**УДК 615.825-056.313:796.012.61(091)**

**DOI: 10.32626 / 2413-2578.2018-12.151-159**

**[[1]](#footnote-1) О.В. Колишкін**

[kolyshkin\_av@ukr.net](mailto:kolyshkin_av@ukr.net)

**Історичні аспекти розвитку адаптивної фізичної культури для осіб із розумовою відсталістю**

**Постановка проблеми.** Процеси гуманізації суспільного життя, які нині відбуваються, вимагають створення належних умов для соціальної адаптації та інтеграції мільйонів осіб з обмеженими можливостями. Створення оптимальних умов для життєдіяльності, відновлення втраченого контакту з оточуючим світом, успішного лікування, корекції та наступної психолого-педагогічної і фізичної реабілітації, соціально-трудової адаптації та інтеграції осіб з обмеженими можливостями, особливо дітей належить до першочергових державних завдань.

Зміна парадигми розвитку суспільства на нову концептуальну систему поглядів, відповідно до якої саме людина зі всіма її унікальними властивостями та особливостями утворює центр теоретичного осмислення соціальних явищ, призвела до перегляду ролі і місця осіб з обмеженими можливостями в суспільному житті, у тому числі і розумово відсталих.

Впровадження інноваційних технологій в галузі фізичної культури і спорту для осіб із розумовою відсталістю має на меті забезпечення системності формування компенсаторних механізмів у осіб означеної нозології, вивчення стадійності їхнього розвитку, залежності структури компенсації від часу появи дефекту, важкості та глибини ураження, рівня педагогічної допомоги, розкриття ролі сенситивних періодів розвитку тієї чи іншої функції у процесі компенсації дефекту і, нарешті, показ важливої ролі різних форм практичної діяльності як умови подолання впливу дефекту на фізичний, психічний і соціальний розвиток даних осіб [2].

Останнім часом активно формується ідеологія адаптивної фізичної культури як самостійного наукового напряму, основною метою якої є формування життєво та професійно важливих умінь та навичок, розвиток і вдосконалення фізичних та психологічних якостей осіб з обмеженими можливостями. Адаптивна фізична культура покликана за допомогою раціонально організованої рухової активності як природного стимулу життєдіяльності, використовуючи функції, які збереглися, залишкове здоров’я, природні фізичні ресурси та духовні сили осіб з обмеженими можливостями, максимально наблизити психофізичні можливості та особливості організму до вимог суспільства [3; 5].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Різним аспектам проблеми вивчення історичних аспектів розвитку адаптивної фізичної культури присвячені дослідження Н. Бакіної, О. Дмитрієва, С. Євсєєва, О. Колишкіна, Т. Круцевич, Ю. Лянного, І. Ляхової, Р. Чудної та ін. Дослідники наголошують на необхідності вивчення історичних аспектів в цій галузі, спрямованої на можливість отримати ключ до усвідомлення тенденцій розвитку адаптивної фізичної культури і спорту на теперішньому етапі та прогнозувати розвиток у майбутньому [1; 3; 4; 5]. Однак, незважаючи на значну кількість наукових праць, питання вивчення історичного підґрунтя розвитку адаптивної фізичної культури для осіб із розумовою відсталістю висвітлені недостатньо, вимагають поглибленого аналізу розвитку даної галузі з метою набуття відповідних знань і потребують подальшого обґрунтування.

**Мета статті** полягає у дослідженні та аналізу історичних аспектів розвитку адаптивної фізичної культури для осіб із розумовою відсталістю, в ході якого буде визначено актуальні проблеми, що характерні для сучасного етапу її розвитку.

**Виклад основного матеріалу.** За останнє десятиріччя в суспільній свідомості спостерігається процес поступової зміни ставлення до проблеми інвалідності. Відбувається зміщення акценту з підкреслення обмеженості можливостей осіб з особливими потребами до усвідомлення необхідності використання та збільшення наявного значного потенціалу для максимального прояву індивідуальних можливостей цих людей. У зв’язку з цим у 80–90-ті рр. ХХ ст. було розроблено і застосовано на практиці величезне число реабілітаційних моделей.

Останнім часом активно ставляться питання про те, яким вимогам повинна відповідати галузь знання, яка об’єднана під загальною назвою «адаптивна фізична культура», щоб одержати у світової спільноти загальновизнаний статус самостійної дисципліни та професії. Розробка концептуальної бази для цієї дисципліни в нашій країні на сьогодні знаходиться у стадії обговорення ідей.

