

ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ И АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Научная статья
УДК 796

<https://doi.org/10.20310/1810-0201-2023-28-5-1236-1246>



Значение адаптивного спорта для социальной адаптации лиц с инвалидностью

Михаил Вячеславович БЕГИДОВ , Тамара Павловна БЕГИДОВА *,

Влада Владимировна БЕСПАЛОВА

ФГБОУ ВО «Воронежская государственная академия спорта»
394036, Российская Федерация, г. Воронеж, ул. К. Маркса, 59

*Адрес для переписки: begidova@yandex.ru

Актуальность. Согласно мнению многих ученых, адаптивный спорт наиболее продуктивно влияет на социальную адаптацию лиц с ОВЗ. Существует ряд трудностей, с которыми сталкиваются лица данной категории. Проанализировано значение адаптивного спорта, обозначен ряд его проблем. Цель исследования – научное обоснование роли адаптивного спорта в социализации лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Материалы и методы. Исследование проводилось в течение 2021–2023 гг. Интервью и анкетирование спортсменов паралимпийского движения РФ было направлено на выявление перспектив развития адаптивного спорта и его влияния на социальную адаптацию. В качестве респондентов выбраны 12 спортсменов с нарушением опорно-двигательного аппарата или зрения по наиболее массовым спортивным дисциплинам – плаванию и легкой атлетике в возрасте от 22 до 48 лет: 2 Заслуженных мастера спорта РФ, 5 мастеров спорта РФ международного класса и 5 мастеров спорта РФ. Рассмотрен процесс занятий адаптивным спортом людей с ограниченными возможностями здоровья, а также социализация лиц с ограниченными возможностями здоровья в процессе занятий адаптивным спортом.

Результаты исследования. Проанализированы полученные данные об эффективности влияния занятий адаптивным спортом на социальную адаптацию лиц с инвалидностью.

Выводы. Полученные данные подтверждают эффективность занятий адаптивным спортом в социализации лиц с инвалидностью, что позволит улучшить работу по организации и развитию адаптивного спорта в России, приведя к росту числа занимающихся и их эффективной социализации.

Ключевые слова: адаптивный спорт, лица с ограниченными возможностями здоровья, инвалиды, социальная адаптация

Для цитирования: Бегидов М.В., Бегидова Т.П., Беспалова В.В. Значение адаптивного спорта для социальной адаптации лиц с инвалидностью // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2023. Т. 28. № 5. С. 1236-1246. <https://doi.org/10.20310/1810-0201-2023-28-5-1236-1246>

RECREATIONAL AND ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION

Original article

<https://doi.org/10.20310/1810-0201-2023-28-5-1236-1246>

The importance of adaptive sports for the social adaptation of persons with disabilities

Mikhail V. BEGIDOV , Tamara P. BEGIDOVA *, Vlada V. BESPALOVA 

Voronezh State Academy of Sports

59 K. Marx St., Voronezh, 394036, Russian Federation

*Corresponding author: begidova@yandex.ru

Importance. According to many scientists, adaptive sports have the most productive effect on the social adaptation of persons with disabilities. There are a number of difficulties that people in this category face. The importance of adaptive sports was analyzed, a number of its problems were identified. The purpose of the study: scientific substantiation of the role of adaptive sports in the socialization of people with disabilities.

Materials and Methods. The study was conducted during 2021–2023. Interviews and questioning of athletes of the Paralympics movement of the Russian Federation were aimed at identifying the prospects for the development of adaptive sports and its impact on social adaptation. As respondents, 12 athletes with a violation of the musculoskeletal system or vision in the most massive sports disciplines – swimming and athletics, aged 22 to 48 years old were selected: 2 Honored Masters of Sports of the Russian Federation, 5 Masters of Sports of the Russian Federation of international class and 5 Masters of Sports of the Russian Federation. The object of the study is the process of practicing adaptive sports for people with disabilities. The subject of the study is the socialization of persons with disabilities in the process of practicing adaptive sports.

Results and Discussion. The data obtained on the effectiveness of the impact of adaptive sports on the social adaptation of persons with disabilities were analyzed.

Conclusion. The data obtained confirm the effectiveness of adaptive sports in the socialization of persons with disabilities, which will improve the organization and development of adaptive sports in Russia, leading to an increase in the number of people involved and their effective socialization.

Keywords: adaptive sport, persons with disabilities, disabled persons, social adaptation

For citation: Begidov, M.V., Begidova, T.P., & Bepalova, V.V. (2023). The importance of adaptive sports for the social adaptation of persons with disabilities. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki = Tambov University Review. Series: Humanities*, vol. 28, no. 5, pp. 1236-1246. (In Russ., abstract in Eng.) <https://doi.org/10.20310/1810-0201-2023-28-5-1236-1246>

АКТУАЛЬНОСТЬ

Все государства хотят создать благоприятные условия жизни для своих граждан. Особое место отводится людям с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), включая инвалидов. В последние годы активно развиваются инклюзивное образование,

спортивные и творческие фестивали, конкурсы и марафоны для их адаптации и интеграции в общество.

