ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ УКРАЇНСЬКОГО ЦЕНТРУ ІНВАЛІДНОГО СПОРТУ «ІНВАСПОРТ» ТА ОСОБЛИВОСТІ ЙОГО ДІЯЛЬНОСТІ НА ЛЬВІВЩИНІ

Копій Ольга

Львівський державний інститут фізичної культури

Згідно даних статистичних служб 2 млн. 500 тис. чоловік в Україні офіційно причислені до осіб з фізичними та розумовими вадами. В той же час,всіма формами фізкультурно-реабілітаційної та спортивної роботи охоплено лише 16,7 тис. чоловік, що становить менше 1% від загальної кількості неповносправних.

Причиною такого стану справ є ряд об'єктивних чинників. Найбільше фізкультурно-реабілітаційну та спортивну роботу з інвалідами гальмує відсутність спеціалізованих спортивних споруд і обладнання, а також, недостача транспорту, пересування інвалідів до місць занять. Але першочерговою проблемою , на думку неповносправних, є те, що, перебуваючи в побутових умовах серед здорових людей, вони відчувають ставлення до себе, як до осіб «нижчого сорту». І цей дискомфорт відштовхує їх від активної життєдіяльності в суспільстві.

Все вищесказане вказує на потребу нагальної допомоги для неповносправних як з боку державних установ, так і з боку громадських організацій.

Останнім часом вирішенню зазначених проблем приділяється все більше уваги. Так, протягом останніх років в Україні для розвитку фізкультурно-реабіліаційної та спортивної роботи серед інвалідів створена така інфраструктура:

1) організовані Український, 25 обласних, Київський і Севастопольський міські центри інвалідного спорту «Інваспорт»;

2) 56 відділень регіональних центрів у великих містах 16 областей;

3) 48 фізкультурно-оздоровчих клубів інвалідів у 17 областях;

4) 17 спеціалізованих дитячо-юнацьких реабілітаційних спортивних шкіл (СДЮРСШ).

Крім того, постійно вводяться в дію відділення центрів у містах і селищах міського типу.

не дослідження впливу оточення на індивіда чи навпаки, а двостороння природа взаємозв'язку і трансакцій між організмами та оточенням. Це означає, що люди не тільки адаптуються до спільноти, до якої вони належать, але і беруть участь у створенні умов життя, до яких повинні адаптуватися. Принципи екологічного підходу по відношенню до інвалідів та їх сімей знайшли відображення у працях американських авторів Seligman, Darling.

Узагальнення досліджень, що ведуться у різних напрямах, та досвіду роботи з інвалідами у всіх країнах світу дає підстави виділити два рівні соціальної допомоги молодим інвалідам:

Перший рівень – фізична реабілітація, корекція психофізичного розвитку. На цьому рівні вирішуються особливі проблеми та задовольняються особливі потреби особистості. Фізична реабілітація та психологічна корекція здійснюються на індивідуальній основі. Так, реабілітація хворих на поліміеліт залежить від особливих потреб кожної людини. В той час як одні з них потребують спеціальних вправ, іншім необхідні ортопедичні апарати. Другий рівень – соціально-психологічна реабілітація, під час якої реалізуються соціальні потреби людини: допомога у комунікації, профорієнтації, навчанні, працевлаштуванні, створенні власної сім'ї.

Таким чином соціальна робота з молодими інвалідами повинна грунтуватися на процесі взаємної адаптації особистості і суспільства. З одного боку суспільство повинно пристосуватись до специфічних потреб інвалідів, створюючи умови для їх самореалізації. Водночас молода людина засвоює певні норми, цінності, формує у себе навички соціальної поведінки та соціальної активності.

Роботу з інвалідами проводять понад 600 фізкультурних працівників, причому, їх кількість у порівнянні з 1994 роком зросла на 146. Фізкультурно-реабілітаційні групи відвідують більше 7,4 тис. неповносправних (в 1994-році їх було лише 2,5 тис. чоловік), а кількість інвалідів, які займаються в СДЮРСШ і спортивних секціях становить 9,3 тис. чоловік, що на 1,6 тис. більше, ніж було залучено в 1994 році.

Фізкультурно-реабілітаційна і спортивна робота проводиться з неповносправними 4 нозологій, серед яких 5,4 тис. чоловік з вадами слуху і мови, 4,9 тис. чоловік з пошкодженнями опорно-рухового апарату, 3,8 тис. сліпих і слабозорих, 2,5 тис. чоловік з вадами розумового і фізичного розвитку.

В центрах інвалідного спорту «Інваспорт» культивуються 19 видів спорту. Так, серед глухих поширення набули вільна і греко-римська боротьба, армреслінг; лижні гонки, спортивне орієнтування, плавання, кульова стрільба, туризм, настільний теніс, футбол, шашки, шахи. Серед інвалідів з пошкодженнями опорно-рухового апарату культивуються армреслінг, волейбол сидячи, легка атлетика, плавання, стрільба з лука, спортивне орієнтування, пауерліфтінг, теніс, настільний теніс, футбол, шашки, шахи.