Одним із значних досягнень ХХ ст. є усвідомлення й наукове обґрунтування вирішальної ролі рухової активності для реабілітації людей з особливими потребами. Зусилля державних органів, науковців і практиків спрямовані на пошук шляхів оптимального використання засобів фізичної культури і спорту для зміцнення здоров’я, досягнення необхідного рівня працездатності і адаптації неповносправних осіб до суспільства [4].

Аналізуючи світовий досвід розвитку фізкультурно-оздоровчого та спортивного руху осіб з обмеженими можливостями можна виділити такі етапи його розвитку:

І – лікувальна фізична культура – 1945–1947 рр.;

ІІ – реабілітаційний спорт – 1948–1959 рр.;

ІІІ – адаптивний спорт (спорт інвалідів) – 1960 р. – до сьогодні [3].

Питання фізичної культури для осіб з особливостями інтелектуального розвитку одним з перших почав розглядати В. Кащенко, який приділяв велику увагу лікувально-оздоровчим заходам (гімнастиці, іграм, масажу) при роботі у відкритій ним школі-санаторії [5]. Провідний дефектолог О. Граборов ще у 1920 р. розробляв проблему залучення розумово відсталих дітей до різноманітної діяльності, яка вимагає певних м’язових зусиль [3].

На початку ХХ ст. особливе значення в спеціальній школі надавалося навчальному предмету, який мав назву «психічна ортопедія» (це була система вправ, яка була спрямована на корекцію психічних недоліків, в числі яких були рухи для вдосконалення дрібної моторики (пальців рук). Крім того, до навчального плану спеціальної школи було включено разом з уроками малювання, співу, ручної праці й виконання фізичних вправ.

З 1960 р. до навчального плану спеціальних шкіл введені уроки фізичного виховання. Одним з перших, хто почав досліджувати рухові здібності розумово відсталих дітей, був Н.  Козленко (1962). За його даними, діти з особливостями інтелектуального розвитку значно відстають від учнів масової школи за всіма показниками розвитку моторики й особливо при виконанні завдань на точність [2].

У 1977 р. В. Мозговий, подолавши обмеження та заборони, став вивчати можливості засвоєння учнями спеціальних шкіл складних рухових дій (опорні стрибки) на уроках фізичної культури [3]. Він довів, що однією з основних умов успішного оволодіння цими діями є застосування правильно розробленої системи спеціальних вправ, які спрямовані в першу чергу на розвиток рухових якостей.

Завдяки зусиллям професора Б. Сермєєва та його наукової школи  
(Р. Бєлов, О. Дмитрієв, А. Плешаков, А. Самилічев, В. Туманцев та ін.) у середині 70-х рр. розпочався активний етап розвитку адаптивної фізичної культури, в ході якого акцентувалась увага на розвитку рухових якостей дітей із розумовою відсталістю [1; 5].

Історія адаптивного спорту для осіб із розумовою відсталістю  
(в рамках руху «Спешиал Олімпікс») йде своїм корінням у 60-ті рр. ХХ ст., коли в червні 1963 р. Юніс Кеннеді Шрайвер відкрила у своєму власному будинку в Меріленді (Сполучені Штати Америки (США) літній табір для дітей і дорослих із розумовою відсталістю з метою вивчення їх фізичних здібностей до різних видів спорту [2; 3].

Перший досвід показав, що людям, які мають розумову відсталість, заняття фізичними навантаженнями приносять велике задоволення і сильний емоційний заряд бадьорості. Перші офіційні заняття довели, що фізичні можливості осіб означеної нозології, безмежні. Це дозволяє зробити висновок, що спорт стимулює розвиток особистісних якостей, які призводять до демонстрації високих спортивних результатів людьми із розумовою відсталістю.

Але найголовніший підсумок перших дослідів впровадження в практику адаптивного спорту полягав у тому, що цей вид діяльності не тільки сприяє фізичному розвитку й вдосконаленню тих, хто займається, але й дозволяє їм набути цінного соціального досвіду: спілкування, виконання різних ролей та функцій, позитивних емоцій [2; 5].

Починаючи з 1964 р. на території США організовуються сотні приватних організацій, які відкривають літні табори зі спортивною програмою для осіб із розумовою відсталістю. Ці програми фінансувалися із спеціально створеного фонду «Фандейшн Кеннеді». Такі спортивні табори діють у США і до сьогодні.

