

# Адаптивная физическая культура

**Факелоносцы России  
в эстафете Паралимпийского огня  
в Пекине**

**АДАПТИВНОЕ  
ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ**  
**АДАПТИВНЫЙ СПОРТ**  
**АДАПТИВНАЯ  
ДВИГАТЕЛЬНАЯ РЕКРЕАЦИЯ**  
**ФИЗИЧЕСКАЯ  
РЕАБИЛИТАЦИЯ**  
**ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ  
ДВИГАТЕЛЬНАЯ  
АКТИВНОСТЬ**  
**КРЕАТИВНАЯ  
ТЕЛЕСНООРИЕНТИРОВАННАЯ  
ПРАКТИКА**



На одном из этапов эстафеты Паралимпийский огонь сопровождали сразу два российских представителя: Сергей Ещенко – директор Омского областного специализированного центра Паралимпийской подготовки и петербуржец Дмитрий Мосунов – руководитель комплексной научной группы Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры, курирующей сборную команду России по паралимпийскому плаванию.



Евсеев С. П., Шелков О. М., Баряев А. А.

## Аналитическая справка о XIII Паралимпийских играх 2008 года в Пекине (Китай) и участии в них сборной команды Российской Федерации

Таблица 13.

Количество комплектов медалей, участников соревнований по паралимпийским видам спорта и результаты выступлений сборной команды России на XIII Паралимпийских играх в Пекине (КНР) в 2008 году

| Виды спорта | Все участники                 |                              |                       |             |                                      | Результаты сборной команды России |            |           |               |                         |                       |       |
|-------------|-------------------------------|------------------------------|-----------------------|-------------|--------------------------------------|-----------------------------------|------------|-----------|---------------|-------------------------|-----------------------|-------|
|             | Количество комплектов медалей | Процент от общего количества | Количество участников |             | Количество участников сборной России | Количество медалей                |            |           | Всего медалей | Ранг по золотым медалям | Ранг по сумме медалей |       |
|             |                               |                              | стран                 | спортсменов |                                      | золотые                           | серебряные | бронзовые |               |                         |                       |       |
| 1           | Плавание                      | 140                          | 29,7                  | 62          | 547                                  | 34                                | 11         | 9         | 7             | 27                      | 5                     | 7     |
| 2           | Легкая атлетика               | 160                          | 33,9                  | 111         | 1028                                 | 39                                | 3          | 7         | 6             | 16                      | 13                    | 9-10  |
| 3           | Пауэрлифтинг                  | 20                           | 4,2                   | 74          | 203                                  | 9                                 | -          | 4         | -             | 4                       | 8                     | 5     |
| 4           | Дзюдо                         | 13                           | 2,8                   | 34          | 129                                  | 11                                | 1          | -         | 5             | 6                       | 7                     | 2     |
| 5           | Пулевая стрельба              | 12                           | 2,5                   | 44          | 140                                  | 6                                 | 2          | 1         | 3             | 6                       | 2                     | 3     |
| 6           | Настольный теннис             | 24                           | 5,1                   | 45          | 264                                  | 9                                 | 1          | 1         | -             | 2                       | 7                     | 9-11  |
| 7           | Футбол ДЦП (7х7)              | 1                            | 0,2                   | 8           | 95                                   | 12                                | -          | 1         | -             | 1                       | 2                     | 1-3   |
| 8           | Волейбол сидя                 | 2                            | 0,4                   | 14          | 181                                  | 12                                | -          | -         | 1             | 1                       | 3                     | 1-3   |
| 9           | Конный спорт                  | 11                           | 2,3                   | 28          | 73                                   | 2                                 | -          | -         | -             | -                       | -                     | 10-28 |
| 10          | Теннис в колясках             | 6                            | 1,3                   | 35          | 112                                  | 1                                 | -          | -         | -             | -                       | -                     | 8-35  |
| 11          | Академическая гребля          | 4                            | 0,9                   | 23          | 108                                  | 5                                 | -          | -         | -             | -                       | -                     | 10-23 |
| 12          | Фехтование в колясках         | 10                           | 2,1                   | 19          | 84                                   | 5                                 | -          | -         | -             | -                       | -                     | 10-19 |
| 13          | Стрельба из лука              | 9                            | 1,9                   | 28          | 134                                  | 1                                 | -          | -         | -             | -                       | -                     | 13-28 |
| 14          | Велоспорт (шоссей)            | 21                           | 4,5                   | 39          | 220                                  |                                   |            |           |               |                         |                       |       |
| 15          | Велоспорт (трек)              | 23                           | 4,9                   |             |                                      |                                   |            |           |               |                         |                       |       |
| 16          | Боччия                        | 7                            | 1,5                   | 20          | 88                                   |                                   |            |           |               |                         |                       |       |
| 17          | Парусный спорт                | 3                            | 0,6                   | 25          | 80                                   |                                   |            |           |               |                         |                       |       |
| 18          | Голбол                        | 2                            | 0,4                   | 14          | 119                                  |                                   |            |           |               |                         |                       |       |
| 19          | Баскетбол в колясках          | 2                            | 0,4                   | 14          | 264                                  |                                   |            |           |               |                         |                       |       |
| 20          | Футбол незрячие (БхБ)         | 1                            | 0,2                   | 6           | 60                                   |                                   |            |           |               |                         |                       |       |
| 21          | Регби в колясках              | 1                            | 0,2                   | 8           | 88                                   |                                   |            |           |               |                         |                       |       |
| Всего       |                               | 472                          | 100                   | 146         | 4017                                 | 146                               | 18         | 23        | 22            | 63                      | 8                     | 6     |

Зарегистрирован Министерством Российской Федерации по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций  
Регистрационный номер:  
ПИ № 77-3444 от 10 мая 2000 г.

