия двигательной активностью меняют и самих лиц с инвалидностью, у которых формируется уверенность в своих силах, возможность приобретения умений и навыков, влияющих на решение многих жизненных проблем, таких как получение образования, трудоустройство и т.д.; развиваются их социальные навыки, увеличивается количество друзей и знакомых за пределами их семей, формируются лидерские качества, самодисциплина и ответственность, а самое главное, расширяется горизонт для позитивных изменений в их жизни.

Адаптивная физическая культура и спорт также способствуют социально-эмоциональному развитию лиц с инвалидностью путем

формирования общественного сознания, уверенности в себе, независимости, адекватной самооценки, а также повышению уровня их мотивации к занятиям двигательной активностью. Эти навыки могут быть использованы при трудоустройстве, так как связаны с усилением уверенности в своих силах и обеспечивают приобретение важных социальных навыков, необходимых для работы.

Многие люди с инвалидностью смирились с изоляцией и дискриминацией, потому что они чувствуют себя беспомощными, неспособными изменить свое положение без ролевых моделей и информации о жизни других лиц с инвалидностью, они не имеют знаний и инструментов для его улучшения. Если они не имели примеров лучших условий жизни, то и не смогут представить себе о возможностях улучшения своей жизни.

Здоровые люди часто не имеют достаточно информации по вопросам инвалидности и примеров положительных взаимодействий людей с инвалидностью. Порой даже люди с искренними намерениями помочь людям с инвалидностью могут игнорировать или способствовать их изоляции, так как не имеют достаточно информации и навыков, необходимых для их интеграции в общество.

Достижение максимального положительного эффекта от занятий физической культурой и спортом требует поиска адекватных мер, которые создавали бы инклюзивные условия участия лиц с инвалидностью в спортивных мероприятиях и способствовали формированию осведомленности об особенностях участников спортивного процесса, помогали развитию коммуникативных навыков, взаимоуважения и взаимопонимания. При соответствующем общении, знаниях и умениях, физическая культура и спорт могут стать мощным инструментом для изменения отношения общества и расширения прав и возможностей людей с инвалидностью.

Важности физической культуры и спорта, как средства для улучшения жизни людей с инвалидностью, отражается в целом ряде международных

соглашений, стратегий, программ: в 1978 г., ЮНЕСКО определило ценность двигательной активности для лиц с инвалидностью в Международной хартии физического воспитания и спорта. В 1982 г. Организация объединенных наций разработала Всемирную программу действий, глобальную стратегию для повышения уровня профилактики инвалидности, реабилитации и обеспечения равных возможностей. В Программе было объявлено о необходимости поощрения всех лиц с инвалидностью к различным формам спортивных мероприятий путем создания новых и адаптации существующих объектов и правильной организации физкультурно-спортивной деятельности. В 1993 г. ООН приняла Стандартные правила обеспечения равных возможностей для лиц с инвалидностью, в которых также рассмотрены права занятий спортом указанной категории лиц [18, 19]. Конвенция ООН о правах лиц с инвалидностью является первым юридически обязательным международным документом, в котором рассмотрены вопросы о правах указанных граждан в контексте физкультурно-спортивной деятельности. Чтобы гарантировать реализацию прав, закрепленных в Конвенции, во всем мире, в январе 2006 г. была основана Международная рабочая группа по вопросам инвалидности в спорте. Ее членами являются представители ООН, международных организаций, гражданского общества, научных кругов и спортивных организаций. Рабочая группа контролирует и обеспечивает популяризацию занятий физической культурой и спортом на глобальном уровне [2, 7, 9, 13–16].

Стоит отметить, что всемирная популярность адаптивного спорта, его физический, социальный, гуманистический и экономический потенциал способствуют формированию платформы для образовательной и социальной мобилизации и выступают в качестве идеального инструмента для снижения уровня изоляции, связанной с инвалидностью, а также способствуют социализации, независимости, расширению возможностей и полноценной интеграции лиц с инвалидностью в социум.

Освещение в СМИ спортивных мероприятий с участием лиц с инвалидностью может играть важную роль в создании положительного и адекватного представления об этих людях. Например, растущая популярность Паралимпийских игр сделала значительный вклад в признание лиц с инвалидностью и их интеграцию в общество. Так, по данным оргкомитета Паралимпийских игр в Лондоне в 2012 г. общая телевизионная аудитория за время проведения Игр составила около 4 миллиардов зрителей. Только это событие значительно увеличивает осведомленность общества о возможностях спортсменов с инвалидностью.

