Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного
округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Новосибирский государственный технический университет»

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ ДЛЯ ЛИЦ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА: ПРАКТИКА ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЦЕНТРА АДАПТИВНОГО СПОРТА ЮГРЫ

Учебно-методическое пособие

Ханты-Мансийск, 2019

УДК 796
ББК 75.1
А 28

Рекомендовано Федеральным учебно-методическим объединением в системе высшего образования по укрупненной группе специальностей и направлений подготовки 49.00.00 Физическая культура и спорт в качестве учебно-методического пособия для студентов высших учебных заведений, обучающихся по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)

Рецензент:
к.п.н., заведующий кафедрой адаптивного спорта Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта Аксенов А. В.

А 28 Адаптивная физическая культура и спорт для лиц с нарушением слуха: практика физкультурно-спортивной деятельности Центра адаптивного спорта Югры: учебно-методическое пособие / под общ. ред. д-ра социол. н. Л. А. Осьмук. – Ханты-Мансийск: БУ «Центр адаптивного спорта Югры», 2019. – 123 с.

ISBN 978-5-6043152-5-5

В учебно-методическом пособии дается описание особенностей адаптивной физической культуры и спорта для лиц с нарушением слуха. В пособии представлен кейс, описывающий физкультурно-спортивную деятельность Центра адаптивного спорта Югры, включая организацию и проведение мероприятий, методики работы с глухими, PR-деятельность и популяризацию спорта глухих и адаптивной физкультуры для лиц с нарушением слуха.

Адресовано обучающимся, осваивающим образовательную программу по направлению подготовки 49.03.02 Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура). Пособие может быть рекомендовано всем студентам, занимающимся данной проблематикой, и специалистам, работающим в области адаптивной физкультуры и спорта глухих (в том числе в целях повышения квалификации).

УДК 796
ББК 75.1

ISBN 978-5-6043152-5-5

© БУ Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта», 2019
© Оформление ООО «Печатный мир г. Ханты-Мансийск», 2019

Здравствуйте, друзья!

2019 год является завершающим в четырехлетнем подготовительном цикле глухих и слабослышащих спортсменов по зимним видам спорта. Мастерство и результаты целенаправленных тренировок они продемонстрируют на XIX Сурдлимпийских зимних играх в Италии.

Для Югры и всего сурдлимпийского движения это значимое событие, которое ждут с нетерпением. Принять участие в стартах по лыжным гонкам и сноуборду готовятся восемь югорчан.

Для Ханты-Мансийского автономного округа – Югры спорт глухих является базовым видом спорта. Он развивается уже более 20 лет. Еще в 1998 году в городе Сургуте Юрий Курдюмов начал заниматься с подростками, имеющими нарушения слуха. Юрий Олегович по-настоящему предан своему делу. Через его секцию по легкой атлетике прошло много мальчишек и девчонок, которым он помог обрести веру в себя, воспитал чувство патриотизма и любви к спорту. В числе его подопечных – Максим Бган, который дважды покорил вершину олимпа.

В настоящее время в округе занимаются спортом около 400 глухих и слабослышащих спортсменов. Самыми популярными дисциплинами являются лыжные гонки, волейбол, легкая атлетика и плавание.

Высоких результатов достигли воспитанники заслуженного тренера России Станислава Руденко. Сборная Югры по волейболу четыре раза занимала первые места на чемпионатах России. Шесть волейболистов в составе сборной команды России становились чемпионами и призерами Сурдлимпийских игр.

Мощный импульс для развития спорта глухих дал 2015 год, когда Россия принимала XVIII Сурдлимпийские зимние игры. Это были первые и пока еще единственные Игры, которые проводились в нашей стране, и проходили они в Ханты-Мансийске и Магнитогорске.

Часто вспоминаю ту добрую и по-хорошему суматошную атмосферу праздника в дни Сурдлимпиады. На старты люди приходили

целыми семьями, болели, поддерживали спортсменов. Многие старались выучить хотя бы несколько фраз на жестовом языке. Особенно захватывающей по накалу страстей стала финальная игра по хоккею, когда сборная России одержала победу над своим принципиальным соперником – сборной Канады.

На домашних Играх сборная страны заняла первое место в командном зачете. Огромный вклад в победу внесли югорские лыжники Анна Федулова, Сергей Ермилов, Алексей Грошев. Анна Федулова является самой титулованной лыжницей России – десятикратной сурдлимпийской чемпионкой.

Сурдлимпиада подарила нам горячие эмоции, знакомство с выдающимися спортсменами, а также новыми для Югры дисциплинами горнолыжного спорта.

Благодаря Играм активное развитие получило добровольчество сферы адаптивного спорта. Волонтеры выполняют не только функции помощников, они продвигают ценности спорта, формируют культуру толерантности по отношению к людям с инвалидностью.

Адаптивный спорт Югры имеет своих героев, самобытные традиции, собственный путь становления и развития. Курирует данное направление в регионе бюджетное учреждение «Центр адаптивного спорта Югры», которое является одним из лучших учреждений страны в данной сфере.

Высокую оценку со стороны Министерства спорта России получила югорская разработка, связанная с реализацией индивидуальных программ реабилитации и абилитации в сфере адаптивной физической культуры. И сегодня автономный округ определен экспериментальной площадкой по разработке моделей и механизмов вовлечения инвалидов в занятия физкультурой и спортом в рамках федерального проекта «Спорт – норма жизни».

Коллектив Центра адаптивного спорта Югры открыт для сотрудничества и обмена опытом. Новые идеи и технологии, подкрепленные высокими результатами, регулярно публикуются в виде методических материалов. В год XIX Сурдлимпийских зимних игр это практические рекомендации по развитию спорта глухих. Они представляют большую ценность для всех, кто стремится помочь людям с инвалидностью реализовать себя в спорте.

Эдуард Владимирович Исаков,
член Совета Федерации Федерального Собрания Российской Федерации, мастер спорта России международного класса по пауэрлифтингу, рекордсмен России, Европы и мира

А. Н. Романцов

ПРЕДИСЛОВИЕ

Начиная с 2012 года Сурдлимпийский комитет России при поддержке Министерства спорта Российской Федерации практически ежегодно проводит международные соревнования по спорту глухих на территории Российской Федерации: чемпионаты мира, чемпионаты Европы по различным дисциплинам, например керлинг, велоспорт-шоссе и маунтинбайк, вольная и греко-римская борьба, пулевая стрельба, плавание, лыжные гонки, сноуборд.

Своеобразным венцом этих усилий стало проведение XVIII Сурдлимпийских зимних игр в партнерстве с Ханты-Мансийским автономным округом – Югрой. С проведением Игр Югра справилась блестяще, соревнования прошли на очень высоком организационном уровне. Участники и гости соревнований остались довольны. Немалая заслуга в этом руководства Ханты-Мансийского автономного округа – Югры и Министерства спорта Российской Федерации.

После проведения зимних Сурдлимпийских игр в Ханты-Мансийске и Магнитогорске очень возрос авторитет России в системе международного спорта глухих. Россия стала единственной страной в мире, которая провела все три «белые Олимпиады» за один цикл – Игры 2014 года (Олимпийские и Паралимпийские) и Игры 2015 года (Сурдлимпийские).

Прошедшие Игры дали большой толчок развитию адаптивного спорта не только в Югре, но и по всей России. Сегодня в десятке лидеров по уровню развития спорта глухих, то есть по количеству занимающихся и количеству завоеванных наград на всероссийских соревнованиях, города Москва и Санкт-Петербург, Московская, Самарская, Новосибирская, Свердловская, Челябинская, Волгоградская области, республики Башкортостан и Татарстан. При этом уровень развития

спорта глухих в Югре также оценивается достаточно высоко. В регионе развивается десять дисциплин спорта глухих: армрестлинг, волейбол, горнолыжный спорт, дзюдо, легкая атлетика, лыжные гонки, настольный теннис, плавание, сноуборд, теннис. Более 60 спортсменов находится на этапе высшего спортивного мастерства, из них 24 сурдлимпийца входят в состав национальной сборной команды России. Волейбольная команда Центра адаптивного спорта Югры – одна из сильнейших в стране, сложилась хорошая лыжная школа.

Следующие, XIX Сурдлимпийские зимние игры пройдут в регионе Вальтеллина-Валькьявенна на севере Италии с 12 по 21 декабря 2019 года. Россию на Играх представят 87 спортсменов в дисциплинах горнолыжного спорта, керлинга, лыжных гонок, сноуборда, хоккея и шахмат. Необходимо отметить, что шахматы дебютируют в программе зимних Сурдлимпийских игр. Традиционно сурдлимпийская сборная команда России будет бороться за лидерство в неофициальном общекомандном зачете Игр.

Не секрет, что удержание лидирующих позиций в любом виде спорта зачастую дается тяжелее, чем их первоначальное завоевание. Многие наши команды нуждаются в проведении дополнительных тренировочных мероприятий, в дополнительном инвентаре и оборудовании и многом другом.

В данной ситуации выходом видится консолидирование усилий государства, бизнеса и общественных организаций. Сурдлимпийский комитет России заключает партнерские соглашения с всероссийскими федерациями по различным видам спорта, которые предусматривают возможности использования спортивной инфраструктуры федерации, тесного сотрудничества по методикам подготовки и многое другое. В частности, есть такие соглашения с Российской федерацией баскетбола и Ассоциацией гольфа России, есть планы по привлечению федераций других видов спорта.

И Сурдлимпийский комитет России, и Общероссийская спортивная федерация спорта глухих в качестве общественных организаций осуществляют свою деятельность при поддержке Президента Российской Федерации Владимира Владимировича Путина, первого задавшего тренд на поддержку адаптивного спорта на территории России, а также Правительства Российской Федерации в лице Минспорта России.

В настоящее время на национальном уровне основную работу по разработке приоритетных направлений деятельности и новых проектов по развитию спорта глухих выполняет Общероссийская спортивная федерация спорта глухих, которая занимается организацией и прове-

дением всероссийских соревнований, формированием спортивных сборных команд России и многим другим.

В последние годы приоритетным направлением стало проведение зимних и летних Спартакиад по спорту глухих, масштаб которых с каждым годом растет. В таких соревнованиях принимают участие спортсмены до 19 лет, не являющиеся членами сборной команды России. Благодаря этому школьникам из разных регионов России открывается дорога в большой спорт, поддерживается их мотивация к здоровому образу жизни, а также к возможности перехода из массового спорта в спорт высших достижений.

Непосредственно у Сурдлимпийского комитета России приоритеты остаются теми же: качественная подготовка спортивных сборных команд России, повышение престижа России путем активного представительства в системе Международного комитета спорта глухих (ICSD) и Европейской спортивной организации глухих (EDSO), а также путем проведения международных соревнований на территории Российской Федерации.

Сегодня нет никаких препятствий для того, чтобы Ханты-Мансийский автономный округ – Югра принимал всероссийские и международные соревнования по спорту глухих. Площадкой для проведения таких соревнований по спорту глухих может стать практически любой город Российской Федерации, имеющий в своем активе спортивные арены, отвечающие стандартам международных федераций по видам спорта, и Ханты-Мансийск не исключение. Здесь есть Центр зимних видов спорта им. А. В. Филипенко, культурно-развлекательный комплекс «Арена-Югра» и Ледовый дворец спорта, открытый стадион «Югра-Атлетикс», горнолыжный центр «Хвойный урман» и многие другие спортивные объекты.

Важнейшим аспектом в воспитании и стимулировании развития подрастающего поколения не только среди обычных людей, но и среди лиц с ограничением здоровья стало в последние годы волонтерство, которое развивает в человеке активную гражданскую позицию и способствует социальной адаптации в обществе.

Сурдлимпийский комитет России и Общероссийская спортивная федерация спорта глухих постоянно пользуются услугами глухих и слабослышащих волонтеров при Молодежном инновационном центре Московского городского общества глухих в проведении и всероссийских, и международных соревнований. Молодые ребята отлично справляются со всеми возникающими вопросами, владея навыками международных жестов и русского жестового языка.

В Центре адаптивного спорта Югры уже несколько лет действует клуб волонтеров «Респект». Данный клуб является первой добровольческой организацией в России в сфере адаптивного спорта. Каждый новый волонтер клуба получает базовые знания по русскому жестовому языку и ситуационной помощи людям с нарушением слуха. Опыт Югры по подготовке добровольцев в данной сфере может только поощряться и быть рекомендован для внедрения повсеместно.

М. П. Вторушин

ВВЕДЕНИЕ

По данным Всемирной организации здравоохранения, сегодня 15 % мирового населения – более одного миллиарда человек – имеют инвалидность. В современной России количество людей с инвалидностью также постоянно растет и в настоящее время составляет около 12 млн человек, третья часть которых являются несовершеннолетними.

С ростом инвалидности среди населения особую значимость приобретает проблема социальной реабилитации и адаптации лиц с отклонениями в состоянии здоровья при их интеграции в социум. Включение в общество человека с ограниченными возможностями здоровья предполагает предоставление ему реальных возможностей участвовать во всех сферах социальной жизни, включая занятия физической культурой и спортом, наравне с остальными гражданами.

По статистике Пенсионного фонда России, по состоянию на 1 января 2019 года в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре проживают 54 999 человек с ограниченными возможностями здоровья.

Создание для людей с инвалидностью качественных условий для занятий адаптивной физической культурой и спортом, а также формирование у них потребности в таких занятиях является одной из важнейших задач «Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ в период до 2020 года». Адаптивная физическая культура и спорт для людей с ограниченными возможностями направлены на решение коррекционных, оздоровительных и рекреационных задач с целью создания условий для всестороннего личностного роста и преодоления дефектов физического развития.

Исследования многих авторов (Н. И. Букун, О. П. Гаврилушкина, В. Б. Галкина, И. Ю. Горская, Л. Б. Дзержинская, Н. В. Карпова, В. В. Картадзе, В. А. Кручинин, Е. П. Кузьмичева, И. Н. Ляхова, Н. Д. Соколова, Л. А. Суянгулова и многие другие) подтверждают отставание глухих детей от их здоровых сверстников в развитии двигательных качеств[1]. Данное отставание выражено в недостаточной координации движений, низком уровне развития пространственной ориентации, поддержки равновесия. У глухих действительно наблюдаются проблемы с вестибулярными функциями по сравнению со здоровыми людьми, поэтому занятия спортом, начиная с детского возраста, играют большую роль в решении обозначенных проблем и укреплении здоровья в целом. В свою очередь, физическая культура и спорт, влияющие на состояние здоровья человека, связаны с общей культурой и воспитанием. Именно в рамках такого комплексного подхода должна осуществляться работа с лицами с нарушениями слуха, равно как и с представителями других нозологий. Чтобы адаптивная физкультура и спорт стали распространенными и доступными, важно организовать данную работу, основываясь на комплексном принципе, на всех территориях РФ.

В качестве примера можно взять деятельность бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта», которая осуществляется в рамках региональных государственных программ «Доступная среда», «Развитие физической культуры и спорта», а также ориентируется на дополнительные меры по созданию условий для занятий физической культурой и спортом для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов, обозначенные в письме Минспорта России № 2758 от 30 апреля 2015 года.

По данным на 1 января 2019 года, в Югре 9 460 человек с инвалидностью систематически занимаются физической культурой и спортом. Ключевой показатель эффективной деятельности Центра адаптивного спорта Югры – увеличение процента систематически занимающихся людей с ограниченными возможностями здоровья, которые не имеют противопоказаний для занятий спортом, с 10,7 % в 2014 году до 19 % в 2018 году. Каждый год данный показатель увеличивается на 2–3 %.

Исполнение целевых показателей «Стратегии развития физической культуры и спорта» стало возможно благодаря сложившейся в

[1] Более подробно см.: *Байкина Н. Г., Сермеев Б. В.* Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих. – М.: Советский спорт, 1991. – 64 с.

Ханты-Мансийском автономном округе – Югре системе подготовки спортсменов с инвалидностью. В основу деятельности Центра адаптивного спорта Югры положена комплексная сетевая модель развития адаптивного спорта. Модель представляет собой механизм взаимодействия с различными учреждениями, предоставляющими услуги людям с инвалидностью.

Так, Центр является региональным оператором индивидуальных программ реабилитации и абилитации детей и взрослых с инвалидностью. Центр курирует открытие в муниципалитетах Югры отделений адаптивной физической культуры (АФК). В отделениях АФК будущие спортсмены проходят программы физкультурно-оздоровительной направленности и реабилитации посредством спорта. Люди, успешно завершившие программы и показавшие определенные результаты во время их прохождения, имеют возможность перейти на этап спортивной подготовки и далее в адаптивный спорт.

В муниципальных образованиях автономного округа проводят отборочные этапы Сурдспартакиады. Из сильнейших спортсменов формируется резерв, который представляет муниципалитет в региональных чемпионатах и первенствах в рамках Сурдспартакиады.

Ежегодно Центром адаптивного спорта Югры проводится Сурдспартакиада Югры по пяти спортивным дисциплинам: лыжным гонкам, легкой атлетике, настольному теннису, волейболу и плаванию. Соревнования проходят на основании Единого календарного плана спортивно-массовых мероприятий Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, утвержденного Департаментом физической культуры и спорта Ханты-Мансийского автономного округа – Югры. По результатам соревнований лучшие спортсмены отбираются в состав сборной команды автономного округа для участия во всероссийских соревнованиях.

На протяжении последних лет среди сильнейших спортсменов мира с нарушениями слуха наблюдается тенденция к значительному возрастанию конкуренции. В результате этого актуальными являются исследования, направленные на поиск путей повышения результатов спортсменов с учетом систематизации спортивной подготовки и создания моделей техники, которые будут эффективны для лиц с нарушениями слуха.

Благодаря налаженному механизму работы, в Югре воспитаны десятки выдающихся спортсменов с нарушениями слуха, в копилке которых покоренные пьедесталы Сурдлимпийских игр, сотни медалей международных и всероссийских соревнований.

В настоящем пособии в качестве кейса приводится опыт Центра адаптивного спорта Югры в области развития спорта глухих – система взаимодействия с учреждениями социальной направленности, особенности организации тренировочного и соревновательного процессов спорта глухих, а также практика популяризации адаптивной физической культуры и спорта в регионе.

ГЛАВА 1. СПОРТ ГЛУХИХ В МИРЕ И РОССИИ: К ПОСТАНОВКЕ ЦЕЛИ И ЗАДАЧ ИЗУЧЕНИЯ КЕЙСОВ ПО ОРГАНИЗАЦИИ СПОРТА И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ГЛУХИХ

Феномен интенсивного развития адаптивной физической культуры и спорта, в частности спорта глухих, оказался в центре внимания науки, общественности и непосредственно специалистов, занимающихся развитием физкультуры и спорта. Благоприятные условия для развития адаптивной физкультуры и спорта были созданы в связи с переходом большинства развитых обществ на инклюзивную парадигму, признающую права лиц с ограниченными возможностями здоровья на самоpазвитие личности: образование, культуру и др. Закономерно, что в этом процессе спорт глухих, равно как и адаптивная физическая культура, распространяемая среди лиц с нарушениями слуха, оказались на особом положении. Этого требовала субкультура сообщества глухих, являющаяся важным социальным институтом, выполняющим функции обеспечения коммуникации через жестовый язык, социальной идентификации и адаптации, наконец, функцию психологической защиты в мире слышащих. Как считают исследователи, адаптивный спорт как ничто другое дает уникальную возможность удовлетворять потребности личности глухого в самореализации и самоактуализации в максимально возможной степени[2].

Однако состояние спорта глухих, равно как и адаптивной физической культуры в сообществе глухих, трудно назвать удовлетворительным. Как показывает статистика, уровень физического развития и физической подготовленности детей, молодежи и взрослого населения снижается весьма заметными темпами (Н. М. Амосов, Ю. П. Лисицын, Л. П. Матвеев, Г. Б. Мейксон, Ю. А. Копылов, Р. Е. Мотылянская, Э. Я. Каплат, О. К. Величко, И. Н. Оверченко, Ю. А. Орешкин и др.)[3], падает он и среди глухих, которые имеют проблемы в развитии двигательных качеств. Возможность посидеть за компьютером среди глухой молодежи часто оказывается предпочтительнее, чем занятия спортом. А низкий уровень физической культуры лишь усугубляет проблему.

---

[2] *Евсеев С. П., Абалян А. Г.* Спорт как фактор самореализации и повышения качества жизни лиц с ограниченными возможностями // Вестник спортивной науки. – 2016. – № 2. – С. 49–51.

[3] Физическая культура и спорт с элементами адаптивной физической культуры : учебное пособие / М-во образования и науки РФ, М-во образования и молодежной политики Ставропольского края, ф-л Ставропольского гос. пед. ин-та в г. Ессентуки ; [под общ. ред. *Р. Р. Магомедова*] – Казань : Изд-во «Бук», 2017. – 476 с.

Проблемы возникают и с организацией адаптивного спорта глухих, и с популяризацией адаптивной физкультуры. Далеко не во всех регионах и территориях есть специалисты и организации, готовые вкладываться в это серьезно, не хватает помещений, материальной базы для проведения соревнований и массовых спортивных мероприятий. Есть проблема и с некоторыми общественными организациями глухих, которые отказываются от новых методов работы. Так, при общем подъеме адаптивной физкультуры и спорта проблемы становятся более контрастными и очевидными.

Развитие адаптивного спорта, в том числе спорта глухих, требует подготовки компетентных специалистов (тренеров, учителей физкультуры, специалистов сопровождения), способных и, главное, готовых работать с глухими и слабослышащими. Однако в плане подготовки важно изучать позитивный опыт, складывающийся в некоторых регионах. Таким образом, метод case-study становится востребован как никогда.

Целью изучения кейсов успешного опыта организации и развития спорта глухих на территории является демонстрация всех многочисленных аспектов, из которых складывается успешная деятельность в сфере адаптивного спорта и адаптивной физкультуры.

Соответственно, задачи изучения кейса связаны с описанием следующих практик:

1. Создание условий для успешного развития спорта глухих и адаптивной физкультуры в среде глухих и слабослышащих на территории.
2. Формирование эффективных управленческих механизмов, обеспечивающих развитие спорта глухих и адаптивной физкультуры в среде глухих и слабослышащих на территории.
3. Описание эффективных методов работы с глухими и слабослышащими по развитию спорта глухих и адаптивной физкультуры в среде глухих.
4. Описание PR-стратегий по популяризации спорта глухих и адаптивной физической культуры.

Прежде чем приступить к описанию кейса, необходимо развести два понятия: «адаптивный спорт» (в данном случае мы будем говорить только об одном из его видов – «спорте глухих») и «адаптивная физическая культура». Несмотря на то что многие исследователи признают отсутствие единого стандартизованного подхода к понятиям «адаптивная физическая культура» и «адаптивный спорт», дать самое общее

определение данным феноменам представляется возможным. Под адаптивной физкультурой обычно понимают комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленных на социальную реабилитацию и социальную интеграцию человека с ограниченными возможностями здоровья. «Адаптивная физическая культура представляет собой значительно более емкий и широкий социальный феномен, основная цель которого – социализация или ресоциализация личности инвалида, поднятие уровня качества его жизни, наполнение ее новым содержанием, смыслом, эмоциями, чувствами»[4]. Под адаптивным спортом понимают часть физической культуры, исторически сложившуюся в форме специфических соревновательных социальных практик, направленных на максимальное развитие своих физических возможностей. «Физическая культура позволяет человеку осознавать необходимость занятия спортом»[5].

И адаптивная физкультура, и адаптивный спорт являются частью общей культуры в целом.

1.1. История развития сурдлимпийского движения

Понимание того, что спорт важен для гармоничного развития, пришло к человечеству достаточно давно. Олимпийские игры, проводимые в Древней Греции с 776 года до н. э. по 394 год н. э. (всего – 293 Олимпиады), – яркое тому подтверждение. А возрождение олимпийского движения в 1896 году показало, что идея является вечной. Значение спорта для лиц, имеющих проблемы со здоровьем, также трудно переоценить. Так, французский врач Симон-Андре Тиссо еще в XVIII веке отмечал важность двигательной активности человека и подчеркивал, что по воздействию на организм двигательная активность во много раз превышает любое медикаментозное средство.

Адаптивный спорт появился в его современном виде в середине XX века, американский врач Р. МакКензи сочетал в своей практике физические упражнения лечебной направленности со спортивными нагрузками. Это имело позитивный эффект: у более чем половины обратившихся к нему клиентов наблюдалось полное или частичное

---

[4] *Евсеев С. П., Шапкова Л. В.* Адаптивная физическая культура: учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2000. – 240 с.

[5] Физическая культура и спорт с элементами адаптивной физической культуры: учебное пособие / М-во образования и науки РФ, М-во образования и молодежной политики Ставропольского края, ф-л Ставропольского гос. пед. ин-та в г. Ессентуки ; [под общ. ред. *Р.Р. Магомедова*] – Казань : Изд-во «Бук», 2017. – 476 с.

восстановление. Так были заложены основы адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

Однако спорт, в том числе и адаптивный, имеет соревновательную направленность, что предполагает организацию спортивных мероприятий, а также их серийный характер, поскольку достижения хочется подтверждать и увеличивать, а в ситуации проигрыша – отыгрываться. Поэтому спорт во все времена был одним из эффективных способов объединения людей.

Однако по понятным причинам такой механизм консолидации долгое время касался прежде всего людей здоровых, способных показывать спортивные достижения. Что же касается людей с ограниченными возможностями здоровья, то на этой проблеме общество особо не акцентировало внимание в связи с эксклюзивными социальными практиками вплоть до XX века. Для сообщества глухих, активизировавшегося с середины XIX – начала XX столетия, особенно на фоне борьбы за сохранение жестового языка и школ для глухих, вовлечение лиц с нарушением слуха в спорт – своего рода вызов и возможность сохранить культуру и социальную идентичность глухих как отдельной группы.

В 1888 году в Берлине сформировался первый спортивный клуб для глухих, а первым международным спортивным мероприятием глухих, зафиксированным в истории конца XIX века, стал футбольный матч между сборными Англии и Шотландии, состоявшийся 28 марта 1891 года. В последующие годы прошло несколько довольно крупных турниров с участием команд из Франции и Бельгии.

