

Шевцова Ирина Ивановна

старший преподаватель

Покусаева Татьяна Сергеевна

студентка

ФГБОУ ВО «Ростовский государственный

университет путей сообщения»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

СПОРТ В ЖИЗНИ ДЕТЕЙ-ИНВАЛИДОВ

Аннотация: в представленной статье раскрывается актуальный вопрос значения спорта в жизни детей с ограниченными возможностями здоровья. В работе также выделены разновидности параспорта.

Ключевые слова: социализация детей-инвалидов, разновидности параспорта, значимость физической культуры, значимость спорта.

В наше время очевиден вопрос социализации инвалидов, особенно детей – инвалидов. Процесс социализации ребенка-инвалида должен протекать непосредственно посредством привлечения его к спорту и занятиям физической культурой. Сократ еще в глубокой древности сказал: «В каждом человеке – солнце. Только дайте ему светить». А спорт, как известно, считается именно тем течением, в котором индивид способен показать себя в полной мощи, т.е. предоставляет возможность «светить».

Воспитание ребенка-инвалида – весьма сложный процесс. Многие родители отказываются от своих малышей еще в родильном доме, так как для того чтобы воспитать подобного ребеночка, необходимо большое упорство и много сил. Однако, находятся родители, которые, не жалея себя, воспитывают «особенных» детей, нередко отдают их в спорт.

Родители таких детей сосредоточили внимание на том, что в течение всего дня у них присутствовало хорошее настроение, уменьшилась утомляемость, они, активно вступали в игры, позабыли о своих проблемах. Физиологическое

развитие выступает уже важным компонентом, они чувствуют собственную участие и собственную важность, у них поднимается личная самооценка.

Как правило, ребята с отклонениями подвергаются простудным болезням. Практические занятия выявили положительные результаты, и физиологическое развитие делает их состояние лучше. Помимо этого, взрослые удостоверились, что им также свойственно проявлять лидерские качества характера и постепенного перехода их на высококлассную стезю.

В настоящее время наше правительство большое внимание уделяет развитию спорта в стране именно для детей ограниченными возможностями. Открываются специальные средние учебные заведения и институты, проводятся соревнования для детей-инвалидов. В зависимости от предпочтений и болезни ребенка необходимо установить, каким видом спорта ему стоит заняться.

Разновидности параспорта могут быть разные, в зависимости от заболевания. Дети с младенческим церебральным параличом могут попробовать свои силы в плавании, занятиях велоспортом, бегом, конных выездах, боччи (игра с мячом). Однако им не рекомендованы силовые виды спорта, потому что это может послужить причиной ассиметричного развития и искривлению позвоночника, рук и ног.

Те детки, у кого с появления на свет нет ручки или ножки, а также перенесшие ампутацию конечности, имеют возможность заниматься легкой и тяжелой атлетикой, стрельбой из лука, фехтованием, плаванием, теннисом.

Дети с недостатком зрения, а также те, которые родились слепыми, могут бегать, упражняться вольной борьбой, лыжными гонками.

Однако начинать стоит с самого простого. Плаванье, ежедневная пробежка и разминка-зарядка, включающая самые простые упражнения. Нагрузку нужно давать постепенно. Важно, проводить занятия в игровой форме, чтобы ребенку не надоедало. И, безусловно, все необходимо делать под надзором доктора лечебной физической культуры и невролога. Когда же ребенок немного подрастет, пусть сам выберет спорт, каким пожелает заниматься -не стоит ему в этом

препятствовать. В случае инвалидности спорт способен стать делом всей жизни, как нередко и случается.

Значимость физической культуры и спорта в жизни детей-инвалидов:

– терапевтическое значение: занятия оздоровительной физкультурой и спортом – непосредственная модель врачебных процедур, которую возможно применять в качестве добавления к простым способам физиологической помощи. Вступая в состязание со своей личностью, стремясь усовершенствовать свою трудоспособность, инвалид учится справляться с переутомлением – главный признак на ранних стадиях восстановления;

– психологическое значение спорта как отдыха: инвалид должен расценивать очередную тренировку не только как победу, мышечную борьбу за возобновление сил, но и как источник радости. У спорта имеется существенное превосходство перед внешними физическими упражнениями – это фактор отдыха;

– физкультура и спорт – средство социализации инвалидов, сильный стимул возобновления либо установления контакта с находящимся вокруг обществом.

Занятие спортом не только сформирует физиологические и интеллектуальные способности, но и предоставит возможность ребенку-инвалиду получить положительные эмоции и найти свое место в жизни. Это отличный вариант доказать всем, но, во-первых, самому себе, что какие бы проблемы не настигли в жизни, даже в самой трудной ситуации можно добиться многого и выйти победителем.

Список литературы

1. Синцова Л.К. Проблемы социализации детей-инвалидов. – Барнаул: Шумановка, 1998. – 124 с.

2. Шапкова Л.В. Адаптивная физическая культура: Учеб. пособие. Серия: Физическая культура и спорт / Л.В. Шапкова, С.П. Евсеев, С.П. Евсеева, Д.В. Шапнова. – Советский спорт, 2004.