

**Тамара Павловна Бегидова**

кандидат педагогических наук, профессор

Воронежский государственный институт физической культуры

Воронеж, Россия

## **Реабилитация лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами адаптивного спорта (Движение Специальной Олимпиады)**

### **Резюме**

Международное спортивное движение Специальной Олимпиады более 50 лет помогает в реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья.

В статье приведены реальные примеры многолетней комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с инвалидностью с использованием адаптивной физической культуры и адаптивного спорта.

По инициативе автора статьи в Воронеже была открыта спортивная школа для детей различных нозологических групп заболеваний, создано территориальное отделение Специальной Олимпиады России, в Воронежском государственном институте физической культуры начато обучение бакалавров и магистров по направлению подготовки «Адаптивная физическая культура».

Опыт реабилитации лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами адаптивного спорта отражен в научных публикациях, нормативно-правовых документах и проектах, и распространяется в регионах России и других странах.

**Ключевые слова:** инвалидность, гипоксия, плавание, соревнования, адаптивная физическая культура, адаптивный спорт, социализация

Отмечая 50-летний юбилей движения Специальной Олимпиады, каждый из нас вспоминает его основательницу – Юнис Кеннеди Шрайвер, которая доказала положительное влияние регулярных занятий физической культурой и спортом на состояние лиц с интеллектуальными нарушениями.

Немаловажную роль она сыграла и в жизни моей семьи.

Никто не застрахован от беды. После челюстно-лицевой операции из-за халатности медперсонала (гипоксия, клиническая смерть) сын в 4 года стал инвалидом. Кома, месяц в реанимации, зонд, пролежни, трахеотомия...

Знакомясь с научной литературой, пока ребенок находился в реанимации, выяснила, что к 1992 году гипоксия была недостаточно изучена. Прогноз профессора, оперировавшего мальчика, неутешителен: «Надеяться можно только на Бога или на чудо...» Через 2 месяца после операции компьютерное обследование в клинике Бурденко, показало атрофию мозга.

За моими плечами спортивные победы и поражения, сборные команды СССР по гимнастике и акробатике, 2 высших образования, аспирантура, защита кандидатской диссертации в Москве, упорство и желание сделать все для маленького родного человека.

Первые занятия в больнице: пассивная гимнастика, массаж, прослушивание магнитофонных записей сына, показ картинок, чтение книг, приглашение специалистов из Центра народной медицины. Цель – максимально возможная реабилитация. Через 6 месяцев, выписываясь из больницы, сын с трудом, но передвигался самостоятельно. Отец семью оставил, видимо, не захотел справляться с трудностями.

В 1993 году по моей инициативе начато проведение спортивных праздников для детей с инвалидностью в Воронежском государственном институте физической культуры, благодаря которым о нас узнали сначала в Великобритании (господин Ван Рой), а затем в Москве (Президент Специальной Олимпиады России А. Павлов).

В 1999 году была зарегистрирована Специальная Олимпиада России, в том же году в качестве Почетного гостя я отправилась на Всемирные летние игры в США. Со мной был сын, исполнилась его мечта: побывать в Америке. Миша плескался в бассейне вместе с внуками Юнис, они играли в холле отеля, показывая друг другу гимнастические упражнения.

На очередном приеме после беседы с нами Юнис Кеннеди Шрайвер сняла Мишин бейдж и написала на нем: «Возвращайся!»

В том же году в Воронеже по моей инициативе была открыта первая в стране спортивная школа для детей с инвалидностью и создано отделение Специальной Олимпиады России. Миша начал заниматься плаванием у Владимира Сиволдаева. Так он нашел себе тренера, заменившего ему отца, а мне ставшего мужем.

Мы все вместе осваивали программу Специальной Олимпиады, развивали ее подпрограммы и другие направления адаптивного спорта.

Благодаря программе Специальной Олимпиады Европы/Евразии для ВУ-Зов, участницей которой я была, в Воронеже начали готовить студентов по специальности «Адаптивная физическая культура». Мы проводим соревнования, мероприятия и спортивно-оздоровительные сборы для всестороннего развития спортсменов всех нозологических групп с использованием практики Олимпийского образования; семинары и конференции разного уровня; ведем научно-исследовательскую работу; издаем статьи, пособия и монографии.

Один из тех, для кого открывалась школа – Михаил Бегидов выполнил наказ Юнис Кеннеди Шрайвер, стал чемпионом Европы-2002 в Монако, дважды серебряным призером Всемирных игр Специальной Олимпиады в Китае-2007; впоследствии – мастером спорта, семикратным чемпионом и рекордсменом России по плаванию среди инвалидов с поражением опорно-двигательного аппарата по Паралимпийской программе.