Первые Олимпийские игры для глухих были проведены в Париже 10–17 августа 1924 года, глухому французу Э. Рубенс-Альке удалось собрать на парижском стадионе 133 спортсмена из Бельгии, Великобритании, Венгрии, Голландии, Италии, Польши, Румынии, Франции, Латвии, Норвегии и Чехословакии. Они состязались в атлетике, плавании, футболе, велогонках и стрельбе. Интересно, что на Игры прибыли спортсмены из стран, где спортивных федераций глухих не существовало: Италия, Румыния и Венгрия, что продемонстрировало заинтересованность глухих в такого рода соревнованиях.

Мероприятие прошло успешно, и все его участники решили, что оно не должно стать последним. На совещании 16 августа 1924 года лидеры спортивного движения глухих из разных европейских стран приняли решение о создании Международного комитета спорта глухих (*франц.* Comite International des Sport Silencieux – CISS), основными целями которого стали союз спортивных федераций глухих, определение статуса Игр и правила их проведения. В этом же году было приня-

то решение, что Всемирные летние игры глухих должны проводиться каждые четыре года.

С 18 по 26 августа 1928 года состоялись Вторые Международные игры глухих, которые прошли более удачно, чем первые. Это событие послужило для CISS толчком к росту и развитию. По инициативе активных участников CISS с 26 по 30 января 1949 года в Австрии были проведены Первые зимние игры глухих, в которых приняли участие 33 спортсмена из 5 стран.

В 1955 году CISS получил признание Международного олимпийского комитета (МОК) как «международная федерация с олимпийскими устоями», что привело к изменению устава CISS в соответствии с олимпийскими параметрами.

В 1966 году после образования паралимпийского движения в целом ряде стран начали предприниматься попытки объединить спорт глухих с остальным спортом инвалидов. В 1985 году президент МОК Х. А. Самаранч выступил с инициативой объединения Международного комитета спорта глухих с Международным паралимпийским комитетом, чтобы выстроить организационную структуру спорта инвалидов под эгидой МОК. Международному комитету спорта глухих потребовались огромные усилия, чтобы убедить спортивных чиновников в том, что делать это ни в коем случае нельзя, поскольку глухие – это особая лингвистическая и культурная группа. Однако эти предложения не встретили всеобщего одобрения со стороны других спортивных организаций инвалидов. Через 10 лет на Конгрессе CISS 1995 года в Хельсинки делегаты Международного комитета спорта глухих единогласно проголосовали за выход из Международного паралимпийского комитета. И до сих пор CISS развивается вне паралимпийского движения инвалидов.

С 2001 года спортивные соревнования людей с нарушениями слуха получили название «Сурдлимпийские игры», или «Сурдлимпиада», от английского слова Deaflympics (deaf – «глухой»). В 2006 году CISS изменил название организации на ICSD (*англ.* International Committee of Sports for the Deaf) в соответствии с правилами WADA Signatory Code. После того как Всемирные Игры глухих были переименованы в Сурдлимпийские, это позволило поднять статус главных соревнований глухих до уровня Олимпийских и Паралимпийских игр, а государственные структуры многих стран, в том числе России, стали относиться к спорту глухих с большим пониманием.

В настоящий момент Международный комитет спорта глухих (МКСГ) представляет собой мощную, современную и высокоэффективную организацию, в состав которой входят национальные юриди-

чески самостоятельные спортивные организации глухих более 100 стран мира, 4 региональные конфедерации (Европейская (EDSO), Панамериканская, Африканская и Азиатско-Тихоокеанская) и федерации по видам спорта.

С 2013 по 2018 год президентом МКСГ являлся представитель России, чемпион СССР и серебряный призер чемпионата Европы по дзюдо среди слышащих спортсменов, шестикратный чемпион Всемирных игр глухих по греко-римской и вольной борьбе, один из десяти лучших лауреатов премии «Спортсмены столетия» Валерий Никитич Рухледев. Президент МКСГ В. Н. Рухледев стал первым глухим, который в 2014 году вошел в состав экспертной комиссии Международного олимпийского комитета. С 2018 года десятым президентом МКСГ является представитель Австралии, председатель юридической комиссии МКСГ, учредитель комиссии «Женщины в спорте» Ребекка Адам.

Сурдлимпийские игры проводятся по 21 летнему и 6 зимним видам спорта по единым правилам соответствующих международных спортивных федераций (FIFA, FILA, FIVB и др.), принятым для здоровых спортсменов.

Зимние:

хоккей на льду	горные лыжи	лыжные гонки
шахматы	сноуборд	керлинг

Летние:

футбол	бадминтон	баскетбол
плавание	гольф	греко-римская борьба
легкая атлетика	боулинг	стрельба
настольный теннис	велоспорт-шоссе	каратэ
большой теннис	волейбол	пляжный волейбол
тхэквондо	гандбол	вольная борьба
спортивное ориентирование	дзюдо	велоспорт-маунтинбайк

Для участия в Сурдлимпийских играх спортсмен должен иметь потерю слуха не менее 55 дБ. Использование слуховых аппаратов и кохлеарных имплантатов не разрешается. В большинстве дисциплин спорта глухих звуковые сигналы дублируются световыми сигналами.

Также раз в четыре года под руководством МКСГ проводятся чемпионаты мира, а под руководством Европейской спортивной организации глухих (EDSO) – чемпионаты Европы.

Список прошедших летних Сурдлимпийских игр

Таблица 1

Год	*№*	*Город*	*Страна*	*Количество стран-участниц*	*Количество спортсменов-участников*
1924	I	Париж	Франция	9	133
1928	II	Амстердам	Нидерланды	10	210
1931	III	Нюрнберг	Германия	14	316
1935	IV	Лондон	Великобритания	12	293
1939	V	Стокгольм	Швеция	13	264
1940–1948 гг. не состоялись					
1949	VI	Копенгаген	Дания	14	393
1953	VII	Брюссель	Бельгия	16	473
1957	VIII	Милан	Италия	25	635
1961	IX	Хельсинки	Финляндия	24	595
1965	X	Вашингтон	США	27	697
1969	XI	Белград	Югославия	33	1189
1973	XII	Мальмё	Швеция	32	1061
1977	XIII	Бухарест	Румыния	32	1118
1981	XIV	Кёльн	Германия	32	1213
1985	XV	Лос-Анджелес	США	29	1053
1989	XVI	Крайстчерч	Новая Зеландия	30	959
1993	XVII	София	Болгария	52	1705
1997	XVIII	Копенгаген	Дания	55	2068
2001	XIX	Рим	Италия	67	2208
2005	XX	Мельбурн	Австралия	63	2038
2009	XXI	Тайбэй	Китайская Республика	77	2493
2013	XXII	София	Болгария	81	2796
2017	XXIII	Самсун	Турция	86	2859

Список прошедших зимних Сурдлимпийских игр

Таблица 2

Год	*№*	*Город*	*Страна*	*Количество стран-участниц*	*Количество спортсменов-участников*
1949	I	Зеефельд-ин-Тироль	Австрия	5	33
1953	II	Осло	Норвегия	6	44
1955	III	Обераммергау	Германия	8	59
1959	IV	Кран-Монтана	Швейцария	9	53
1963	V	Оре	Швеция	9	60
1967	VI	Берхтесгаден	Германия	12	77
1971	VII	Адельбоден	Швейцария	13	93
1975	VIII	Лейк-Плэсид	США	13	92
1979	IX	Мерибель	Франция	14	114
1983	X	Мадонна-ди-Кампильо	Италия	15	149
1987	XI	Осло	Норвегия	15	136
1991	XII	Банфф	Канада	16	175
1995	XIII	Юлляс	Финляндия	18	258
1999	XIV	Давос	Швейцария	18	265
2003	XV	Сундсвалль	Швеция	21	247
2007	XVI	Солт-Лейк-Сити	США	23	298
2011	XVII	Высоке Татры	Словакия	Отменены	
2015	XVIII	Ханты-Мансийск / Магнитогорск	Россия	27	344

13 сентября 2019 года состоялась встреча представителей Международного комитета спорта глухих (ICSD), Федерации спорта глухих Италии (FSSI) и организационного комитета зимних Сурдлимпийских игр в Италии, в ходе которой было заключено соглашение между сторонами о проведении XIX Сурдлимпийских зимних игр. Соглашение было подписано президентом Международного комитета спорта

глухих Ребеккой Адамс и президентом Федерации спорта глухих Италии Гвидо Занеккья. В Сурдлимпийских играх примут участие более 300 спортсменов из более 25 стран. В программу Игр войдут 6 дисциплин: горнолыжный спорт, лыжные гонки, сноуборд, хоккей с шайбой, керлинг и новая дисциплина – шахматы.

1.2. История развития спорта глухих в России

Российские сурдлимпийцы на протяжении многих лет неизменно входят в число сильнейших в мире, хотя лишь недавно получили серьезную государственную поддержку. По соотношению затрат и достигнутых результатов сурдлимпийское движение является самым эффективным в России.

Первые сведения об организованной спортивной работе среди глухих в России относятся к 1913 году, когда члены Московского общества глухонемых имени И. К. Арнольда приняли решение о создании «Кружка глухонемых спортсменов». Начал он свою деятельность в 1914 году с проведения первых соревнований глухих лыжников и футбольных матчей, ставших проводиться на регулярной основе.

В 1916 году был создан спортивный отдел в Петроградском обществе глухих. Но по-настоящему массовым спорт глухих стал уже после революции. В 1921–1929 годах спортивное движение развивалось по всей России. Для руководства спортивно-оздоровительной работой в системе Всероссийского общества глухих (ВОГ) были организованы структурные подразделения – сектор спортивной работы, затем – отдел спорта и учреждена Всероссийская спортивная федерация глухих (ВСФГ), которая просуществовала до 1992 года. В конце 1920-х годов выросли не только массовые показатели спорта, но и охват спортивных дисциплин.

20 августа 1932 года в Москве на стадионе Автозавода и в Парке культуры и отдыха стартовала Первая Всероссийская Спартакиада глухих, в которой участвовало 224 спортсмена. Каждый третий участник Спартакиады носил на груди значок ГТО. Это мероприятие положило начало регулярным соревнованиям и матчевым встречам, а также определило политику государства в отношении спорта глухих на много лет вперед.

Государство заботилось о правовой основе физкультурной работы – в 1951 году легализовали право вводить в штат учреждений должность инструктора физкультуры из расчета 1 специалист на 75–100 глухих, занимающихся физкультурой и спортом. В 1957 году в РСФСР на старты в различных соревнованиях вышло около 8 000 глухих спортсменов.

Советские спортсмены в количестве 26 человек впервые приняли участие в VIII Международных летних играх глухих в 1957 году, тогда же СССР вступил в ряды Международного спортивного комитета глухих. По итогам этих Игр глухих СССР в общекомандном зачете занял почетное второе место, завоевав 25 медалей: 13 золотых, 8 серебряных и 4 бронзовых.

После распада СССР Международный комитет спорта глухих настоятельно рекомендовал создать во всех странах бывшего Союза самостоятельные спортивные структуры спорта глухих. Претворить в жизнь эту идею удалось 26 октября 1992 года, когда состоялся учредительный съезд глухих спортсменов. Именно на этом мероприятии было принято официальное решение о расформировании ВСФГ и создании Российского спортивного союза глухих (РССГ).

В октябре 2001 года в России на конференции с участием президента Олимпийского комитета России Л. В. Тягачева и руководителей Госкомспорта России был создан Сурдлимпийский комитет России (СКР). Учредителями СКР стали общественные организации инвалидов – Российский спортивный союз глухих, Российский футбольный союз глухих и фонд «Поддержка президентских программ по делам инвалидов». Президентом СКР был избран Н. С. Климов, а вице-президентом – В. Н. Рухледев, чуть позже возглавивший новую организацию. С начала образования СКР успешно развивал и укреплял сотрудничество с государственными структурами, благодаря чему спорт глухих в России вышел на качественно новый уровень. Новым президентом Сурдлимпийского комитета России стал чемпион XIV Всемирных летних игр глухих 1981 года, заслуженный мастер спорта России, заслуженный тренер России Александр Николаевич Романцов.

В настоящий момент за развитие сурдлимпийского движения в России отвечают две организации – СКР и РССГ, однако никакой конкуренции между ними нет, поскольку обязанности четко разграничены. СКР отвечает за подготовку сборных команд России к Сурдлимпийским играм и международным соревнованиям, выстраивание отношений с государственными и частными структурами, популяризацию среди глухих россиян спорта и здорового образа жизни, тогда как сфера деятельности РССГ – проведение всероссийских и региональных соревнований, а также организация спортивно-массовой работы на местах.

Сегодня, активно поддерживаемое государством, российское сурдлимпийское движение переживает настоящее возрождение. Лучшее свидетельство тому – триумфальное выступление нашей команды на последних Сурдлимпийских играх. На XXI Сурдлимпийских

летних играх, которые проходили в Тайбэе (Китайская Республика, Тайвань) с 5 по 15 сентября 2009 года, глухие россияне заняли первое место, завоевав 98 медалей: 28 золотых, 41 серебряную и 27 бронзовых. Поддержка со стороны государства позволила не только сформировать самую большую в истории страны сурдлимпийскую сборную, но и должным образом подготовить и экипировать всех спортсменов. Государство дало понять, что ставит глухих спортсменов в один ряд с олимпийцами и паралимпийцами.

XXII Сурдлимпийские летние игры, проходившие в столице Болгарии городе Софии с 26 июля по 4 августа 2013 года, и XXIII Сурдлимпийские летние игры, проходившие в городе Самсуне (Турция) с 18 по 30 июля 2017 года, подтвердили безоговорочное лидерство россиян.

Успехи в зимних Сурдлимпийских играх впечатляют еще больше. Россия, а до этого СССР, участвует в этих соревнованиях с 1971 года, девять раз из 11 заняв первую строчку командного зачета. Это уникальное достижение, которое вряд ли кому-нибудь удастся превзойти. И эта победная серия еще не закончена.

Сурдлимпиады не уступают Паралимпиадам по уровню организации, числу участников и накалу спортивной борьбы. Так, в летних Паралимпийских играх 2008 года, которые прошли в Пекине, принимали участие около 4,2 тыс. спортсменов из 148 стран. Сурдлимпиада-2009 в Тайбэе собрала около 2,5 тыс. участников из 77 стран, хотя многие государства из-за финансового кризиса не смогли отправить свои делегации в Тайвань. В Пекине соревнования проводились в 20 видах спорта, в Тайбэе – в 17. То есть Паралимпийские и Сурдлимпийские игры по своему спортивному уровню вполне сопоставимы. Это подтверждает статус сурдлимпийского движения, которое, согласно Федеральному закону «О физической культуре и спорте», приравнено к олимпийскому и паралимпийскому. Государственные структуры – в особенности Министерство спорта РФ – делают все возможное, чтобы претворить этот закон в жизнь, а глухие россияне продолжают увлеченно заниматься спортом и приумножать славу России на международной арене.

Участие Российской национальной сборной команды в Сурдлимпийских играх

Таблица 3

Год	*№*	*Город, страна*	*Занятое место*	*Количество медалей*	*Количество спортсменов-участников*
ЛЕТНИЕ ИГРЫ					
1957	VIII	Милан (Италия)	2 место	25	26
1961	IX	Хельсинки (Финляндия)	1 место	67	41
1965	X	Вашингтон (США)	2 место	53	31
1969	XI	Белград (Югославия)	1 место	96	62
1973	XII	Мальмё (Швеция)	2 место	47	52
1977	XIII	Бухарест (Румыния)	2 место	61	84
1981	XIV	Кёльн (Германия)	2 место	54	107
1985	XV	Лос-Анджелес, (США)	не участвовали		
1989	XVI	Крайстчерч (Новая Зеландия)	3 место	60	46
1993	XVII	София (Болгария)	2 место	42	60
1997	XVIII	Копенгаген (Дания)	2 место	40	130
2001	XIX	Рим (Италия)	2 место	51	90
2005	XX	Мельбурн (Австралия)	2 место	55	124
2009	XXI	Тайбэй (Китайская Республика)	1 место	98	220

Год	*№*	*Город, страна*	*Занятое место*	*Количество медалей*	*Количество спортсменов-участников*
2013	XXII	София (Болгария)	1 место	177	300
2017	XXIII	Самсун (Турция)	1 место	59	335
ЗИМНИЕ ИГРЫ					
1971	VII	Адельбоден (Швейцария)	2 место	7	6
1975	VIII	Лейк-Плэсид (США)	1 место	12	8
1979	IX	Мерибель (Франция)	1 место	13	10
1983	X	Мадонна-ди-Кампильо (Италия)	1 место	17	14
1987	XI	Осло, Холмен-коллен (Норвегия)	7 место	10	14
1991	XII	Банфф (Канада)	1 место	11	25
1995	XIII	Юлляс (Финляндия)	1 место	9	35
1999	XIV	Давос (Швейцария)	1 место	10	35
2003	XV	Сундсвалль (Швеция)	1 место	18	31
2007	XVI	Солт-Лейк-Сити (США)	1 место	18	34
2011	XVII	Высоке Татры (Словакия)	Отменены		
2015	XVIII	Ханты-Мансийск, Магнитогорск (Россия)	1 место	30	75

Исторически сложившиеся традиции сурдлимпийского движения, поддержка государством спорта глухих, развитие адаптивной физкультуры, включая образовательные программы подготовки специалистов в этой области – все это представляет собой основные условия для развития адаптивного спорта.

1.3. Кейс: Развитие спорта глухих в Югре

Центр адаптивного спорта Югры – одна из ведущих организаций страны в данной сфере. Учреждение ведет работу на основе комплексной сетевой модели развития адаптивного спорта, разработанной первым директором Эдуардом Владимировичем Исаковым. Модель представляет собой сложный механизм взаимодействия с различными учреждениями, предоставляющими услуги людям с инвалидностью.

Югорчане имеют возможность реализовать себя во всех видах адаптивного спорта: спорте глухих, спорте слепых, спорте лиц с поражением опорно-двигательного аппарата и спорте лиц с интеллектуальными нарушениями. В настоящее время развиваются 32 спортивные дисциплины.

Сегодня в Центре работает более 70 тренеров и свыше 80 спортсменов. В состав сборной команды России по видам спорта входят 72 югорчанина, а количество наград, завоеванных югорскими атлетами на всероссийском и международном уровнях, превысило отметку в 3 000 медалей.

За годы деятельности у Центра адаптивного спорта Югры сформировалась и успешно функционирует сеть отделов в городах Ханты-Мансийске, Сургуте, Югорске, Нягани и в поселке Пионерском Советского района. В 2020 году планируется открытие еще одного отдела по развитию адаптивного спорта – в городе Нижневартовске. Центр стимулирует развитие адаптивного спорта в муниципальных образованиях Югры благодаря исполнению государственной программы «Доступная среда».

Центр являлся соорганизатором масштабных мероприятий, среди которых Открытый международный турнир «Кубок Югры» среди клубов по следж-хоккею, Международный инклюзивный турнир по жиму лежа «Кубок чемпионов» на призы чемпионов и рекордсменов мира Э. В. Исакова и А. А. Воробьева. Ежегодно Центр адаптивного спорта проводит 30 спортивно-массовых мероприятий в рамках девяти комплексных спартакиад и фестивалей спорта. В 2018 году участниками мероприятий стали около 2 000 человек, половина из них – дети.

С 2016 года Центр адаптивного спорта Югры осуществляет функции регионального оператора по организации работы индивиду-

альных программ реабилитации и абилитации инвалида, ребенка-инвалида (ИПРА) в сфере адаптивной физической культуры и спорта. Кроме того, Центр успешно реализует несколько программ физкультурно-оздоровительной направленности. Программы актуальны для всех категорий людей с врожденными или приобретенными ограничениями здоровья, включая глухих и слабослышащих детей.

Виды спорта глухих, развивающиеся в Югре

Югорский Центр адаптивного спорта развивает сурдлимпийское движение с 2006 года. Сегодня оно представлено в Югре следующими видами спорта: армрестлинг, волейбол, горнолыжный спорт, дзюдо, легкая атлетика, лыжные гонки, настольный теннис, плавание, сноуборд, теннис.

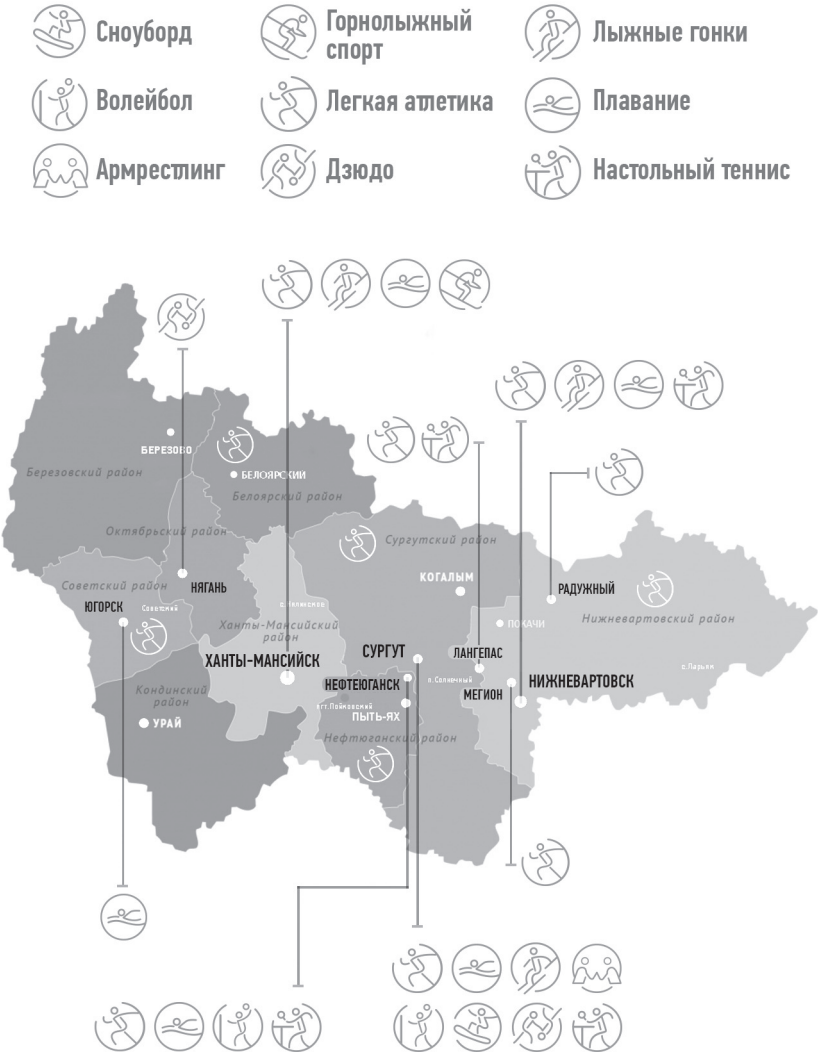


Рис. 1. Карта дисциплин спорта глухих

Краткая характеристика дисциплин

Армрестлинг

Являясь неолимпийским видом спорта, армрестлинг получил широкое развитие в России и мире. История его начинается с 1967 года в американском городе Петалума. Мировая федерация создана в 1977 году. И с этого времени проходят чемпионаты мира. В 1989 году в СССР впервые прошли соревнования. Далее армрестлинг развивается планомерно и активно в разных регионах, в том числе привлекает людей с нарушениями слуха.

Техника армспорта развивается на основе анализа содержания соревновательной деятельности рукоборцев. Несмотря на доступность армспорта, техника его достаточно консервативна, так как ограничена правилами соревнований и малой площадью взаимодействий рукоборцев. В технике поединка в армспорте принято выделять следующие положения: стойки (левосторонняя, правосторонняя), стартовая позиция, фаза атаки, реализация преимущества. Показ, объяснение техники армрестлинга, дозировка упражнений, дозировка борьбы требует особого, индивидуального подхода.

Процесс технического совершенствования рукоборца можно условно разделить на два этапа. Первый этап начинается, когда идет овладение техническими основами «школы» армспорта, обычно он приходится на первые годы занятий. Данный этап характерен небольшим количеством соревнований. Его продолжительность зависит от того, насколько успешно идет усвоение техники. Для физически подготовленного рукоборца этот период менее продолжителен, т. к. меньше времени затрачивается для развития основных качеств, а больше внимания уделяется непосредственно технической подготовке.

Второй этап начинается после овладения основами «школы». Здесь идет подбор и совершенствование индивидуальной техники,

изучаются новые технические приемы. Изучение новой техники и повторение освоенной обязательно для всех, независимо от класса и уровня подготовки рукоборца. В индивидуальной же технике в первую очередь совершенствуются те приемы, к проведению которых рукоборец наиболее приспособлен. Таким образом, пополняется арсенал коронных технических приемов рукоборца. Причем это не означает, что рукоборец всю свою спортивную жизнь будет привязан к определенному техническому приему. Армспорт сильно развивает физические и морально-волевые качества. И если в первые годы занятий рукоборец из-за имеющихся физических и морально-волевых недостатков ограничен в выборе технического действия, то в последующем, в процессе совершенствования мастерства, у него появится возможность овладеть теми приемами, которые раньше были для него непосильными.

При совершенствовании и разучивании технических приемов незаменимую помощь оказывает партнер по тренировке. Когда рукоборец еще недостаточно освоил технические действия, партнер умышленно создает благоприятную обстановку для его проведения. Но по мере повышения мастерства владения техническим приемом партнер создает для его проведения большие трудности. Условия постепенно приближаются к соревновательному единоборству за столом с максимальным сопротивлением партнера. Таким образом, овладевая приемами в условиях усложнения тренировки, начинающий спортсмен осваивает важнейшие азы армспорта. Глухим, так же как и здоровым, требуется нагрузка в виде «набарывания», или борьбы с соперником, которая является основной. При этом показ техники является основным методом обучения. Тактика же требует объяснения, что и составляет сложность в подготовке глухих.

Развитие армрестлинга спорта глухих в Югре началось с 1995 года в городе Сургуте в спортивной школе «Виктория», где вместе со здоровыми тренировались слабослышащие ребята со слуховыми аппаратами. Это позволяло заниматься без использования жестового языка. Спустя год после набора уже были проведены первые городские соревнования. В 1997 году появилась городская федерация армспорта. Позже к ней присоединились Советский и Октябрьский районы г. Сургута, а затем федерации армрестлинга были созданы в Урае, Югорске, Мегионе, Березово, Радужном, Нефтеюганске, Пыть-Яхе, Нижневартовске, Когалыме и Покачах.