Інваліди з вадами зору займаються армреслінгом, ганболом, дзюдо, легкою атлетикою, ролінгболом, плаванням, туризмом, шашками, шахами, а інваліди з вадами розумового і фізичного розвитку перевагу надають баскетболу, волейболу, легкій атлетиці, лижним гонкам, плаванню, настільному тенісу, футболу, шахам, шашкам.

Створення СДЮРСШ дозволило залучити до активних занять фізичною культурою і спортом 6,9 тис. дітей і підлітків.

В різних областях України робота з неповносправними відзначається своїми особливостями. На Львівщині обласний центр спорту інвалідів «Інваспорт» створено в 1993 році. Його відділення відкриті в Бродівському, Миколаївському і Стрийському районах. В області функціонують 19 спецшкіл-інтернатів і 2 дошкільних заклади, в яких діють 35 спортивно-оздоровчих груп для дітей-інвалідів.

Облцентр «Інваспорт» проводить роботу з неповносправними в фізкультурно-реабілітаційних групах і спортивних секціях. В фізкультурно-реабілітаційних групах

задіяно лише 64 чоловік, що значно менше, ніж в інших областях України. В той же час, набагато більше зусиль спрямовано на активізацію спортивної роботи в області. Так, до спортивних секцій залучено 255 інвалідів 4 нозологій, серед яких 88 інвалідів з вадами зору, 83 інваліди з вадами слуху і мови, 45 інвалідів з пошкодженнями опорно-рухового апарату і 39 інвалідів з вадами розумового і фізичного розвитку.

При облцентрі «Інваспорт» працює СДЮРСШ «Галичина», де діти і дорослі займаються в спортивних секціях з 10 видів спорту, а саме: інваліди з вадами зору – гандболом, легкою атлетикою, ролінгболом, плаванням, шашками, шахами; інваліди з вадами слуху і мови – греко-римською боротьбою, легкою атлетикою, плаванням, настільним тенісом, футболом, шашками, шахами, інваліди з пошкодженнями опорно-рухового апарату – шашками, шахами, легкою атлетикою, плаванням, стрільбою з лука, пауерліфтінгом, інваліди з вадами розумового і фізичного розвитку – легкою атлетикою, настільним тенісом, шахами.

Вибір перелічених видів спорту пов'язаний із наявністю відповідних спортивних споруд і обладнання, а також, із підготовкою фахівців, які б могли кваліфіковано проводити заняття з інвалідами. Культивування на Львівщині інших видів спорту напряму залежить від створення належної матеріально-технічної бази.

Однак, масове залучення неповносправних до активних занять в фізкультурно-реабіліаційних групах та спортивних секціях, в певній мірі гальмується через наявність психологічної проблеми.

Розв'язання її вбачається у зміні ставлення громадскості до інвалідів на більш позитивне. А для цього доцільно збільшити проведення масових заходів за участю лише неповносправних, або неповносправних і здорових людей, а також, у формуванні відповідної громадської думки через засоби масової інформації.

Таким чином, не зважаючи на низку проблем, на Львівщині ведеться посильна робота по залученню інвалідів до активної життєдіяльності. Особливо слід відмітити високий рівень функціонування спортивних секцій. Однак, такий стан справ не можна вважати задовільним. Покращення даної ситуації потребує, перш за все, підтримки та розуміння неповносправних з

боку громадськості, а також розробка методики застосування фізичних вправ під час фізкультурно-реабілітаційної та спортивної роботи з неповносправними різних нозологій.

ЗАСОБИ СПЕЦІАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ ЛИЖНИКІВ-ГОНЩИКІВ В РІЧНОМУ ЦИКЛІ ПІДГОТОВКИ

В.П. Крупський

Львівський державний інститут фізичної культури

Фізична і функціональна підготовка лижника-гонщика здійснюється різними способами. В процесі фізичної підготовки особлива увага приділяється розвитку швидкісно-силових якостей. Функціональна підготовка лижника передбачає розвиток систем організму спортсмена, які забезпечують досягнення спортивного результату. Вона визначає рівень розвитку основної фізичної якості лижника – витривалості. Розвиток швидкісно-силових якостей здійснюється в процесі загальної і спеціальної фізичної підготовки.

Спеціальна швидкісно-силова підготовка в основному здійснюється під час виконання спеціальних підготовчих вправ (крокова імітація, стрибкова імітація з лижними палицями, лижороллери, штучна лижня) в безсніжну пору року і під час пересування на лижах взимку. Але немає певності, з допомогою яких вправ, як і коли формуються, як виявляються швидкісно-силові якості на різних швидкостях в кожному способі підготовки. Таких досліджень, на жаль, мало. Дотепер немає відомостей про опорні реакції під час пересування на підйомах. Тому наші знання часто інтуїтивні. Проте за останній час накопичено дуже багато даних про швидкість, довжи ну і частоту кроків в різних ходах на відрізках різної крутості. Це дозволяє вивчити відрізки, на яких швидкість пересуваня в процесі кожного виду підготовки вища, ніж під час пересування на лижах, що свідчить про розвиток швидкісного компоненту фізичних якостей.

В нашому експерименті 1993/94 рр. взяли участь 116 лижників-студентів 18-21 років, які мали спортивну кваліфікацію від II розряду до МС.