В ноябре 2008 г. он и в США вернулся, где в очередной раз преодолел себя и обстоятельства, успешно справившись с 42 км 195 м на Нью-Йоркском международном марафоне!

Помимо спортивных результатов наших воспитанников (победы на Всемирных играх СО, чемпионатах Мира и Европы по Паралимпийской программе) большие успехи достигнуты в реабилитации и интеграции.

Михаил стал победителем областной граждановедческой Олимпиады, лауреатом Детского Золотого фонда Воронежской области-2003, стипендиатом Российского Детского Фонда-2004, лауреатом премии «Золотой лев»-2007, лауреатом Золотого фонда Воронежской области-2007 «Новые лица», лауреатом Всероссийской премии по поддержке талантливой молодежи-2008, участником Всероссийского Форума Победителей «Прорыв-2009», победителем Олимпийской научной сессии студентов и молодых ученых России-2010. Несмотря на отсутствие навыка письма, окончил юридический факультет Воронежского государственного университета (в числе лучших выпускников).

Работу в банке Михаил Бегидов совмещает с преподаванием в Воронежском государственном институте физической культуры (0,25 ставки), передавая свои знания и опыт будущим специалистам адаптивной физической культуры.

Михаил сдал 2 кандидатских минимума, автор свыше 30 научных публикаций; выполнял госбюджетное научное задание Министерства спорта РФ; неоднократно выступал на научно-практических конференциях, в том числе, с пленарным докладом на Международной научной конференции-2014 в Минске (Беларусь); в 2017 году награжден Благодарностью Министра спорта РФ; прошел конкурс на должность старшего преподавателя ВГИФК; стал лауреатом Всероссийского конкурса на лучшую научную книгу 2016 года – учебное пособие «Социальная защита инвалидов»<sup>1</sup>, оказывает юридическую помощь общественным организациям инвалидов. Живет самостоятельно.

---

<sup>1</sup> Бегидов, М. В. Социальная защита инвалидов: методическое пособие/М. В. Бегидов, Т. П. Бегидова. – Воронеж: ООО «Издательство РИТМ», 2016. – 80 с. (Лауреат Всероссийского конкурса на лучшую научную книгу 2016 года среди преподавателей высших учебных заведений и научных сотрудников научно-исследовательских учреждений, проводимого Фондом развития отечественного образования в целях поддержки научных исследований ученых, в номинации «Педагогика и психология»).

В группе пловцов тренера Владимира Сиволдаева больше всего примеров успешной реабилитации его воспитанников.

Екатерина Крынина – многократная победительница Всероссийских соревнований по программе Специальной Олимпиады, чемпионка Всемирных летних игр Специальной Олимпиады-2003 в Ирландии (Дублин). Член сборной команды России (2005–2009 г.г.) по паралимпийской программе (спорт лиц с ментальными нарушениями), многократная чемпионка России, победительница международных соревнований, финалистка чемпионатов Европы и Мира. Долгое время была первым номером сборной команды России.

Катя – лауреат Детского Золотого Фонда (2003) и стипендиат Детского Фонда Воронежской области 2003–04 учебного года, за спортивные достижения неоднократно награждалась грамотами и дипломами руководства города и области. Окончила специальную (коррекционную) школу и профессиональное училище по специальностям «Штукатур, маляр, плиточница», работала на кроличьей ферме. Вышла замуж за иностранного студента, воспитывает двух детей.

Ольга Кочетова – многократная победительница Всероссийских соревнований и чемпионка Европы по программе Специальной Олимпиады-2002 в Монако, призер чемпионатов России по паралимпийской программе (спорт лиц с ментальными нарушениями). Окончила специальную (коррекционную) школу и профессиональное училище по специальности «Штукатур, маляр». Замужем, воспитывает трех детей.

Денис Разыгрин – многократный победитель Всероссийских соревнований и чемпион Европы по программе Специальной Олимпиады-2002 в Монако, чемпион России по паралимпийской программе (спорт лиц с ментальными нарушениями). Окончил специальную (коррекционную) школу и профессиональное училище по специальности «Штукатур, маляр», работает кладовщиком.

Михаил Мартынов – призер Всероссийских соревнований по программе Специальной Олимпиады. Окончил общеобразовательную школу, медицинский колледж и работает медбратом в поликлинике.

Александр Болдырев – победитель Всероссийских соревнований по программе Специальной Олимпиады. Окончил специальную (коррекционную) школу, работает охранником в торговом центре.