Наличие у человека приобретенных или врожденных нарушений накладывает отпечаток на жизнедеятельность, требуя определенных усилий и психологических ресурсов. В зависимости от нозологии и степени пора-

жения лицам с ОВЗ приходится сталкиваться с трудностями передвижения, со страхом самовыражения, испытывать напряжение в социально-бытовой сфере и построении межличностного взаимодействия. В связи с чем возникает неудовлетворенность отношениями с людьми и окружающим миром, проблемы социальной адаптации, что связано с неадекватностью самовосприятия и самопознания. Для достижения внутреннего баланса и гармонии важно осознавать ценность собственной индивидуальности и неповторимости.

Адаптивный спорт играет одну из ключевых ролей в воспитании личности и формировании поведения, нацеленного на отношение, как к равным, к лицам с инвалидностью, для которых социально-бытовая ориентировка, вхождение в социум, имеющий собственные стереотипы и критерии, стоят на первом месте [1]. Это объясняется тем, что спортивная деятельность помогает инвалиду принять ряд ограничений (правила соревнований, спортивные регламенты и т. п.), которые в дальнейшем определяют его жизнь. Занятия адаптивным спортом учат лиц с ОВЗ принимать законность результатов даже тогда, когда они с ними не согласны, тем самым позволяя понимать сложности жизни, обучают умению принимать поражение, не ища виновных, а, изучив негативный опыт, исправлять ошибки, учиться продумывать план выхода из кризиса для достижения новых результатов [2].

Адаптивный спорт, победы и проигрыши требуют жизнестойкости от инвалида, поддержки от близких людей и от общества. Это ведет к психическому равновесию, самоуважению, налаживанию контактов с социумом. С опорой на потенциал спорта, как общественного института, способного и призванного гарантировать телесное и общественное благополучие человека, облегчается интеграция лиц с ОВЗ [3].

Адаптивный спорт дает максимальную возможность людям с ОВЗ включаться в общество, раскрывать свой потенциал, испытывать радость победы и горечь поражения. С.П. Евсеев с соавт., В.А. Кадушина рас-

сматривают «адаптивный спорт как вид адаптивной физической культуры, удовлетворяющий потребности в самоактуализации; в самореализации своих способностей, сопоставлении их со способностями других людей; в коммуникативной деятельности и социализации» [4; 5].

Н.А. Строгова считает, что «Выпадение людей с ограниченными возможностями здоровья из культурно и социально обусловленного пространства вследствие нарушения адекватных взаимосвязей со средой можно объяснить несоответствием социального, психологического и психофизиологического статуса инвалида требованиям социальной ситуации» [6].

Общение является одним из ведущих мотивов инвалидов при занятиях спортом и важная часть спортивной деятельности. Общение может быть очень разнообразным. Оно включает в себя: обмен мнениями, эмоциями, переживаниями, способ проявления взаимопонимания, взаимовлияния и взаимобогащения [7].

Спортивные занятия и участие в соревнованиях разного уровня предоставляют инвалидам возможность быть полноправными членами общества. Достижение спортивных успехов на Паралимпийских и Сурдлимпийских играх, проявление высоких физических способностей содействуют созданию таких общественных ценностей, как престижность, новые рекорды и результаты, но при этом – сочувствие и осознание [4].

Нормативные документы регламентируют практическую деятельность. В Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» прописано требование к органам исполнительной власти и органам местного самоуправления: «Федеральный орган исполнительной власти в области физической культуры и спорта, органы исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органы местного самоуправления, физкультурно-спортивные организации, в том числе физкультурно-спортивные объединения инвалидов, организуют проведение физкультурных мероприятий и

спортивных мероприятий с участием инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, создают детско-юношеские спортивно-адаптивные средние учебные заведения, адаптивные детско-юношеские клубы физической подготовки»¹.

В действующей Стратегии развития физической культуры и спорта подчеркивается, что ее «разработка и реализация основаны на ценностях физической культуры и спорта», среди которых «доступность – адаптация территорий, сооружений и помещений для максимального удовлетворения всех категорий граждан в занятиях физической культурой и спортом». В анализе состояния развития физической культуры и спорта выделяется в качестве «одной из важнейших задач» «необходимость «дальнейшего повышения доступности спорта для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, в том числе с учетом региональной специфики»².

Вышеизложенное подтверждает актуальность исследования адаптивного спорта как фактора асоциальной адаптации лиц с инвалидностью.

Цель исследования – научное обоснование роли адаптивного спорта в социализации лиц с ограниченными возможностями здоровья.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Анализ научно-методической литературы и документальных материалов, нормативно-правовой документации в сфере адаптивного спорта; педагогические наблюдения; полуформализованное интервью; анкетирование; методы математико-статистической обработки данных, обобщение.