Территория распространения:  
Российская Федерация,  
страны СНГ

**Издатели:**

Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт физической культуры

Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Международный Университет семьи и ребёнка им. Рауля Валленберга  
Специальный Олимпийский комитет Санкт-Петербурга

**Главный редактор**

Евсеев С. П.

**Зам. главного редактора**

Курдыбайло С. Ф.

**Редколлегия:**

Аксенова О. Э.  
Баряева Л. Б.  
Горелов А. А.  
Гутников С. В.  
Гутникова Т. А.  
Курамшин Ю. Ф.  
Литош Н. Л.  
Лопатина Л. В.  
Луценко С. А.  
Мосунов Д. Ф.  
Назарова Н. М.  
Николаев Ю. М.  
Пельменев В. К.  
Пономарев Г. Н.  
Ростомашвили Л. Н.  
Рубцова Н. О.  
Солодков А. С.  
Филиппов С. С.  
Хохлов И. Н.  
Хуббиев Ш. З.  
Царик А. В.  
Шапкова Л. В.

**Ответственный редактор**

Кораблев С. В.

**Контакт:**

(812) 714-49-13

E-mail:

SergeiKorablev@gmail.com

Для писем:

НГУ им. П. Ф. Лесгафта  
(для журнала «АФК»)  
ул. Декабристов, 35  
Санкт-Петербург, 190121, Россия

[www.afkonline.ru](http://www.afkonline.ru)

Подписной индекс по каталогу агентства «РОСПЕЧАТЬ»

**83035**

Номер подписан в печать 29. 12. 2008 г.

## Содержание

### Образование

- Евсеев С. П., Грецов А. Г.**  
Эффективная профилактика наркозависимости: вопросы и ответы 34
- Скляров С. В.**  
Опыт совершенствования образовательного процесса по формированию культуры здоровья студентов 50

### Научные исследования

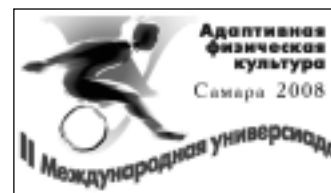
- Брискин Ю. А., Заневский И. Ф., Передерий А. В., Розторгуй М. С.**  
Модель классификации в паралимпийском пауэрлифтинге 17
- Дмитриев С. В.**  
Семантика тела, артпластика, эстетотерапия в технологиях образовательного развития человека с инвалидностью (Полемиические заметки) 21
- Бондаренко Г. И.**  
Актер-инвалид и зрители 30
- Селитренникова Т. А.**  
Анализ показателей детской инвалидности в г. Тамбове и Тамбовской области за 2003-2007 гг. 48

### Наш опыт

- Кораблев С. В.**  
Разработки нашли применение 3-я стр. обложки
- Мелихов В. В.**  
Адаптивная двигательная рекреация – один из главных способов социальной интеграции инвалидов 27
- Грецов А. Г.**  
«Астма-школа»: тренинг конструктивной жизни для подростков, больных бронхиальной астмой 38
- Гостев А. Ю.**  
Программа по реабилитационному велотуризму для слепых и слабовидящих людей 44
- Евсеев С. П., Кораблев С. В.**  
Итоги Универсиады АФК – 2008 53 и 4-я стр. обложки

### События, факты

- Евсеев С. П., Шелков О. М., Баряев А. А.**  
Аналитическая справка о XIII Паралимпийских играх 2008 года в Пекине (Китай) и участии в них сборной команды Российской Федерации 2 и 2-я стр. обложки
- Мосунов Д. Ф.**  
Факелоносцы России в эстафете Паралимпийского огня в Пекине 12 и 1-я стр. обложки
- Назаренко Ю. А., Тверяков И. Л., Мосунов Д. Ф., Клешнев И. В.**  
Пловцы – призеры Паралимпийских игр в Афинах (2004 г.) и Пекине (2008 г.) 16
- Гутников С. В.**  
Специальный олимпийский бал 20
- Кораблев С. В.**  
Благотворительная акция 33
- Аксенова О. Э.**  
ПОЗДРАВЛЯЕМ ЛАУРЕАТОВ! 43
- Новые публикации 43

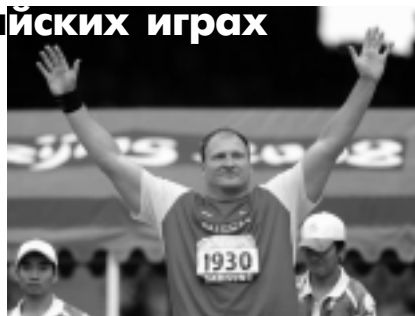


Этот номер журнала напечатан при финансовой поддержке Правительства Санкт-Петербурга

## Аналитическая справка о XIII Паралимпийских играх 2008 года в Пекине (КНР) и участии в них сборной команды Российской Федерации

Евсеев С. П., доктор педагогических наук, профессор  
Шелков О. М., кандидат педагогических наук, доцент  
Баряев А. А., кандидат педагогических наук  
ФГУ СПбНИИ физической культуры

Фотографии  
Екатерины Малыгиной  
www.rezeptsport.ru  
а также  
www.china.org.cn



Ключевые слова: итоги, результат, место, медали, рейтинг

Аннотация. В статье дана общая характеристика XIII Паралимпийских игр в Пекине (2008 г.), представлен анализ итогов выступления команды российских спортсменов-паралимпийцев.