Розуміючи, що люди із розумовою відсталістю потребують ширших можливостей для досягнення високих спортивних результатів й участі у спортивних тренуваннях, Юніс Кеннеді Шрайвер організовує міжнародне змагання з 19 по 20 червня 1968 р. Це перші міжнародні ігри «Спешіал Олімпікс» на Солджер Філд в Чікаго, де 1 000 спортсменів з 26 штатів США та Канади змагалися з легкої атлетики та плавання.

У грудні 1968 р. відбулася офіційна реєстрація «Спешіал Олімпікс», яка створена як неприбуткова добродійна організація. Мета Спеціальної Олімпіади – надання допомоги всім людям із розумовою відсталістю в соціальній адаптації й самореалізації, створення для них можливості домогтися успіху, як на спортивній арені, так і за її межами.

«Спешіал Олімпікс» – це міжнародний спортивний рух, який забезпечує особам із розумовою відсталістю умови для занять фізичною культурою і спортом з раннього дитинства до глибокої старості. «Спешіал Олімпікс» – один із розповсюджених спортивних рухів такого роду тому, що є доступним, постійно удосконалюється і розвивається: він пропонує різноманітні спортивні програми, що орієнтуються на осіб із розумовою відсталістю і надає можливість кожному, хто забажає, знайти свій інтерес у цьому русі. Особливо ці ігри популярні у США. До їх програми входять такі літні види спорту як водні, легка атлетика, футбол, волейбол, баскетбол, настільний теніс, кеглі, ковзання на роликах, гімнастика і зимові види спорту – лижні гонки, хокей, фігурне катання [3].

ФілософієюСпеціальної Олімпіади є гарантування кожному спортсменові якісного тренування й чесних, рівних змагань. Спортсменам із будь-якими психічними й фізичними можливостями надається право змагатися на іграх на справедливому рівні, який потребує напруги.

Діяльність Спеціальної Олімпіади на місцевому, національному й міжнародному рівнях будується за принципами сучасного Олімпійського руху, але з урахуванням можливостей людей із розумовою відсталістю. Відмінність Спеціальної Олімпіади від Паралімпіади полягає у тому, що вона надає спортивні можливості особам із затримкою розумового розвитку на всіх рівнях атлетичних здібностей, у той час як Парлімпіада спрямована на видатні спортивні досягнення.

До 1970 р. всі змагання проходили на території США, і програма спортивної підготовки розповсюджувалася тільки на осіб із розумовою відсталістю, які мешкали в США й Канаді. Протягом багатьох років робилися спроби розповсюдження програми Спешіал Олімпікс на інші розвинені країни. І лише у червні 1970 р. були організовані міжнародні змагання в Парижі, де взяли участь близько 600 чоловік. Ці змагання продемонстрували, наскільки програма Спешіал Олімпікс цікава для всіх країн світу, і люди з цією патологією приймають її, із задоволенням змагаються та знаходять в цьому багато корисного.

У 1986 р. Організація об’єднаних націй оголосила зазначений рік міжнародним роком Спешіал Олімпікс. У 1988 р. Міжнародний комітет Спешіал Олімпікс приймає нову програму Юніфайд Спорт («об’єднаний спорт»). Першими видами спорту, які були включені до цієї програми, були бейсбол, волейбол, боулінг.

У VIII Міжнародних літніх іграх, які відбулись у 1991 р., взяло участь 76 країн та 6 000 спортсменів. Міжнародні літні Ігри 1995 р. у Нью-Хейвені (США) зібрали 7 200 учасників із 144 країн світу. У 2003 р. літня Спеціальна олімпіада була проведена в Дубліні (Ірландія), яка була проведена поза межами США, в яких брали участь 7000 атлетів із 150 країн світу, що змагались у 21 виді спорту.

У 2005 р. Зимові Спеціальні Олімпійські ігри були проведені в Нагано (Японія): біля 1800 атлетів із 84 країн конкурували в змаганнях. ХІІ літня Спеціальна олімпіада 2007 р. була проведена у Шанхаї (Китай), у 2011 р. – в Афінах (Греція). У 2013 р. Спеціальні Всесвітні зимові Олімпійські ігри пройшли в південнокорейському місці Пхьончхані, в яких брали участь близько 2,3 тис. спортсменів із 111 країн. Вони виступали в боротьбі за нагороди у восьми видах спорту: лижні гонки, снігоступи, гірські лижи, сноуборд, хокей на підлозі, ковзан’ярський спорт, фігурне катання та флорбол.