Исследование проводилось в течение 2021–2023 гг. и было направлено на выявление перспектив развития адаптивного спорта и его влияния на социальную адаптацию ин-

валидов. В анкетировании и полуформализованном интервью приняли участие 12 спортсменов с инвалидностью: 2 заслуженных мастера спорта РФ (ЗМС РФ), 5 мастеров спорта РФ международного класса (МС РФ МК), 3 мастера спорта РФ (МС РФ) и 2 кандидата в мастера спорта РФ (КМС РФ), участники чемпионатов России, Европы, мира и паралимпийских игр с нарушением опорно-двигательного аппарата или зрения по наиболее массовым спортивным дисциплинам – плаванию и легкой атлетике. Возраст спортсменов – от 22 до 48 лет. Причины инвалидности: 9 человек имеют врожденную инвалидность, из них 2 – нарушения опорно-двигательного аппарата, 7 спортсменов – нарушения зрения. У трех респондентов инвалидность приобретенная: 2 с ПОДА–1 – травма шейного отдела позвоночника, 1 – последствия клинической смерти после операции; у одного – нарушения зрения вследствие некачественной прививки.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Г.Г. Уляева, Б.Б. Раднагуруев и Л.Г. Уляева отмечают, что спортсмены-паралимпийцы, достигшие высоких результатов, менее замкнуты, проявляют эмоциональную стабильность. Их можно охарактеризовать как смелых, уравновешенных, умеющих ставить и достигать реальные цели. Наблюдается тесная положительная взаимосвязь между результативностью в соревновательной деятельности спортсмена, его самореализацией и социально-психологической адаптацией и интеграцией в обществе [8].

Д.И. Ахметшина и Р.Р. Швец выделяют основные мотивационные компоненты к занятиям адаптивным спортом. К ним относятся: «возможность самореализации и развития», «стремление побеждать», «общение», «удовольствие от занятий физической культурой и спортом», «стремление к улучшению здоровья», «желание показать детям хороший пример», «желание, как можно дольше продлить молодость и сохранить активность» [9].

¹ О физической культуре и спорте в Российской Федерации: федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (посл. ред.). Доступ из СПС КонсультантПлюс.

² Стратегия развития физической культуры и спорта до 2030 г. URL: <http://www.minsport.gov.ru/activities/proekt-strategii-2030/> (дата обращения: 09.08.2023).

Говоря о тренировочном процессе, как важной составной части спортивной деятельности, С.Б. Нарзулаев, И.Н. Сафронова и Н.А. Петухов отмечают, что инвалидам, занимающимся адаптивным спортом, необходимо рассматривать каждую тренировку не только как мышечную борьбу за повышение уровня развития силы и победу над собой, но и как источник радости. Спортивные турниры и участие в соревнованиях различного уровня, в том числе и самого высокого, дают возможность людям с инвалидностью позиционировать себя как полноправных членов общества [10].

Изучение роли адаптивного спорта в социализации лиц с ОВЗ, анализ основных проблем, препятствующих успешному развитию адаптивного спорта, интерпретация результатов полуформализованного интервью и анкетирования спортсменов-паралимпийцев позволили выявить основные черты личности инвалидов, проявляющиеся в процессе спортивной деятельности и способствующие их социальной адаптации.

Всем респондентам адаптивный спорт помог социализироваться. У каждого из них своя история начала занятий адаптивным спортом. Многих будущих чемпионов в спорт привели родители для реабилитации.

«Когда мне было 5 лет, родители, будучи тренерами по плаванию, приводили меня в бассейн: дома не с кем было оставить. Когда я пошла в школу, они решили научить меня плавать. Другому тренеру ребенка с плохим зрением доверять не хотели. В общем, так все и началось», – рассказывает победитель и призер Паралимпийских игр, многократная чемпионка мира, Европы и России, ЗМ РФ (плавание, спорт слепых).

«Я начал заниматься спортом по инициативе родителей для укрепления здоровья. После первых соревнований и первой награды я продолжил спортивную деятельность уже с целью выхода в большой спорт», – делится воспоминаниями многократный чемпион РФ, призер чемпионата мира, бронзовый призер Паралимпийских игр, МС РФ МК (плавание, спорт слепых).

Выбор спортивной дисциплины – важная составляющая успешного спортивного будущего и социализации в обществе, что обусловило вопрос: «Какой спортивной дисциплиной вы занимаетесь? Почему выбрали данный вид?».

«После занятий плаванием – парадайвинг. Вода позволяет почувствовать себя свободным. Опустившись под воду из инвалидного кресла, избавляешься от большинства ограничений. Невесомость, как в космосе, и ты не ограничен в своем полете», – размышляет чемпион Воронежской области по парадайвингу; победитель Кубка России, призер чемпионатов РФ, участник международных соревнований, КМС РФ (плавание, спорт лиц с ПОДА).