## Analytic overview of the Beijing (China) 2008 Paralympic Games and participation of the Russian Federation National team

Dr. Evseev S.P., Professor  
Shelkov O.M., PhD, Assistant Professor  
Baryayev A.A., PhD

Federal State Institution 'Saint Petersburg Research Institute of Physical Culture'

Key words: results, standings, medals, rating

Abstract. The authors give general information about the Beijing 2008 Paralympic Games and results of their analysis regarding participation of the Russian Federation paralympic sportsmen.

### 1. Общая характеристика XIII Паралимпийских игр 2008 года в Пекине (Китай)

Паралимпийские игры являются вторым по масштабу и социальной значимости – после Олимпийских игр – мировым спортивным событием.

Внимание к ним со стороны мировой общественности увеличивается с каждым годом. Постоянно растет количество участников Паралимпийских игр и количество стран, делегирующих своих представителей на этот спортивный форум. Так, если на Паралимпийских играх в Риме (1960 год) приняло участие 400 человек, в Гейдельберге (1972 год) – 1000, в Сеуле (1988 год) – 3000, то на XIII играх в Пекине – уже более 4000 человек (если точно – 4017 человек).

Соответственно растет число стран, принимающих участие в Паралимпийских Играх:

1960 год – 23 страны,  
1972 год – 44 страны,  
1988 год – 62 страны,  
2008 год – 146 стран.

Одновременно с ростом количества стран-участниц Паралимпийских игр увеличивается и количество стран, представители которых завоевывают медали. Так, если в Сиднее (2000 год) медали завоевали представители 68 стран (золотые медали получили спортсмены 52 стран), в Афинах (2004 год) – представители 75 стран (золотые – 59 стран), в Пекине – 76 стран (золотые – спортсмены из 52 стран).

Увеличение количества стран и спортсменов, принимающих участие в Паралимпийских играх, расширение «географии» медалистов говорят о том, что в мировом сообществе все более отчетливо признается лично ориентированная гуманистическая концепция отношения государств и общества к инвалидам.

Некоторое снижение количества стран, представители которых завоевывали золотые медали, в Пекине (2008 год) по сравнению с Афинами (2004 год) обусловлено, на наш взгляд, очень успешным выступлени-

ем китайских спортсменов, завоевавших 89 золотых наград.

Высокими темпами растут результаты, показанные участниками Паралимпийских игр. Так, в Афинах в соревнованиях по легкой атлетике рекорды мира бились 144 раза, а рекорды Паралимпийских игр – 212 раз, в плавании – 96 и 156 раз, соответственно, в стрельбе из лука – 3 и 6 раз, в пулевой стрельбе – 10 и 3, в велоспорте – 17 и 6, в пауэрлифтинге – 9 и 3 раза. Такого обилия рекордов не было ни на одних предшествующих Паралимпийских играх.

В таблице 1 представлены виды спорта и страны, представителями которых установлены мировые рекорды в Пекине на XIII Паралимпийских играх.

Данные сведения позволяют констатировать, что в учебно-тренировочный процесс паралимпийцев, в конструирование и создание технических средств все активнее внедряется наука.

Хорошие позиции по количеству установленных во время соревнова-



Мировые рекорды, установленные на Паралимпийских играх-2008

Таблица 1.

| Место    | Страна            | Плавание  | Легкая атлетика | Велоспорт (трек) | Стрельба пулевая | Стрельба из лука | Пауэрлифтинг | Всего     |
|----------|-------------------|-----------|-----------------|------------------|------------------|------------------|--------------|-----------|
| 1        | Китай             | 18        | 32              | 1                | 0                | 3                | 3            | 57        |
| 2        | Украина           | 15        | 8               | 0                | 0                | 0                | 1            | 24        |
| 3        | США               | 16        | 3               | 3                | 0                | 1                | 0            | 24        |
| 4        | Великобритания    | 9         | 1               | 10               | 0                | 2                | 0            | 22        |
| 5        | Австралия         | 11        | 5               | 4                | 0                | 0                | 0            | 20        |
| <b>6</b> | <b>Россия</b>     | <b>12</b> | <b>3</b>        | <b>0</b>         | <b>3</b>         | <b>0</b>         | <b>0</b>     | <b>18</b> |
| 7        | Бразилия          | 8         | 4               | 0                | 0                | 0                | 0            | 12        |
| 8        | ЮАР               | 6         | 3               | 0                | 0                | 0                | 0            | 9         |
| 9        | Испания           | 9         | 0               | 0                | 0                | 0                | 0            | 9         |
| 10       | Канада            | 5         | 3               | 0                | 0                | 0                | 0            | 8         |
| 11       | Мексика           | 5         | 2               | 0                | 0                | 0                | 0            | 7         |
| 12       | Германия          | 1         | 5               | 1                | 0                | 0                | 0            | 7         |
| 13       | Польша            | 2         | 4               | 0                | 0                | 0                | 0            | 6         |
| 14       | Корея             | 1         | 1               | 0                | 2                | 2                | 0            | 6         |
| 15       | Ирландия          | 0         | 5               | 0                | 0                | 0                | 0            | 5         |
| 16       | Швеция            | 2         | 0               | 0                | 2                | 0                | 0            | 4         |
| 17       | Тунис             | 0         | 4               | 0                | 0                | 0                | 0            | 4         |
| 18       | Белоруссия        | 3         | 0               | 0                | 0                | 0                | 0            | 3         |
| 19       | Куба              | 0         | 3               | 0                | 0                | 0                | 0            | 3         |
| 20       | Новая Зеландия    | 2         | 0               | 1                | 0                | 0                | 0            | 3         |
| 21       | Алжир             | 0         | 3               | 0                | 0                | 0                | 0            | 3         |
| 22       | Нигерия           | 0         | 1               | 0                | 0                | 0                | 2            | 3         |
| 23       | Япония            | 1         | 1               | 1                | 0                | 0                | 0            | 3         |
| 24       | Иран              | 0         | 2               | 0                | 0                | 0                | 1            | 3         |
| 25       | Египет            | 0         | 0               | 0                | 0                | 0                | 3            | 3         |
| 26       | Греция            | 2         | 1               | 0                | 0                | 0                | 0            | 3         |
| 27       | Хорватия          | 0         | 3               | 0                | 0                | 0                | 0            | 3         |
| 28       | Финляндия         | 0         | 3               | 0                | 0                | 0                | 0            | 3         |
| 29       | Венгрия           | 2         | 0               | 0                | 0                | 0                | 0            | 2         |
| 30       | Дания             | 1         | 1               | 0                | 0                | 0                | 0            | 2         |
| 31       | Латвия            | 0         | 2               | 0                | 0                | 0                | 0            | 2         |
| 32       | Италия            | 1         | 0               | 1                | 0                | 0                | 0            | 2         |
| 33       | Нидерланды        | 1         | 1               | 0                | 0                | 0                | 0            | 2         |
| 34       | Кения             | 0         | 2               | 0                | 0                | 0                | 0            | 2         |
| 35       | Тунис             | 0         | 2               | 0                | 0                | 0                | 0            | 2         |
| 36       | Сингапур          | 2         | 0               | 0                | 0                | 0                | 0            | 2         |
| 37       | Кипр              | 1         | 0               | 0                | 0                | 0                | 0            | 1         |
| 38       | Саудовская Аравия | 0         | 1               | 0                | 0                | 0                | 0            | 1         |
| 39       | Чехия             | 0         | 1               | 0                | 0                | 0                | 0            | 1         |
| 40       | Иордания          | 0         | 1               | 0                | 0                | 0                | 0            | 1         |
| 41       | Словения          | 0         | 1               | 0                | 0                | 0                | 0            | 1         |
| 42       | Литва             | 0         | 1               | 0                | 0                | 0                | 0            | 1         |
| 43       | Гонконг           | 0         | 1               | 0                | 0                | 0                | 0            | 1         |
| 44       | Австрия           | 0         | 1               | 0                | 0                | 0                | 0            | 1         |
|          |                   | 136       | 115             | 22               | 7                | 8                | 10           | 298       |

