

Tamara Pawłowna Begidova

kandydat na stanowisko profesora nauk pedagogicznych
Państwowy Instytut Wychowania Fizycznego w Woroneżu
Woroneż, Rosja

Rehabilitacja osób o ograniczonych możliwościach zdrowotnych uprawiających sporty adaptacyjne (Ruch Olimpiad Specjalnych)

Streszczenie

Od przeszło 50. lat międzynarodowy Ruch Sportowy Olimpiad Specjalnych uczestniczy w rehabilitacji osób niepełnosprawnych.

Niniejszy artykuł prezentuje prawdziwe przykłady wieloletniej kompleksowej rehabilitacji i integracji społecznej osób niepełnosprawnych, korzystających z adaptacyjnego wychowania fizycznego i sportów adaptacyjnych.

Z inicjatywy autorki artykułu w Woroneżu otwarto szkołę sportową dla dzieci z różnych grup chorób nozologicznych; utworzono również wydział terytorialny Olimpiad Specjalnych Rosji, a w Państwowym Instytucie Kultury Fizycznej w Woroneżu rozpoczęto kształcenie licencjatów i magistrów w zakresie adaptacyjnego wychowania fizycznego.

Doświadczenie wyniesione z rehabilitacji osób niepełnosprawnych uprawiających sporty adaptacyjne znajduje odzwierciedlenie w publikacjach naukowych, dokumentach i projektach regulacyjnych oraz jest rozpowszechniane w różnych regionach Rosji i na terenie innych państw.

Słowa kluczowe: niepełnosprawność, niedotlenienie, pływanie, zawody, adaptacyjne wychowanie fizyczne, sport adaptacyjny, socjalizacja

Przy okazji obchodzenia 50-lecia ruchu Olimpiad Specjalnych, każdy z nas wspomina jego założycielkę – Eunice Kennedy Shriver, która udowodniła korzystny wpływ wykonywania regularnych ćwiczeń fizycznych i uprawiania sportu na zdrowie oraz samopoczucie osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Odegrała ona również ważną rolę w życiu mojej rodziny.

Nie ma osoby, która byłaby wolna od zmartwień. Mój syn, po przebyciu operacji szczękowo-twarzowej, w wieku 4 lat, w wyniku niedotlenienia i śmierci klinicznej stał się osobą niepełnosprawną z powodu zaniedbania ze strony personelu medycznego. Śpiączka, miesiąc spędzony na oddziale intensywnej terapii, sonda, odleżyny, tracheotomia...

Studiując literaturę naukową w czasie, gdy leżał na oddziale intensywnej terapii, dowiedziałam się, że do roku 1992 stan niedotlenienia nie był wystarczająco szczegółowo poznany, a prognoza profesora wykonującego operację na temat stanu zdrowia mojego syna, niosła rozczarowanie: „Jedyne, co możesz zrobić, to zaufać Bogu lub liczyć na cud...”. Dwa miesiące po przeprowadzeniu operacji badanie komputerowe wykonane w klinice Burdenko wykazało u niego zanik mózgu.

Za sobą miałam zarówno zwycięstwa, jak i przegrane w drużynie ZSRR w gimnastyce i akrobatyce, ukończone dwa kierunki studiów wyższych, studia podyplomowe oraz obroniony doktorat w Moskwie. Byłam również uparta i miałam ogromne pragnienie zrobienia wszystkiego, co w mojej mocy, dla mego ukochanego dziecka.

Pierwsze zajęcia w szpitalu obejmowały gimnastykę pasywną, masaże, słuchanie nagrań syna, pokazywanie zdjęć, czytanie książek oraz konsultacje ze specjalistami z Centrum Medycyny Tradycyjnej. Moim celem była rehabilitacja dziecka w maksymalnie możliwym zakresie. Po 6. miesiącach, w dniu wypisywania ze szpitala, syn poruszał się z trudem, ale w sposób samodzielny, a jego ojciec, który najwyraźniej nie chciał radzić sobie z trudnościami, od nas odszedł.

W roku 1993 w Państwowym Instytucie Wychowania Fizycznego w Woroneżu zorganizowano z mojej inicjatywy imprezy sportowe dla dzieci niepełnosprawnych, dzięki którym usłyszano o nas – początkowo na terenie Wielkiej Brytanii (Van Roy), a następnie w Moskwie (prezydent Olimpiad Specjalnych Rosji, A. Pawłow).