«Легкая атлетика – толкания и метания, так как к ним предрасположена моя конституция тела и психология», – рассказывает рекордсмен РФ, призер чемпионата России, МС РФ (легкая атлетика, спорт лиц с ПОДА).

«Даже само желание заняться спортом – это важное решение на пути к лучшей, насыщенной жизни. Сила воли и решимость не останавливаются ни перед чем – это качества, которые помогут достичь успехов в спорте», – размышляет призер чемпионатов РФ и международных соревнований, КМС РФ (плавание и паратриатлон, спорт лиц с ПОДА).

«Когда я начал заниматься спортом, улучшилась фигура, исчез лишний вес. Во взрослом возрасте многочисленные соревнования и сборы повлияли на мою социализацию, помогли познакомиться с новыми людьми, стать более самостоятельным», – делится воспоминаниями чемпион РФ, призер чемпионата мира и Паралимпийских игр, МС РФ МК (плавание, спорт слепых).

«Придя в адаптивный спорт, я стала более дисциплинированной, появились четко поставленные задачи, стала путешествовать, сначала из-за соревнований, потом для туризма, так как появились средства», – рассказывает чемпионка России, Европы и Всемирных игр, МС РФ (плавание, спорт слепых).

Таким образом, важны занятия именно «своим» видом спорта (спортивной дисципли-

линой), который будет приносить удовольствие каждому, как начинающему, так и опытному спортсмену. В спорте важно ощущать эмоциональное (позитивное) отношение к происходящему, когда развитие происходящих событий соответствует ожидаемому.

Высказаны разные мнения спортсменов с инвалидностью о значении адаптивного спорта в их жизни: «кто начинает заниматься паралимпийским спортом – становятся сильнее духом, а жизнь в спорте – это победа над собой»; «спорт дает понимание, что не надо падать духом, надо идти вперед, не важно, сколько раз ты упал, важно, сколько раз ты поднялся»; «спорт дает не только здоровье, он социализирует людей с инвалидностью». Все мнения указывают на положительное влияние спорта на социальную адаптацию лиц с ОВЗ.

Другими словами, чем выше мотивация к занятиям спортом, тем глубже погружение в спортивную культуру, что изменяет внутреннее психическое отражение и внешнюю деятельность, являясь фактором успешной социальной адаптации и формирования важных качеств личности.

При рассмотрении адаптивного спорта как способа воспитания личности были отмечены следующие изменения.

Важной составной частью в личности спортсмена является понимание того, что необходимо заниматься профессиональной деятельностью. Это, в свою очередь, связано с процессом адаптации. Человек, систематически занимающийся спортом, обязан соответствовать физическим и психологическим критериям, требованиям условий жизнедеятельности. Инвалиды, занимающиеся спортом профессионально, имеют статус спортсмена и занятость в сфере трудовой деятельности, имея достойную заработную плату. Тогда как большинство инвалидов не могут реализовать себя в сфере занятости из-за тяжести нарушений, и, как отмечают респонденты, выбор профессий в центре занятости для данной категории населения невелик.

Профессиональные занятия спортивной деятельностью являются фактором успешной

социальной адаптации инвалида. Спортсмен видит себя успешным членом общества, способным зарабатывать своим физическим трудом. Спортивная деятельность – одна из немногих сфер, в которой инвалид может полностью адаптироваться к ее условиям и менять эти условия. Адаптивный спорт по своей важности равен спорту здоровых людей. У спортсменов с инвалидностью для объективности результатов существует спортивно-функциональная классификация, им присваиваются разряды и спортивные звания, аналогичные таковым у здоровых спортсменов.

В условиях спорта высших достижений мотивация к результату, главным образом, опирается на аспекты материальной заинтересованности. Современное состояние материального обеспечения труда спортсменов, профессионально занимающихся спортом, характеризуется высоким уровнем оплаты. Кроме того, высококвалифицированный спортсмен всегда находится в центре внимания спортивной общественности, где спортивные организации стараются привлечь его в свою организацию или клуб.

Этот факт подтверждает развитие особой ниши на рынке труда. Сегодня уже в юношеском возрасте большинство спортсменов желают перевести собственную спортивную практику в разряд профессиональной занятости [11].

На вопрос «Помог ли адаптивный спорт реализоваться на профессиональном поприще?» из 12 респондентов положительно ответили 8 (67 %), для четверых (33 %) адаптивный спорт не стал путем развития карьеры.

На вопрос, касающийся материального обеспечения «Ваше материальное положение улучшилось с начала занятий адаптивным спортом?», положительный ответ дали 9 респондентов (75 %), у одного (8,3 %) материальное положение не улучшилось еще двое (16,7 %) ответили, что материальное положение практически не изменилось.

В исследовании выявлялись изменения, произошедшие с лицами с ОВЗ под влиянием занятий спортом. На вопрос «Было ли ощу-

щение неуверенности у вас до прихода адаптивного спорта в вашу жизнь?» 9 спортсменов (75 %) ответили, что испытывали чувство сомнения в своих способностях и потенциале успешности в разных сферах жизни, 3 спортсмена (25 %) данного ощущения не испытывали. При этом все респонденты (100 %) согласны, что адаптивный спорт добавил им чувство уверенности в жизни.