новленных в Пекине – 298 (136 в плавании, 115 в легкой атлетике, 7 в пулевой стрельбе, 8 в стрельбе из лука и 10 в пауэрлифтинге).

Значительное превосходство по этим показателям продемонстрировала сборная команда Китая, более чем в 2 раза опередившая команды Украины, США, Великобритании, Австралии и более чем в 3 раза нашу команду.

Каковы же достижения стран-лидеров Паралимпийского движения?

В таблице 2 представлены результаты 15 команд на трех последних Паралимпийских играх (Пекин-2008, Афины-2004, Сdney-2000). В число 15-ти команд включены те спортсмены которых завоевали наибольшее количество золотых медалей (серебряных при равенстве количества золотых) на XIII Паралимпийских играх в Пекине. При анализе данных, представленных в этой и последующих таблицах, необходимо учитывать, что в Пекине разыгрывалось 472 комплекта наград, в Афинах – 520 комплектов, а в Сиднее – 550. Кроме того, в Пекине и Афинах не участвовали спортсмены, имеющие нарушения интеллектуальных функций.

Наиболее важными изменениями в программе соревнований были: включение в неё состязаний по академической гребле, а также сокращение комплектов разыгрываемых медалей приблизительно на десять процентов по сравнению с Афинами и на 14 по сравнению с Сиднеем.

ний в Пекине мировых рекордов занимает сборная команда России – шестое место среди 44 стран, чьи

спортсмены устанавливали рекорды. Внушительным выглядит и общее количество мировых рекордов, уста-

К сожалению, отсутствие представителей России в технических ко-

Таблица 2.  
Результаты сборных команд 15-ти стран, лучших по итогам XIII Паралимпийских игр в Пекине (2008 г.) в сравнении с результатами, показанными ими на XII (в 2004 г. в Афинах) и XI Паралимпийских играх (в 2000 г. в Сиднее)