W roku 1999 w Rosji zarejestrowano Olimpiady Specjalne. W tym samym roku, jako Gość Honorowy, udałam się na Letnie Igrzyska Świata w USA, zabierając ze sobą swojego syna i tym samym spełniając jego marzenie o odwiedzeniu Ameryki. Misza pluskał się w basenie i bawił na korytarzu z wnukami Eunice, pokazując sobie nawzajem różne ćwiczenia gimnastyczne.

W trakcie kolejnej wizyty, po rozmowie z nami, Eunice Kennedy Shriver zdjęła jego identyfikator i napisała na nim: „Wróć!”

W tym samym roku w Woroneżu otwarto z mojej inicjatywy pierwszą w kraju szkołę sportową dla dzieci niepełnosprawnych oraz utworzono oddział Olimpiad Specjalnych Rosji. Misza rozpoczął naukę pływania pod okiem Władimira Siwoldajewa, który został jego trenerem, zastąpił mu ojca i został moim mężem.

Wspólnie opracowaliśmy program ruchu Olimpiad Specjalnych, jego podprogramy i inne obszary sportów adaptacyjnych.

Dzięki programowi Uniwersyteckich Olimpiad Specjalnych na terenie Europy/Eurazji, w których brałam udział, w Woroneżu wdrożono specjalizację „Adaptacyjna Kultura Fizyczna”. Organizujemy różnorodne zawody, wydarze-

nia oraz obozy sportowe i fitness w celu wszechstronnego rozwoju sportowców wszystkich grup nozologicznych z wykorzystaniem praktyki edukacji olimpijskiej. Organizujemy również seminaria i konferencje na różnych poziomach wiedzy, prowadzimy prace badawcze oraz publikujemy artykuły, podręczniki i monografie.

Michaił Begidov był jedną z tych osób, dla których otwarto szkołę i który spełnił wymagania Eunice Kennedy Shriver – w 2002 roku został mistrzem Europy w Monako, dwukrotnym srebrnym medalistą Światowych Igrzysk Olimpiad Specjalnych w Chinach w 2007 roku, a następnie mistrzem sportowym, siedmiokrotnym mistrzem i rekordzistą Rosji w pływaniu osób niepełnosprawnych z porażeniem układu mięśniowo-szkieletowego według zasad Komitetu Paraolimpijskiego.

W listopadzie 2008 r. Michaił wrócił do Stanów Zjednoczonych, gdzie po raz kolejny pokonał samego siebie i przewyciężył własne ograniczenia, startując w Międzynarodowym Maratonie w Nowym Jorku, w trakcie którego pokonał dystans 42 km 195 m!

Nasze sukcesy to nie tylko wyniki sportowe naszych uczniów (zwycięstwa na Igrzyskach Świata Olimpiad Specjalnych, w Mistrzostwach Świata i Europy w Programie Paraolimpijskim), ale również ogromne sukcesy w zakresie rehabilitacji i integracji osób niepełnosprawnych.

Michaił został zwycięzcą regionalnej Olimpiady Miejskiej, laureatem Złotego Funduszu na rzecz Dzieci Regionu Woroneża w roku 2003, stypendystą Rosyjskiego Funduszu na rzecz Dzieci Rosji w roku 2004, zdobywcą Złotego Lwa w roku 2007, laureatem Złotego Funduszu Regionu Woroneża „Nowe Twarze” w roku 2007, laureatem Ogólnorosyjskiej Nagrody Wspierania Utalentowanej Młodzieży w roku 2008, uczestnikiem Ogólnorosyjskiego Forum Laureatów „Breakthrough” w roku 2009 oraz zwycięzcą olimpijskiej sesji naukowej studentów i młodych naukowców Rosji w roku 2010. Mimo braku umiejętności pisanie, ukończył studia prawnicze na Wydziale Prawa Uniwersytetu Państwowego w Woroneżu w gronie najlepszych absolwentów.

Michaił Begidov z powodzeniem łączy pracę w banku z pracą nauczyciela na 1/4 etatu w Państwowym Instytucie Kultury Fizycznej w Woroneżu, dzieląc się swoją wiedzą i doświadczeniem z przyszłymi specjalistami w dziedzinie adaptacyjnego wychowania fizycznego.