Люди с приобретенной инвалидностью часто сталкиваются с тем, что их привычный круг общения сужается, зачастую сами инвалиды перестают общаться с прежней компанией. К сожалению, для лиц с ОВЗ поиск друзей, компании по интересам, создание семьи остаются сложной задачей. Адаптивный спорт вносит в жизнь спортсменов важнейшую составляющую полноценного существования в обществе – общение с друзьями и самих друзей. В этом плане адаптивный спорт является ключевым моментом возвращения инвалида в общество: среди респондентов у 11 из 12 (92 %) с приходом в их жизнь адаптивного спорта количество друзей и общение в целом увеличились.

В ходе исследования выявлено, что занятия спортом высших достижений являются фактором развития эмоционально-волевых и мотивационных черт личности спортсмена. Профессиональный спорт предполагает постоянную физическую и психологическую нагрузку. Развитие мотивационных навыков является важным компонентом социальной адаптации личности человека. Респонденты отмечают, что адаптивный спорт помог им развить положительные качества и черты личности: целеустремленность, коммуникативность, самостоятельность, ответственность, уверенность в себе и своих силах, умение добиваться своих целей, стойкость, дисциплинированность, трудолюбие, стремление к победе, стрессоустойчивость, легкость на подъем, общительность, адаптацию к изменяющимся условиям, дружелюбность, настойчивость, самообладание, решительность и смелость.

Долгие годы в стране формировался стереотип об инвалидах, как пассивной и деза-

дапированной категории населения, который, к сожалению, поддерживают некоторые инвалиды. Своей настойчивостью, упорством и желанием испытывать радость борьбы и победы, силой воли и духа спортсмены-инвалиды вызывают потрясение, изумление в сознании людей. Каждый осознает, что он в силу различных причин может оказаться в состоянии инвалидности, и задает вопрос: «Сумел бы я так?». Это вынуждает взглянуть на спортсмена с ОВЗ как на человека-борца, который, не обращая внимания на ограничения, проживает настоящую жизнь, не только адаптируясь к ней, а являясь создателем себя, заслуживающим восхищение [7].

Исследования поведения спортсменов с инвалидностью в корне меняют отношение общества к ним, заставляя воспринимать их не как людей ущербных, а как равных, достойных почтения, способных на большие свершения, чем почти все здоровые люди.

Респонденты отмечают, что мотивация и желание заниматься спортивной деятельностью являются условием успешного профессионального роста: чем лучше результаты, тем выше мотивация продолжать занятия для выхода на более высокий уровень.

Безусловно, спортивная деятельность имеет свои специфические особенности, определенным образом влияющие на психику спортсмена, его эмоциональные переживания и состояния, которые возникают в связи с участием в соревнованиях, с большими, часто максимально предельными напряжениями. Все это заставляет рассматривать волевою подготовку спортсмена как неотъемлемую часть спортивной тренировки и учебно-воспитательного процесса в спорте.

Хотелось бы подчеркнуть, исходя из спортивного опыта авторов (1 – МС СССР МК; 2 – МС РФ – спорт лиц с ПОДА), что занятия спортом – это настоящее счастье, «глоток свежего воздуха», который дает невероятный эмоциональный заряд и прилив сил. В тренировочном процессе важна эффективная саморегуляция, постановка цели, задач и их реализация, а также положительный психологический настрой.

Таким образом, интерпретируя опыт включения инвалидов в занятия адаптивным спортом, можно утверждать, что с изменением деятельности происходят изменения в их сознании. С интенсивным погружением инвалидов в занятия адаптивным спортом повышается их социальная адаптация [2; 5].

Все респонденты отметили возможность развития профессиональной карьеры, улучшение эмоционально-волевых и мотивационных качеств личности, положительные изменения в жизни после прихода в профессиональный спорт.

Практической значимостью данного исследования является то, что постепенно происходит перенос функций адаптивного спорта из сферы реабилитационных задач в сферу социальных задач. Прежде всего, речь идет о развитии личности спортсмена.

Проанализированы основные черты личности, которые развиваются в процессе спортивной деятельности, подтверждено, что адаптивный спорт способствует развитию личности человека с инвалидностью, а спорт высших достижений еще в большей степени выступает способом самоактуализации и социализации личности. В отличие от оздоровительно-рекреационного направления адаптивного спорта, спорт высших достижений в большей степени занимает нишу в качестве значимого фактора социальной адаптации.

Необходимо отметить, что благоприятный социально-психологический климат в процессе занятий адаптивным спортом не возникает сам собой, в большинстве случаев это заслуга тренера. Благоприятная социально-психологическая среда для занимающихся с ОВЗ создается с помощью правильно подобранных средств, методов и подходов к ним в тренировочной и соревновательной деятельности, качественного психолого-педагогического сопровождения и планирования процесса спортивной подготовки.