| Сборные команды стран | Пекин-2008                 |           |           |           |           | Афины-2004               |                            |           |          |           | Сидней-2000 |                          |                            |           |           |           |           |                          |
|-----------------------|----------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|--------------------------|----------------------------|-----------|----------|-----------|-------------|--------------------------|----------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|--------------------------|
|                       | Рейтинг по золотым медалям | Медали    |           |           |           | Рейтинг по сумме медалей | Рейтинг по золотым медалям | Медали    |          |           |             | Рейтинг по сумме медалей | Рейтинг по золотым медалям | Медали    |           |           |           | Рейтинг по сумме медалей |
|                       |                            | Зол.      | Сер.      | Бр.       | Всего     |                          |                            | Зол.      | Сер.     | Бр.       | Всего       |                          |                            | Зол.      | Сер.      | Бр.       | Всего     |                          |
| Китай                 | 1                          | 89        | 70        | 52        | 211       | 1                        | 1                          | 63        | 46       | 32        | 141         | 1                        | 6                          | 34        | 22        | 16        | 72        | 8                        |
| Великобритания        | 2                          | 42        | 29        | 31        | 102       | 2                        | 2                          | 35        | 30       | 29        | 94          | 3                        | 2                          | 41        | 43        | 47        | 131       | 2                        |
| США                   | 3                          | 36        | 35        | 28        | 99        | 3                        | 3                          | 27        | 22       | 39        | 88          | 4                        | 5                          | 35        | 39        | 35        | 109       | 3                        |
| Украина               | 4                          | 24        | 18        | 32        | 74        | 5                        | 6                          | 24        | 12       | 19        | 55          | 9                        | 36                         | 3         | 20        | 14        | 37        | 13                       |
| Австралия             | 5                          | 23        | 29        | 27        | 79        | 4                        | 5                          | 26        | 37       | 36        | 99          | 2                        | 1                          | 63        | 38        | 47        | 148       | 1                        |
| Южная Африка          | 6                          | 21        | 3         | 6         | 30        | 13-14                    | 13                         | 15        | 13       | 7         | 35          | 13                       | 13                         | 13        | 12        | 13        | 38        | 12                       |
| Канада                | 7                          | 19        | 10        | 21        | 50        | 10                       | 4                          | 27        | 19       | 24        | 70          | 7                        | 4                          | 38        | 33        | 25        | 96        | 5                        |
| <b>Россия</b>         | <b>8</b>                   | <b>18</b> | <b>23</b> | <b>22</b> | <b>63</b> | <b>6</b>                 | <b>11</b>                  | <b>16</b> | <b>8</b> | <b>17</b> | <b>41</b>   | <b>12</b>                | <b>14</b>                  | <b>12</b> | <b>11</b> | <b>12</b> | <b>35</b> | <b>14</b>                |
| Бразилия              | 9                          | 16        | 14        | 17        | 47        | 11                       | 15                         | 13        | 12       | 7         | 32          | 15                       | 24                         | 6         | 10        | 6         | 22        | 23                       |
| Испания               | 10                         | 15        | 21        | 22        | 58        | 8                        | 7                          | 20        | 26       | 22        | 68          | 8                        | 3                          | 39        | 30        | 38        | 107       | 4                        |
| Германия              | 11                         | 14        | 25        | 20        | 59        | 7                        | 8                          | 19        | 28       | 32        | 79          | 5                        | 10                         | 15        | 42        | 37        | 94        | 6                        |
| Франция               | 12                         | 12        | 21        | 19        | 52        | 9                        | 9                          | 18        | 26       | 30        | 74          | 6                        | 7                          | 30        | 28        | 28        | 86        | 7                        |
| Корея                 | 13                         | 10        | 8         | 13        | 31        | 12                       | 16                         | 11        | 11       | 6         | 28          | 19                       | 9                          | 18        | 7         | 7         | 32        | 16                       |
| Мексика               | 14                         | 10        | 3         | 7         | 20        | 20                       | 14                         | 14        | 10       | 10        | 34          | 14                       | 17                         | 10        | 12        | 12        | 34        | 14                       |
| Тунис                 | 15                         | 9         | 9         | 3         | 21        | 19                       | 22                         | 8         | 7        | 3         | 18          | 26-27                    | 27                         | 6         | 4         | 1         | 11        | 35-37                    |

митетах по видам паралимпийского спорта не позволяет нашей стране влиять на политику изменения программы соревнований (определение дисциплин, исключаемых из программы или вводимых в нее).

Как видно из таблицы 2 на Паралимпийских играх в Пекине-2008 по сравнению с паралимпийскими играми в Афинах-2004 только 7 команд сохранили свои места в десятке луч-

ших команд. Это сборные команды Китая, Великобритании, США, Украины, Австралии, Канады и Испании. Из десяти лучших команд выбыли сборные команды Германии (11-е место), Франции (12-е место) и Японии (17-е место).

В Пекине в число десяти лучших команд вошли: сборная команда Южно-Африканской республики (6-е место), занимавшая в Афинах и

Сиднее 13-е место; сборная команда России (8-е место), поднявшаяся на три места по сравнению с Афинами (11-е место) и на шесть мест по сравнению с Сиднеем (14-е место); а также сборная команда Бразилии (9-е место), шагнувшая на него с 15-го места в Афинах и с 24-го – в Сиднее.

В Пекине в добавление к перечисленным командам сохранили свои места в числе 15-ти лучших сборные

Таблица 3.  
Количество участников соревнований и результаты выступления 15-ти команд на XI (2000 г.), XII (2004 г.) и XIII (2008 г.) Паралимпийских играх (страны отобраны по результатам выступлений в Пекине в 2008 году)