Michaił zaliczył przynajmniej dwa egzaminy, jest autorem ponad 30. publikacji naukowych oraz realizował państwowe zadania budżetowe i naukowe Ministerstwa Sportu Federacji Rosyjskiej. Wielokrotnie przemawiał podczas konferencji naukowych i praktycznych, w tym na sesji plenarnej Międzynarodowej Konferencji Naukowej w Mińsku (Białoruś) w 2014 roku. W 2017 roku otrzymał podziękowania od Ministra Sportu Federacji Rosyjskiej oraz zorganizowano również konkurs na stanowisko starszego wykładowcy w VSIPE. Został laureatem

Ogólnorosyjskiego Konkursu na Najlepszą Książkę Naukową roku 2016 za podręcznik „Ochrona socjalna osób niepełnosprawnych”¹. Obecnie zapewnia wsparcie prawne dla organizacji publicznych zrzeszających osoby niepełnosprawne. Prowadzi samodzielne życie.

W grupie pływackiej trenera Władimira Siwoldajewa istnieje szereg przykładów skutecznej rehabilitacji.

Ekaterina Krynina jest wielokrotną laureatką ogólnorosyjskich zawodów w ramach programu Olimpiad Specjalnych oraz mistrzynią świata w Letnich Igrzyskach Olimpiad Specjalnych w Irlandii (Dublin). W latach 2005–2009 była członkiem rosyjskiej reprezentacji narodowej w ramach Programu Paraolimpijskiego (sporty dla osób niepełnosprawnych umysłowo); jest również wielokrotną mistrzynią Rosji, zwyciężczynią zawodów międzynarodowych oraz finalistką Mistrzostw Europy i Świata. Przez długi czas była najlepszą zawodniczką rosyjskiej reprezentacji narodowej.

Katia jest laureatką Złotego Funduszu na rzecz Dzieci (2003) oraz stypendystką Funduszu na rzecz Dzieci z Regionu Woroneża w roku szkolnym 2003–2004. Była wielokrotnie nagradzana licznymi dyplomami (w tym również ze strony władz miasta i regionu) za swoje osiągnięcia sportowe. Ukończyła również szkołę specjalną (korekcyjną) oraz szkołę zawodową w zakresie specjalizacji „tynkarz, malarz, kafelkarz”, a także pracowała na farmie królików. Poślubiła studenta z zagranicy, a obecnie wychowuje dwoje dzieci.

Olga Kochetova jest wielokrotną laureatką ogólnorosyjskich zawodów, mistrzynią Europy w ramach programu Olimpiad Specjalnych z 2002 roku w Monako, jak również laureatką rosyjskich mistrzostw w ramach programu paraolimpijskiego (sport dla osób niepełnosprawnych umysłowo). Ukończyła szkołę specjalną (korekcyjną) oraz szkołę zawodową z profesją „tynkarz, malarz”. Ma męża i troje dzieci.

Denis Razygrin jest wielokrotnym zwycięzcą ogólnorosyjskich zawodów oraz mistrzem Europy w ramach programu Olimpiad Specjalnych z 2002 w Monako oraz mistrzem Rosji w ramach programu paraolimpijskiego (sport dla osób niepełnosprawnych umysłowo). Ukończył szkołę specjalną (korekcyjną) i szkołę zawodową o zawodzie „tynkarz, malarz”. Pracuje jako sklepikarz.

Michaił Martynov jest laureatem nagrody ogólnorosyjskich konkursów w ramach programu Olimpiad Specjalnych. Ukończył szkołę średnią i studia medyczne, pracuje jako pielęgniarz w klinice medycznej.

¹ 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»).

Aleksander Bołdyriev jest zwycięzcą ogólnorosyjskich zawodów w ramach programu Olimpiad Specjalnych. Ukończył szkołę specjalną (korekcyjną), pracuje jako ochroniarz w centrum handlowym.

Julia Goncharova jest zwyciężczynią ogólnorosyjskich zawodów w ramach programu Olimpiad Specjalnych. Ukończyła Voronezh Industrial and Humanitarian College na kierunku kwaciarstwo oraz technikum o tej samej specjalności.

Podobne przykłady można również znaleźć wśród gimnastyków. W zespole Pavla Koroleva Eugene Telkov był wielokrotnym zwycięzcą ogólnorosyjskich, a następnie Światowych Igrzysk Olimpiad Specjalnych w roku 2003 w Irlandii. Ukończył specjalną (korekcyjną) szkołę z internatem oraz szkołę zawodową. Pracuje, założył rodzinę i ma dwoje dzieci.