Занятия физической культурой и спортом зачастую становятся эффективным фактором, способствующим интеграции людей с инвалидностью в обычную повседневную жизнь общества. Так, например бразильский мальчик Габриэль Мунис, родился без обеих ступней, но играл в футбол наравне с другими ребятами во дворе своего дома. Габриэль ежедневно тренировался, играя в свою любимую игру – футбол и стал лучшим игроком и капитаном школьной команды. Габриэль Мунис стал первым ребенком с инвалидностью, которого за его талант и настойчивость приняли в школу юниоров футбольного клуба «Барселона». Уникального мальчика, которого заметили тренеры академии «Барселоны», пригласили также сыграть несколько показательных матчей в поддержку Чемпионата мира в Бразилии в 2014 [12].

Кроме того, одной из пяти инноваций юбилейного Чемпионата мира по футболу в 2014 г. в Бразилии стало его открытие, когда первый удар по мячу исполнил подросток в экзоскелете. Экзоскелет, в котором мальчик с инвалидностью открыл Чемпионат мира по футболу, позволяет заниматься спортом, а не только вставать и ходить. Уроженец Бразилии профессор Мигель Николелис, будучи координатором проекта по созданию экзоскелета, надеется, что сердца миллионов людей, которые увидели открытие Чемпионата, откроются и для благотворительности и станут залогом снижения уровня социальной изоляции людей с инвалидностью.

Социальная изоляция – это не только внешний барьер, препятствующий доступа лиц с инвалидностью к полноценной социальной, экономической, политической, культурной реализации, как правило, это еще и внутренний барьер, в результате которого указанная категория людей подвергает сомнению свою необходимость и важность для общества. Например, большинство украинских футболистов с ампутациями, неоднократных победителей международных турниров, сообщали, что они подумывали о самоубийстве, когда потеряли конечности на войне в Афганистане. Основываясь на собственных предыдущих, стереотипных представлениях о жизни людей с инвалидностью, они не имели никакой надежды на счастливое будущее. Участие в спортивных соревнованиях, дала этим футболистам возможность понять, что они способны сделать гораздо больше, чем могли себе представить. Их взгляды на ограничения, обусловленные их инвалидностью, были в корне изменены, давая им более оптимистичный настрой и восстановление веры в свое будущее.

Занятия физической культурой и спортом позволяют людям с инвалидностью приобретать навыки, необходимые для внедрения изменений. Информированность, уверенность, коммуникативные навыки, которые лица с инвалидностью получают в процессе тренерских занятий, часто являются стимулом для участия в просветительской деятельности. Приобретенные навыки лидерства и умение работать в команде быстро развиваются и легко переносятся в эту новую отрасль. Наглядным примером является деятельность Валерия Сушкевича – украинского политика, уполномоченного Президента Украины по правам людей с инвалидностью, президента Национального комитета спорта инвалидов Украины, председателя Всеукраинского объединения «Национальная Ассамблея инвалидов Украины». Валерий Сушкевич в детстве заболел полиомиелитом, был вынужден бороться за свою жизнь и доказывать себе и окружающим, что может добиться всего, не уступая здоровым. Занимаясь плаванием, он стал чемпионом Украины, закончил физико-математический факультет

Днепропетровского университета. Политическая карьера Валерия Михайловича тоже впечатляет. Благодаря предложенным им законопроектам лица с инвалидностью получают в нашей стране все больше прав на полноценную и равноправную жизнь. Путь от маленького мальчика, который переболел полиомиелитом и одолел трудности благодаря спорту и силе духа – к Герою Украины и организатору одной из лучших паралимпийских и дефлимпийских сборных команд мира – это его взлет на, казалось бы, неприступную вершину.

Люди, которые приобрели инвалидность в течение жизни, играют роль связующего звена между сообществом лиц с инвалидностью и здоровыми людьми. Многие бывшие военнослужащие, получившие инвалидность вследствие войны, считаются героями. Из-за определенных особенностей общество чаще готово слушать этих людей, чем тех, которые имеют инвалидность с рождения. Люди с приобретенной инвалидностью, как правило, не страдали от тех социальных, экономических и политических ограничений, которые пережили люди с врожденной инвалидностью. Они чаще способны быть лидерами, демонстрировать правильную модель поведения и стоять на защите прав всех лиц с инвалидностью. Актуальным подтверждением этого могут стать украинские спортсмены, которые, получив травмы во время военных действий на востоке Украины и во время событий на Майдане в 2013-2017 гг., не подчинились недугу, а вопреки всем невзгодам продолжают отстаивать права всех украинцев на возможность жить в единой, суверенной, сильной и демократической стране, где все без исключения граждане имеют равные права и обязанности для полноценной реализации в обществе.

Выводы и перспективы дальнейших исследований. Рассматривая актуальные проблемы, характерные для жизнедеятельности лиц с инвалидностью на современном этапе развития общества, установлено, что несмотря на значительные усилия государственных и общественных организаций в направлении создания благоприятных условий для социальной

інтеграції указанної категорії громадян, к сожалению, остається нерешеним ряд вопросов, которые замедляют темпы их реализации. Одной из важных проблем, негативно влияющих на социальную интеграцию лиц с инвалидностью в нашей стране, следует признать низкую осведомленность общества о возможностях этой категории людей. Гуманизация общественных отношений будет способствовать решению имеющихся проблем этой категории лиц и как следствие – положительно повлияет на интеграцию их в украинское общество.