Нельзя не выделить проблемы, которые до сих пор препятствуют развитию адаптивного спорта: недостаточный уровень развития инфраструктуры, а именно, «безбарьерной среды» (30 % от их общего числа соот-

ветствуют требованиям³); недостаток специального инвентаря и оборудования для занятий адаптивным спортом; социокультурные и психологические барьеры, затрудняющие вовлечение спортсменов с ОВЗ в занятия адаптивным спортом [14]. Также можно обозначить недостаток специалистов по адаптивной физической культуре и спорту [9], их несвоевременную переподготовку или повышение квалификации; недостаточное финансовое обеспечение адаптивного спорта в регионах. Хотя в последние годы и наблюдаются позитивные изменения в данной сфере, но, хотелось бы более значительных и быстрых перемен!

Прежде всего, необходимо грамотно взаимодействовать со СМИ. Регулярная информация о достижениях спортсменов с инвалидностью поможет им почувствовать себя более уверенно и привлечь к занятиям новых спортсменов, тренеров и спонсоров.

Следовало бы проводить спортивные мероприятия, не изолируя инвалидов, а совместно с обычными спортсменами. Соревнуясь и взаимодействуя, они стали бы лучше понимать друг друга.

Несмотря на трудности, в развитии адаптивного спорта наблюдается положительная динамика. Можно отметить, что региональные организации, занимающиеся развитием адаптивного спорта, справляются с основной задачей, а именно – привлечение большего числа лиц к регулярным занятиям, участию в соревнованиях, повышению спортивного мастерства.

ВЫВОДЫ

Несмотря на отдельные проблемы в развитии адаптивного спорта, он помогает лицам с ОВЗ обрести полноценную жизнь в обществе.

Барьеры, с которыми сталкиваются люди с ОВЗ, делают их сильнее, изменяется отношение общества к ним в позитивную сторону.

³ Стратегия развития физической культуры и спорта до 2030 г.

При этом адаптивный спорт является эффективнейшим средством физической, психической и социальной адаптации.

Для дальнейшего использования адаптивного спорта в качестве средства социальной адаптации лиц с инвалидностью следует:

- больше внимания уделять информированию населения об адаптивном спорте, популяризируя его в средствах массовой информации;
- спортсменам с ОВЗ необходимо проявлять публичную активность – чаще участвовать в проектах СМИ, давать развернутые интервью, рассказывая о развитии адаптивного спорта и об опыте социализации;
- физкультурно-спортивным организациям следует расширять список спортивных дисциплин в адаптивном спорте;
- необходимо создавать безбарьерную среду на всех этапах эксплуатации спортивных сооружений;

– следует разработать программу трудоустройства лиц с ОВЗ, завершивших спортивную карьеру.

Таким образом, можно заключить, что развитие адаптивного спорта, его влияние на социализацию лиц с ОВЗ имеет положительную тенденцию.

Для ускоренного развития адаптивного спорта необходимо активизировать взаимодействие государственных и общественных организаций.

Практическая значимость исследования заключается в том, что использование полученных результатов позволит улучшить работу по организации подготовки спортсменов и развитию адаптивного спорта в России, что приведет к росту числа занимающихся и их эффективной социализации.

В проведенном исследовании предпринята очередная попытка проанализировать влияние адаптивного спорта на социальную адаптацию лиц с инвалидностью, что требует дальнейшего изучения.

Список источников

1. Бегидова Т.П., Буданова Н.А. Формирование толерантности у сельской молодежи к лицам с ограниченными возможностями здоровья на основе олимпийских ценностей (на примере движения Специальной Олимпиады) // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2022. Т. 27. № 6. С. 1545-1551. <https://doi.org/10.20310/1810-0201-2022-27-6-1545-1551>, <https://elibrary.ru/twtwcm>
2. Сунагатова Л.В., Марченкова У.А. Влияние адаптивного спорта на социальную адаптацию инвалидов // Молодой ученый. 2012. № 12. С. 603-607. <https://elibrary.ru/rfymwj>
3. Евсеев С.П., Абалян А.Г. Спорт как фактор самореализации и повышения качества жизни лиц с ограниченными возможностями // Вестник спортивной науки. 2010. № 2. С. 49-51. <https://elibrary.ru/wlbded>
4. Евсеев С.П., Евсеева О.Э., Абалян А.В. и др. Адаптивный спорт. Настольная книга тренера. М.: ООО «ПРИНЛЕТ», 2021. 600 с. <https://elibrary.ru/ijdgwo>
5. Кадушина В.А. Социальное пространство реабилитации инвалидов: развитие и информационное освещение паралимпийского движения в России // Вестник ПАГС. 2009. № 4 (21). С. 165-169. <https://elibrary.ru/pfcljh>
6. Строгова Н.А. Адаптивная физическая культура в системе комплексной реабилитации и социальной интеграции инвалидов // Теория и практика общественного развития. 2012. № 2. С. 169-171. <https://elibrary.ru/oymzop>
7. Щупленков О.В., Щупленков Н.О. 3.6. Адаптивный спорт как составляющая часть социальной реабилитации инвалидов // Новые методы обучения и воспитания детей и подростков / отв. ред. А.Ю. Нагорнова. Ульяновск: ИП Кеньшенская Виктория Валерьевна (Изд-во «Зебра»), 2019. С. 305-315. <https://elibrary.ru/cznjwv>
8. Уляева Г.Г., Раднагуруев Б.Б., Уляева Л.Г. Самореализация личности в паралимпийском спорте как фактор социально-психологической адаптации // Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации. 2015. № 3. С. 223-226. <https://elibrary.ru/vbenmx>