| Сборные команды стран | Пекин-2008                 |                          |                     | Афины-2004                   |                            |                          | Сидней-2000         |                              |                            |                          |                     |                              |
|-----------------------|----------------------------|--------------------------|---------------------|------------------------------|----------------------------|--------------------------|---------------------|------------------------------|----------------------------|--------------------------|---------------------|------------------------------|
|                       | Рейтинг по золотым медалям | Рейтинг по сумме медалей | Колич-во участников | Рейтинг по колич. участников | Рейтинг по золотым медалям | Рейтинг по сумме медалей | Колич-во участников | Рейтинг по колич. участников | Рейтинг по золотым медалям | Рейтинг по сумме медалей | Колич-во участников | Рейтинг по колич. участников |
| Китай                 | 1                          | 1                        | 332                 | 1                            | 1                          | 1                        | 200                 | 3                            | 6                          | 8                        | 86                  | 14                           |
| Великобритания        | 2                          | 2                        | 209                 | 2-3                          | 2                          | 3                        | 168                 | 4                            | 2                          | 2                        | 219                 | 5                            |
| США                   | 3                          | 3                        | 209                 | 2-3                          | 3                          | 4                        | 238                 | 1                            | 5                          | 3                        | 288                 | 2                            |
| Украина               | 4                          | 5                        | 124                 | 11                           | 6                          | 9                        | 90                  | 14                           | 36                         | 13                       | 67                  | 17                           |
| Австралия             | 5                          | 4                        | 160                 | 7                            | 5                          | 2                        | 151                 | 7                            | 1                          | 1                        | 301                 | 1                            |
| Южная Африка          | 6                          | 13-14                    | 61                  | 21                           | 13                         | 13                       | 51                  | 20                           | 13                         | 12                       | 64                  | 19                           |
| Канада                | 7                          | 10                       | 148                 | 8                            | 4                          | 7                        | 147                 | 8                            | 4                          | 5                        | 172                 | 6                            |
| <b>Россия</b>         | <b>8</b>                   | <b>6</b>                 | <b>146</b>          | <b>9</b>                     | <b>11</b>                  | <b>12</b>                | <b>84</b>           | <b>16</b>                    | <b>14</b>                  | <b>14</b>                | <b>90</b>           | <b>11</b>                    |
| Бразилия              | 9                          | 11                       | 186                 | 4                            | 15                         | 15                       | 97                  | 13                           | 24                         | 23                       | 66                  | 18                           |
| Испания               | 10                         | 8                        | 136                 | 10                           | 7                          | 8                        | 160                 | 6                            | 3                          | 4                        | 224                 | 4                            |
| Германия              | 11                         | 7                        | 172                 | 5                            | 8                          | 5                        | 213                 | 2                            | 10                         | 6                        | 262                 | 3                            |
| Франция               | 12                         | 9                        | 121                 | 12                           | 9                          | 6                        | 136                 | 9                            | 7                          | 7                        | 158                 | 7                            |
| Корея                 | 13                         | 12                       | 79                  | 16                           | 16                         | 19                       | 82                  | 17                           | 9                          | 16                       | 89                  | 13                           |
| Мексика               | 14                         | 20                       | 67                  | 19                           | 14                         | 14                       | 77                  | 18                           | 17                         | 14                       | 77                  | 15                           |
| Тунис                 | 15                         | 19                       | 35                  | 30-31                        | 22                         | 18                       | 22                  | 27                           | 35-37                      | 10                       |                     |                              |

команды следующих стран: Германии, Франции, Мексики. Опустились сборные команды Японии с 10-го места в Афинах на 17-е место в Пекине, а также сборная Чешской республики с 12-го места в Афинах на 16-е место в Пекине.

вий успешного выступления сборных команд сопоставим ранги команд по золотым медалям, сумме медалей и количеству участников по этим показателям каждой из 15-ти лучших в Пекине команд.

В таблице 3 представлены данные

спортивных результатов с относительно небольшим количеством участников. Так, в Пекине (2008 г.) Украина заняла 4-е место с количеством участников 124 человека, а Южная Африка – 6-е место, имела всего 61 спортсмена, опередив значительно

Таблица 4.

Мультимедалисты Паралимпийских игр в Пекине-2008

| Место    | Страна         | Количество мультимедалистов | Число медалей, завоеванных мультимедалистами | Общее количество медалей | Процент медалей, завоеванных мультимедалистами | Место в общем зачете по сумме медалей |
|----------|----------------|-----------------------------|--|--------------------------|--|---------------------------------------|
| 1        | Китай          | 69                          | 185  | 211                      | 88%  | 1                                     |
| 2        | Великобритания | 32                          | 85   | 102                      | 83%  | 2                                     |
| 3        | США            | 29                          | 83   | 99                       | 84%  | 3                                     |
| 4        | Австралия      | 21                          | 66   | 79                       | 84%  | 4                                     |
| 5        | Украина        | 18                          | 50   | 74                       | 68%  | 5                                     |
| 6        | Испания        | 16                          | 41   | 58                       | 71%  | 8                                     |
| 7        | Германия       | 13                          | 31   | 59                       | 53%  | 7                                     |
| 8        | Франция        | 13                          | 30   | 52                       | 58%  | 9                                     |
| <b>9</b> | <b>Россия</b>  | <b>12</b>                   | <b>33</b>                                    | <b>63</b>                | <b>52%</b>                                     | <b>6</b>                              |
| 10       | Корея          | 12                          | 26   | 31                       | 84%  | 12                                    |

Вернулись в число 15-ти лучших сборные команды Кореи, занимавшая в Сиднее 9-е место и неудачно выступившая в Афинах (16-е место).

Впервые в число лучших 15-ти сборных команд попала бурно прогрессирующая команда Туниса (15-е место), которая в Афинах была 22-й, а в Сиднее заняла 27-е место.

Наибольший прогресс за период с 2004 по 2008 годы достигнут командами Южной Африки (с 13-го на 6-е место), России (с 11-го на 8-е), Украины (с 6-го на 4-е), Бразилии (с 15-го на 9-е), Туниса (с 22-го на 15-е), Кореи (с 16-го на 13-е место).

Сохранили и укрепили свои лидирующие позиции сборные команды: Китая, завоевавшие 89 золотых, 70 серебряных и 52 бронзовые медали (всего 211);

Великобритании, завоевавшие, соответственно, 42, 29 и 31 награду (всего 102);

США, 36, 35 и 28 (всего 99 медалей).

Для определения причин и усло-

по итогам Паралимпийских игр в Пекине (2008 год), Афинах (2004 год) и Сиднее (2000 год).

Как видно из таблицы 3, команды, занявшие первые три места, включают в себя около 200 спортсменов. Так, в Сиднее тройка призеров выглядела так: Австралия – 1-е место (301 спортсмен), Великобритания – 2-е место (219 спортсменов), Испания – 3-е место (224 спортсмена). В Афинах: Китай – 1-е место (200 спортсменов), Великобритания – 2-е место (168 спортсменов), США – 3-е место (238 спортсменов). В Пекине: Китай – 1-е место (332 спортсмена), Великобритания – 2-е место (209 спортсменов), США – 3-е место (209 спортсменов).

Команда России в Пекине заняла 8-е место и включала в себя 146 спортсменов, в Афинах соответственно – 11 место и 84 спортсмена.