Волейбол

Командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделенной сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника («добить до пола») либо игрок защищающейся команды допустил ошибку. Мяч вводится в игру подачей: подающий игрок ударом направляет мяч сопернику. Розыгрыш продолжается до приземления мяча на игровой площадке, выхода мяча за ее пределы, а также ошибки команды при возвращении мяча. В волейболе команда, выигравшая розыгрыш, получает очко (система «розыгрыш-очко»). Когда принимающая команда выигрывает розыгрыш, она получает очко и право подавать, и ее игроки переходят на одну позицию по часовой стрелке. Среди спортсменов с нарушением слуха соревнования по волейболу проводятся в соответствии с правилами, утвержденными Международной федерацией волейбола.

Исторически волейбол назывался минтонетом. Появился он более ста лет назад и к сегодняшнему дню покорил сердца свыше миллиарда человек. Создателем этой игры является Уильям Дж. Морган.

Важнейшими качествами для игроков в волейбол являются прыгучесть для возможности высоко подняться над сеткой, реакция, координация, физическая сила для эффективного произведения атакующих ударов.

Волейбол был включен в программу XI Сурдлимпийских летних игр в 1969 году. В год своего дебюта на XIII летней Сурдлимпиаде в 1977 году волейбольная сборная СССР разом выстрелила «золотым дуплетом»: мужская и женская команды стали чемпионами Сурдлимпийских игр.

Горнолыжный спорт

Относится к циклическим, скоростно-силовым дисциплинам. Горные лыжи – особая разновидность лыж, используемая для спуска с горных склонов и в горнолыжном спорте.

Входит в список сурдлимпийских видов спорта с 1949 года. В России на официальном уровне горные лыжи среди глухих спортсменов начали развиваться в 2008 году.

Основными формами организации тренировочного процесса являются:

– групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
– работа по индивидуальным планам;
– тренировочные сборы;
– участие в спортивных соревнованиях и иных мероприятиях;
– инструкторская и судейская практика.

Горнолыжный спорт является высоко координационным видом спорта, в тренировочном процессе при подготовке спортсменов обязательно используется специальная физическая подготовка (СФП).

Специальная физическая подготовка – это процесс воспитания физических качеств, обеспечивающий преимущественное развитие тех двигательных способностей, которые необходимы для конкретной спортивной дисциплины.

Особенностями построения тренировочного процесса спорта глухих в горнолыжном спорте являются:

– построение процесса спортивной подготовки, направленного на развитие широкого круга основных физических и специальных ка-

честв, повышение функциональных возможностей различных органов и систем человека;

– направленность на коррекцию сенсорных систем, коррекцию сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений с помощью физических упражнений и других немедикаментозных средств и методов;

– профилактика сопутствующих заболеваний и вторичных отклонений;

– обучение жизненно и профессионально важным знаниям, умениям и навыкам, развитие и совершенствование физических и психологических качеств и способностей.

Важную роль в подготовке горнолыжников с нарушением слуха играют психологическая и морально-волевая подготовка. Воспитание морально-волевых и психологических качеств должно осуществляться совместно с семьей, школой или другими учебными заведениями, спортивными коллективами. Основной путь совершенствования воли – это преодоление трудностей технической, тактической и теоретической подготовки, что является одним из главных компонентов тренировочного процесса и составных частей мастерства спортсмена, имеющего высокие цели.

Требования к подготовке спортсменов во всех дисциплинах горнолыжного спорта за последние годы возросли. Благодаря современным лыжам скорости значительно увеличились. Попытки контроля скорости организаторами соревнований привели к более «закрытым» закрученным трассам, как в скоростном спуске, так и в слаломе. Таким образом, спортсмены сегодня выполняют более крутые повороты на большей скорости. Нетрудно предположить, что они вынуждены бороться и с бóльшими силами, возникающими в повороте.

Не менее важным аспектом специальной физической подготовки спортсменов является способность мышц поглощать вибрацию. Ни в одном виде спорта мышцы ног спины и живота не подвергаются вибрации даже близкой по частоте и силе к той, с которой имеют дело горнолыжники. Чем лучше спортсмен поглощает вибрацию в повороте, тем сильнее сцепление кантов лыж со склоном и тем выше скорость, максимальные нагрузки на суставы. Преодоление психологических порогов скорости и т. д. приводит к тому, что современная система подготовки горнолыжников в спорте глухих требует постоянного совершенствования методик тренировок с учетом современных тенденций.

Дзюдо

Японское боевое искусство, философия и спортивное единоборство без оружия, созданное в конце XIX века на основе дзюдзюцу японским мастером боевых искусств Дзигоро Кано, который также сформулировал основные правила и принципы тренировок и проведения состязаний.

Первые секции дзюдо для глухих появились в нашей стране в конце 70-х – начале 80-х годов прошлого столетия. Начиная с 1983 года были проведены пять чемпионатов СССР по дзюдо среди глухих. Но после распада СССР развитие дзюдо среди глухих остановилось. Первый чемпионат России по дзюдо (спорт глухих) был проведен только в 2002 году.

В настоящее время дзюдо в России занимаются несколько сотен глухих спортсменов. В чемпионатах и Кубках России принимает участие около 100–120 человек. Спортивные секции по борьбе дзюдо, в которых занимаются инвалиды по слуху, существуют в 20 субъектах РФ.

Дзюдо в спорте глухих развивается по двум направлениям:

1. Развитие массового спорта через создание спортивных секций в специальных (коррекционных) общеобразовательных школах 1-го и 2-го вида и клубах глухих, открытие отделений адаптивной физической культуры и спорта в системе ДЮСШ/СДЮШОР.

2. Поддержка спорта высших достижений через участие глухих спортсменов в соревнованиях, проведение тренировочных мероприятий, формирование комплексных групп/бригад, использование в тренировочном процессе новейших методик и рекомендаций по данному виду спорта, непосредственная работа тренера со спортсменами.

Легкая атлетика

Наиболее массовый вид спорта, способствующий всестороннему физическому развитию человека, так как объединяет распространенные и жизненно важные движения (ходьба, бег, прыжки, метание). Систематические занятия легкоатлетическими упражнениями развивают силу, быстроту, выносливость и другие качества, необходимые в повседневной жизни как здоровым людям, так и людям с инвалидностью.

Легко дозируемые упражнения могут использоваться как для развития физических качеств спортсменов высокого класса, так и для развития подрастающего поколения, для людей с ослабленным здоровьем, пожилого возраста, инвалидов, в период реабилитации после перенесенных травм и просто для поддержания нормальной жизнедеятельности человеческого организма.

Спортивные тренировки в легкой атлетике и соревновательная деятельность дают возможность занимающимся реализовать свои потенциальные способности, проявить себя, сформировать волевые черты характера. Различные виды бега, прыжков и метаний входят в программу соревнований различного уровня среди лиц с инвалидностью.

Легкая атлетика спорта глухих объединяет в себе следующие дисциплины: бег, прыжки в длину, в высоту, тройной и с шестом, метание диска, копья, молота и толкание ядра.

С 1924 года, когда состоялись первые Сурдлимпийские игры, легкая атлетика включена в программу соревнований. Это самая многочисленная дисциплина по количеству участников и разыгрываемому комплекту медалей. Впервые российские сурдлимпийцы приняли участие в Играх в 1957 году, заняв второе общекомандное место. СССР был представлен только в легкой атлетике. Участвовали 26 атлетов, которые выступали в 6 видах легкой атлетики из 32 представленных и завоевали 25 медалей.

Лыжные гонки

Являются циклическим зимним видом спорта, цель которого прохождение дистанции по специально подготовленной снежной трассе на скорость.

Техника передвижения на лыжах представляет систему движений, при помощи которой спортсмен может добиться максимальной эффективности своих действий. С помощью грамотной техники спортсмен полностью может реализовать возможности для достижения желаемого результата. Основными показателями качества техники являются эффективность, естественность и экономичность.

Существует два основных стиля передвижения на лыжах – коньковый (свободный) и классический. Учитывая анатомо-физиологические особенности людей с нарушением слуха, необходимо отметить сложности в совершенствовании координационных способностей. Часто это связано с нарушением вестибулярного аппарата. Соответственно, чем позже ребенок начинает заниматься лыжными гонками, тем сложнее ему овладеть техникой лыжного хода.

В спорте глухих основным методом обучения выступает наглядный метод. Зачастую спортсмену необходимо обозначить положение ног или рук, в таком случае срабатывает зрительная память, которая в дальнейшем закрепляется мышечной памятью для точного воспроизведения движений и оптимизации техники. На более высоких этапах спортивной подготовки техника спортсмена с нарушением слуха ничем не отличается от техники здоровых спортсменов.

Лыжные гонки являются одной из первых дисциплин, вошедших в программу Сурдлимпийских зимних игр. Соревнования по спорту глухих, в частности по лыжным гонкам, проводятся по правилам Международной федерации лыжного спорта (FIS). В современном мире для проведения спортивных соревнований предъявляются высокие

требования к обеспечению материально-технической базы. Электронное оборудование полностью обеспечивает объективность и точность результатов. Электронное табло, размещенное на старте, отображает стартовый номер, время старта и обратный отсчет времени. Для спортсменов с нарушением слуха данное табло содержит всю необходимую информацию для своевременного старта. Используемые чипы, которые надеваются на голень спортсмена, позволяют в определенных участках дистанции получать информацию о времени и отставании спортсмена. Осуществляя транзит на стадионе, оснащенном цифровым табло, спортсмен может оценить ситуацию и скорректировать дальнейший ход по дистанции.

Настольный теннис

В отличие от тенниса, настольный теннис был включен в программу Сурдлимпийских игр только в 1957 году.

Цель игры заключается в соперничестве двух игроков или двух команд по два игрока в каждой, которые с помощью ракеток перекидывают специальный мяч через сетку на сторону соперника, чтобы он не смог его отразить. В настольном теннисе спортивный результат полностью зависит от каждого противодействующего спортсмена (игрока), несмотря на это, воспитание коллективизма, способности жертвовать собственными интересами, желание видеть и понимать коллективные интересы является одной из неотъемлемых частей процесса подготовки спортсмена в настольном теннисе.

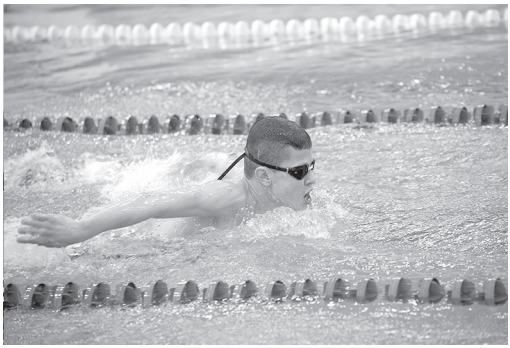
Сложный характер соревновательной игровой деятельности в настольном теннисе создает постоянно изменяющиеся условия, вызывает необходимость оценки ситуации и выбора действий, как правило, в условиях ограниченного времени. Важным фактором является нали-

чие у спортсмена широкого арсенала технико-тактических средств, который бы давал возможность оптимизировать стратегии, обеспечивающие эффективность действий по достижению результата в условиях конфликтных ситуаций.

Важная особенность спортивных игр состоит в большом количестве соревновательных действий – приемов игры. Необходимость выполнять эти приемы многократно в процессе соревновательной деятельности (в одной встрече, серии встреч) для достижения спортивного результата (выигрыша встречи, соревнования) обусловливает требование надежности, стабильности навыков и т. д. В настольном теннисе нет понятия «потеря подачи», то есть любая ошибка влечет за собой проигрыш очка.

В число объективных показателей входят: элементный набор приемов игры (аспект техники); способность быстро и правильно оценивать ситуацию; выбирать и эффективно применять оптимальное для конкретной игровой ситуации атакующее или защитное действие; специальные качества и способности, от которых зависит эффективность непосредственного выполнения действия (требования к временным, пространственным и силовым параметрам исполнения); энергетический режим работы спортсмена; чувственно-двигательный контроль. Очень важно все это выразить в количественных величинах. Наличие таких показателей служит основой для определения содержания подготовки спортсменов и управления этим процессом, разработки модельных характеристик, программ, планов, нормативов и др.

Соответственно, во время игры в настольный теннис создаются благоприятные возможности для проявления смекалки, ловкости, силы, быстроты, выносливости, волевых и других качеств и свойств личности человека с нарушением слуха.



Плавание

Является одним из наиболее действенных методов коррекции физического развития и очень популярно как среди здоровых людей, так и среди глухих.

Плавание способствует улучшению здоровья и психического развития, совершенствованию личностных качеств и освоению одного из основных жизненно важных навыков – умения плавать. Занятия в бассейне вырабатывают самодисциплину, собранность, воспитывают трудолюбие, формируют навыки коллективного взаимодействия.

Спортивная деятельность в условиях водной среды имеет ряд физиологических особенностей, которые определяются механическими факторами, связанными с движением в воде, горизонтальным положением тела и большой теплоемкостью воды. У глухих спортсменов наблюдается также, помимо потери слуха, нарушение деятельности вестибулярного аппарата. Именно это нарушение затрудняет освоение техники плавания. Специфические координационные способности у глухих проходят процесс формирования и становления более сложно и длительно. В их числе:

– способность к ориентированию в пространстве;
– способность к дифференцированию параметров движения;
– способность к равновесию;
– способность к ритму;
– способность к вестибулярной устойчивости.

Спортсмены вынуждены годами оттачивать умение продвигаться, балансировать и выполнять сложные технические комбинации в воде. У многих спортсменов имеются и сопутствующие заболевания. Кроме нарушения слуха, это иногда плохое зрение, что также создает дополнительные проблемы на тренировках.

Сегодня многолетний тренировочный процесс пловцов с нарушением слуха осуществляется по адаптивной программе в соответствии с требованиями федерального стандарта спортивной подготовки. Непрерывный рост спортивных достижений в плавании, возрастающая конкуренция на соревнованиях требует от тренера и спортсменов слаженной работы, взаимопонимания и огромного терпения. При работе с данной категорией спортсменов нельзя не отметить и трудности в общении. Тренер должен работать в паре с переводчиком жестового языка или самостоятельно овладеть основами жестового языка и иметь в своем арсенале набор специальных сигналов и жестов, наглядные пособия, фото- и видеоматериалы.

Сноуборд

Как спортивная дисциплина представляет собой три большие группы, объединенные по своим специфическим признакам. Это акробатические дисциплины: хаф-пайп, биг-эйр, слоуп-стайл. И поворотные дисциплины: параллельный слалом и параллельный гигантский слалом. А также сноуборд-кросс – групповая гонка по специальному склону, оборудованному различными препятствиями.

В акробатических дисциплинах спортсмены выполняют различные трюки на специальных сооружениях, построенных из снега на склоне, сложность и техника исполнения оцениваются судьями. В поворотных дисциплинах спортсмены в парах преодолевают наперегонки специально размеченную флагами трассу, расположенную на склоне. В сноуборд-кроссе задача спортсменов, стартующих в группах по 4 или по 6 райдеров (зависит от формата соревнований), – преодолеть наперегонки трассу, оборудованную и размеченную необходимым образом.

Сноуборд в программу Сурдлимпийских зимних игр как демонстрационный вид вошел в 1999 году в швейцарском Давосе. В 2003 году сноубордисты с нарушениями слуха стали полноправными участниками Сурдлимпийских игр. В России сурдлимпийский сноуборд начал развиваться в 2008 году.

Соревнования по спорту глухих в сноубордических дисциплинах проводятся по правилам Международной федерации лыжного спорта (FIS).

Теннис

Представляет собой вид спорта, где на теннисном корте играют два игрока или две пары игроков. Противник старается забить теннисный мяч на поле соперника так, чтобы мяч упал и ударился о теннисный корт. Теннисные матчи проводятся на корте, который представляет собой прямоугольную площадку, которая окружена высокой сеткой.

Вся площадка имеет мягкое покрытие и разделена теннисной сеткой на две равные части. Игроки при игре используют теннисную ракетку и теннисный мяч. Теннисная ракетка имеет стандартную форму в виде круглого обода с пластмассовыми струнами и с удобной рукояткой. Теннисный мяч имеет маленький размер, выполнен он из пластичной резины и покрыт слоем мягкого войлочного материала.

Теннис среди спортсменов с нарушением слуха имеет большую популярность. Соревнования по теннису среди глухих проводятся в соответствии с едиными Правилами игры в теннис, утвержденными Международной теннисной федерацией (ITF).

В 1924 году теннис вошел в программу I Сурдлимпийских летних игр, которые проходили в Париже, столице Франции.

Проблема обучения спортсменов с нарушением слуха игре в теннис заключается в коммуникации. Так как теннис требует от спортсмена точности выполнения движений, разбор техники – очень сложный процесс. В течение одной тренировки одно и то же движение повторяется много раз. В основном все приходится показывать визуально, на себе, на спортсменах или при помощи различных спортивных инструментов.

Выдающиеся спортсмены-сурдлимпийцы и тренеры Югры

В 2006 году в Центре адаптивного спорта Югры произошло два значимых события – сформирована волейбольная команда под руководством Станислава Руденко и впервые проведена Сурдспартакиада Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, включающая в себя соревнования по четырем дисциплинам: легкой атлетике, настольному теннису, волейболу и плаванию.

Соревнования, включенные в программу данной спартакиады, организуются в два этапа – отборочный в муниципалитетах округа и региональный. По результатам соревнований лучшие спортсмены отбираются в состав сборной Ханты-Мансийского автономного округа – Югры для участия во всероссийских соревнованиях. С 2016 года в программу Сурдспартакиады добавилась еще одна спортивная дисциплина – лыжные гонки.

В 2009 году осуществилась мечта молодых волейболистов с нарушением слуха – Владимира Шмыгина, Павла Фатина и их тренера Станислава Руденко, а также двух легкоатлетов – Максима Бгана, Юлии Любчик и их тренера Юрия Курдюмова. Югорчане стали членами сборной команды России, в составе которой осенью отправились на XXI Сурдлимпийские летние игры в Тайбэй.

Волейбольной сборной России игры давались тяжело, но несмотря на это результаты были на высоте. В течение всей Сурдлимпиады сборная команда страны не допустила ни одного поражения. Все матчи были сыграны со значительным перевесом в пользу россиян. В финальной игре за золотые медали сборная России боролась с командой Украины. После тяжелейшей битвы российская команда стала чемпионом Сурдлимпийских игр. С хорошим результатом выступил Максим Бган в метании молота и принес в копилку сборной России серебро. В шаге от медали остановилась легкоатлетка Юлия Любчик, занявшая четвертое место в метании молота.

В 2012 году была создана команда по лыжным гонкам Центра адаптивного спорта Югры, что, без сомнения, оказалось одним из самых значимых событий в развитии сурдлимпийского движения Югры.

Наставниками лыжников выступили заслуженные тренеры России Сергей Крянин и Алексей Ермилов.

В ноябре 2012 года в столице Югры впервые проводился Кубок России по волейболу среди мужских команд инвалидов по слуху, в котором приняли участие четыре команды. Югру представляли спортсмены Центра адаптивного спорта – волейбольная команда из города Сургута. Югорчане стали обладателями золота Кубка России, оставив позади соперников из Санкт-Петербурга и Новосибирска.

Главным событием 2013 года стало успешное выступление югорских спортсменов на XXII Сурдлимпийских летних играх в Болгарии. Воспитанники Юрия Курдюмова завоевали две медали в легкой атлетике. Максим Бган стал чемпионом Сурдлимпийских игр в метании молота. Серебро в копилку Югры принесла Юлия Любчик. Сборная России по волейболу, в состав которой вошли сургутяне Павел Фатин, Владимир Шмыгин, Максим Салмин и Александр Дроздов, стала серебряным призером Сурдлимпиады.

В 2015 году Югра на высочайшем уровне провела XVIII Сурдлимпийские зимние игры в Ханты-Мансийске и Магнитогорске. Игры объединили около 400 сильнейших спортсменов из 27 стран мира. Югру в составе сборной России представили лыжники Анна Федулова, Сергей Ермилов, Алексей Грошев, Степан Кузнецов, Татьяна Горбунова и сноубордистка Мария Подоровская. В течение девяти состязательных дней спортсмены выявляли сильнейших в пяти видах спорта: сноуборде, лыжных гонках, керлинге, хоккее и горных лыжах. В медальном зачете Россия заняла первое место. Анна Федулова выиграла золото в скиатлоне, спринте, масс-старте классическим стилем; Сергей Ермилов и Алексей Грошев завоевали золото в мужской эстафете; Алексей Грошев занял первое место в спринте, а Сергей Ермилов оказался лучшим в командном спринте и третьим – в масс-старте. По итогам Игр Анне Федуловой вручили государственную награду – медаль ордена «За заслуги перед Отечеством» I степени.

В 2017 году югорские сурдлимпийцы приняли участие в XXIII Сурдлимпийских летних играх в городе Самсуне (Турция). Спортсмены Центра адаптивного спорта Югры вошли в число триумфаторов главного события четырехлетия для спорта глухих. Российская сборная прочно заняла первую строчку в медальном зачете, завоевав в общей сложности 59 медалей, в числе которых 28 золотых, 21 серебряная и 10 бронзовых.

10 августа в Региональном центре адаптивного спорта города Сургута состоялась торжественная церемония, посвященная успешному выступлению югорских спортсменов. В этот день спортивный ком-

плекс посетили такие почетные гости, как губернатор Югры Наталья Владимировна Комарова, член Комитета Совета Федерации Федерального Собрания Российской Федерации по социальной политике Эдуард Владимирович Исаков, двукратный чемпион мира по легкой атлетике, четырехкратный чемпион мира в помещении, чемпион Европы, призер Олимпийских игр Олеся Николаевна Зыкина.

Заслуженные награды из рук главы региона получили чемпион Сурдлимпийских игр Максим Бган, завоевавший золото в метании молота, его наставник – залуженный тренер России Юрий Курдюмов, который, помимо премиального вознаграждения, был отмечен губернатором благодарностью за содействие в проведении мероприятий, значимых для Югры, а также бронзовые призеры – волейболисты Максим Салмин, Георгий Плешкевич, Владимир Шмыгин, Роман Симановский, и участники Сурдлимпиады Юлия Любчик и Анастасия Гринь.

По состоянию на 2019 год членами сборных команд России по спортивным дисциплинам спорта глухих являются 24 спортсмена Центра адаптивного спорта Югры.

На основании критериев, разработанных Сурдлимпийским комитетом России по отбору спортсменов для участия в зимних Сурдлимпийских играх 2019 года, по результатам прошедших чемпионатов России по лыжным гонкам и сноуборду в состав расширенного списка сборной команды России вошли восемь спортсменов Югры: победители прошлых Сурдлимпийских игр – лыжники: Сергей Ермилов, Алексей Грошев и Анна Федулова, а также Андрей Дубовских, Степан Кузнецов, Татьяна Горбунова, Вера Козловская и сноубордистка Анастасия Рябинина.

В рамках подготовки к XIX Сурдлимпийским играм 2019 года Центром адаптивного спорта Югры запланированы тренировочные мероприятия, большая часть из которых проходит в районах среднегорья, так как ближайшие Сурдлимпийские игры будут проходить на высоте 1 700–1 800 метров над уровнем моря. Тренировочные мероприятия, запланированные Сурдлимпийским комитетом России и финансируемые за счет средств федерального бюджета, проходят с сентября 2019 года. В связи с этим все тренировочные мероприятия подготовительного периода финансируются за счет средств автономного округа.

План подготовки к XIX Сурдлимпийским зимним играм

Таблица 5

№ п/п	*Наименование спортивного мероприятия*	*Сроки проведения*	*Место проведения*	*Кол-во*	*Ответственный*
Лыжные гонки					
1	Тренировочное мероприятие	10–25.05.2019	г. Сочи	6	С. М. Крянин, А. В. Ермилов
2	Тренировочное мероприятие	01–21.06.2019	г. Сыктывкар	6	С. М. Крянин, А. В. Ермилов
3	Тренировочное мероприятие	01–21.07.2019	г. Сыктывкар	6	С. М. Крянин, А. В. Ермилов
4	Углубленный медицинский осмотр	Июль	г. Москва	6	С. М. Крянин, А. В. Ермилов
5	Тренировочное мероприятие	01.08–21.08.2019	г. Белмекен (Болгария)	6	С. М. Крянин, А. В. Ермилов
6	Тренировочное мероприятие	08.09–21.09.2019	г. Оберхоф (Германия)	6	С. М. Крянин, А. В. Ермилов
7	Тренировочное мероприятие	23.10–05.11.2019	г. Ханты-Мансийск	6	С. М. Крянин, А. В. Ермилов
8	Тренировочное мероприятие	15.11–08.12.2019	по назначению (Италия)	6	С. М. Крянин, А. В. Ермилов
9	XIX Сурдлимпийские зимние игры	12–21.12.2019	г. Валькьявенна (Италия)	6	С. М. Крянин, А. В. Ермилов
Сноуборд					
1	Углубленный медицинский осмотр	Апрель	г. Москва	1	А. В. Колотович
2	Тренировочное мероприятие	Июнь	по назначению	1	А. В. Колотович
3	Тренировочное мероприятие	Июль	г. Щучинск (Казахстан)	1	А. В. Колотович
4	Тренировочное мероприятие	Сентябрь	г. Сургут	1	А. В. Колотович
5	Углубленный медицинский осмотр	Октябрь	г. Москва	1	А. В. Колотович
6	Тренировочное мероприятие	27.10–10.11.2019	по назначению	1	А. В. Колотович
7	Тренировочное	15.11–	по назначе-	1	А. В. Колото-

№ п/п	Наименование спортивного мероприятия	Сроки проведения	Место проведения	Кол-во	Ответственный
	мероприятие	28.11.2019	нию		вич
8	Тренировочное мероприятие	28.11–08.12.2019	по назначению (Италия)	1	А. В. Колотович
9	XIX Сурдлимпийские зимние игры	12–21.12.2019	г. Валькьявенна (Италия)	1	А. В. Колотович

Спортсмены-сурдлимпийцы

Волейбол

Владимир Шмыгин:

– заслуженный мастер спорта России;

– мастер спорта России международного класса;

– чемпион XXI Сурдлимпийских летних игр 2009 года в г. Тайбэе (Китайский Тайвань);

– серебряный призер XXII Сурдлимпийских летних игр 2013 года в г. Софии (Болгария);

– бронзовый призер XXIII Сурдлимпийских летних игр 2017 года в г. Самсуне (Турция);

– трехкратный серебряный призер чемпионатов Европы;

– двукратный серебряный и бронзовый призер чемпионатов мира;

– многократный чемпион России и победитель Кубка России по волейболу среди глухих спортсменов.