В тоже время, занятия людей с инвалидностью двигательной активностью, привлечение их к участию в соревнованиях способны не только совершенствовать их физические, психические, умственные, лидерские и другие качества, способствовать развитию коммуникативных способностей, самоуверенности, веры в собственные возможности, но и обеспечить предпосылки для максимально полноценной социальной интеграции лиц с инвалидностью, а также гуманизации общественных отношений в целом.

Источники и литература.

1. Брискин Ю. А. Адаптивный спорт / Ю. А. Брискин, С. П. Евсеев, А. В. Передерий. – М. : Советский спорт, 2010. – 316 с. : ил. – (Серия «Спорт без границ»). – ISBN 978-5-9718-0460-4.

2. Декларация тысячелетия Организации объединенных наций (Принята резолюцией 55/2 Генеральной Ассамблеи от 8 сентября 2000 г.) – [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.un.org/ru/documents/decl_conv/declarations/summitdecl.shtml (дата звернення: 10.02.17).

3. *Імас Є., Борисова О., Козут І.* Особливості змісту професійної підготовки фахівців сфери фізичної культури та спорту щодо роботи з особами з інвалідністю / *Євгеній Імас, Ольга Борисова, Ірина Козут*// Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2016. – № 1 (21). – С. 17–25.

4. Історичні, організаційні та соціальні аспекти розвитку спорту інвалідів: навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту / [С.Ф. Матвеев, Ю.А. Бріскін, І.О. Когут та ін.] – К.: Асконіт, 2011. – 250 с.
5. Когут І. О. Соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури в Україні : монографія / І. О. Когут. – Львів : СПОЛОМ, 2015. – 284 с.
6. Когут І. Базові положення соціально-гуманістичної спрямованості адаптивної фізичної культури/ Ірина Когут // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2013. – № 3. – С. 58–63.
7. Конвенція про права інвалідів (неофіційний переклад) Резолюція Генеральної Асамблеї ООН № 61/106, прийнята на шістдесят першій сесії ГА ООН – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.un.org.ua/ua/disabilities> (дата звернення: 18.02.17). – Назва з екрана.
8. Костюкевич В.М. Основи науково-дослідної роботи магістрантів та аспірантів у вищих навчальних закладах (спеціальність: 017 Фізична культура і спорт), навчальний посібник. / М.В. Костюкевич, В.І. Воронова, О.А. Шинкарук, О.В. Борисова; за заг.ред.. В.М. Костюкевича. – Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. – 554 с.
9. Магістр: обличчям до науки. Технологія підготовки магістерських робіт за спеціальністю «Спорт»/ [Матвеев С.Ф., Борисова О.В., Когут І. О. та ін.]. Навчально-наочний посібник.- К: Споллом, 2015. – 88 с.
10. Матвеев С.Ф., Когут І.О., Гончаренко Є.В. Педагогічні засади проведення тренувальних занять зі спортсменами, які мають вади розумового розвитку: навч. посібник для студ. вищих навч. закладів фіз. вих. і спорту / [С.Ф. Матвеев, І.О. Когут, Є.В. Гончаренко] – К.: ТОВ «Інтерсервіс», 2013. – 122 с.
11. Міжнародна хартія фізичного виховання і спорту (21 листопада 1978 р.) – [Електронний ресурс]. – Режим доступу:

http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/995_350?nreg=995_350&find=1&text (дата звернення: 21.02.17).

12. Brave Brazilian wonderkid who was born without feet is invited to train with Barcelona – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.dailymail.co.uk/sport/football/article-2194810/Brazilian-wonderkid-Gabriel-Muniz-invited-train-Barcelona.html> (дата звернення: 8.02.17).

13. The Secretariat of the African Decade of Persons with Disabilities, Continental Plan of Action for the African Decade of Persons with Disabilities – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.secretariat.disabilityafrica.org/documents.php?action=get_file&attach_id=267 (дата звернення: 18.12.16).

14. UNESCO, International Charter of Physical Education and Sport – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.unesco.org/education/nfsunesco/pdf/SPORT_E.PDF (дата звернення: 11.01.17).

15. United Nations, The Standard Rules on the Equalization of Opportunities for Persons with Disabilities – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.un.org/esa/socdev/enable/dissre00.htm> (дата звернення: 18.12.16).

16. United Nations, World Programme of Action Concerning Disabled Persons – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.un.org/esa/socdev/enable/diswpa00.htm> (дата звернення: 18.12.16).