Сьогодні Спеціальна Олімпіада включає 50 спеціальних програм. Найпопулярнішими з них є: програма об’єднаних спеціальних ігор; програма підготовки рухової активності; програма «Мега-сіті»; партнерські клуби; спортсмени за прогрес; програма «Спортивні табори»; домашня тренувальна програма.

Участь у програмах Спеціальної Олімпіади можуть брати особи із розумовою відсталістю від 8 років та більше, незалежно від фізичного стану. Текст клятви Спеціальної Олімпіади говорить: «Дозволь мені перемогти, але якщо я перемогти не зможу, дозволь мені виявити сміливість у цій спробі».

Така популярність спеціального олімпійського руху може пояснюватись тим, що він стимулює розвиток і використання засобів фізичної культури і спорту для людей із розумовою відсталістю. Крім цього, активні заняття фізичною культурою і спортом здійснюють позитивний вплив на функціонування основних систем організму осіб із розумовою відсталістю, сприяючи тим самим розвитку корекційно-компенсаторних функцій, що дозволяє особам означеної нозології краще адаптуватися до суспільного життя.

**Висновки.** В ході проведеного дослідження та аналізу історичних аспектів розвитку адаптивної фізичної культури для осіб із розумовою відсталістю було з’ясовано, що зазначений вид діяльності не тільки сприяє фізичному розвитку й фізичній підготовленості тих, хто займається, але й дозволяє їм набути цінного соціального досвіду: спілкування, виконання різних ролей та функцій, позитивних емоцій. Реалізація процесу адаптивної фізичної культури для осіб із розумовою відсталістю допомагає їм в соціальній адаптації та самореалізації, надає для них можливості добитися успіху як на спортивній арені, так і за її межами, є найважливішим соціальним феноменом сучасності, яка втілює ідеї справедливості і гуманізму.

Перспективу подальшого дослідження вбачаємо в удосконаленні основних контурів освітнього, наукового, правового і інформаційного простору адаптивної фізичної культури.

**Бібліографія**

**Байкіна, Н. Г**. (2014). Індивідуальні методики адаптивної фізичної культури для осіб із сенсорними порушеннями : навч. посіб. для студентів ВНЗ. – Запоріжжя : ЗНУ, 2014. – 699 с. **Дмитриев, А. А.** (2002). Физическая культура в специальном образовании : учеб. пособ. для студ. высш. пед. учеб. завед. – М. : Академия. – 176 с. **Колишкін, О. В.** (2014). Теоретико-практичні основи адаптивної фізичної культури : навч. посіб. – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка. – 425 с. **Круцевич, Т.,** **Когут, І.** (2013). Передумови виникнення та розвитку адаптивного спорту. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві*, 1 (21), 336-342. **Частные методики** адаптивной физической культуры (2004) : учеб. пособ. / под ред. Л. В. Шапковой. – М. : Советский спорт. – 464 с.

**References**

**Bajkina, N. G**. (2014). Indy`vidual`ni metody`ky` adapty`vnoyi fizy`chnoyi kul`tury` dlya osib iz sensorny`my` porushennyamy` : navch. posib. dlya studentiv VNZ. – Zaporizhzhya : ZNU, 2014. – 699 s. [in Ukrainian]. **Dmy`try`ev, A. A.** (2002). Fy`zy`cheskaya kul`tura v specy`al`nom obrazovany`y` : ucheb. posob. dlya stud. vyssh. ped. ucheb. zaved. – M. : Akademy`ya. – 176 s. [in Russian]. **Koly`shkin, O. V.** (2014). Teorety`ko-prakty`chni osnovy` adapty`vnoyi fizy`chnoyi kul`tury` : navch. posib. – Sumy` : SumDPU imeni A. S. Makarenka.  
– 425 s. [in Ukrainian]. **Krucevy`ch, T.,** Kogut, I. (2013). Peredumovy` vy`ny`knennya ta rozvy`tku adapty`vnogo sportu. *Fizy`chne vy`xovannya, sport i kul`tura zdorov'ya u suchasnomu suspil`stvi*, 1 (21), 336-342. [in Ukrainian]. **Chastnye metodiki** adaptivnoj fizicheskoj kul'tury (2004): ucheb. posob./ pod red. L. V. Shapkovoj. – M. : Sovetskij sport. – 464 s. [in Russian]

Received 17.10.2018

Accepted 19.11.2018

1. © Колишкін О.В. [↑](#footnote-ref-1)