Необходимо отметить, что две сборных команды: Украины и Южной Африки добиваются высоких

более многочисленных команды Австралии (160 человек), Канады (148 человек), Бразилии (186 человек), Германии (172 человека) и команды других стран.

В этом контексте интересно рассмотреть количество спортсменов, завоевавших больше, чем одну медаль, так называемых спортсменов-мультимедалистов.

В таблице 4 представлены 10 лучших сборных команд по количеству мультимедалистов. По этому показателю Россия делит девятое – десятое место со сборной командой Кореи.

В таблице 5 приведена десятка лучших стран по количеству «золотых» мультимедалистов, т. е. спортсменов, завоевавших две и более золотых медалей. Здесь сборная команда России также делит девятое – десятое место со сборной командой Туниса. Данные табл. 5 демонстрируют тот факт, что сборная команда Южно-Африканской республики успешно выступила в командном пер-



Таблица 5.

«Золотые» мультимедалисты Паралимпийских игр в Пекине-2008

| Место    | Страна         | Количество «золотых» мультимедалистов | Число золотых медалей, завоеванных мультимедалистами | Общее количество золотых медалей | Процент золотых медалей, завоеванных «золотыми» мультимедалистами | Место в общем зачете по золотым медалям |
|----------|----------------|---------------------------------------|--|----------------------------------|---|---|
| 1        | Китай          | 25                                    | 58   | 89                               | 65%   | 1                                       |
| 2        | Великобритания | 15                                    | 35   | 42                               | 83%   | 2                                       |
| 3        | Австралия      | 6                                     | 18   | 23                               | 78%   | 5                                       |
| 4        | ЮАР            | 5                                     | 15   | 21                               | 71%   | 6                                       |
| 5        | Канада         | 5                                     | 14   | 19                               | 74%   | 7                                       |
| 6        | Украина        | 5                                     | 13   | 24                               | 54%   | 4                                       |
| 7        | Бразилия       | 4                                     | 13   | 16                               | 81%   | 9                                       |
| 8        | США            | 4                                     | 12   | 36                               | 33%   | 3                                       |
| <b>9</b> | <b>Россия</b>  | <b>3</b>                              | <b>8</b>   | <b>18</b>                        | <b>44%</b>  | <b>8</b>                                |
| 10       | Тунис          | 3                                     | 7  | 9                                | 78%   | 15                                      |

венстве за счет пяти «золотых» мультимедалистов, завоевавших 15 золотых наград, составивших 71% от числа всех золотых медалей, завоеванных спортсменами этой страны на Паралимпийских играх в Пекине.

## 2. Итоги выступления сборной команды Российской Федерации на XIII Паралимпийских играх в Пекине в 2008 году

Состав сборной команды России по сравнению с составами, выступавшими на XI и XII Паралимпийских играх (без учета спортсменов с поражением интеллекта) увеличился примерно в два раза (в 1,9 раза по сравнению с Сиднеем и в 1,7 раза по сравнению с Афинами). Общее количество спортсменов-россиян составило 146 человек. Наибольшее количество спортсменов в паралимпийской сборной команде России составили легкоатлеты – 39 человек, пловцы – 34, футболисты – 12, дзюдоисты – 11, спортсмены, участвующие в соревнованиях по пауэрлифтингу и настольному теннису – по 9 человек, по пулевой стрельбе – 6.

Впервые российские спортсмены выступали в таких видах спорта, как: волейбол сидя (12 человек), академическая гребля (5), стрельба из лука (1).

Кроме того, в соревнованиях приняли участие ещё три человека: конный спорт – двое и теннис – один спортсмен.

Подготовку спортсменов-паралимпийцев нашей страны сопровож-

Таблица 6. Медали, завоеванные российскими спортсменами на X, XI, XII и XIII Паралимпийских играх

| Место и год проведения Паралимпийских игр | Завоевано медалей |            |           |       |
|---|-------------------|------------|-----------|-------|
|   | Золотых           | Серебряных | Бронзовых | Всего |
| Атланта–1996                              | 9                 | 7          | 11        | 27    |
| Сидней–2000                               | 12                | 11         | 12        | 35    |
| Афины–2004                                | 16                | 8          | 17        | 41    |
| Пекин–2008                                | 18                | 23         | 22        | 63    |

Таблица 6.

Таблица 7. Общекомандные места (неофициальный зачет), занятые сборными командами России на Паралимпийских играх

| Место и год проведения Паралимпийских игр | Число стран–участниц | Место, занятое сборной командой России |
|---|----------------------|--|
| Атланта–1996                              | 103                  | 16                                     |
| Сидней–2000                               | 125                  | 14                                     |
| Афины–2004                                | 142                  | 11                                     |
| Пекин–2008                                | 146                  | 8                                      |

Таблица 7.

Таблица 8. Мультимедалисты паралимпийской сборной России

| Спортсмен           | Вид спорта      | Золото | Серебро | Бронза | Всего |
|---------------------|-----------------|--------|---------|--------|-------|
| 1 Кокарев Д.        | плавание        | 3      | 1       | –      | 4     |
| 2 Савченко О.       | плавание        | 3      | –       | –      | 3     |
| 3 Ашапатов А.       | легкая атлетика | 2      | –       | –      | 2     |
| 4 Неволин-Светов А. | плавание        | 1      | 2       | 1      | 4     |
| 5 Лисенков К.       | плавание        | 1      | 1       | 1      | 3     |
| 6 Арефьев А.        | легкая атлетика | 1      | 1       | –      | 2     |
| 7 Пономаренко В.    | Стрельба        | 1      | –       | 2      | 3     |
| 8 Ефименко А.       | плавание        | –      | 3       | 1      | 4     |
| 9 Лабзин А.         | Легкая атлетика | –      | 2       | –      | 2     |
| 10 Строкин А.       | плавание        | –      | –       | 2      | 2     |
| 11 Копилова М.      | легкая атлетика | –      | –       | 2      | 2     |
| 12 Паутова Е.       | легкая атлетика | –      | –       | 2      | 2     |

Таблица 8.