Входит в основной состав сборной команды России по волейболу (спорт глухих).

Александр Дроздов:

– заслуженный мастер спорта России;

– мастер спорта России международного класса;

– чемпион XXI Сурдлимпийских летних игр 2009 года в г. Тайбэе (Китайский Тайвань);

– серебряный призер XXII Сурдлимпийских летних игр 2013 года в г. Софии (Болгария);

– двукратный серебряный призер чемпионатов Европы;

– двукратный серебряный и бронзовый призер чемпионатов мира;

– многократный чемпион России и победитель Кубка России по волейболу среди глухих спортсменов.

Входит в основной состав сборной России по волейболу (спорт глухих).

Максим Салмин:

– заслуженный мастер спорта России;

– мастер спорта России международного класса;

– серебряный призер XXII Сурдлимпийских летних игр 2013 года в г. Софии (Болгария);

– бронзовый призер XXIII Сурдлимпийских летних игр 2017 года в г. Самсуне (Турция);

– трехкратный серебряный призер чемпионатов Европы;

– серебряный и бронзовый призер чемпионатов мира;

– многократный чемпион России и победитель Кубка России по волейболу среди глухих спортсменов.

Входит в основной состав сборной России по волейболу (спорт глухих).

Павел Фатин:

– заслуженный мастер спорта России;

– мастер спорта России международного класса;

– чемпион XXI Сурдлимпийских летних игр 2009 года в г. Тайбэе (Китайский Тайвань);

– серебряный призер XXII Сурдлимпийских летних игр 2013 года в г. Софии (Болгария);

– серебряный призер чемпионата Европы;

– многократный чемпион России и победитель Кубка России по волейболу среди глухих спортсменов.

Входит в основной состав сборной России по волейболу (спорт глухих).

Георгий Плешкевич:

– заслуженный мастер спорта России;

– чемпион XXI Сурдлимпийских летних игр 2009 года в г. Тайбэе (Китайский Тайвань);

– серебряный призер XXII Сурдлимпийских летних игр 2013 года в г. Софии (Болгария);

– бронзовый призер XXIII Сурдлимпийских летних игр 2017 года в г. Самсуне (Турция);

– трехкратный серебряный призер чемпионатов Европы;

– двукратный серебряный и бронзовый призер чемпионатов мира;

– многократный чемпион России и победитель Кубка России по волейболу среди глухих спортсменов.

Входит в основной состав сборной России по волейболу (спорт глухих).

Роман Симановский:

– заслуженный мастер спорта России;

– мастер спорта России международного класса;

– бронзовый призер XXIII Сурдлимпийских летних игр 2017 года в г. Самсуне (Турция);

– серебряный призер чемпионата Европы;

– многократный чемпион России и призер Кубка России по волейболу среди глухих спортсменов.

Входит в основной состав сборной России по волейболу (спорт глухих).

Легкая атлетика

Максим Бган:

– заслуженный мастер спорта России;

– мастер спорта России международного класса;

– серебряный призер XXI Сурдлимпийских игр 2009 года в г. Тайбэе (Китайский Тайвань);

– чемпион XXII Сурдлимпийских летних игр 2013 года в г. Софии (Болгария);

– чемпион XXIII Сурдлимпийских летних игр 2017 года в г. Самсуне (Турция);

– призер чемпионата мира;

– многократный чемпион Европы;

– многократный чемпион России.

Входит в основной состав сборной команды России по легкой атлетике.

Юлия Любчик:

– мастер спорта России международного класса;

– участница XXI Сурдлимпийских летних игр 2009 года в г. Тайбэе (Китайский Тайвань);

– серебряный призер XXII Сурдлимпийских летних игр 2013 года в г. Софии (Болгария);

– участница XXIII Сурдлимпийских летних игр 2017 года в г. Самсуне (Турция);

– многократный призер чемпионатов Европы;

– многократная чемпионка России.

Лыжные гонки

Анна Федулова:

– награждена медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» I степени;

– заслуженный мастер спорта России;

– мастер спорта России международного класса;

– чемпионка XIV Сурдлимпийских зимних игр 1999 года в г. Давосе (Швейцария);

– чемпионка XV Сурдлимпийских зимних игр 2003 года в г. Сундсвалле (Швеция);

– чемпионка XVI Сурдлимпийских зимних игр 2007 года в г. Солт-Лейк-Сити (США);

– чемпионка XVIII Сурдлимпийских зимних игр 2015 года в г. Ханты-Мансийске (Россия);

– многократная чемпионка России, Европы и мира.

Входит в основной состав сборной команды России по лыжным гонкам.

Сергей Ермилов:

– медаль ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени;

– заслуженный мастер спорта России;

– мастер спорта России международного класса;

– чемпион XV Сурдлимпийских зимних игр 2003 года в г. Сундсвалле (Швеция);

– чемпион XVI Сурдлимпийских зимних игр 2007 года в г. Солт-Лейк-Сити (США);

– чемпион XVIII Сурдлимпийских зимних игр 2015 года в г. Ханты-Мансийске (Россия);

– чемпион мира;

– многократный чемпион России.

Входит в резервный состав сборной команды России по лыжным гонкам.

Алексей Грошев:

– медаль ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени;

– заслуженный мастер спорта России;

– чемпион XVIII Сурдлимпийских зимних игр 2015 года в г. Ханты-Мансийске (Россия);

– чемпион мира;

– многократный чемпион России.

Входит в основной состав сборной команды России по лыжным гонкам.

Степан Кузнецов:

– мастер спорта России международного класса;

– участник XVIII Сурдлимпийских зимних игр 2015 года в г. Ханты-Мансийске (Россия);

– победитель и серебряный призер чемпионата мира;

– многократный призер чемпионатов России.

Входит в резервный состав сборной команды России по лыжным гонкам.

Сноуборд

Анастасия Рябинина:

– кандидат в мастера спорта России;

– бронзовый призер чемпионата мира;

– чемпионка и многократный призер российских соревнований по сноуборду.

Входит в основной состав сборной команды России по сноуборду.

Теннис

Анастасия Гринь:

– мастер спорта России международного класса;

– участница XXII Сурдлимпийских летних игр 2013 года в г. Софии (Болгария);

– участница XXIII Сурдлимпийских летних игр 2017 года в г. Самсуне (Турция);

– призер международных соревнований;

– чемпионка и многократный призер чемпионатов России.

Входит в основной состав сборной команды России по теннису.

Тренеры

Курдюмов Юрий Олегович – заслуженный тренер России, тренер высшей квалификационной категории по легкой атлетике (спорт глухих и спорт лиц с интеллектуальными нарушениями) Центра адаптивного спорта Югры.

Юрий Курдюмов занимался в Сургуте легкой атлетикой с глухими спортсменами на базе физкультурно-спортивного клуба для инвалидов «Мечта» с 1998 года. Его воспитанники Дмитрий Баймуратов, Александр Александров защищали честь не только Югры, но и всей России. Первой большой победой его подопечных стало выступление Олега Шайдецкого в 2005 году – он стал чемпионом России, серебряным призером чемпионата мира в Австралии.

В числе его воспитанников выдающиеся спортсмены, мастера спорта России международного класса: Александр Александров, Максим Бган, Юлия Любчик, Денис Халюзин и Олег Шайдецкий.

Руденко Станислав Николаевич – заслуженный тренер России, тренер высшей квалификационной категории по волейболу (спорт глухих) Центра адаптивного спорта Югры.

В 2006 году на базе Центра адаптивного спорта Югры под руководством С. Н. Руденко сформирована мужская сборная команда Ханты-Мансийского автономного округа – Югры по волейболу. В настоящее время это одна из ведущих команд России и Европы. В ее активе четыре победы на чемпионатах России, шесть золотых медалей Кубка России, по три золота и два серебра Европейской лиги чемпионов. В числе его воспитанников – участники Сурдлимпийских игр, мастера спорта России международного класса: Александр Дроздов, Максим Салмин, Владимир Шмыгин, Павел Фатин, Роман Симановский и Георгий Плешкевич.

Крянин Сергей Михайлович – заслуженный тренер России, мастер спорта России международного класса, 18-кратный чемпион России, СССР, кандидат юридических наук, тренер по лыжным гонкам (спорт глухих) Центра адаптивного спорта Югры, старший тренер сборной команды РФ по лыжным гонкам (спорт глухих).

Сергей Крянин тренирует мастера спорта России международного класса Сергея Ермилова и является наставником всей югорской лыжной сборной спорта глухих. Под его руководством в 2012 году образовалась команда и сформировался тренерский состав, добившиеся значимых результатов на зимних Сурдлимпийских играх 2015 года.

Ермилов Алексей Вячеславович – заслуженный тренер России, мастер спорта России, судья всероссийской категории по лыжным гонкам, тренер по лыжным гонкам (спорт глухих) Центра адаптивного спорта Югры.

В числе воспитанников Алексея Ермилова такие выдающиеся спортсмены, как мастера спорта международного класса Анна Федулова, Алексей Грошев, Степан Кузнецов.

Задирайко Олег Иванович – тренер по теннису (спорт глухих) Центра адаптивного спорта Югры.

Его воспитанница Анастасия Гринь – мастер спорта России международного класса, член сборной команды России по теннису, призер международных соревнований, чемпионка и многократный призер чемпионатов России по теннису, участница XXII Сурдлимпийских летних игр 2013 года в Болгарии и XXIII Сурдлимпийских летних игр 2017 года в Турции.

ГЛАВА 2. ФЕДЕРАЦИЯ СПОРТА ГЛУХИХ: ОПЫТ РЕГИОНА

2.1. Федерация спорта глухих: миссия, задачи, деятельность

В целях поддержки спорта глухих в 1992 году в России появилась Общероссийская спортивная федерация спорта глухих (ОСФСГ), до 2010 года носившая название «Российский спортивный союз глухих». Необходимость в такой организации назрела в связи с активизацией сообщества глухих, объединением ресурсов и сил в целях развития адаптивной физической культуры и спорта для лиц с нарушением слуха. Одной из основных задач, которые ставила перед собой данная федерация, была популяризация спорта и адаптивной физической культуры для глухих. Пропаганда здорового образа жизни среди глухих граждан Российской Федерации проводилась и проводится в рамках государственных программ «Развитие физической культуры и спорта», «Здоровье нации», «Доступная среда». Появление федерации спорта глухих означало систематизацию физкультурно-спортивной деятельности в отношении данной культурно-лингвистической и нозологической группы, что позволило бы достичь максимальных оздоровительных и реабилитационных эффектов. Федерация успешно организовывает спортивные мероприятия по двум направлениям:

1. Спорт высших достижений (чемпионаты и первенства РФ, Кубки РФ).
2. Массовая спортивно-физкультурная работа (летняя и зимняя спартакиады и др.).

Деятельность федерации осуществляется на основании положений о межрегиональных и всероссийских спортивных соревнованиях по спорту глухих на каждый календарный год, календарных планов соревнований, Положения о переходах спортсменов по спорту глухих и других нормативных документов. Федерация многое делает для привлечения к спорту и физической культуре детей и молодежи с нарушениями слуха, например первенство России по спорту глухих до 19 лет и др.

Официальные соревнования в виде спорта «спорт глухих» на территории Российской Федерации проводятся под эгидой Общероссийской общественной организации инвалидов «Общероссийская спортивная федерация спорта глухих». Вид спорта «спорт глухих» развивает дисциплины, входящие во Всероссийский реестр видов спорта. В системе спорта глухих культивируется 30 видов спорта, по которым проводятся чемпионаты, первенства и кубки России. Это армрестлинг, бадминтон, баскетбол, боулинг, велосипедный спорт, волейбол, пляж-

ный волейбол, вольная борьба, гандбол, гольф, горнолыжный спорт, греко-римская борьба, дзюдо, каратэ, керлинг, легкая атлетика, лыжные гонки, настольный теннис, плавание, пулевая стрельба, самбо, сноуборд, спортивное ориентирование, теннис, тхэквондо, футбол, футзал, хоккей, шахматы, шашки.

Общероссийская спортивная федерация спорта глухих имеет 72 региональных отделения, что позволяет распространять принципы адаптивного спорта и физической культуры на всех территориях РФ. Одним из самых активных и результативных региональных отделений является Региональная общественная организация Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Федерация спорта глухих».

2.2. Структура и состав Федерации спорта глухих Югры

Федерация спорта глухих Югры (далее – Федерация) является некоммерческой общественной организацией, созданной 8 июня 2017 года в целях развития спорта глухих на территории Ханты-Мансийского автономного округа. Деятельность организации осуществляется в соответствии с законодательством Российской Федерации, регулирующим порядок создания, деятельности, реорганизации и ликвидации коммерческих и некоммерческих организаций, а также в соответствии с учредительными документами организации.

Деятельность Федерации осуществляется в соответствии с федеральным законом Российской Федерации от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ (ред. от 27 декабря 2018 года) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Согласно данному федеральному закону, Федерация участвует в организации работы по развитию физической культуры и спорта среди глухих и слабослышащих спортсменов, создает условия для охраны и укрепления здоровья спортсменов и других участвующих в спортивных соревнованиях и тренировочных мероприятиях, обеспечивает спортсменам и тренерам необходимые условия для тренировок, а также иным образом содействует им в достижении высоких спортивных результатов.

Существующая структура Федерации спорта глухих Югры (рис. 4) позволяет решать все поставленные задачи, связанные как с популяризацией адаптивного спорта и физической культуры, так и с проведением многочисленных спортивных мероприятий.

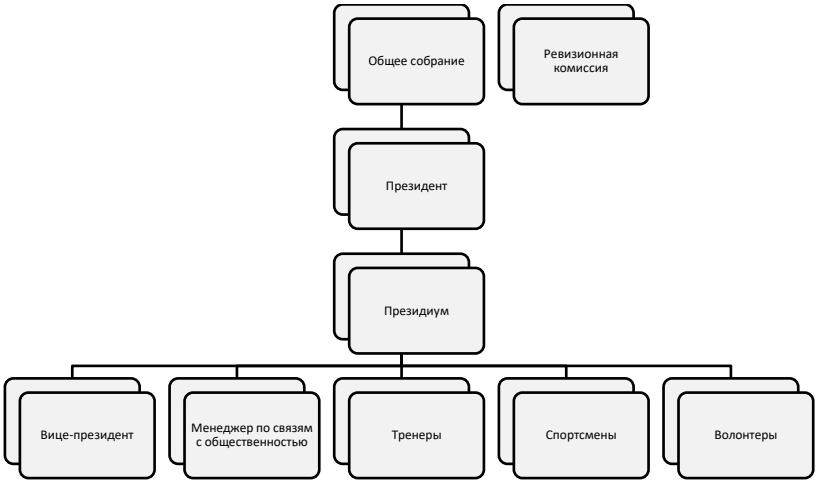


Рис. 2. Структура Федерации спорта глухих Югры

Высшим руководящим органом Федерации является Общее собрание. К компетенции Общего собрания относится решение следующих вопросов: изменение устава Федерации, определение приоритетных направлений деятельности Федерации, принципов формирования и использования ее имущества, образование исполнительных органов Федерации и досрочное прекращение их полномочий, утверждение годового отчета и годового бухгалтерского баланса, утверждение финансового плана Федерации и внесение в него изменений и т. д. Общее собрание правомочно, если на нем присутствует более половины членов Федерации.

Общее собрание избирает президента Федерации сроком на пять лет. Президент решает вопросы текущей деятельности Федерации, кроме вопросов, отнесенных к исключительной компетенции Общего собрания и Президиума. Президент по должности возглавляет Президиум, а также курирует все основные направления деятельности Федерации, отвечает за взаимодействие с Общероссийской спортивной федерацией спорта глухих, организует и руководит деятельностью Президиума, подписывает постановления, принимаемые Президиумом, в период между заседаниями Президиума осуществляет руководство деятельностью Федерации, в том числе принимает оперативные решения по вопросам повседневной деятельности Федерации, созывает заседания Президиума.

В период между Общими собраниями деятельностью Федерации руководит Президиум Федерации, который является постоянно дей-

ствующим руководящим коллегиальным органом. Президиум избирается Общим собранием сроком на пять лет. Президиум принимает в члены Федерации и исключает из членов Федерации, утверждает бюджет Федерации, в том числе размер вознаграждений за работу членов Президиума и Секретариата, за спортивные результаты спортсменов и тренеров сборной команды Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, членов комиссий, определяет источники формирования имущества Федерации, утверждает вопросы, связанные с организацией коммерческих и некоммерческих организаций, определяет размеры и порядок уплаты членских и вступительных взносов, решает вопросы, связанные с реализацией долговременных проектов и программ Федерации, утверждает Календарь мероприятий Федерации, утверждает Положения о мероприятиях Федерации и условия проведения мероприятий Федерации, рассматривает и принимает решения по вопросам подготовки и выступления сборных команд, проведения соревнований.

Заседания Президиума проводятся по мере необходимости, но не реже одного раза в год. Президиум подотчетен Общему собранию по всем вопросам своей деятельности. Общее собрание заслушивает отчеты Президиума о положении дел в Федерации, о новых направлениях развития, о выполнении решений Общего собрания, а также по другим вопросам.

Для осуществления контроля за уставной и финансово-хозяйственной деятельностью Федерации на Общем собрании избирается ревизионная комиссия сроком на пять лет. Количественный состав Комиссии – три человека (председатель и два члена Комиссии).

Комиссия осуществляет свою деятельность на основании действующих положений Президиума, и все структурные подразделения обеспечивают предоставление Комиссии всех необходимых для проведения ревизии материалов.

Комиссия проводит плановые проверки деятельности Федерации не реже одного раза в год, а также внеплановые по поручению Общего собрания, по собственной инициативе, по требованию Президиума или трети членов Федерации.

По итогам проверки уставной финансово-хозяйственной деятельности Федерации Комиссия составляет заключение с подтверждением достоверности данных, содержащихся в отчетах и иных финансовых документах. Комиссия подтверждает достоверность данных, содержащихся в годовом отчете Федерации на Общем собрании.

В состав Федерации входят тренеры и спортсмены, включенные в состав спортивной сборной команды Ханты-Мансийского автономного округа – Югры по спорту глухих.

Сборная команда по спорту глухих – коллектив спортсменов различных возрастных групп, тренеров, специалистов спортивной медицины, других специалистов в области физической культуры и спорта, которые формируются для подготовки к соревнованиям и участия в них. Сборная команда состоит из основного и резервного составов.

Члены сборной команды по спорту глухих обязаны:

- достойно представлять Федерацию на соревнованиях;
- пропагандировать здоровый образ жизни;
- воспитывать в себе морально-волевые качества, овладевать знаниями о физической культуре и спорте, сурдлимпийском и международном спортивном движении;
- не допускать применения допинговых средств и методов, запрещенных для использования законодательством Российской Федерации.

Основными направлениями деятельности Федерации являются поддержка и содействие в достижении спортсменами Ханты-Мансийского автономного округа – Югры высоких спортивных результатов, а также привлечение детей с нарушением слуха к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Реализуя долгосрочный проект «Мы слышим сердцем», Федерация оказывает информационную поддержку сурдлимпийскому движению, в частности предстоящим XIX Сурдлимпийским зимним играм. Мероприятия, проводимые в рамках проекта, направлены на популяризацию спорта глухих, поиск перспективных спортсменов и создание условий для занятий физической культурой и спортом. Один из этапов проекта получил поддержку Фонда президентских грантов Российской Федерации, который был успешно реализован в апреле 2019 года.

Данный этап включал в себя проведение следующих мероприятий в целях популяризации спорта глухих и пропаганды здорового образа жизни:

1. Инклюзивная открытая тренировка по лыжным гонкам с участием именитых сурдлимпийцев.
2. Автограф-сессия с сурдлимпийскими чемпионами.
3. Общее собрание с членами Федерации.

4. Встреча с руководством и воспитанниками Излучинской школы-интерната для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

5. Спортивный забег в рамках открытой Всероссийской массовой лыжной гонки «Лыжня России» в городах Ханты-Мансийске, Сургуте, Нижневартовске.

По итогам реализации проекта десятки взрослых и детей, в том числе дети с нарушением слуха, узнали о сурдлимпийском движении, спорте глухих, действующих чемпионах, которые также имеют нарушения слуха.

Стоит отметить, что Федерация спорта глухих Югры – первая спортивная федерация в Ханты-Мансийском автономном округе, которая получила грант Президента РФ. Конкурсы, проводимые с целью развития гражданского общества, направлены на поддержку общественных объединений, целевыми группами которых выступают различные социальные категории населения.

2.3. Реализация Федерального стандарта спортивной подготовки

Для достижения высоких спортивных результатов Министерством спорта РФ был разработан Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта – «спорт глухих», утвержденный приказом № 70 от 3 февраля 2014 года. Настоящий Федеральный стандарт определяет условия и требования к спортивной подготовке по виду спорта «спорт глухих» в организациях, осуществляющих спортивную подготовку в соответствии с Федеральным законом.

Федеральный стандарт спортивной подготовки по спорту глухих включает в себя следующие разделы:

– продолжительность этапов спортивной подготовки;

– минимальный возраст лиц для зачисления на этапы спортивной подготовки и минимальное количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки;

– соотношение объемов тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки;

– планируемые показатели соревновательной деятельности;

– режимы тренировочной работы;

– медицинские, возрастные и психофизические требования к лицам, проходящим спортивную подготовку;

– предельные тренировочные нагрузки;

– минимальный и предельный объем соревновательной деятельности;

– требования к экипировке, спортивному инвентарю и оборудованию;

– требования к количественному и качественному составу групп подготовки;

– объем индивидуальной спортивной подготовки;

– структуру годичного цикла (название и продолжительность периодов, этапов, мезоциклов);

– рекомендации по проведению тренировочных занятий, а также требования к технике безопасности в условиях тренировочных занятий и соревнований;

– рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок;

– рекомендации по планированию спортивных результатов;

– требования к организации и проведению врачебно-педагогического, психологического и биохимического контроля;

– программный материал для практических занятий по каждому этапу подготовки с разбивкой на периоды подготовки;

– рекомендации по организации психологической подготовки;

– планы применения восстановительных средств;

– планы антидопинговых мероприятий;

– планы инструкторской и судейской практики.

На основе данного Федерального стандарта бюджетным учреждением Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта» разработаны программы спортивной подготовки по сурдлимпийским дисциплинам. В настоящее время реализуются программы восьми дисциплин: волейбол, горнолыжный спорт, дзюдо, легкая атлетика, лыжные гонки, плавание, сноуборд, теннис.

Помимо указанных разделов федерального стандарта, программы включают в себя:

– конкретизацию критериев подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку на каждом этапе спортивной подготовки, с учетом возраста и влияния физических качеств и телосложения на результативность по виду спорта;

– требования к результатам реализации Программы на каждом этапе спортивной подготовки, выполнение которых дает основание для перевода лица, проходящего спортивную подготовку, на следующий этап спортивной подготовки;

– виды контроля общей и специальной физической, спортивно-технической и тактической подготовки, комплекс контрольных испы-

таний и контрольно-переводные нормативы по годам и этапам подготовки, сроки проведения контроля;

– комплексы контрольных упражнений для оценки общей, специальной физической, технико-тактической подготовки лиц, проходящих спортивную подготовку, методические указания по организации тестирования, методам и организации медико-биологического обследования.

В 2017 году при создании Федерации спорта глухих Югры была разработана программа развития спорта глухих в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре до 2021 года, основной целью которой является создание условий, обеспечивающих возможность эффективного развития вида спорта, включая массовые формы, в автономном округе для завоевания передовых позиций в российском и мировом спорте, утверждения принципов здорового образа жизни и решения социальных проблем общества средствами физической культуры и спорта.

ГЛАВА 3. ОСОБЕННОСТИ ПРОЦЕССА РАБОТЫ СО СПОРТСМЕНАМИ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА

3.1. Нормативно-правовое регулирование спорта глухих

Сурдлимпийское движение в Югре, как уже отмечалось, активно развивается с момента создания в 2006 году Центра адаптивного спорта Югры. За этот непродолжительный период времени удалось добиться значительных результатов, самыми важными из которых можно считать успешные выступления югорских сурдлимпийцев на российской и международной спортивной арене.

Как известно, добиться серьезных результатов в адаптивном спорте можно только посредством привлечения лиц с нарушением слуха к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Вместе с тем отсутствие в системе спортивной подготовки региона спортивно-адаптивных школ и отделений, структурных подразделений, адаптивных детско-юношеских клубов физической подготовки и других видов спортивных организаций, работающих в направлении адаптивной физической культуры и спорта, является сдерживающим фактором в развитии спорта глухих.

Еще одним сдерживающим фактором развития спорта глухих можно считать низкую информированность учреждений физкультурно-спортивной направленности муниципальных образований, а также самих лиц с нарушениями слуха и их законных представителей о развитии сурдлимпийского движения.

Выправить ситуацию помогает складывающаяся нормативно-правовая база, развитие которой можно наблюдать в последнее время.

Нормативно-правовое регулирование адаптивной физической культуры и спорта в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре осуществляется в соответствии с международными, национальными и региональными нормативными актами, обеспечивающими для всех граждан равные права по интеграции в систему физической культуры и спорта. Основными нормативными документами здесь являются:

1. Конституция Российской Федерации, принятая всенародным голосованием 12 декабря 1993 года. Согласно статье 2, человек, его права и свободы являются высшей ценностью, а признание, соблюдение и защита прав и свобод человека и гражданина – обязанность государства.

2. Конвенция о правах инвалидов (принята Генеральной ассамблеей Организации Объединенных Наций от 13 декабря 2006 года, резолюция 61/106), ратифицированная Российской Федерацией 3 мая 2012 года, закрепляющая основные права и свободы личности по от-

ношению к людям с инвалидностью. Конвенция является первым всеобъемлющим договором в области прав человека XXI столетия, она декларирует смену парадигмы в отношении инвалидов.