9. Ахметшина Д.И., Швец Р.Р. Влияние занятий гимнастикой на социально-психологическую адаптацию лиц с поражением опорно-двигательного аппарата // Современные технологии физического воспитания и спорта в практике деятельности физкультурно-спортивных организаций: сб. науч. трудов Всерос. науч.-практ. конф. и Всерос. конкурса науч. работ в области физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности / под общ. ред. А.А. Шахова. Елец, 2019. С. 362-365. <https://elibrary.ru/lyglru>
10. Нарзулаев С.Б., Сафронова И.Н., Петухов Н.А. Аспекты социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами физической культуры и спорта // Вестник ТГПУ. 2012. № 5 (120). С. 154-160. <https://elibrary.ru/pbkklr>
11. Гогунев Е.Н. Профессиональная направленность спортивной деятельности // Вестник ОГУ. 2005. № 4 (42). С. 39-42. <https://elibrary.ru/jvglhf>
12. Позняк А.С., Горская Г.Б. Социально-психологическая адаптация спортсменов с ограниченными возможностями // Материалы ежегодной отчетной научной конференции аспирантов и соискателей Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма. Краснодар: Кубан. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма, 2021. № 1. С. 214-218. <https://elibrary.ru/dvtotm>

References

1. Begidova T.P., Budanova N.A. (2022). Formation of tolerance among rural youth to persons with disabilities based on Olympic values (on the example of the special Olympics movement). *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki = Tambov University Review: Series Humanities*, vol. 27, no. 6, pp. 1545-1551. (In Russ.) <https://doi.org/10.20310/1810-0201-2022-27-6-1545-1551>, <https://elibrary.ru/twtwcm>
2. Sunagatova L.V., Marchenkova U.A. (2012). Vliyanie adaptivnogo sporta na sotsial'nyu adaptatsiyu invalidov [Influence of adaptive sports on social adaptation of disabled people]. *Molodoi uchenyi* [Young Scientist], no. 12, pp. 603-607. (In Russ.) <https://elibrary.ru/rfymwj>
3. Evseev S.P., Abalyan A.G. (2010). Sport as a factor of self-actualization and quality of life in persons with disabilities. *Vestnik sportivnoi nauki = Sports Science Bulletin*, no. 2, pp. 49-51. (In Russ.) <https://elibrary.ru/wlbded>
4. Evseev S.P., Evseeva O.E., Abalyan A.V. et al. (2021). *Adaptivnyi sport* [Adaptive Sports]. Moscow, LLC "PRINLETO", 600 p. (In Russ.) <https://elibrary.ru/ijdgwo>
5. Kadushina V.A. (2009). Social space of the disabled rehabilitation: the development and information coverage of Paralympics movement in Russia. *Vestnik PAGS = The Bulletin of the Volga Region Institute of Administration*, no. 4 (21), pp. 165-169. (In Russ.) <https://elibrary.ru/pfcljh>
6. Strogova N.A. (2012). Adaptive physical trainings in the system of comprehensive rehabilitation and social integration of disabled people. *Teoriya i praktika obshchestvennogo razvitiya = Theory and Practice of Social Development*, no. 2, pp. 169-171. (In Russ.) <https://elibrary.ru/oymzop>
7. Shchuplenkov O.V., Shchuplenkov N.O. (2019). 3.6. Adaptivnyi sport kak sostavlyayushchaya chast' sotsial'noi reabilitatsii invalidov [3.6. Adaptive sports as an integral part of the social rehabilitation of disabled people]. In: Nagornova A.Yu. (executive ed.). *Novye metody obucheniya i vospitaniya detei i podrostkov* [New Methods of Teaching and Raising Children and Adolescents]. Ul'yanovsk, IE Kenschenskaya Victoria Valerievna ("Zebra" Publ.), pp. 305-315. (In Russ.) <https://elibrary.ru/cznjwt>
8. Ulyaeva G.G., Radnaguruev B.B., Ulyaeva L.G. (2015). Samorealizatsiya lichnosti v paralimpiiskom sporte kak faktor sotsial'no-psikhologicheskoi adaptatsii [Self-realization of personality in Paralympics sports as a factor of social and psychological adaptation]. *Resursy konkurentosposobnosti sportsmenov: teoriya i praktika realizatsii* [Athletes' Competitiveness Resources: Theory and Practice of Implementation], no. 3, pp. 223-226. (In Russ.) <https://elibrary.ru/vbenmx>
9. Akhmetshina D.I., Shvets R.R. (2019). Vliyanie zanyatii gimnastikoi na sotsial'no-psikhologicheskuyu adaptatsiyu lits s porazheniem oporno-dvigatel'nogo apparata [The influence of gymnastics on the socio-psychological adaptation of persons with lesions of the musculoskeletal system]. In: Shakhov A.A. (gen. ed.). *Sbornik nauchnykh trudov Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii i Vserossiiskogo konkursa nauchnykh rabot v oblasti fizicheskoi kul'tury, sporta i bezopasnosti zhiznedeyatel'nosti «Sovremennye tekhnologii fizicheskogo vospitaniya i sporta v praktike deyatel'nosti fizkul'turno-sportivnykh organizatsii»*