Andriej Vostrikov jest wielokrotnym zwycięzcą Ogólnorosyjskich, Europejskich i Światowych Igrzysk Olimpiad Specjalnych. Mimo że cierpi na zespół Downa, nauczył się samodzielnie trenować, monitorować swoją formę sportową i kontrolować apetyt, mając na uwadze swoje wyniki sportowe. Ukończył szkołę specjalną (korekcyjną) i szkołę zawodową z zawodem „kucharz”.

Olga Chernikova, wielokrotna zwyciężczyni Światowych i Europejskich Igrzysk Olimpiad Specjalnych, uczyła się w domu oraz ukończyła szkołę zawodową z dyplomem kucharza. Postrzega gimnastykę jako główną sferę swojego życia oraz aktywnie pomaga swojemu trenerowi, Pawłowi Korolewowi, w szkoleniu młodych gimnastyczek.

Z kolei Olga Bepalova z zespołu Tiatiany Borodovitsiny została wielokrotną laureatką Ogólnorosyjskich i Europejskich Igrzysk Olimpiad Specjalnych w roku 2006 w Rzymie. Ukończyła również specjalną (korekcyjną) szkołę z internatem oraz szkołę zawodową z zawodem „tynkarz, malarz”. Aktualnie pracuje.

Svetlana Kuznetsova, wielokrotna laureatka Ogólnorosyjskich i Europejskich Igrzysk Olimpiad Specjalnych z roku 2014 w Antwerpii (Belgia), ukończyła specjalną (korekcyjną) szkołę z internatem oraz szkołę zawodową z profesją kucharza. Po jej ukończeniu pracowała w stołówce, wyszła za mąż i ma dwoje dzieci.

Olga Jakowlewa, zwyciężczyni Ogólnorosyjskich Igrzysk Olimpiad Specjalnych w Gimnastyce Artystycznej, ukończyła specjalną (korekcyjną) szkołę z internatem oraz szkołę zawodową w zawodzie kucharza. Obecnie pracuje w kawiarni.

Elizaveta Natarova – zwyciężczyni Ogólnorosyjskich Igrzysk Olimpiad Specjalnych, ukończyła specjalną (korekcyjną) szkołę z internatem, wyszła za mąż i spodziewa się dziecka.

Są to przykłady wyników kompleksowej rehabilitacji i integracji społecznej osób z problemami zdrowotnymi z wykorzystaniem sportów adaptacyjnych (Ruch Olimpiad Specjalnych).

W ciągu ostatnich lat udało się rozpowszechnić dotychczasowe doświadczenia z realizacji programu Olimpiad Specjalnych, przyczyniając się do utworzenia kolejnych instytucji o charakterze terytorialnym. Na przykładzie szkoły sportowo-adaptacyjnej w Woroneżu opracowano odpowiednie dokumenty prawne na potrzeby stworzenia podobnych organizacji w całym kraju.

Od roku 2015 dokładam wszelkich starań, aby wspierać rozwój Ruchu Olimpiad Specjalnych, będąc członkiem Rady Europy/Liderów Euroazji.

W latach 2017–2018 wspólnie z moimi uczniami zrealizowaliśmy projekt mający na celu wypracowanie tolerancyjnego podejścia do osób z niepełnosprawnością intelektualną na obszarach wiejskich (uczniowie szkół) i miejskich (studenci filii Uniwersytetu Sprawiedliwości w Woroneżu) (np. gimnastycy w ramach programu Olimpiad Specjalnych). Projekt ten przedstawiony został podczas Ogólnorosyjskiego Konkursu Ministerstwa Edukacji Federacji Rosyjskiej w Soczi, na którym zajął 3 miejsce.

Swoim doświadczeniem dzielę się z innymi ludźmi: w marcu bieżącego roku na zaproszenie Azerbejdżańskiej Federacji Gimnastycznej poprowadziłam szkolenie skierowane do trenerów na temat sportów adaptacyjnych i gimnastyki w ramach Olimpiad Specjalnych.

Udało się nawiązać współpracę między Federacją Gimnastyczną a organizatorem Olimpiad Specjalnych w Azerbejdżanie. Mam ogromną nadzieję, że podczas Światowych Igrzysk w Abu Zabi w roku 2019 ujrzymy reprezentację gimnastyków z Azerbejdżanu².

Literatura

- 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](http://www.azerisport.com/gymnastics/20180401133248786.html), [дата обращения 05.04.2018]

² 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]