3. Стандартные правила обеспечения равных возможностей для инвалидов были приняты Генеральной ассамблеей Организации Объединенных Наций на 48-й сессии 20 декабря 1993 года (резолюция 48/96). Цель данных правил заключается в обеспечении такого положения, при котором все члены общества имели бы равные права и обязанности. Обязанность государств заключается в том, чтобы принимать необходимые меры для устранения препятствий, не позволяющих инвалидам осуществлять свои права и свободы. Инвалиды и их организации должны играть активную роль в этом процессе как полноправные партнеры. В правилах отмечается, что следует разрабатывать стратегии, призванные сделать информационные услуги и документы доступными для различных групп инвалидов. Должны применяться соответствующие технологии для обеспечения доступа к звуковой информации лиц с дефектами слуха или трудностями понимания, а также следует позаботиться о том, чтобы русский жестовый язык применялся для обучения глухих детей, в их семьях и общинах. Следует также предоставлять услуги по переводу русского жестового языка, чтобы способствовать общению глухих с другими людьми. Хочется обратить внимание, что в рамках данных правил отмечена необходимость при планировании мероприятий для инвалидов организаторам спортивных мероприятий и проведения досуга проводить консультации с организациями инвалидов.

4. Трудовой кодекс Российской Федерации (принят 30 декабря 2001 года). Положения главы 54.1 «Особенности регулирования труда спортсменов и тренеров» регулируют трудовые отношения с работниками, трудовая функция которых состоит в подготовке к спортивным соревнованиям и участии в спортивных соревнованиях по определенным виду или видам спорта, а также с работниками, трудовая функция которых состоит в проведении со спортсменами тренировочных мероприятий и осуществлении руководства состязательной деятельностью спортсменов для достижения спортивных результатов.

5. Федеральный закон «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» № 181-ФЗ от 24 ноября 1995 года, определяющий государственную политику в области социальной защиты инвалидов в Российской Федерации, целью которой является обеспечение инвалидам равных с другими гражданами возможностей в реализации гражданских, экономических, политических и других прав и свобод, предусмотренных Конституцией Российской Федерации, а также в соответ-

ствии с общепризнанными принципами и нормами международного права и международными договорами Российской Федерации. Предусмотренные настоящим Федеральным законом меры социальной защиты инвалидов являются расходными обязательствами Российской Федерации, за исключением мер социальной поддержки и социального обслуживания, относящихся к полномочиям государственной власти субъектов Российской Федерации в соответствии с законодательством Российской Федерации.

6. Федеральный закон «О дополнительном ежемесячном материальном обеспечении граждан Российской Федерации за выдающиеся достижения и особые заслуги перед Российской Федерацией» № 21-ФЗ от 4 марта 2002 года определяет условия и порядок назначения и выплаты дополнительного ежемесячного материального обеспечения гражданам Российской Федерации за выдающиеся достижения и особые заслуги перед Российской Федерацией, устанавливаемого к пенсиям, назначенным в соответствии с законодательством Российской Федерации – чемпионам Паралимпийских игр, чемпионам Сурдлимпийских игр.

7. В соответствии с Федеральным законом 329-ФЗ от 4 декабря 2007 года «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» для разработки и реализации программ спортивной подготовки устанавливается федеральный стандарт спортивной подготовки. Так, федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спорт глухих», утвержденный приказом Министерства спорта Российской Федерации от 3 февраля 2014 года № 70, обеспечивает единство:

– основных требований к спортивной подготовке на всей территории Российской Федерации;

– планомерности осуществления спортивной подготовки на всей территории Российской Федерации;

– подготовки спортсменов высокого класса для спортивных сборных команд, в том числе спортивных сборных команд Российской Федерации.

Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спорт глухих» учитывает специфику спортивной подготовки инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья и обеспечивает строгую последовательность и непрерывность всего процесса становления спортивного мастерства спортсменов, преемственность в решении задач укрепления здоровья юных спортсменов, повышения функциональных возможностей, гармоничного развития всех органов и систем организма, воспитания стойкого интереса к занятиям спортом, трудолюбия, обеспечения всесторонней общей и специальной подго-

товки занимающихся, овладение техникой и тактикой в виде спорта, развития физических качеств, создания предпосылок для достижения высокого спортивного мастерства, физическую и социальную реабилитацию спортсменов. Организации, осуществляющие спортивную подготовку, обеспечивают соблюдение федерального стандарта спортивной подготовки, разрабатывают и реализуют на основе данного стандарта программы спортивной подготовки.

8. Указ Президента Российской Федерации № 204 от 7 мая 2018 года «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года».

9. Государственная программа Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Развитие физической культуры и спорта», утвержденная постановлением Правительства Ханты-Мансийского автономного округа – Югры № 342-п от 5 октября 2018 года и основанная на мониторинге целевых показателей и конечных результатов ее реализации путем сопоставления фактически достигнутых целевых показателей с показателями, установленными при утверждении программы.

10. Постановления Правительства Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «О ежемесячных стипендиях спортсменам, спортсменам-инвалидам и их тренерам за спортивные достижения по итогам выступлений на соревнованиях по видам спорта, включенным в программу Олимпийских, Паралимпийских, Сурдлимпийских игр, Всемирной шахматной олимпиады, Всемирных Специальных олимпийских игр» № 450-п от 24 ноября 2012 года и «О единовременных стипендиях спортсменам, спортсменам-инвалидам их тренерам по итогам выступлений на российских и международных соревнованиях» № 449-п от 24 ноября 2012 года». Данные постановления Правительства Югры демонстрируют отношение региона к своим спортсменам, в том числе спортсменам-инвалидам.

11. Нормативно-правовые акты, разработанные Центром адаптивного спорта Югры:

– Приказ «Об утверждении Положения о порядке приема лиц в бюджетное учреждение «Центр адаптивного спорта Югры»;

– Положение об установлении системы оплаты труда бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»;

– Положение о порядке формирования спортивных сборных команд Ханты-Мансийского автономного округа – Югры по видам спорта;

– Приказ «О порядке оказания ситуационной помощи инвалидам и другим маломобильным гражданам при посещении спортивных организаций Ханты-Мансийского автономного округа – Югры»;

– Приказ об утверждении критериев формирования кандидатов в список спортсменов-инструкторов, членов спортивной сборной команды Ханты-Мансийского автономного округа – Югры по видам спорта по трудоустройству в БУ «Центр адаптивного спорта Югры»;

– Приказ «Об утверждении программ спортивной подготовки согласно федеральным стандартам по видам спорта»;

– Приказ «О планировании и отчетности тренеров»;

– Приказ «Об организации антидопингового обеспечения».

Помимо программ спортивной подготовки Центром адаптивного спорта Югры были разработаны и утверждены в качестве методических рекомендаций для дальнейшей реализации физкультурно-оздоровительной деятельности во всех 22 муниципальных образованиях Югры собственные программы физкультурно-оздоровительной направленности, ориентированные на детей разных нозологических групп инвалидности и детей с ограниченными возможностями здоровья. Данные программы в 2018 году получили свидетельства о депонировании произведения и являются интеллектуальной собственностью Учреждения. Программы позволяют производить отбор детей из массовой физической культуры в спорт.

Опыт Югры нашел отражение в «Организационно-методических рекомендациях по использованию технологий, основанных на средствах и методах адаптивной физической культуры, в ИПРА», утвержденных 20 октября 2017 года Министерством спорта Российской Федерации, и был рекомендован другим субъектам РФ.

Настоящими рекомендациями муниципальным образованиям предлагается самостоятельная разработка и утверждение программ физкультурно-оздоровительной направленности с учетом наличия той или иной спортивной материально-технической базы, потребности населения в таких программах с последующим внедрением их в работу, а также осуществление контроля за эффективностью их реализации.

Данные документы после соответствующей проработки и согласования со всеми законодательными и исполнительными органами власти региона могут быть использованы учреждениями физкультурно-спортивной направленности Югры и других регионов, развивающих адаптивную физическую культуру и адаптивный спорт.

Таким образом, представленная нормативно-правовая база вполне достаточна для решения задач развития спорта глухих и адаптивной

физкультуры, которые ставит перед собой каждый отдельный регион, в том числе такой, как Югра, с его активной позицией в отношении обозначенного направления. Подчеркнем ответственность региона за развитие адаптивного спорта и физкультуры: «Обеспечение развития физической культуры и спорта инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в соответствии со статьей 38 ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» относится к расходным обязательствам субъекта Российской Федерации. Этим законом рекомендуется в региональных программах развития физической культуры и спорта включать раздел по адаптивной физической культуре и адаптивному спорту, а также разработать механизм содействия муниципальным образованиям по поддержке и развитию спорта инвалидов»[6].

3.2. Анатомо-физиологические особенности спортсменов с нарушением слуха, особенности общения тренера и спортсмена с нарушением слуха

Согласно статистическим данным, в России проживает около 13 миллионов людей с нарушением слуха, что составляет 8,8 % от общего населения страны, 1 миллион из них – дети. Причины нарушения слуха могут быть различными, но все их можно разделить на три группы: наследственные, врожденные и приобретенные. В зависимости от причины и времени потери слуха у человека наблюдается ряд вторичных отклонений, в первую очередь это задержка речевого развития. Не имея возможности воспринимать и анализировать речь, люди с нарушением слуха ограничены в объеме получаемой информации через слух, что сказывается на процессе обучения чему-либо.

По сравнению со слышащими людьми, у глухих отмечается замедленная скорость выполнения отдельных движений. Нарушение слуха отражается и на уровне развития физических качеств. В частности, по уровню развития силы в восьмилетнем возрасте величина отставания глухих от слышащих равна 6–8 %, а к семнадцатилетнему возрасту достигает 53,3 %. Людям с нарушением слуха также свойственны нарушения в двигательной сфере. Основным нарушением является недостаточно точная координация движений. Данное нарушение влияет на овладение навыком ходьбы, сохранение статического и динамического равновесия, ориентирование в пространстве и др.

---

[6] *Нарзулаев С. Б.* Аспекты социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами физической культуры и спорта / С. Б. Нарзулаев, И. Н. Сафронова, Н. А. Петухов // Вестник ТГПУ (TSPU Bulletin) – 2012. – 5 (120) – С. 154–160.

Нарушения в работе вестибулярного аппарата вызывают существенные изменения моторики. Вместе с тем нельзя не учитывать тот факт, что количество глухих, у которых проявляются своеобразные особенности в двигательной сфере, превышает число лиц, страдающих вестибулярными нарушениями. Эти положения можно объяснить тем, что патологический процесс в слуховом анализаторе изменяет не только функции вестибулярного аппарата, но и функции кинестезического анализатора, который также определяет особенности двигательной деятельности глухих.

С точки зрения физиологии о состоянии двигательной сферы можно судить по некоторым неврологическим показателям. Данные, полученные в исследованиях, свидетельствуют о том, что у 64 % глухих имеются резкие изменения характера рефлекторного ответа и у 43 % отмечено невыраженное снятие тормозного влияния коры головного мозга. Таким образом, анализ литературы свидетельствует, что состояние двигательной сферы детей с нарушением слуха зависит от ряда причин. При этом в разных случаях любая из них может играть важную роль. Вместе с тем можно утверждать, что особенности развития двигательной сферы у глухих детей обусловлены тремя основными факторами: отсутствием слуха, изменением некоторых функциональных систем и недостаточным развитием речи. При этом отмечается, что у глухих детей, выросших в семьях глухих родителей и с ранним включением жестового языка в развитие ребенка, показатели по всем параметрам приближены к слышащим детям. Исследователи отмечают, что «относительная функциональная недостаточность двигательного анализатора должна отразиться в некоторой мере и на физическом развитии, функциональном состоянии сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем, т. к. непременным условием нормального функционирования и совершенствования всех важнейших систем организма, в том числе центральной нервной системы и внутренних органов, является моторная активность».[7]

При изучении основ техники движений в работе с глухими и слабослышащими спортсменами необходимо придерживаться принципа постепенности и последовательности (от простого к сложному). В процессе применения упражнений надо использовать многоразовое повторение одного и того же приема. Основным методом выступает наглядный метод. В современном мире информационных технологий данный метод является доступным и достаточно информативным при

[7] *Байкина Н. Г., Сермеев Б. В.* Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих. – М.: Советский спорт, 1991. – 64 с.

обучении и совершенствовании двигательных умений и навыков. Применение практического метода обучения заключается в использовании имитационных упражнений сначала в облегченных условиях, затем в приближенных к соревновательным. Большое внимание в подготовке спортсменов должно уделяться упражнениям на координацию движений и равновесие, особенно на начальном этапе подготовки.

Организуя физкультурно-спортивную работу с глухими, важно иметь представление о характере и степени сурдологических нарушений. Лица, страдающие сурдологическими нарушениями, подразделяются на глухих, слабослышащих и позднооглохших. У позднооглохшего человека сохраняются слуховые образы слов на протяжении длительного времени.

Важной особенностью формирования двигательных навыков у лиц с нарушением слуха является преобладание зрительной формы восприятия, что характерно и для здоровых лиц. Однако частое сочетание расстройства слуха и патологии вестибулярного аппарата приводит к координационным расстройствам в виде нарушения функции равновесия.

Для лиц с нарушением слуха характерно изменение функционального состояния двигательного анализатора. Возникает снижение ориентации в пространстве, снижается качество общей координированности движений, точности, быстроты, что, в свою очередь, приводит к формированию искаженных динамических стереотипов.

Неоптимальность течения рассматриваемых процессов приводит к большей, по сравнению с относительно здоровыми людьми, истощаемости познавательной активности и быстрой физической утомляемости, что, в свою очередь, формирует пониженную работоспособность и приводит к затруднениям при освоении двигательных действий.

В этой связи при построении педагогического процесса для лиц с сурдологическими нарушениями советуется учитывать особенности высшей нервной деятельности, а именно: фрагментарность и замедленность слухового восприятия, искаженность и несформированность словесных представлений, гиперактивность и нарушения формирования личности, связанные с сенсорной звуковой депривацией.

В адаптивном спорте принято выделять функциональные группы, к которым относят того или иного спортсмена-инвалида, в зависимости от степени его функциональных возможностей, требующихся для занятий определенной спортивной дисциплиной.

Вот краткое описание функциональных групп:

Функциональная группа I.

К данной группе относятся лица, у которых функциональные возможности, требующиеся для занятий определенной спортивной дисциплиной, ограничены значительно, в связи с чем они нуждаются в посторонней помощи во время занятий или участия в соревнованиях.

Функциональная группа II.

К группе относятся лица, у которых функциональные возможности, требующиеся для занятий определенной дисциплиной, ограничиваются достаточно выраженными нарушениями.

Функциональная группа III.

К группе относятся лица, у которых функциональные возможности, требующиеся для занятий определенной спортивной дисциплиной, ограничены незначительно, в связи с чем они нуждаются в относительно меньшей посторонней помощи во время занятий или участия в соревнованиях.

Всех спортсменов с нарушением слуха рекомендуется относить к III функциональной группе по степени возможностей. Наличие нарушения слуха у спортсмена определяется путем снятия аудиограммы на оба уха врачом-специалистом отоларингологом.

Отличительной чертой работы с глухими являются способы передачи информации для полноценного понимания спортсменом предстоящего действия или движения, поэтому используется основной метод обучения слабослышащих и глухих спортсменов – наглядный:

– визуальное восприятие средств наглядной агитации (фото, видео, показ тренером упражнений и исправление непосредственно в индивидуальном порядке);

– вербальное общение (жестовая речь) или письмо.

Поскольку «спортивная тренировка в настоящее время представляет собой сложный комплекс, состоящий, помимо планирования физической нагрузки и календаря выступлений на соревнованиях различного уровня, и из контроля физической, психологической подготовленности спортсменов, научно-исследовательской деятельности, медицинского обследования и других элементов, необходимых

для успешной и многолетней спортивной карьеры»[8], в современном спорте высоких достижений важно провести грамотную профессиональную диагностику. Так, для обеспечения тренировочного процесса спортсменов проводятся:

– контроль компонентного состава тела;

– биомеханический анализ движения;

– определение показателей аэробной и анаэробной работоспособности;

– морфометрические измерения;

– эргометрические испытания в беге на тредбане и работе на велоэргометре и др.

Также используются газометрические методы, педагогическое тестирование, психодиагностические методы, социометрия, психофизиологические методы, методы математической статистики и др.

В работе с глухими тренеры должны помнить, что особую сложность для глухих представляет восприятие устной информации. Поэтому необходимо обратить внимание на объяснение ситуации (например, с каким-либо спортивным мероприятием) в целом. В работе с глухими спортсменами на объяснение заданий требуется гораздо большее время, можно привлекать наглядные компоненты (видео, плакаты, интернет и др.) «Информация, содержащая словесные компоненты, направлена в процессе физического воспитания на решение следующих задач:

а) изложение основных двигательных действий;

б) передача в процессе обучения приемов двигательной деятельности;

в) освоение техники физических упражнений»[9].

Работая с глухими, тренер должен при необходимости давать указания, корректирующие двигательные действия, в связи с чем приходится чаще останавливаться в процессе тренировки. Для корректировки тренер должен владеть дактилированием и указательными жестами.

В физкультурно-спортивной деятельности «находят научное обоснование технологии, основанные на интеграции двигательной деятельности со средствами и методами искусства (музыки, хореогра-

---

[8] *Морозов А. П., Чесноков Н. Н.* Современные технологии мониторинга показателей функционального состояния в тренировочном процессе (на примере спорта глухих) // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – № 9 (91) – 2012. – С. 110–115.

[9] *Байкина Н. Г., Сермеев Б. В.* Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих. – М.: Советский спорт, 1991. – 64 с.

фии, пантомимы, рисунка, лепки и др.) и предполагающие вытеснение из сознания занимающихся предыдущей картины мира, поглощение их новыми впечатлениями, образами, активностью, погружение в деятельность, стимулирующую работу отдыхавших участков мозга (его обоих полушарий), всех сфер человеческого восприятия. Креативные виды адаптивной физической культуры дают возможность занимающимся перерабатывать свои негативные состояния (агрессию, страх, отчужденность, тревожность и др.), лучше познать себя, экспериментировать со своим телом и его движениями, получать сенсорное удовлетворение и радость ощущений собственного тела»[10].

3.3. Особенности общения тренера и спортсмена с нарушением слуха

На протяжении последних лет среди сильнейших спортсменов мира с нарушениями слуха значительно возросла плотность результатов и обострилась конкуренция. В связи с этим актуальным является поиск путей повышения результатов спортсменов, которые будут эффективны для лиц с нарушениями слуха.

Занятия спортом глухих спортсменов всегда носили инклюзивный характер, ввиду того что по сравнению со здоровыми ребятами юноши и девушки с нарушением слуха имеют минимальные ограничения и противопоказания при занятиях тем или иным видом спорта. Отмечается эффективность внедрения в учебно-тренировочный процесс волейбола спорта глухих принципа инклюзивности. Инвалиды по слуху не уступают по спортивному мастерству, тренируясь в группах со слышащими спортсменами. Видя со стороны, как выполняют задания тренера другие спортсмены, они быстрее усваивают технику и правильно выполняют упражнения.

Большую роль при выстраивании тренерской работы с глухими спортсменами играет предыдущий опыт работы в аналогичном виде спорта со здоровыми спортсменами. Тем более если этот опыт был результативен и в арсенале тренера есть спортсмены, достигшие успехов в большом спорте. Одна из проблем при организации тренировочного процесса спортсменов с нарушением слуха заключается в том, что первоначально они подвергают сомнению все установки наставника. Им необходимо детально разъяснять каждый маневр, долго и с большим количеством повторов демонстрировать тактические прие-

[10] *Нарзулаев С. Б.* Аспекты социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами физической культуры и спорта / С. Б. Нарзулаев, И. Н. Сафронова, Н. А. Петухов // Вестник ТГПУ (TSPU Bulletin) – 2012. – 5 (120) – С. 154–160.

мы. Для этого нужно иметь четкую, устоявшуюся позицию в любом игровом вопросе и учить их играть, а не самому учиться вместе с ними.

Еще одна из реалий, с которой сталкиваются тренеры при работе с глухими спортсменами, – практически полное отсутствие отбора в спортивные секции у инвалидов по слуху. Выбора нет: необходимо работать с ребятами, у которых есть желание и возможность посещать тренировки. То есть если среди слышащих спортсменов можно отобрать наиболее перспективных игроков, то среди спортсменов с нарушением слуха это сделать практически невозможно ввиду недостаточности контингента.

То, с чем столкнется любой тренер глухих и слабослышащих спортсменов в процессе тренировок, – это отработка всех технических упражнений много десятков и даже сотен раз. Если со слышащими спортсменами можно вносить коррективы в положение на площадке в ходе игры, то с инвалидами по слуху все упражнения должны быть отточены в зале. На тренировках должны быть отработаны базовые упражнения, на играх – базовые комбинации. В работе со спортсменами с нарушением слуха экспромты на спортивной площадке не приносят положительных результатов.

Каждый раз, после того как на тренировке спортсмены получили задание, наставнику команды необходимо перепроверять информацию. Подтвердив, что задание понятно, инвалиды по слуху могут начать выполнять абсолютно не то, что от них требовалось.

В ходе тренировочного процесса необходимо ограничить использование глухими спортсменами гаджетов. Любые мобильные устройства в зале во время тренировки неприемлемы. Нужно терпеливо объяснить спортсмену и настоять на том, что смартфонов не должно быть во время работы в спортзале. Игроки отвлекаются, плотность нагрузки уменьшается, а следовательно, и результат работы получается гораздо хуже.

Участие в любых спортивных турнирах – это бесценный соревновательный опыт. Для сыгранности команды и достижения высоких спортивных результатов параллельно с тренировочным процессом необходимым элементом спортивной подготовки является процесс соревновательный. Так, сургутская волейбольная команда спорта глухих постоянно принимает участие в турнирах здоровых спортсменов: чемпионате города по волейболу среди мужских команд, Спартакиаде Ханты-Мансийского автономного округа – Югры среди мужских команд, других волейбольных соревнованиях, где получает очень важный для себя опыт.

Для формирования профессиональной спортивной команды необходим как комплексный, так и индивидуальный подход. Тренер должен быть в курсе всех жизненных проблем спортсмена и содействовать их решению. Зачастую, когда в команде хочет играть иногородний спортсмен, именно тренер помогает ему решать проблемы жилья, трудоустройства, выступая посредником между работодателями и другими инстанциями, так как спортсмены с нарушением слуха имеют ограничение в коммуникации.

Глухим людям, в том числе спортсменам, свойственна некоторая беспомощность в решении простых бытовых проблем. Тренер должен быть готов к тому, что связь с ними через СМС-сообщения будет круглосуточной, так как многое придется объяснять именно в текстовой форме. Нужно быть готовым взять на себя заботы и поддерживать своих спортсменов во всех ситуациях.

Очень важным моментом при общении с глухими спортсменами является знание основ русского жестового языка. Чтобы общаться со своей командой, нужно знать как минимум 500 жестов. Идеальным вариантом является наличие в команде квалифицированного сурдопереводчика, но, ввиду непопулярности этой профессии и отсутствия данных штатных единиц в командах, сурдопереводчики работают только в сборных командах России.

Большую роль в организации общения играют слабослышащие игроки, которые служат связующим звеном между тренером и тотально глухими спортсменами и исполняют роль сурдопереводчика. На начальном этапе освоения тренером РЖЯ используются всевозможные способы передачи информации: чтение слов по губам, преобразование информации в текстовые и другие визуальные символы, демонстрация спортсменам игровых жестов, одинаковых как в обычном спорте, так и спорте глухих.

В период соревнований большую поддержку игрокам и тренеру оказывают волонтеры, владеющие РЖЯ и помогающие на протяжении всех этапов спортивных мероприятий. Так же как и другие языки, язык жестов имеет свои диалекты – одно и то же слово может по-разному обозначаться у спортсменов из разных стран или даже регионов, у приехавших с Украины и спортсменов, воспитывавшихся на Урале.

Еще одной особенностью подготовки спортсменов с нарушением слуха является применение действенного инструмента, используемого во многих видах спорта, в том числе адаптивного. Так, на ряде занятий производится видеосъемка техники игры волейболистов, после чего проводится собрание и тренер каждому спортсмену указывает на его ошибки.

Таким образом, метод видеосъемки игры, в данном случае волейболистов с нарушением слуха, используется для получения биомеханических характеристик и отработки игровой техники на конкретных примерах.

Особенностью спортсменов с нарушением слуха является то, что сниженный слух или отсутствие его вообще компенсируются физической одаренностью, упорством, хорошим глазомером, что немаловажно в любом виде спорта.

В практике организации тренировочного процесса по волейболу спорта глухих – приезд на тренировки и соревнования спортсменов, живущих и работающих в другом городе. Главное – убедить ребят в перспективности занятий спортом, вселить в них веру в себя, настроить на победы. При правильной мотивации на тренировке волейболисты могут часами отрабатывать одно и то же упражнение. Для них главное – надежда, что результаты труда приведут к победам в будущем.

Если учитывать все эти особенности и соблюдать правила, результат не заставит себя долго ждать.

3.4. Инклюзивный подход как инструмент подготовки спортивного резерва в спорте глухих

Спорт для глухих – это стимул борьбы, самоутверждения личности, способ социальной реабилитации. Занимаясь теми же видами спорта, выступая по тем же правилам, что и здоровые спортсмены, при этом обладая ослабленным слухом, спортсмены с инвалидностью добиваются таких же и нередко даже более высоких результатов.

Согласно Указу Президента Российской Федерации «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации» на период до 2024 года» и Концепции подготовки спортивного резерва в Российской Федерации до 2025 года, за указанный период доля граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом, должна вырасти до 55 %. Для достижения этого целевого показателя эффективным видится применение инклюзивного подхода в подготовке спортсменов, а также в занятиях физической культурой и спортом.

У спорта больше возможностей для включения детей и взрослых, имеющих инвалидность, в активные тренировочные занятия в обычной спортивной секции. Когда люди с инвалидностью занимаются только вместе с другими инвалидами, они неизбежно замыкаются в тесном мире себе подобных, тогда как совместные занятия спортом со

здоровыми людьми позволяют полностью социализироваться и постоянно ощущать себя равноправными участниками социума.

Ханты-Мансийский автономный округ – Югра одним из первых начал применять инклюзивный подход при формировании спортивного резерва в различных дисциплинах спорта глухих. Инклюзивный подход в спорте – это форма занятий спортсменов, при которой все воспитанники, вне зависимости от их физических, психических, культурно-этнических, языковых и иных особенностей, вовлекаются в единую спортивную среду.