- [Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference and the All-Russian Competition of Scientific Works in the Field of Physical Culture, Sports and Life Safety "Modern technologies of Physical Education and Sports in the Practice of Physical Education and Sports Organizations"]. Elets, pp. 362-365. (In Russ.) <https://elibrary.ru/lyglru>
10. Narzulaev S.B., Safronova I.N., Petukhov N.A. (2012). Aspects of social adaptation of disabled people by means of physical training and sport. *Vestnik TGPU = Tomsk State Pedagogical University Bulletin*, no. 5 (120), pp. 154-160. (In Russ.) <https://elibrary.ru/pbkklr>
11. Gogunov E.N. (2005). Professional orientation of sports activity. *Vestnik OGU = Vestnik of the Orenburg State University*, no. 4 (42), pp. 39-42. (In Russ.) <https://elibrary.ru/jvglhf>
12. Poznyak A.S., Gorskaya G.B. (2021). Social and psychological adaptation of athletes with distributed health opportunities. *Materialy ezhegodnoi otchetnoi nauchnoi konferentsii aspirantov i soiskatelei Kubanskogo gosudarstvennogo universiteta fizicheskoi kul'tury, sporta i turizma* [Proceedings of the Annual Reporting Scientific Conference of Graduate Students and Applicants of the Kuban State University of Education, Sport and Tourism]. Krasnodar, Kuban State University of Education, Sport and Tourism Publ., no. 1, pp. 214-218. (In Russ.) <https://elibrary.ru/dvtotm>

Информация об авторах

Бегидов Михаил Вячеславович, доцент кафедры теории и методики адаптивной физической культуры, мастер спорта России (спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата), Воронежская государственная академия спорта, г. Воронеж, Российская Федерация.

<https://orcid.org/0000-0002-8386-3631>
begidovm@mail.ru

Бегидова Тамара Павловна, кандидат педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой теории и методики адаптивной физической культуры, мастер спорта СССР международного класса, заслуженный работник физической культуры России, Воронежская государственная академия спорта, г. Воронеж, Российская Федерация.

<https://orcid.org/0000-0003-4616-5380>
begidova@yandex.ru

Беспалова Влада Владимировна, научный сотрудник кафедры теории и методики адаптивной физической культуры, мастер спорта России (спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата), Воронежская государственная академия спорта, г. Воронеж, Российская Федерация.

<https://orcid.org/0009-0003-1701-3262>
bespalova.vlada@rambler.ru

Информация о конфликте интересов: авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Поступила в редакцию 25.08.2023
Одобрена после рецензирования 20.10.2023
Принята к публикации 25.10.2023

Information about the authors

Mikhail V. Begidov, Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Adaptive Physical Culture, Master of Sports of Russia (sport of persons with lesions of the musculoskeletal system), Voronezh State Academy of Sports, Voronezh, Russian Federation.

<https://orcid.org/0000-0002-8386-3631>
begidovm@mail.ru

Tamara P. Begidova, Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Head of the Department of Theory and Methods of Adaptive Physical Culture, International Master of Sports of the USSR, Honored Worker of Physical Culture of Russia, Voronezh State Academy of Sports, Voronezh, Russian Federation.

<https://orcid.org/0009-0003-1701-3262>
bespalova.vlada@rambler.ru

Vlada V. Bespalova, Research Scholar of Theory and Methods of Adaptive Physical Culture Department, Master of Sports of Russia (sport of persons with lesions of the musculoskeletal system), Voronezh State Academy of Sports, Voronezh, Russian Federation.

<https://orcid.org/0009-0003-1701-3262>
bespalova.vlada@rambler.ru

Information on the conflict of interests: authors declare no conflict of interests.

Received 25.08.2023
Approved 20.10.2023
Accepted 25.10.2023