Юлия Гончарова – победительница Всероссийских соревнований по программе Специальной Олимпиады. Окончила Воронежский промышленно-гуманитарный колледж по специальности «Цветоводство», затем техникум по той же специальности.

Аналогичные примеры на гимнастах. В группе Павла Королева Евгений Телков стал многократным победителем Всероссийских, затем Всемирных игр Специальной Олимпиады-2003 в Ирландии. Окончил специальную (кор-

рекционную) школу-интернат, профессиональное училище, работает, создал семью, растит двух детей.

Андрей Востриков стал многократным победителем Всероссийских, Европейских и Всемирных игр Специальной Олимпиады. Несмотря на синдром Дауна, научился сам ездить на тренировки, следить за своей спортивной формой и контролировать аппетит ради спортивных результатов; окончил специальную (коррекционную) школу и профессиональное училище по специальности «Повар».

Ольга Черникова – многократная победительница Всемирных и Европейских игр Специальной Олимпиады, обучалась на дому, окончила профессиональное училище по специальности «Повар», считает занятия спортивной гимнастикой главным делом жизни и активно помогает своему тренеру, Павлу Королеву, в подготовке юных гимнастов.

В группе Татьяны Бородовициной Ольга Беспалова стала многократной победительницей Всероссийских и Европейских игр Специальной Олимпиады – 2006 г. в Риме, окончила специальную (коррекционную) школу-интернат, профессиональное училище по специальности «Штукатур-маляр», работает.

Светлана Кузнецова – многократная победительница Всероссийских и Европейских игр Специальной Олимпиады – 2014 в Антверпене (Бельгия), окончила специальную (коррекционную) школу-интернат, профессиональное училище по специальности «Повар», работала в столовой, вышла замуж, воспитывает двух детей.

Ольга Яковлева – победительница Всероссийских игр Специальной Олимпиады по художественной гимнастике, окончила специальную (коррекционную) школу-интернат, профессиональное училище по специальности «Повар», работает в кафе.

Елизавета Натарова – призер Всероссийских игр Специальной Олимпиады, окончила специальную (коррекционную) школу-интернат, вышла замуж, ждет ребенка.

Это примеры результатов комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья средствами адаптивного спорта (движения Специальной Олимпиады).

За прошедшие годы удалось распространить опыт работы в программе Специальной Олимпиады, помогая созданию новых территориальных организаций. На примере открытой в Воронеже спортивно-адаптивной школы разработаны нормативные документы для учреждения в стране аналогичных организаций.

С 2015 года стремлюсь вносить свой вклад в развитие движения Специальной Олимпиады, являясь членом Совета Лидеров Европы/Евразии.

В 2017–2018 г.г. вместе со студентами реализован проект по формированию у сельских (учащихся школы) и городских (студентов колледжа Воронежского филиала университета правосудия) подростков толерантного отношения к лицам с интеллектуальными нарушениями (на примере гимнастов в программе Специальной Олимпиады). Проект представлен на Всероссийском конкурсе Министерства образования РФ в Сочи, где занял 3 место.

Своим опытом работы делюсь с другими: в марте сего года по приглашению Федерации гимнастики Азербайджана мною был проведен обучающий семинар для тренеров по адаптивному спорту и гимнастике в движении Специальной Олимпиады.

Удалось наладить связь между Федерацией гимнастики и организацией Специальной Олимпиады Азербайджана. Очень надеюсь, что на Всемирных играх в Абу-Даби-2019 мы увидим команду азербайджанских гимнастов<sup>2</sup>.

### **Литература:**

- Бегидов, М. В. Социальная защита инвалидов: методическое пособие/М. В. Бегидов, Т.П. Бегидова. – Воронеж: ООО «Издательство РИТМ», 2016. – 80 с. (Лауреат Всероссийского конкурса на лучшую научную книгу 2016 года среди преподавателей высших учебных заведений и научных сотрудников научно-исследовательских учреждений, проводимого Фондом развития отечественного образования в целях поддержки научных исследований ученых, в номинации «Педагогика и психология»)
- Тамара Бегидова: Думаю, что на ближайших Играх Special Olympics Азербайджан может быть представлен командой по гимнастике/[Электронный ресурс]. – URL: <http://www.azerisport.com/gymnastics/20180401133248786.html>, [дата обращения 05.04.2018]

---

<sup>2</sup> Тамара Бегидова: Думаю, что на ближайших Играх Special Olympics Азербайджан может быть представлен командой по гимнастике/ [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.azerisport.com/gymnastics/20180401133248786.html>, [дата обращения 05.04.2018]