В перечень основных направлений инклюзии в спорте входят:

– спортсмен с инвалидностью включается на базе существующих занятий, соревнований и чемпионатов, без каких-либо исключений;

– спортсмен с инвалидностью включается в уже существующие команды, но с вариантами адаптации (оборудование, снаряды или правила игры могут при этом меняться);

– спортсмен с инвалидностью участвует в адаптивных видах спорта или специально разработанных для людей с инвалидностью;

– спортсмен с инвалидностью участвует в командных адаптивных видах спорта – волейбол, легкая атлетика – для людей с разными формами инвалидности, в которых также могут участвовать люди без инвалидности.

В России практикуется проведение инклюзивных соревнований, например по плаванию, волейболу или легкой атлетике, с участием глухих и слабослышащих спортсменов, однако такие соревнования проводятся по правилам для здоровых спортсменов, без специальных условий, таких как наличие переводчика русского жестового языка и системы светового сигнала на старте. В данных соревнованиях оценка результатов проводится по нормативам для здоровых спортсменов, которые значительно отличаются от нормативов в спорте глухих. Несмотря на все трудности, есть и плюсы участия в таких соревнованиях, так как на них спортсмены с нарушением слуха приобретают колоссальный соревновательный опыт, получают огромную мотивацию к тренировкам, ускоряется их социальная адаптация.

У глухих и слабослышащих людей наблюдается нарушение деятельности вестибулярного аппарата, функция которого важна для правильной координации движений, необходимого распределения мышечного тонуса, сохранения равновесия и соответствующей ориентации в пространстве. Такие нарушения затрудняют освоение спортивных дисциплин.

Если при обучении технике плавания разными стилями глухим и слабослышащим спортсменам требуется больше времени на понимание, осознание и повторение отдельных элементов и упражнений, то выполнение тех же упражнений со здоровыми спортсменами делает их навыки более уверенными и в последующем обеспечивает более быстрое и успешное освоение спортивных техник, что также позволяет экономить ценное тренировочное время. При выполнении соревновательных упражнений работа в паре со здоровым спортсменом создает конкуренцию, дает возможность чувствовать скорость, вырабатывается самообладание, уверенность в своих силах, настойчивость, мужество и решительность. В группах, где занимаются только глухие и слабослышащие спортсмены, этого добиться значительно сложнее.

Требования к результатам зависят от возможностей и особенностей развития двигательной сферы занимающихся, обусловленных нарушениями слуха, и согласуются с медицинскими рекомендациями. При проведении совместных занятий необходимо соблюдать особую технику безопасности для обучающихся с нарушенным слухом, учитывать акустические ограничения в больших помещениях спортивных залов и на открытых спортивных площадках (увеличение расстояния до источника звука, влияние шума на понимание речи, реверберация и др.).

Для реализации инклюзивного подхода как инструмента подготовки спортивного резерва в спорте глухих необходимо учитывать интересы, потребности и трудности, возникающие у всех субъектов, реализующих программы спортивной подготовки. Как для тренеров, так и для самих спортсменов требуется проведение специализированных обучающих программ и семинаров, консультации специалистов.

Также необходимо проводить целенаправленную работу со здоровыми воспитанниками по взаимодействию с ребятами, имеющими особенности здоровья. Для этого требуется разработать систему мероприятий, формирующую толерантное отношение к людям с инвалидностью, развивающую лучшие человеческие качества – ответственность, сострадание, потребность помогать и уважать достоинство другого.

В связи с вышесказанным введение инклюзивного подхода в тренировочном процессе на всех этапах спортивной подготовки видится возможным и даже необходимым, так как использование инклюзии положительно влияет на всех его участников.

3.5. Реализация программ физкультурно-оздоровительной направленности

Одним из направлений работы Центра адаптивного спорта Югры является реализация программ физкультурно-оздоровительной направленности для инвалидов и детей-инвалидов.

На сегодняшний день Центр реализует четыре программы, разработанные специалистами Учреждения, и две федеральные, разработанные АНО «Центр социальной помощи и адаптации для людей с диагнозом ДЦП и другими ограниченными возможностями здоровья» – «Лыжи мечты».

Программа физкультурно-оздоровительной направленности «Мама + ребенок» реализуется с 2017 года с целью привлечения максимально возможного числа детей совместно с родителями не только с нарушением слуха, но и с нарушением зрения, с нарушением интеллектуального развития, с поражением опорно-двигательного аппарата и ДЦП к систематическим занятиям плаванием для оздоровления и коррекции имеющихся отклонений в состоянии здоровья.

Уникальность данной программы состоит в том, что занятия проходят в паре: родитель и ребенок, что позволяет детям быстрее адаптироваться к непривычным для них условиям и сосредоточиться на обучении определенным движениям. Для глухих и слабослышащих детей такая форма работы оптимальна. Работа инструктора по спорту предполагает тесное взаимодействие с родителями детей. Совместно с родителями инструктору проще и быстрее объяснить ребенку, как выполнить то или иное задание.

Занятия по программе проходят в бассейне в группах до 4–5 человек с периодичностью два раза в неделю, продолжительность занятия – 45 мин.: 10 мин. разминка и 30 мин. – нахождение в воде. Кроме того, один раз в неделю проводится занятие в спортивном зале. Для детей 3–4 лет в течение первого месяца продолжительность пребывания в воде не превышает 10–15 мин., затем время постепенно увеличивается до 25–30 мин.

Важную роль в реализации программы играет теоретическая подготовка, особенно на начальной ступени знакомства с плаванием. Учитывая ранний возраст занимающихся, теоретическая подготовка проводится в форме бесед, а также в процессе проведения занятий с одним из родителей, чтобы выработать умение использовать полученные знания на практике в условиях проведения занятий совместно с ребёнком. Для детей теоретические знания излагаются в форме игры.

На суше выполняется комплекс общеразвивающих и специальных упражнений. Родители помогают ребенку предельно точно делать

движения руками и ногами, необходимые при плавании различными способами, а также совместно делают дыхательные упражнения для согласования движений с руками. От правильного выполнения упражнений на суше зависят успешность обучения в воде, быстрота и качество освоения техники плавания.

Инструктор по спорту совместно с психологом Учреждения перед началом работы по программе встречаются с родителями для знакомства с индивидуальными и возрастными особенностями развития ребенка. Беседы способствуют нормализации эмоциональных связей, усилению внутренних ресурсов семьи в целом и ее членов, что помогает преодолеть возникшие нарушения в межличностном общении. Различные формы работы с родителями – мастер-классы, индивидуальное консультирование, открытые занятия – позволяют им чувствовать поддержку на психоэмоциональном уровне.

По итогам цикла инструктор по спорту совместно с психологом оценивают общий фон каждой пары занимающихся и планируют дальнейшую работу на новый цикл. Программа реализуется циклично по 9 месяцев.

Программа носит инклюзивный характер с уклоном в социализацию. Например, в Ханты-Мансийске занятия проходят в малом бассейне аквапарка, где во время их проведения здоровое население может наблюдать процесс аквареабилитации особенных детей. Такой открытый опыт работы с детьми воспринимается положительно и занимающиеся чувствуют себя частью общества без ограничений.

Программа физкультурно-оздоровительной направленности «Адаптивная физическая культура» реализуется Центром с 2017 года. Основная цель программы заключается в привлечении максимально возможного числа детей и взрослых к систематическим занятиям АФК для оздоровления и коррекции имеющихся отклонений в состоянии здоровья. По программе могут заниматься дети и взрослые как с нарушением слуха, так и с поражением опорно-двигательного аппарата, нарушением зрения и с интеллектуальными нарушениями.

Программа предусматривает зачисление в группы детей и подростков в возрасте от 4 до 18 лет и взрослых старше 18 лет. Занятия проводятся индивидуально ввиду особенностей каждого занимающегося.

Адаптивная физическая культура – важнейший компонент системы реабилитации инвалидов и лиц с отклонениями в состоянии здоровья. Любая приобретенная инвалидность ставит перед человеком проблему адаптации к жизни в новом качестве, проблему освоения новых

знаний, двигательных умений и навыков, развития и совершенствования специальных физических и психических качеств и способностей.

Занятия по программе проходят индивидуально продолжительностью 60–90 мин. с учетом разминки и заминки. Программа уникальна тем, что используется не только стандартное оборудование по АФК (фитболы, мячи и т. п.), но и современные тренажеры: беговые дорожки, бесконечные ступеньки, эргометры верхней части тела и т. п. Непрерывная реабилитация по программе длится три месяца.

Программа физкультурно-оздоровительной направленности «Адаптивное подводное плавание» реализуется с 2017 года. Целью программы является разносторонняя подготовка занимающихся с ограниченными физическими возможностями в качестве подводных пловцов, благодаря которой они имеют возможность получить общие и специальные знания и выработать необходимые навыки владения собственным телом и подводным снаряжением для безопасных погружений в пределах установленных ограничений.

Программа разработана для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, глухих и слабослышащих, слепых и слабовидящих.

Плавание под водой на задержке дыхания (апноэ) или с аквалангом содействует физической и психоэмоциональной реабилитации людей с ограниченными физическими возможностями, восстановлению их трудоспособности, социальной интеграции, расширению кругозора, так как водная среда позволяет им управлять своим телом значительно эффективнее, чем в обычной среде. Гидроневесомость делает подводное плавание (дайвинг) идеальным занятием спортом при различных физических недостатках. Для многих инвалидов именно подводное плавание может стать наиболее эффективным средством восстановления и поможет процессу их скорейшего возвращения в общество. Показания и противопоказания к применению адаптивного дайвинга определяются характером физического нарушения и механизмом реабилитационного воздействия на организм.

Занятия адаптивным подводным плаванием проводятся индивидуально и в группах. Основным критерием решения в пользу индивидуальной или групповой формы занятий является обеспечение безопасности занимающихся на воде и под водой. В группы принимаются желающие заниматься адаптивным подводным плаванием в возрасте не младше 10 лет.

Продолжительность программы составляет 9 месяцев. Теоретические занятия проводятся с учетом физических возможностей занимающихся и составляют не более 2 часов, с предоставлением 10–15 мин.

перерыва. Практические занятия в воде не превышают 1 часа. Общая продолжительность практического занятия не превышает 3 часов.

В 2018 году было осуществлено депонирование программ физкультурно-оздоровительной направленности «Мама + ребенок», «Адаптивная физическая культура» и «Адаптивное подводное плавание», в 2019 году – «Наши сани едут сами», и на сегодняшний день они являются объектом интеллектуальной собственности Учреждения.

Помимо собственных программ физкультурно-оздоровительной направленности Центр адаптивного спорта Югры реализует программы федерального значения «Лыжи мечты» и «Лыжи мечты. Ролики».

«Лыжи мечты» и «Лыжи мечты. Ролики» – это программы эффективной реабилитации и социализации для людей с нарушением слуха, с детским церебральным параличом, аутизмом, синдромом Дауна, нарушениями зрения и другими ограниченными возможностями здоровья с помощью занятий горными лыжами, роллер-спортом и командными играми.

Учреждение реализует данные программы с 2017 года. Программы терапевтической направленности актуальны практически для всех нозологических групп и предусматривают реабилитацию с 3 лет. Занятия горными лыжами и роликами влияют на весь организм, заставляют работать все группы мышц, регулируют координацию движений, вырабатывают волевые качества.

Зачисление на все программы физкультурно-оздоровительной направленности осуществляется в соответствии с приказом Центра № 19/03-П-526 от 5 октября 2018 года «Об утверждении Положений о порядке приема лиц в БУ «Центр адаптивного спорта Югры».

Для освоения программ физкультурно-оздоровительной направленности занимающийся или родитель (законный представитель) должны представить следующие документы для заключения договора об оказании услуг в сфере адаптивной физической культуры и спорта:

- заявление от поступающего либо родителей (законных представителей) поступающего (занимающегося);
- медицинскую справку о состоянии здоровья поступающего с допуском к занятиям по программе физкультурно-оздоровительной направленности;
- фотографию поступающего 3х4;
- копию свидетельства о рождении поступающего (с 14 лет – копию паспорта поступающего);
- справку МСЭ, выписку из амбулаторной карты с подробным описанием диагноза.

Особенность всех реализуемых программ физкультурно-оздоровительной направленности заключается в том, что после прохождения реабилитации дети и взрослые могут быть интегрированы в спортивные дисциплины согласно федеральному стандарту спортивной подготовки по спорту глухих.

В 2019 году БУ «Центр адаптивного спорта Югры» определен экспериментальной площадкой по разработке механизмов вовлечения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в занятия адаптивной физической культурой и спортом в рамках федерального проекта «Спорт – норма жизни». Разработан план мероприятий, включающий в себя модель межотраслевого взаимодействия по реабилитации людей с инвалидностью, в рамках которой предусмотрено внедрение программ физкультурно-оздоровительной направленности во все муниципальные образования автономного округа, материально-техническое сопровождение данных программ, а также организация курсов повышения квалификации инструкторов по адаптивной физической культуре и спорту муниципальных образований автономного округа.

ГЛАВА 4. ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В СПОРТЕ ГЛУХИХ

4.1. Специфика организации физкультурно-массовых мероприятий в дисциплинах спорта глухих

Значимая работа по развитию спорта глухих и вовлечению в него как можно большего количества людей с инвалидностью проводится отделом физкультурно-массовой работы Центра адаптивного спорта Югры, который занимается организацией и проведением окружных спортивно-массовых мероприятий, координирует работу с судейским корпусом и проводит мероприятия по привлечению инвалидов к доступным видам спорта.

Инструкторы-методисты отдела осуществляют взаимодействие с органами местного самоуправления автономного округа, физкультурно-спортивными объединениями и организациями по вопросам развития адаптивной физической культуры и адаптивного спорта в автономном округе, занимаются организацией и проведением спортивных и физкультурно-массовых мероприятий, осуществляют методическую работу и контроль тренерской деятельности, участвуют в формировании сборных команд для участия во всероссийских спартакиадах в течение года.

В соответствии с Единым календарным планом региональных, межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных и спортивных мероприятий Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, ежегодно проводится около 30 мероприятий, в числе которых чемпионаты и первенства в зачет Сурдспартакиады ХМАО – Югры. С 2006 года Сурдспартакиада проводилась по четырем видам спорта: легкой атлетике, настольному теннису, волейболу и плаванию. По результатам соревнований лучшие спортсмены отбираются в состав сборной Ханты-Мансийского автономного округа – Югры для участия во всероссийских и международных соревнованиях. С 2016 года в программу Сурдспартакиады добавился еще один, пятый вид спорта – лыжные гонки.

Соревнования проводятся на объектах, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта и отвечающих требованиям безопасности участников и зрителей, а также требованиям правил видов спорта, включенных в программу Спартакиады. В качестве нормативно-правовой базы, регулирующей организацию и проведение соревнований, выступают:

– Федеральный закон от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

– Постановление Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 года № 353 «Об утверждении правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований»;

– Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 01.03.2016 № 134н «О порядке организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

– Правила Международного спортивного комитета глухих (ICSD-МСКГ).

Правила проведения соревнований для спортсменов с нарушением слуха отличаются от обычных тем, что действия арбитров должны быть обязательно видимыми, для чего применяются различные световые сигналы. Для оперативного решения организационных вопросов активно используется международная дактилологическая система (жесты).

Сурдспартакиада Ханты-Мансийского автономного округа – Югры проводится в целях:

– популяризации и дальнейшего развития физической культуры и спорта среди лиц с нарушениями слуха, укрепления их здоровья, снижения заболеваемости;

– привлечения лиц с нарушением слуха к систематическим занятиям в спортивных секциях в целях реабилитации средствами физической культуры и спорта;

– выявления сильнейших спортсменов и команд по различным дисциплинам для участия в российских и международных соревнованиях, для формирования спортивных списков кандидатов в спортивные сборные команды автономного округа и подготовки спортивного резерва.

К участию в соревнованиях Сурдспартакиады допускаются спортсмены, являющиеся гражданами Российской Федерации и проживающие на территории Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.

В соревнованиях Сурдспартакиады принимают участие сборные команды муниципальных образований Ханты-Мансийского автоном-

ного округа – Югры. Численный состав сборной команды (спортсмены, тренер или представитель команды) устанавливается программой Сурдспартакиады по каждому виду спорта. Спортсмены должны иметь единую спортивную форму с символикой муниципального образования.

В целях отбора сильнейших спортсменов для участия в региональных чемпионатах и первенствах по видам спорта Сурдспартакиады Ханты-Мансийского автономного округа – Югры представители команд за 10 дней до начала соревнований обязаны представить итоговые протоколы проведения отборочных муниципальных этапов, размещенные на официальном сайте учреждений физической культуры и спорта муниципального образования. Предварительные именные и предварительные технические заявки на участие в соревнованиях по установленной форме направляются за 30 дней до начала соревнований.

В именной заявке на участие проставляется отметка «Допущен» напротив каждой фамилии спортсмена, заверенная подписью врача по спортивной медицине и его личной печатью. Именная заявка подписывается врачом по спортивной медицине с расшифровкой фамилии, имени, отчества (при наличии) и заверяется печатью медицинской организации, имеющей лицензию на осуществление медицинской деятельности, предусматривающей работы (услуги) по лечебной физкультуре и спортивной медицине.

В случае наличия у спортсмена индивидуального медицинского заключения в именной заявке напротив его фамилии ставится отметка «Допуск от ____ (дата) имеется», к заявке прилагается копия медицинского заключения, оригинал медицинского заключения предъявляется спортсменом заместителю главного судьи по медицинскому обеспечению в мандатную комиссию по допуску участников к Спартакиаде. Именная заявка, подписанная и заверенная муниципальным органом управления физической культуры и спорта или территориальными органами управления социальной защиты населения, представляется в мандатную комиссию в день официального приезда.

Также руководители, представители команд должны на каждого спортсмена заполнить заявление об обработке персональных данных и представить в мандатную комиссию в день приезда. Оригинал технической заявки на каждый вид программы представляется в мандатную комиссию с подписью тренера или представителя команды.

Для участия в соревнованиях на каждого спортсмена необходимо представить копии следующих документов:

– справка МСЭ;

– паспорт или свидетельство о рождении;

– страховое свидетельство государственного пенсионного страхования;

– классификационная книжка (билет);

– удостоверение или официально заверенная выписка из приказа о присвоении спортивного разряда.

При оформлении в оригиналах предъявляются оригиналы паспорта, справки МСЭ, заявление на обработку персональных данных.

Количество участников с 2016 года является достаточно стабильным.

Статистика участников в Сурдспартакиаде

Таблица 6

Дисциплины	2016	2017	2018
Лыжные гонки	25	28	30
Легкая атлетика	53	75	63
Настольный теннис	36	35	36
Волейбол	23	25	39
Плавание	53	49	49

Важно, чтобы на протяжении всего спортивного мероприятия участники Спартакиады пребывали в комфортных условиях, предполагающих в том числе психологическое и медицинское сопровождение.

4.2. Применение русского жестового языка и специальных технических средств в работе с глухими спортсменами

При организации соревновательного процесса в спорте глухих для свободной коммуникации с глухими спортсменами вместе с русским языком используется русский жестовый язык.

Русский жестовый язык (РЖЯ) в соответствии с Федеральным законом № 296 от 30 декабря 2012 года «О внесении изменений в статьи 14 и 19 Федерального закона «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» признается языком общения при наличии нару-

шений слуха, в том числе в сферах устного использования государственного языка Российской Федерации. Русский жестовый язык – это национальная лингвистическая система, обладающая собственной лексикой и грамматикой, используемая для коммуникации глухих и слабослышащих граждан, проживающих на территории России и частично на территории стран постсоветского пространства.

Использование жестового языка очень важно для глухих и слабослышащих: с помощью этого языка они могут общаться, получать и передавать информацию, выражать свои чувства и понимать чувства другого.

В каждой стране существуют свои национальные жестовые языки. Их названия зачастую совпадают с названиями государств – британский жестовый язык (British Sign Language), французский жестовый язык (Languedes signes française), американский жестовый язык (American Sign Language) и т. д. В мире насчитывается около 170 жестовых языков.

На международных мероприятиях, в том числе спортивных, когда собирается большое количество глухих из разных стран, для общения они используют International Signs (IS) – международная система жестового общения, которая основывается на американском жестовом языке. Все глухие спортсмены, которые участвуют в международных мероприятиях, владеют IS.

Слышащие изучают жестовые языки для коммуникации с глухим сообществом. Жестовым языком могут владеть тренеры и другие специалисты, работающие с глухими и слабослышащими спортсменами, а также переводчики русского жестового языка (сурдопереводчики).

Принято в спортивных командах держать в штате как минимум одного переводчика жестового языка, который ездит со спортсменами на соревнования, участвует во всех этапах тренировок, медицинского обследования, переводит при коммуникации с тренерами и другими специалистами. Также команда может не иметь своего переводчика, но на соревнованиях любого уровня в спорте глухих переводчик присутствует обязательно.

Если в соревнованиях участвуют команды из разных стран, то с целью обеспечения полноценной коммуникации для всех участников международных соревнований приглашаются переводчики национальных жестовых языков, а также переводчики устных (звуковых) языков команд-участниц. Переводчиками жестовых языков при этом могут являться не только слышащие, но и глухие переводчики, которые осуществляют перевод между несколькими жестовыми языками. Например, глухой переводчик может переводить с финского жестового языка

на русский жестовый язык, а слышащий переводчик уже переводит с русского жестового языка на русский язык.

Основное требование к правилам проведения соревнований – присутствие переводчика русского жестового языка (сурдопереводчика). Во всех дисциплинах спорта глухих все действия судьи, для распознавания которых необходимо наличие слуха (свистки, голосовые команды и пр.), дублируются соответствующими жестами или отмашкой судей.

Жесты русского жестового языка
по теме «Спорт»

Руки в конфигурации «С» расположить перед грудью в незамкнутое кольцо.

Рис. 3. КОМАНДА

Руки в конфигурации «ХОРОШО» расположить перед грудью и попеременно поднимать и опускать.

Рис. 4. СОРЕВНОВАНИЕ

Руки в конфигурации «О»: правая – вверху, левая внизу, слегка расходятся в стороны друг от друга, переворачиваются и соединяются: правая – внизу, левая – вверху.

Рис. 5. ОЛИМПИАДА

Опуская правую руку на ладонь, постепенно сжать ее в кулак. По ладони кулак движется вверх на себя.

Рис. 6. ВЫИГРЫШ

Провести плавно правой рукой по левой руке.

*Плавность может зависеть от реальной ситуации – насколько медленно нужно.

Рис. 7. МЕДЛЕННО

Правая рука в конфигурации «ХОРОШО» плавно с правой стороны огибает левую руку, не касаясь ее.

*Огибание может быть с правой или левой стороны, если это имеет значение.

Рис. 8. ОБОГНАТЬ

Обе руки в конфигурации «ОДИН». Правая рука скользит по левой руке и пальцу.

*Скорость скольжения может зависеть от реальной ситуации – насколько быстро нужно.

Рис. 9. БЫСТРО

Обе руки в конфигурации «ОДИН» друг напротив друга резким движением, не меняя конфигурации и положения, одновременно касаются груди.

Рис. 10. ФИНИШ

ГЛАВА 5. ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ СПОРТА ГЛУХИХ

5.1. Организация PR-деятельности и взаимодействие со СМИ по вопросу популяризации спорта глухих

Популяризация спорта глухих – одна их задач, которую ставит перед собой Общероссийская спортивная федерация спорта глухих и которая реализовывается в регионах. Популяризация необходима по двум основным причинам: 1) привлечение все большего количества лиц с нарушениями слуха к занятиям физкультурой и спортом, 2) привлечение внимания общественности к спорту глухих, снятие стереотипов в отношении лиц с нарушениями слуха. Есть и еще одна задача, которая решается посредством популяризации спорта глухих, – поддержка сообщества и сохранение культуры глухих. Последняя задача, казалось бы, противоречит принципам инклюзии, однако только уважительное отношение к сообществу глухих и его культуре может способствовать социальной инклюзии в полной мере. «Включить» глухих в общество без их же желания невозможно, поэтому следует бережно относиться к созданному ими особому миру, в частности к жестовому языку. С одной стороны, спорт глухих делает возможным участие в спортивных состязаниях исключительно для глухих, с другой – глухие включаются в общее движение и спортивную деятельность.

За последние десятилетие количество спортивных соревнований для глухих резко выросло, выросли и возможности участия в различных спортивных секциях. Так, Сурдлимпийские игры, рассматриваемые как главное спортивное событие глухих, стали площадкой для демонстрации способностей людей с нарушениями слуха и катализатором для развития их прав.

Каждое спортивное мероприятие может стать чем-то большим, чем просто соревнование, приводящее к высоким достижениям. Оно может стать значимым событием для сообщества и территории. Незаменимую роль здесь играют СМИ. Например, проведение в 2015 году в Ханты-Мансийске XVIII Сурдлимпийских зимних игр и их освещение средствами массовой информации привело к повышению осведомленности людей с нарушениями слуха о возможностях участия в спортивных мероприятиях.

Действительно, чтобы спорт мог в полной мере выполнять свою миссию, необходима его активная популяризация, грамотное продвижение, а также государственная, спонсорская и рекламно-информационная поддержка. Пропаганда здорового образа жизни, прав людей с ограниченными возможностями и социальной интеграции через спорт дают возможность изменить жизнь сотен людей, мо-

тивировать их к занятиям физической культурой и спортом, расширеть возможности самореализации.

Повышение значимости пропаганды физической культуры и спорта нашло свое отражение в государственных программах Российской Федерации и Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Развитие физической культуры и спорта». В «Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года», определяющей цели и задачи государственной политики в спортивной отрасли, особое внимание уделяется разработке и реализации комплекса мер по популяризации физической культуры и спорта как важнейшей составляющей здорового образа жизни.

Координационную работу по информационно-пропагандистскому обеспечению физкультурных мероприятий и спортивных соревнований в Центре адаптивного спорта Югры осуществляет отдел инноваций и информационного обеспечения, выполняющий в Учреждении функции пресс-службы. Пресс-служба занимается подготовкой информационных и рекламных материалов, их распространением через СМИ, контролем за всеми видами информационно-пропагандистских работ. Пресс-служба готовит пресс-релизы, проводит интервью, в ведении службы – информационное наполнение официального сайта Учреждения и аккаунтов в социальных сетях.

В целях повышения эффективности информационного сопровождения мероприятий и популяризации адаптивной физической культуры и спорта пресс-служба Учреждения придерживается определенных правил при организации информационно-пропагандистской и рекламной деятельности.

1. Системно используются все средства массовой информации: телевидение, интернет, радио, газеты, журналы, – что позволяет увеличить охват целевой аудитории и обеспечить более сильное воздействие на ее различные сегменты.

2. Обеспечивается регулярность, систематичность и непрерывность процесса популяризации. Используется сочетание различных форм пропагандисткой, информационной, просветительско-образовательной работы.

3. Используется дифференцированный и индивидуальный подход к распространению информации об адаптивной физической культуре и спорте среди различных групп населения с учетом их социально-психологических и демографических особенностей.

В пресс-службе налажено сотрудничество с местными, региональными и федеральными теле- и радиоканалами, печатными и электронными СМИ, тематическими группами в социальных сетях. Акцент

делается на взаимодействии со СМИ, включающими в работу темы о жизни людей с инвалидностью, а также спортивными медиа. В пресслист входит более 100 адресов местных, региональных и федеральных СМИ.

Несмотря на то что федеральные масс-медиа имеют бóльшую аудиторию и, следовательно, больше возможностей донести информацию об адаптивной физической культуре и спорте, частотность таких материалов в данных видах СМИ невелика (около 5 % от всего массива публикаций о спорте). В свою очередь, региональная пресса проявляет бóльшую заинтересованность в раскрытии данной темы по сравнению с федеральной.

Местные СМИ, в сравнении с федеральными, способны достичь большего успеха в популяризации адаптивного спорта благодаря доступности и близости к своей аудитории. Им под силу осуществить комплексный подход к данной проблеме с учетом социокультурных особенностей отдельно взятого региона, так как информация, содержащаяся в СМИ, не только направлена на привлечение к занятиям физической культурой и спортом реальных и потенциальных заинтересованных, но и способна серьезно активизировать деятельность лиц административного круга, от полномочий которых зависит решение тех или иных проблем, связанных с развитием массового спорта в отдельно взятой местности. Поэтому пресс-служба Учреждения строит работу в первую очередь с региональными и местными изданиями.

За годы работы Центр адаптивного спорта Югры стал заметным ньюсмейкером в регионе. Ежегодно в средствах массовой информации публикуется более 2 500 информационных и рекламных материалов в печатных и электронных изданиях, около 200 телевизионных и радиовыпусков, связанных с деятельностью Учреждения и достижениями спортсменов с инвалидностью.

Помимо воздействия на аудиторию через СМИ, Центр адаптивного спорта Югры выпускает собственные печатные издания. В рамках региональной государственной программы «Доступная среда», в целях обеспечения беспрепятственного доступа инвалидов и других маломобильных групп населения к услугам учреждений физической культуры и спорта отдел инноваций и информационного обеспечения занимается подготовкой и изданием печатных материалов, производством и приобретением информационных стендов, вывесок, демонстрационного оборудования, а также созданием видеороликов и фильмов с целью популяризации адаптивной физической культуры и спорта.

Совместно с Национальным государственным университетом физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта в 2017 году

выпущено учебно-методическое пособие «Адаптивный спорт для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата в Югре» под редакцией члена-корреспондента РАО, профессора С. П. Евсеева. Тираж – 200 экземпляров. Данное пособие рекомендовано в качестве учебно-методического для использования при реализации основной профессиональной образовательной программы подготовки бакалавриата по направлению «Физическая культура и спорт для лиц с отклонениями в состоянии здоровья» (адаптивная физическая культура). Пособие распространялось среди вузов Югры, а также органов управления физической культурой и спортом администрации муниципальных образований автономного округа.

В 2018 году возобновилось издание газеты Центра адаптивного спорта Югры «Поверь в себя». В течение года было выпущено четыре номера газеты суммарным тиражом 1 550 экземпляров. Номера газеты были посвящены значимым событиям югорского адаптивного спорта, выходили в преддверии наиболее крупных спортивных мероприятий. Пропаганда и популяризация физической культуры и спорта среди инвалидов ведутся также через окружные университеты, колледжи и школы, реабилитационные центры и коррекционные школы, что позволяет доносить информацию, связанную с адаптивной физической культурой и спортом, напрямую целевой аудитории.

В 2019 году изданы информационно-рекламные буклеты. Первый буклет, тиражом 300 экземпляров, посвящен деятельности БУ «Центр адаптивного спорта Югры». Второй буклет, тиражом 100 экземпляров, знакомит читателя со сборной Ханты-Мансийского автономного округа – Югры по волейболу спорта глухих, рассказывает о создании и истории команды, победах волейболистов.

В настоящее время социальные сети, согласно опросу фонда «Общественное мнение», являются основным каналом получения информации для половины молодежи в возрасте 18–22 лет. Согласно другому опросу фонда, более 63 % всего населения узнают новости в интернете (44 %) и в социальных сетях (19 %). В связи с этим Центром адаптивного спорта Югры ведется активная работа по развитию социальных сетей учреждения. Сообщества и аккаунты Учреждения ведутся в Facebook, «ВКонтакте», «Одноклассники», Instagram, на видеохостинге YouTube. Всего действуют восемь страниц Учреждения и три страницы следж-хоккейной команды «Югра». Для их развития используются современные маркетинговые тенденции и механизмы создания контента. Наполнение страниц и групп в соцсетях было усовершенствовано и пополнилось не только количеством статей, но и опросами, конкурсами, розыгрышами среди подписчиков. В мире социальных

сетей большей популярностью всегда пользовалась графическая и видеоинформация, нежели текстовая, поэтому интерес подписчиков был повышен за счет контента с использованием коротких видеосюжетов, прямых трансляций с мест проведения соревнований, создания видеороликов в формате «Stories». Для удобства пользователей с нарушением слуха видеоматериалы Учреждения сопровождаются субтитрами.

Вышеперечисленные технологии позволили добиться большой популярности страниц у пользователей. С 2016 года аудитория Центра адаптивного спорта Югры в социальных сетях «Одноклассники», «ВКонтакте» и Facebook утроилась.

В 2017 году была запущена обновленная версия сайта Центра адаптивного спорта www.csi-ugra.ru с большим количеством разделов с динамической информацией, а также индивидуальными инновационными решениями для удобства поиска информации. В том же году сайт учреждения во второй раз стал победителем Фестиваля социальных интернет-ресурсов «Мир равных возможностей» в номинации «Спорт равных возможностей». В числе критериев оценки были: социальная и общественная значимость интернет-ресурса, творческий подход к подаче материала, содержание и интерактивность сайта, дизайн и удобство использования сайта. Кроме того, жюри оценивало частоту обновления информации и эффективность повышения толерантности к людям с инвалидностью.

Сайт уже стал отдельным источником информации. Новости, анонсы мероприятий, репортажи, интервью и другие материалы, которые готовит пресс-служба Учреждения, выпускаются практические ежедневно: за 2018 год на сайте опубликовано 360 информационных материалов. При этом информация о спорте глухих для Центра адаптивного спорта Югры является значимым инфоповодом: около трети всех информационных сообщений посвящены сурдлимпийскому движению.

Все материалы Центра адаптивного спорта Югры рассчитаны не только на СМИ, но и на широкую аудиторию. В зависимости от интересов публики материалы делятся на три тематических блока.

Первый включает информацию, где основной акцент сделан на освещении соревнований, физкультурно-массовых мероприятий, проводимых Центром адаптивного спорта Югры, конкретных спортивных акций. Пресс-служба принимает активное участие в проведении более чем 30 окружных физкультурно-массовых мероприятий, в числе которых чемпионаты и первенства Сурдлимпиады Югры. Сотрудники службы курируют вопросы, связанные с подготовкой печатной и суве-

нирной продукции, проведением церемоний открытия и закрытия соревнований, готовят документы для приглашения официальных лиц, а также осуществляют фото- и видеосъемку мероприятий, создание пресс-релизов для СМИ, новостей для сайта учреждения и социальных сетей.

Второй тематический блок отражает спортивную деятельность людей с инвалидностью, их достижения на соревнованиях, мотивирующие материалы о личностях, активно ведущих здоровый образ жизни. В преддверии XIX Сурдлимпийских зимних игр, которые состоятся в декабре 2019 года в Италии, выпущен видеоролик о подготовке спортсменов, представляющих Югру и Россию на Играх. Спортсмены на русском жестовом языке рассказывают о том, как важен для них спорт, о своих спортивных планах, надеждах и мечтах.

Третий блок материалов раскрывает общие вопросы о влиянии физической культуры и спорта на здоровье человека, включая не только пропаганду занятий спортом, но и советы по поддержанию здорового образа жизни, информацию о значении оздоровительной функции спорта, которая заключается в развитии силы, выносливости, координации движений, а также о прививании навыков гигиены и закаливания организма.

Таким образом, пресс-служба в БУ «Центр адаптивного спорта Югры» является одним из важнейших институтов, способных не просто освещать ход событий, но и обеспечивать поступательное развитие спорта глухих, выстраивать отношения с представителями СМИ и развивать бренд Учреждения.

5.2. Добровольческая деятельность в сфере адаптивного спорта

Развитая волонтерская или добровольческая деятельность является индикатором состояния гражданского общества и социального государства. Для человека в цивилизованном (развитом) обществе волонтерство является нормой поведения, что связано с высоким уровнем общественного, гражданского участия. Волонтерство включает в себя широкий круг деятельности:

– взаимопомощь;

– помощь организациям, оказывающим социальные услуги особым группам населения;

– участие в социально значимых проектах, мероприятиях, акциях и другие формы гражданского участия.

Волонтерская деятельность в отношении лиц с ограниченными возможностями здоровья очевидно была и будет востребована. Как правило, она привязана к организациям, работающим с инвалида-

ми. Это могут быть как муниципальные, так и негосударственные/некоммерческие организации, реже – бизнес-организации, занимающиеся социальным предпринимательством. В последнее время организации, использующие труд волонтеров и привлекающие их к своей деятельности, организуют подготовку волонтеров (беседы, лекции, тренинги). В результате у таких организаций появляются постоянные и организованные группы волонтеров, готовые прийти на помощь в различных ситуациях.

Как известно, у людей, идущих в волонтеры, наблюдается разная мотивация:

– самореализация;

– приобретение опыта и компетенций;

– социальная идентификация и поддержка своей системы ценностей;

– одобрение значимых людей, референтных групп, сообщества и др.

Однако принципиально важно, что из этих небольших инициатив формируются практики социального и гражданского участия. А это необходимый фактор развития территориальных сообществ и территорий (в том числе больших – регионов).

В 2014 году при Центре адаптивного спорта Югры был создан клуб добровольцев «Респект», ставший первым в России объединением волонтеров, направленным на работу в сфере адаптивного спорта. Деятельность Учреждения определила основные направления работы клуба добровольцев:

– спортивное (работа добровольцев на соревнованиях для людей с инвалидностью, спортивных мероприятиях, занятиях физкультурно-оздоровительной направленности);

– реабилитационное (организация работы с воспитанниками реабилитационных центров, коррекционных школ);

– информационно-образовательное (проведение уроков доброты, Паралимпийских, Сурдлимпийских уроков, обучающих тренингов по основам русского жестового языка, правилам общения с людьми с инвалидностью).

Начиная деятельность группой в 15 энтузиастов, клуб перешагнул сегодня цифру 100 и границы города Ханты-Мансийска: подразделения клуба есть в отделах по развитию адаптивного спорта в городах Нягани, Югорске, Сургуте и Советском районе.

На сегодняшний день к добровольческому движению в сфере адаптивного спорта также присоединились активисты из Нефтеюганска, Урая, Пыть-Яха, Лангепаса, Когалыма, Нефтеюганского района, которые активно участвуют в окружных акциях и разрабатывают собственные проекты в данном направлении. Общее количество добровольцев, работающих на территории Югры в сфере адаптивного спорта, постоянно растет.

В составе участников более половины – это школьники, на втором месте – работающая молодежь, третью строчку занимают студенты. Значительная часть добровольцев в сфере адаптивного спорта пришла в эту нишу потому, что хотят помогать другим и быть полезными. Другая часть волонтеров, работая в этой сфере, желает реализовать себя и найти новых друзей.

Волонтер в сфере адаптивного спорта – человек увлекающийся, почти 40 % ребят занимаются спортом, третья часть – различными видами искусства. Волонтер в сфере адаптивного спорта имеет активную гражданскую позицию. Более половины добровольцев – участники международных, всероссийских, окружных форумов, слетов. Более 70 % имеют опыт самостоятельного проведения мероприятий (уроков, тренингов, мастер-классов, занятий в реабилитационных центрах). Выбирая виды работ, добровольцы предпочитают соревнования среди людей с инвалидностью. На втором и третьем месте – работа с детьми с инвалидностью в реабилитационном центре и участие в реализации образовательных проектов.

Клуб носит инклюзивный характер: вместе со здоровыми здесь работают ребята с ограниченными возможностями. При этом в клубе сложились теплые, командные отношения. 9 подростков с инвалидностью с заболеваниями опорно-двигательного аппарата, интеллектуальными нарушениями, сахарным диабетом находятся в постоянном контакте с остальными. Волонтерство для них – это возможность самореализации, формирования устойчивой социальной идентичности, разрушение стигмы.

Основными элементами системы развития добровольцев являются обучение, приобретение опыта и наставничество. В Ханты-Мансийске на базе клуба волонтеров «Респект» работает «Школа волонтеров» для новичков клуба, где ребята знакомятся с основами русского жестового языка, правилами ситуационной помощи. Эффективным инструментом для быстрого и качественного погружения новичков в работу является практика наставничества. Практические навыки общения с глухими и слабослышащими людьми волонтеры получают, работая на чемпионатах и первенствах по различным видам спорта в

рамках Сурдспартакиады ХМАО – Югры, а также на международных и всероссийских соревнованиях.

Необходимо отметить, что на сегодняшний день Правительством Российской Федерации уделяется все больше внимания развитию добровольчества. Так, в 2018 году утверждена Концепция содействия развитию добровольчества (волонтерства) в Российской Федерации до 2025 года. В Югре также принят отраслевой документ и разработан план мероприятий по достижению целей Концепции. В связи с этим Центр адаптивного спорта назначен Ресурсным центром добровольчества в сфере физической культуры и спорта на территории Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.

5.3. Компетенции волонтеров, сопровождающих спорт глухих: культура общения с людьми с нарушением слуха

Для того чтобы стать хорошим волонтером, не всегда достаточно иметь доброе сердце и желание помогать людям. Чтобы быть полезным людям с инвалидностью, необходима специальная подготовка, благодаря которой возникнет понимание особенностей их восприятия окружающего мира и определение наиболее удобного способа общения. Именно для этого добровольцы клуба «Респект» проходят обучение русскому жестовому языку и правилам общения с людьми с инвалидностью.

В общении с людьми необходимо в первую очередь помнить об общих правилах этикета. Чтобы общение с человеком состоялось в позитивном ключе, нужно проявлять доброжелательность, внимательность и терпимость. Не следует относиться к человеку с инвалидностью как к объекту снисхождения или жалости. Необходимо вести себя естественным образом.

Начиная беседу, нужно привлечь внимание собеседника. Если человек слабослышащий, обратиться к нему по имени, если глухой – слегка прикоснуться к его плечу.

Чтобы показать свою заинтересованность в общении, нужно наладить зрительный контакт: следует расположиться так, чтобы глаза собеседника были напротив. Потеря зрительного контакта говорит о том, что люди или устали, или потеряли интерес к предмету разговора.

Важно определить к какой категории относится собеседник. Например, слабослышащий человек всегда должен видеть губы говорящего, а с аппаратом он может хорошо слышать при общении наедине в тихой комнате. Часть слабослышащих людей знает жестовый язык и, помимо голоса, использует его в разговоре.

Есть глухие люди позднооглохшие, которые плохо умеют читать по губам и не знают в совершенстве жестовый язык. Для общения с ними можно использовать алфавит русского жестового языка (дактиль) и, возможно медленно, а также переписку на бумаге или в телефоне.

Если собеседник обладает достаточным остатком слуха, можно пользоваться устной речью. При этом необходимо говорить в ровном темпе, не торопясь, четко произносить слова, использовать простые фразы. Можно уточнить у него, хорошо ли ему слышно, и, если он позволит, можно говорить чуть громче.

Не следует забывать о среде, которая окружает во время беседы. В больших или многолюдных помещениях трудно общаться с людьми, которые плохо слышат. Во время беседы не должны мешать посторонние источники шума. Также яркое солнце или тень могут быть барьерами в общении, поэтому следует расположиться напротив собеседника так, чтобы было видно лицо и особенно губы.

Если собеседник глухой, не умеющий читать по губам, необходимо по возможности воспользоваться услугами переводчика русского жестового языка (сурдопереводчика). Если разговор ведется через переводчика, то обращаться нужно непосредственно к собеседнику, а не к переводчику.

Если собеседник просит повторить что-то, возможно, потребуется перефразировать свое предложение. Не стоит стесняться спросить, понял ли собеседник, или же нет.

Если существуют трудности при устном общении, спросите, не будет ли проще переписываться.

Когда необходимо сообщить информацию, которая включает в себя номер, технический или другой сложный термин, адрес, можно написать ее на бумаге, телефоне, сообщить по электронной почте.

Бывает так: человек подходит к собеседнику с нарушением слуха, начинает что-то говорить ему на жестовом языке, а он его не знает, пугается и не понимает, что происходит. В другом случае он кричит на ухо собеседнику со слуховым аппаратом, что приносит ему неприятные, подчас даже болевые ощущения. Поэтому важно быть внимательным и толерантным к собеседнику, а если соблюдать правила этикета, то общение сложится комфортно и продуктивно.

Важно понимать, насколько глухие ценят эмоциональные проявления[11], поэтому важно демонстрировать готовность к взаимодей-

[11] *Богданова Т. Г.* Сурдопсихология: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Академия, 2002. – 106 с.

ствию, положительные и сближающие чувства. Безусловно, спортивные состязания и мероприятия способствуют эмоциональному контакту, делая его более легким для волонтера и глухих спортсменов и болельщиков.

5.4. Развитие неформальной педагогики и спорт глухих

Сама идея неформальной педагогики, использованная в Центре адаптивного спорта, является не новой. Объединение детей или подростков вокруг неформального лидера, который является педагогом, всегда дает положительные результаты в плане воспитания. Члены такой группы связаны межличностными отношениями, а реакция увлечений делает группу в высшей степени целенаправленной. Данная форма вполне годится для использования ее в спорте, в том числе адаптивном. С ролью неформального лидера очень хорошо справляется тренер, который может увлечь группу занятиями адаптивной физической культурой или адаптивным спортом. Но неформальным лидером может быть и любой специалист или группа специалистов, вовлекающих молодежь в творческую, проектную, общественную деятельность в поле спорта глухих. В этом случае молодежь не ограничивается физическими занятиями, они совместно конструируют мир адаптивного спорта. То есть спорт становится частью культурного мира, который под влиянием педагога – неформального лидера – может приобрести инклюзивный характер. Такой интерсубъективный мир спорта глухих включает смыслы, мотивирующие участников к внимательному отношению к своему телу и здоровью, к выстраиванию социокультурных отношений, к творческой и проектной деятельности. Не вызывает сомнений, что молодежь, вовлеченная в такие группы, приобретает позитивные личностные качества и более успешно социализируется и адаптируется в обществе. Это будит социальные потребности и мотивирует к гражданской активности, к получению знаний, к развитию социокультурных коммуникаций и др.

Использование идеи неформальной педагогики в 70-е годы в СССР было включено в так называемое коммунарское движение и в идеологический дискурс. В настоящий момент модернизация данной формы работы с молодежью имеет современное прочтение. В центре внимания оказывается личность (в нашем случае – личность глухого человека) и сообщества (сообщество глухих, местные сообщества), нацеленные на развитие территорий.

Неформальная педагогика Центра адаптивного спорта, предполагающая воспитание детей и подростков в неформальном объединении, представляет собой практику целенаправленного формирования лич-

ности посредством погружения в сферу адаптивного спорта, в том числе спорта глухих. Каждый тренер, работающий в сфере спорта глухих, неизбежно должен быть одновременно неформальным лидером, что и происходит с тренерами Центра, использующими индивидуальный подход и учитывающими психологию глухих. Тренер фактически уже включен в сообщество глухих или включается в него вместе со своими учениками. Это связано с тем, что в сообществе глухих развито понимание «свой – чужой», а неформальное лидерство основывается на высокой степени доверия.

Неформальная педагогика в Центре развивается в трех основных направлениях:

1) проведение окружных творческих конкурсов для детей с инвалидностью с участием добровольцев;

2) организация деятельности добровольческого клуба «Респект»;

3) реализация образовательных проектов.

С 2016 года стартовал творческий проект «Символ адаптивного спорта», включающий творческие конкурсы, участниками которых стали дети с инвалидностью, в том числе глухие и слабослышащие: «Эскиз на лучший символ адаптивного спорта» (символом-талисманом стала Бабочка), конкурс «Мы сочиняем сказку», конкурс анимационных видеороликов «О бабочке – символе адаптивного спорта», «Бабочка – лучшая новогодняя игрушка». В декабре 2018 года на большой сцене ДК «Октябрь» в Ханты-Мансийске состоялась премьера инклюзивного спектакля «Волшебная сила спорта» с участием волонтеров, детей с инвалидностью и их родителей. В театральной постановке было задействовано 40 человек, среди них и юные артисты с нарушением слуха. Герои спектакля воплотили на сцене историю Бабочки – символа адаптивного спорта Югры. Спектакль стал подарком всем жителям Ханты-Мансийска в канун Международного дня инвалидов и способствовал развитию инклюзивной среды и воспитанию толерантности.

С участием глухих и слабослышащих детей проходят творческие конкурсы, приуроченные к различным значимым спортивным мероприятиям: конкурсы компьютерной графики, кроссвордов, мотивационных работ «Ты можешь больше» и др.

Второе направление развития неформальной педагогики – организация работы клуба добровольцев «Респект» и развитие добровольческого движения в сфере адаптивного спорта в Югре – стартовало в 2014 году. Создание клуба совпало с подготовкой к Сурдлимпийским зимним играм, которые прошли в марте 2015 года в Ханты-Мансийске.

Волонтерский корпус прошел предварительную подготовку по правилам общения с людьми с инвалидностью. 75 добровольцев из Ханты-Мансийска, Нефтеюганска, Пыть-Яха, Радужного были обучены на 72-часовых курсах повышения квалификации по теме «Основы русского жестового языка» и получили удостоверения установленного образца. Для проведения трех курсов повышения квалификации в 2014 и 2015 годах были приглашены специалисты Лаборатории русского жестового языка Института социальных технологий и реабилитации Новосибирского государственного технического университета.

В 2015 году специалистами Центра адаптивного спорта разработан и реализован образовательный проект «Сурдлимпийский урок» с участием добровольцев. За сто дней до Сурдлимпийских игр в образовательных учреждениях Югры прошли сурдлимпийские уроки. Обучающиеся и студенты узнали о значимости предстоящих стартов, о том, как найти общий язык с глухими людьми, и научились некоторым словам и фразам на русском жестовом языке: «сурдлимпийские зимние игры», «спорт – это сила», «стадион», «тренировка», «соревнования», «Югра» и другие. Сурдлимпийский урок в Югорском государственном университете посетила губернатор Югры Наталья Комарова, которая отметила, что учащиеся должны не просто получить новые знания и навыки, а научиться быть отзывчивыми, добрыми и способными на преодоление любых преград, уметь выстраивать отношения с людьми. С помощью видео-конференц-связи югорчан приветствовали из Москвы – министр спорта России Павел Колобков, президент Международного комитета спорта глухих Валерий Рухледев, президент Сурдлимпийского комитета России Александр Романцов, а также спортсмены и организаторы Игр из Магнитогорска.

Инициатива Учреждения была поддержана Министерством образования и науки России. Сурдлимпийские уроки были проведены во многих школах нашей страны, объединив более 400 000 учащихся и студентов из Ханты-Мансийского автономного округа – Югры, Магнитогорска, Москвы, Санкт-Петербурга, Республики Башкортостан, Республики Коми, Калининградской, Тверской и Новосибирской областей.

С целью привлечения внимания общественности к спорту глухих и Сурдлимпийским играм за 100 дней до начала игр состоялась акция «Исполнение гимна России на русском жестовом языке». Акция прошла одновременно в Ханты-Мансийске, Сургуте и Нижневартовске, объединив более 1 500 волонтеров, студентов вузов и колледжей, молодых людей с активной жизненной позицией. Вместе с хан-

тымансийцами гимн на русском жестовом языке исполнила губернатор Югры Наталья Комарова.

В дальнейшем идею по изучению основ русского жестового языка подхватила Нягань, где бесплатные занятия для всех желающих проводит Кристина Воронова, волонтер первого состава клуба «Респект», ныне учитель одной из школ города. В 2018 году в Пыть-Яхе Анна Шенгелая, одна из участниц окружных Сборов добровольцев Югры в сфере адаптивного спорта, разработала социальный проект «Жест помощи», в рамках которого проводит бесплатное обучение основам русского жестового языка для всех желающих. Кроме того, под руководством Анны волонтеры успешно осваивают жестовое пение, демонстрируют свои таланты на окружных добровольческих мероприятиях.

Начиная с 2016 года в рамках государственной программы Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Доступная среда» ежегодно проводятся окружные сборы и слеты добровольцев Югры по подготовке в сфере адаптивного спорта. Неотъемлемой частью обучающей программы каждого такого мероприятия стало проведение образовательных площадок по основам русского жестового языка, правилам общения с людьми с инвалидностью, оказанию ситуационной помощи глухим и слабослышащим людям. Так, в период с 2016 по 2019 год овладели навыками общения с глухими и слабослышащими людьми 354 добровольца из 22 муниципальных образований автономного округа.

В октябре 2018 года в Ханты-Мансийске и Сургуте в рамках государственной программы Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Доступная среда» прошли курсы повышения квалификации по теме «Основы русского жестового языка для добровольцев, осуществляющих деятельность в сфере адаптивного спорта». Всего на курсах обучены 30 добровольцев, которым вручены сертификаты о прохождении обучения.

Проводимые мероприятия по изучению основ русского жестового языка позволят улучшить качество предоставляемых волонтерами услуг в ходе проведения международных, всероссийских, окружных и муниципальных соревнований среди глухих и слабослышащих людей.

Осуществляя окружные информационно-образовательные проекты, Учреждение активно взаимодействует с региональной Федерацией спорта глухих, Департаментом физической культуры и спорта ХМАО – Югры, Департаментом образования и молодежной политики ХМАО – Югры, реабилитационными центрами, Центром гражданских и социальных инициатив Югры, а также с образовательными учрежде-

ниями автономного округа, в том числе высшего и среднего профессионального образования.

Ежегодно, начиная с 2016 года, при содействии Департамента образования и молодежной политики Югры, в рамках Международного дня инвалидов Центр адаптивного спорта реализует проекты по оказанию ситуационной помощи «Протяни руку помощи!» для обучающихся 7–11-х классов общеобразовательных учреждений Югры с участием добровольцев. Ежегодный охват учащихся и студентов составляет около 60 тысяч человек.

3 сентября 2019 года, в рамках церемонии открытия II Слета добровольцев Югры в сфере адаптивного спорта, в котором приняли участие более 100 волонтеров из 22 муниципальных образований Югры, прошла акция «100 дней до начала XIX Сурдлимпийских зимних игр. Исполнение гимна России на русском жестовом языке». В ноябре 2019 года участниками проекта «Сурдлимпийский урок» стали около 60 тысяч обучающихся образовательных учреждений Югры.

Специалистами Центра адаптивного спорта ежегодно разрабатываются методические рекомендации для руководителей добровольческих объединений, преподавателей образовательных учреждений, включающие планы уроков, презентационные материалы: цикл «Уроков доброты» (3 урока), «Правила общения с глухими и слабослышащими», «Правила оказания ситуационной помощи глухим и слабослышащим», «Сурдлимпийские уроки». Методические разработки размещены на сайте Центра адаптивного спорта Югры в разделе «Неформальная педагогика».

Таким образом, неформальная педагогика в Центре адаптивного спорта Югры используется в ее расширенном варианте, сами принципы неформальной педагогики получили широкое распространение.

5.5. Повышение уровня профессиональных компетенций тренеров и специалистов, работающих в сфере спорта глухих

Тренеры и специалисты, работающие в спорте глухих, должны обладать специфическими профессиональными, личностными и общекультурными компетенциями. Одна из возможностей приобретения данных компетенций – получение образования в рамках направлений подготовки 49.02.02 – Адаптивная физическая культура (среднее профессиональное образование); 49.03.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (бакалавриат), 49.04.02 – Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура) (магистратура).

Поскольку в любой деятельности, в том числе в спорте глухих, существует своя специфика, повышение квалификации имеет особое значение и касается профессионального роста тренера и специалиста. Большинство учителей физической культуры и тренеров, работающих с лицами с ограниченными возможностями здоровья, имеют дипломы по направлению подготовки «Физическая культура», шифр 49.02.01 (среднее профессиональное образование); 49.03.01 (бакалавриат); 49.04.01 (магистратура). Однако наличие данного образования в случае работы с лицами с ограниченными возможностями здоровья, в данном случае – с нарушениями слуха, требует дополнительных компетенций, а следовательно, повышения квалификации.

Компетенции, т. е. способность и готовность специалистов применять полученные навыки, умения и знания в профессиональной деятельности, необходимые для работы в адаптивном спорте и физкультуре, в том числе спорте глухих, касаются не только организации физкультурно-спортивной деятельности, но и знания культуры глухих, в том числе основ русского жестового языка, физиологических и психологических особенностей глухих и др. Можно сказать, что деятельность каждого специалиста в спорте и адаптивной физкультуре глухих – это миссия.

Конкретизацию необходимых для работы в адаптивном спорте и физкультуре компетенций можно найти в стандартах (на сегодняшний день – ФГОС 3++).

В соответствии с ФГОС 3 + + (2017 год) все компетенции специалистов в обозначенной области делятся на группы (категории). Выделяют следующие группы общепрофессиональных компетенций:

– обучение лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

– воспитание лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

– развитие физических качеств у лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

– реабилитация и восстановление нарушенных функций человека;

– компенсация утраченных функций человека;

– профилактика негативных социальных явлений;

– научные исследования;

– обеспечение безопасности;

– правовые основы профессиональной деятельности.

Данный список демонстрирует серьезную и многостороннюю концепцию подготовки, что объясняется стремлением к росту качества образовательных и социальных услуг и стремительным развитием области адаптивной физкультуры и спорта. В качестве примера можно

привести формулировки общепрофессиональных компетенций (ОПК), которые должен приобрести будущий специалист:

ОПК-1: способен проводить занятия и физкультурно-спортивные мероприятия с использованием средств, методов и приемов базовых видов физкультурно-спортивной деятельности по двигательному и когнитивному обучению и физической подготовке лиц с отклонениями в состоянии здоровья;

ОПК-5: способен воспитывать у занимающихся социально значимые личностные качества, проводить профилактику негативного социального поведения;

ОПК-7: способен определять закономерности развития физических и психических качеств лиц с отклонениями в состоянии здоровья, кризисы, обусловленные их физическим и психическим созреванием и функционированием, сенситивные периоды развития тех или иных функций.

Таким образом, подготовка в области адаптивной физкультуры закладывает серьезную базу, достаточную для успешной работы с лицами с отклонениями в состоянии здоровья. Именно от подбора профессиональных кадров зависит успех организации, реализация многочисленных проектов. В случае с адаптивной физической культурой и спортом большое значение имеет квалификация специалистов и их готовность включаться во все направления деятельности организации.

За годы деятельности в Центре адаптивного спорта Югры сложилась качественная система подготовки кадров. Используются различные формы повышения профессионального уровня знаний и отработки практических навыков тренеров, инструкторов-методистов, специалистов учреждений, работающих с людьми с нарушением опорно-двигательного аппарата, зрения, слуха, интеллекта. Подготовка специалистов, работающих с глухими и слабослышащими людьми, является одним из ключевых направлений деятельности.

Повышение уровня профессиональных компетенций тренеров и специалистов Учреждения и муниципальных образований Югры осуществляется в рамках государственной программы Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Доступная среда».

Вопросы подготовки глухих и слабослышащих спортсменов, организации их тренировочного процесса, соревновательной деятельности включены в повестки региональных и всероссийских научно-практических конференций, курсов повышения квалификации, обучающих семинаров.

В 2014 году на семинаре «Особенности международной спортивно-медицинской классификации, соревновательной деятельности, ме-

тодики подготовки в легкой атлетике, плавании, пауэрлифтинге» повысили квалификацию 30 тренеров и специалистов, работающих в том числе с глухими и слабослышащими спортсменами. На семинар были приглашены специалисты из Санкт-Петербургского государственного университета сервиса и экономики, Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры.

Большой интерес у тренеров и специалистов в сфере адаптивного спорта вызвали курсы повышения квалификации «Адаптивная физическая культура и спорт» продолжительностью 72 часа, которые прошли в 2016 году. Отдельным блоком был рассмотрен вопрос содержания и организации адаптивного физического воспитания лиц с нарушением слуха. Слушателями курсов стали 30 человек, лекторами – преподаватели Национального государственного университета физической культуры и спорта им. П. Ф. Лесгафта из Санкт-Петербурга.

В 2017 году на секциях в рамках Всероссийской научно-практической конференции «Вопросы организации совместных (инклюзивных) занятий физической культурой и спортом лиц с ограниченными возможностями здоровья и здорового населения», проходившей в Ханты-Мансийске, заслушан и обсужден опыт работы представителей регионов России. Значительный интерес аудитории вызвали доклады «Тренировка тотально слепого школьника. Обучение в общей группе» (Новосибирск), «Оценка мотивации учащихся старшего школьного возраста с нарушением слуха на уроках физической культуры» (Курган).

Большой опыт работы с глухими и слабослышащими спортсменами наработан у тренера учреждения Станислава Руденко из Сургута. На конференции он выступил с докладом на тему «Инклюзия в спорте на примере волейбольной команды спорта глухих Ханты-Мансийского автономного округа – Югры». В конференции приняли участие 144 человека – представители 15 субъектов Российской Федерации.

С 2019 года Учреждение впервые апробирует практику проведения цикла обучающих семинаров по различным дисциплинам в рамках чемпионатов и первенств в зачет Сурдспартакиады Ханты-Мансийского автономного округа – Югры. Совместно с Региональной общественной организацией Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Федерация спорта глухих» проведены пять двухдневных семинаров по правилам проведения и судейства соревнований, состоящих из теоретического и практического блоков.

110 инструкторов-методистов, тренеров, специалистов Центра адаптивного спорта Югры, муниципальных образований автономного округа, обеспечивающих тренировочный процесс среди спортсменов с

нарушением слуха, по лыжным гонкам, волейболу, настольному теннису, плаванию, легкой атлетике, повысили квалификацию и получили сертификаты.

В целях дальнейшего повышения профессионального уровня тренеров и специалистов планируется продолжить подобную практику проведения семинаров.

Заключение

Приведенный кейс показал, что уже почти 15 лет Центр адаптивного спорта успешно продвигает идеи сурдлимпийского движения в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре, решая большинство проблем, возникающих на пути развития адаптивной физической культуры и спорта, в том числе спорта глухих.

Следует отметить, что специалисты Центра делают ставку на системную работу при подготовке спортсменов, используя собственные наработки и инновационные методики. Немаловажно, что спектр предлагаемых глухим спортивных дисциплин является достаточно большим и постоянно расширяется.

Для Ханты-Мансийского автономного округа – Югры спорт глухих является базовым видом спорта. Им занимается около 400 глухих и слабослышащих спортсменов. Самыми популярными дисциплинами являются лыжные гонки, волейбол, легкая атлетика и плавание.

Мощный импульс для развития спорта глухих в Югре дал 2015 год, когда Россия принимала XVIII Сурдлимпийские зимние игры, на которых сборная страны заняла первое место в командном зачете. Югорские лыжники внесли значительный вклад в эту победу, завоевав семь медалей.

Именно благодаря Играм новый вектор развития получило добровольчество сферы адаптивного спорта, развившееся на сегодняшний день до масштабов Ресурсного центра добровольчества в сфере физической культуры и спорта на территории Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.

Уровень развития спорта глухих в Югре достаточно высок. В регионе развивается десять дисциплин спорта глухих: армрестлинг, волейбол, горнолыжный спорт, дзюдо, легкая атлетика, лыжные гонки, настольный теннис, плавание, сноуборд и теннис. Более 60 спортсменов находятся на этапе высшего спортивного мастерства, из них 24 сурдлимпийца входят в состав национальной сборной команды России.

Современная Югра обладает серьезной спортивной и тренировочной базой. Регион способен проводить всероссийские и международные соревнования по спорту глухих. Площадкой для них могут стать спортивные арены, отвечающие стандартам международных федераций по видам спорта, такие как Региональный центр адаптивного спорта в Сургуте, Центр зимних видов спорта им. А. В. Филипенко, культурно-развлекательный комплекс «Арена-Югра», Ледовый дворец спорта, открытый стадион «Югра-Атлетикс», горнолыжный центр «Хвойный урман» и ряд других спортивных объектов.

Важное направление, развиваемое Центром с 2017 года, – реализация программ физкультурно-оздоровительной направленности и реабилитации посредством спорта. Показав определенные результаты во время их прохождения, люди имеют возможность перейти на этап спортивной подготовки.

Самое значимое окружное мероприятие спорта глухих – Сурдспартакиада, проводящаяся Центром ежегодно по пяти спортивным дисциплинам: лыжным гонкам, легкой атлетике, настольному теннису, волейболу и плаванию. По результатам этих соревнований лучшие спортсмены отбираются в состав сборной команды автономного округа для участия во всероссийских соревнованиях.

Сегодня все усилия тренерского штаба и спортсменов Югры, осуществляющих подготовку по зимним дисциплинам, направлены на достижение высоких результатов на предстоящих в декабре в Италии XIX Сурдлимпийских зимних играх. Восемь спортсменов Центра находятся на пике своей спортивной формы и готовы к покорению очередного олимпа спорта глухих.

Контрольные вопросы:

1. Что такое адаптивная физическая культура и адаптивный спорт, как они соотносятся друг с другом? Каковы основные условия развития адаптивной физкультуры и адаптивного спорта?

2. В чем особенности развития сурдлимпийского движения в России?

3. Какие виды спорта включены в программу Сурдлимпийских игр, какие дисциплины спорта глухих развиваются в Центре адаптивного спорта Югры? Каковы этапы развития спорта глухих в Ханты-Мансийском автономном округе?

4. Каковы требования допуска спортсмена к соревнованиям по спорту глухих?

5. Каковы проблемы организации спортивных состязаний глухих? Как они решаются в Центре адаптивного спорта Югры?

6. Когда появилась Федерация спорта глухих в России и какие задачи она выполняет?

7. Какова структура регионального отделения Федерации спорта глухих в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре?

8. В чем особенности тренировочного процесса спортсменов с нарушением слуха? Какие методы диагностики состояния спортсменов с нарушением слуха используются при подготовке их к соревнованиям? Почему, с вашей точки зрения, практики тренировочного процесса

глухих спортсменов Центра адаптивного спорта Югры можно считать успешными?

9. Каковы анатомо-физиологические особенности спортсменов с нарушениями слуха, что именно отличает спортсменов с нарушениями слуха от спортсменов с «нормой здоровья»?

10. Является ли, с вашей точки зрения, инклюзивный подход в подготовке спортсменов с нарушениями слуха оправданным и эффективным? Приведите примеры из опыта работы Центра адаптивного спорта Югры.

11. Какие практики неформальной педагогики используются в Центре адаптивного спорта Югры?

12. Какую роль в развитии спорта глухих играют волонтеры? Какими навыками для организации эффективной работы на соревнованиях обладают добровольцы, прошедшие подготовку на базе Центра адаптивного спорта Югры?

Авторы-составители

Александров Руслан Владимирович, заместитель директора по физкультурно-массовой и спортивной работе бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Амариани Юлия Викторовна, заместитель начальника отдела инноваций и информационного обеспечения бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Белов Максим Александрович, мастер спорта России по армрестлингу, тренер высшей квалификационной категории, президент общественной организации «Сургутская Федерация армспорта»

Будяну Даниил Александрович, менеджер отдела инноваций и информационного обеспечения бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Варинова Ольга Александровна, заведующая лабораторией русского жестового языка Института социальных технологий и реабилитации Новосибирского государственного технического университета

Вторушин Михаил Петрович, директор бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Исаков Эдуард Владимирович, мастер спорта России международного класса по пауэрлифтингу, рекордсмен России, Европы и мира, президент Олимпийского совета Югры, член Совета Федерации Федерального Собрания Российской Федерации

Карданова Сабина Александровна, сурдопереводчик отдела спортивной реабилитации бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Кареба Артем Владимирович, начальник отдела спортивной работы бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Ковылянская Анна Викторовна, руководитель Клуба добровольцев «Респект» в г. Ханты-Мансийске, менеджер отдела инноваций и информационного обеспечения бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Колотович Александр Васильевич, тренер первой квалификационной категории, президент общественной организации «Сургутский клуб сноубординга «Снег», тренер по сноуборду бюджетного учре-

ждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Косполова Людмила Анатольевна, координатор добровольческого движения в сфере адаптивного спорта в Югре, аналитик отдела инноваций и информационного обеспечения бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Кузнецова Анастасия Андреевна, президент региональной общественной организации Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Федерация спорта глухих», инструктор-методист отдела спортивной работы бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Кузнецов Степан Геннадьевич, мастер спорта России международного класса, спортсмен-инструктор бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Курдюмов Юрий Олегович, заслуженный тренер России, тренер высшей квалификационной категории, тренер по легкой атлетике бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Мещангина Елена Анатольевна, старший инструктор-методист отдела медико-социального сопровождения и реабилитации бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Осьмук Людмила Алексеевна – доктор социологических наук, профессор, директор Института социальных технологий и реабилитации Новосибирского государственного технического университета (НГТУ), директор Ресурсного учебно-методического центра по обучению инвалидов НГТУ (федеральная площадка)

Ревякина Ольга Васильевна, тренер высшей квалификационной категории, тренер по плаванию бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Романцов Александр Николаевич, заслуженный мастер спорта России, заслуженный тренер России, чемпион Всемирных летних игр глухих 1981 года, президент Сурдлимпийского комитета России

Руденко Станислав Николаевич, заслуженный тренер России по волейболу, тренер высшей квалификационной категории, тренер по волейболу бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Сивкова Валентина Сергеевна, начальник отдела физкультурно-массовой работы бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Скворцов Александр Юрьевич, тренер по легкой атлетике бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Чигарев Станислав Анатольевич, тренер по горнолыжному спорту бюджетного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Центр адаптивного спорта»

Список использованных источников:

1. History. International Committee of Sports for the Deaf [Электронный ресурс]. URL: https://www.deaflympics.com/icsd/history (дата обращения: 01.08.2019).

2. Абалян А. Г., Степыко Д. Г., Осташенко Ю. Е. Эволюция признания видов спорта лиц с ограниченными возможностями здоровья в Российской Федерации // Вестник спортивной науки. – 2010. – № 2. – С. 60–63.

3. Базоев В. З. Человек из мира тишины / В. З. Базоев, В. А. Паленный. – М.: ИКЦ. – Академкнига, 2002. – 815 с.

4. Байкина Н. Г., Сермеев Б. В. Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих. – М.: Советский спорт, 1991. – 64 с.

5. Богданова Т.Г. Сурдопсихология: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Академия, 2002. – 106 с.

6. Варинова О. А. Что вы хотите узнать о глухих: учеб. пособие / О. А. Варинова, С. В. Елфимова. – Новосибирск: Изд-во НГТУ, 2014. – 36 с.

7. Евсеев С. П. Основные компоненты (виды) адаптивной физической культуры: учебник / С. П. Евсеев; под общей ред. С. П. Евсеева / Теория и организация адаптивной физической культуры. – Изд. 3-е, стереотип. – М.: Советский спорт, 2010. – С. 51–60.

8. Евсеев С. П., Абалян А. Г. Спорт как фактор самореализации и повышения качества жизни лиц с ограниченными возможностями // Вестник спортивной науки. – 2016. – № 2. – С. 49–51.

9. Евсеев С. П., Шапкова Л. В. Адаптивная физическая культура: учеб. пособие. – М.: Советский спорт, 2000. – 240 с.

10. Жалилов А. В., Махов А. С. Проблемы и перспективы развития самбо для лиц с нарушением слуха в России // Ученые записки университета Лесгафта. – 2014. – № 11 (117). – С. 49–55.

11. История спорта глухих. Сурдлимпийский комитет России [Электронный ресурс]. URL: https://deaflymp.ru/деятельность/история-спорта-глухих/ (дата обращения: 01.08.2019).

12. Козловских И. С. Роль физического воспитания и спорта в жизни людей с ограниченными возможностями здоровья // «Colloquium-journal». – 2019. – № 2–4 (26). – С. 79–81.

13. Маряничева Е. Г., Борщ С. И., Погребной А. И., Мясищев С. А. Методика обучения плаванию глухих и слабослышащих

студентов в рамках дисциплины «Физическая культура и спорт» // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2019. – № 2. – С. 58–62.

14. Махов А.С. Оценка эффективности формирования мотиваций к занятиям физическими упражнениями и спортом у людей с инвалидностью // Вестник спортивной науки. – 2012. – № 3. – С. 52–56.

15. Махов А. С., Степанова О. Н. Проблемы управления развитием адаптивного спорта в России // Ученые записки университета Лесгафта. – 2009. – № 12. – С. 67–71.

16. Морозов А. П., Чесноков Н. Н. Система комплексного контроля в структуре подготовки глухих легкоатлетов высокой квалификации // СИСП. 2012. № 12. [Электронный ресурс]. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/sistema-kompleksnogo-kontrolya-v-strukture-podgotovki-gluhih-legkoatletov-vysokoy-kvalifikatsii (дата обращения: 01.08.2019).

17. Морозов А. П., Чесноков Н. Н. Современные технологии мониторинга показателей функционального состояния в тренировочном процессе (на примере спорта глухих) // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – № 9 (91) – 2012. – С. 110–115.

18. Нарзулаев С. Б. Аспекты социальной адаптации лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами физической культуры и спорта / С. Б. Нарзулаев, И. Н. Сафронова, Н. А. Петухов // Вестник ТГПУ (TSPU Bulletin) – 2012. – 5 (120) – С. 154–160.

19. Пономарчук В. А. Спорт и качество жизни лиц с ограниченными возможностями / В. А. Пономарчук, Ф. М. Ахмат Салих; ред. Жуков А. Д. / Наука о спорте. Энциклопедия систем жизнеобеспечения. – ЮНЕСКО, 2011.

20. Попов А. А. Жизнь, отданная спорту. Очерки о сурдлимпийцах России / А. А. Попов. – Москва : Сурдлимпийский комитет России, 2011. – 182 с.

21. Российский след на сурдлимпийской арене / редкол.: В. Н. Рухледев, А. Н. Романцов, Д. В. Ребров, В. А. Паленный и др. – Москва, 2015. – 276 с.

22. Физическая культура и спорт с элементами адаптивной физической культуры : учебное пособие / М-во образования и науки РФ, М-во образования и молодежной политики Ставропольского края, ф-л Ставропольского гос. пед. ин-та в г. Ессентуки ; [под общ. ред. Р. Р. Магомедова] – Казань : Изд-во «Бук», 2017. – 476 с.

23. Хуртик Д. В. Особенности технической подготовки спортсменов с нарушениями слуха в различных видах спорта // ППМБПФВС. – 2012. – № 8. – С. 110–113.

24. Чесноков Н. Н., Морозов А. П. Научное сопровождение высококвалифицированных легкоатлетов-бегунов с нарушением слуха в тренировочном процессе // Известия ТулГУ. Гуманитарные науки. – 2014. – № 4–2. – С. 254–259.

25. Чичкова М. А., Светличкина А. А. Возможности адаптации сердечно-сосудистой системы к физическим нагрузкам у лиц с ограниченными слуховыми возможностями // Астраханский медицинский журнал. – 2016. – № 4. – С. 64–71.

26. Янкевич И. Е. Спортивная подготовка слабослышащих футболистов: содержание, виды, специфика // Вестник евразийской науки. – 2013. – № 6 (19). – С. 1–10.

СОДЕРЖАНИЕ

Приветственное слово. Э. В. Исаков 3

Предисловие. Значимость Югры в развитии сурдлимпийского движения в России. А. Н. Романцов 5

Введение. Развитие спорта глухих Центром адаптивного спорта Югры. М. П. Вторушин 9

Глава 1. Спорт глухих в мире и России: к постановке цели и задач изучения кейсов по организации спорта и адаптивной физической культуры глухих 13

1.1. История развития сурдлимпийского движения. Л. А. Осьмук, Ю. В. Амариани 15

1.2. История развития спорта глухих в России. Ю. В. Амариани 21

1.3. Кейс: Развитие спорта глухих в Югре 26

Армрестлинг. М. А. Белов 29

Волейбол. С. Н. Руденко 31

Горнолыжный спорт. С. А. Чигарев 32

Дзюдо. А. В. Кареба 34

Легкая атлетика. А. Ю. Скворцов 35

Лыжные гонки. С. Г. Кузнецов 36

Настольный теннис. А. А. Кузнецова 37

Плавание. О. В. Ревякина 39

Сноуборд. А. В. Колотович 40

Теннис. А. А. Кузнецова 41

Глава 2. Федерация спорта глухих: опыт региона 55

2.1. Федерация спорта глухих: миссия, задачи, деятельность. А. А. Кузнецова 55

2.2. Структура и состав Федерации спорта глухих Югры А. А. Кузнецова 56

2.3. Реализация Федерального стандарта спортивной подготовки. А. А. Кузнецова 60

Глава 3. Особенности процесса работы со спортсменами с нарушением слуха 63

3.1. Нормативно-правовое регулирование спорта глухих. Р. В. Александров ... 63

3.2. Анатомо-физиологические особенности спортсменов с нарушением слуха, особенности общения тренера и спортсмена с нарушением слуха. Л. А. Осьмук, А. А. Кузнецова ... 68

3.3. Особенности общения тренера и спортсмена с нарушением слуха. С. Н. Руденко ... 73

3.4. Инклюзивный подход как инструмент подготовки спортивного резерва в спорте глухих. О. В. Ревякина, А. Ю. Скворцов ... 76

3.5. Реализация программ физкультурно-оздоровительной направленности. Е. А. Мещангина ... 79

Глава 4. Организация физкультурно-массовых мероприятий в спорте глухих ... 84

4.1. Специфика организации физкультурно-массовых мероприятий в дисциплинах спорта глухих. В. С. Сивкова ... 84

4.2. Применение русского жестового языка и специальных технических средств в работе с глухими спортсменами. О. А. Варинова, С. А. Карданова ... 87

Глава 5. Популяризация спорта глухих ... 94

5.1. Организация PR-деятельности и взаимодействие со СМИ по вопросу популяризации спорта глухих. Д. А. Будяну ... 94

5.2. Добровольческая деятельность в сфере адаптивного спорта. А. В Ковылянская ... 99

5.3. Компетенции волонтеров, сопровождающих спорт глухих: культура общения с людьми с нарушением слуха. А. В. Ковылянская ... 102

5.4. Развитие неформальной педагогики и спорт глухих Л. А. Осьмук, Л. А. Косполова ... 104

5.5. Повышение уровня профессиональных компетенций тренеров и специалистов, работающих в сфере спорта глухих. Л. А. Косполова ... 108

Заключение ... 113

Авторы-составители ... 116

Список использованных источников ... 119

Адаптивная физическая культура и спорт
для лиц с нарушением слуха:
практика физкультурно-спортивной деятельности
Центра адаптивного спорта Югры
Учебно-методическое пособие
Под общей редакцией д-ра социол. н. Л. А. Осьмук
Подписано в печать 05.09.2019 г.
Печать офсетная. Формат 60х90 1/16
Усл. печ. л. 7,5 Уч. изд. л. 5,1 Тираж 525 экз.
Отпечатано в типографии ООО «Печатный мир г. Ханты-Мансийск»
ЛР № 065527 от 27 ноября 1997 г.