дали комплексные научные группы (КНГ) Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры, сформированные с привлечением ученых НГУ

имени П. Ф. Лесгафта и РГПУ имени А. И. Герцена. В частности, ученые работали со сборными командами по плаванию, легкой атлетике, пауэрлифтингу и дзюдо, как во вре-



мя учебно-тренировочных сборов, так и в соревновательной деятельности. По отзывам всех тренеров, работа КНГ была очень полезной, и её необходимо продолжить.

Общая положительная динамика результатов российских паралимпийцев демонстрируется таблицами 6 и 7.

Наиболее успешно выступили российские спортсмены, представленные в таблице 8, где приведены мультимедалисты сборной России.

Анализ выступления российских спортсменов-паралимпийцев в Пекине представлен в таблице 9, а также на рисунках 1 – 3.

Как видно из таблицы 9 российские спортсмены-паралимпийцы приняли участие в борьбе за награды в 186 номинациях, что составляет лишь 39% от общего количества разыгрываемых комплектов наград, причем в 50% случаев они попали в шестерку сильнейших; в 30% – стали призерами и в 10% случаев заняли первое место.

Прогресс в результатах выступлений российских спортсменов на Паралимпийских играх в Пекине-2008 стал возможен благодаря значительному усилению внимания к спорту среди инвалидов в прошедшем четырехлетнем паралимпийском цикле со стороны Федерального агентства по физической культуре и спор-

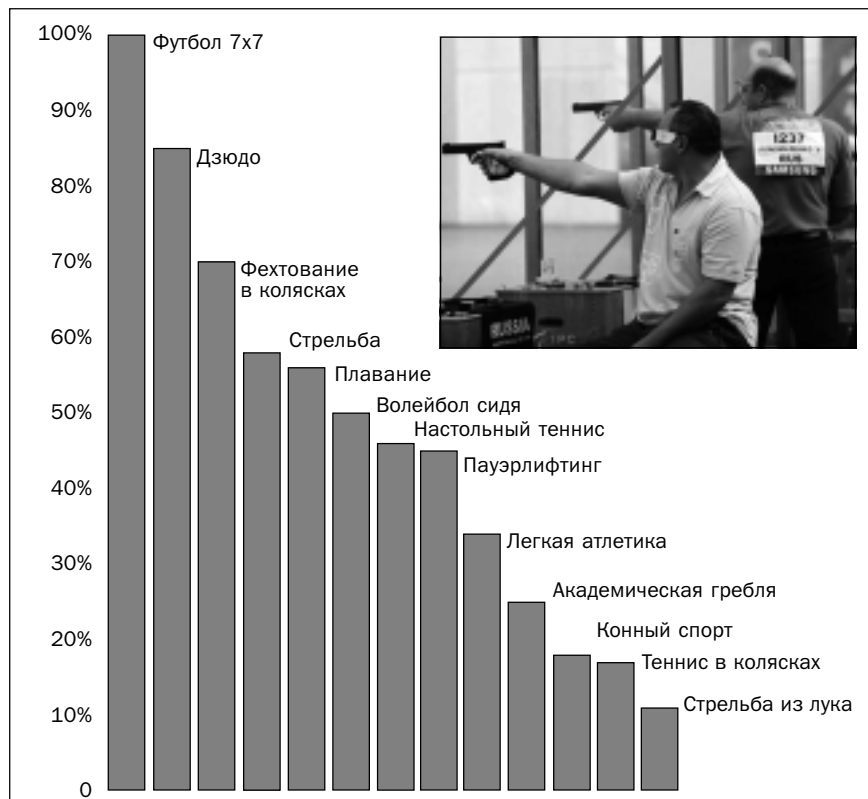


Рис. 1. Процент участия спортсменов России в розыгрыше комплектов медалей на XIII Паралимпийских играх в Пекине в 2008 году.

ту, его тесному взаимодействию с Паралимпийским комитетом России, а также созданию лучших условий, в том числе финансирования, для развития паралимпийского спорта в целом ряде регионов Российской Федерации. В этих ре-



Таблица 9.

Анализ участия российских спортсменов в Паралимпийских играх-2008

| Вид спорта                   | Общее количество разыгранных комплектов медалей | Количество разыгранных комплектов медалей с участием спортсменов России | Количество стартов, в которых спортсмены России разыгрывали места с 1-го по 6-е | Количество стартов, в которых спортсмены России разыгрывали места с 1-го по 3-е | Количество стартов, в которых спортсмены России заняли 1-е место |
|------------------------------|---|---|---|---|--|
| Плавание                     | 140   | 79 (56%)  | 36 (46%)  | 24 (30%)  | 11 (14%)   |
| Легкая атлетика              | 160   | 55 (34%)  | 29 (53%)  | 15 (27%)  | 3 (5%)   |
| Дзюдо                        | 13  | 11 (85)   | 7 (64%)   | 6 (55%)   | 1 (9%)   |
| Пауэрлифтинг                 | 20  | 9 (45%)   | 9 (100%)  | 4 (44%)   | –  |
| Футбол 7x7                   | 1   | 1 (100%)  | 1 (100%)  | 1 (100%)  | –  |
| Настольный теннис            | 24  | 11 (46%)  | 2 (18%)   | 1 (9%)  | 1 (9%)   |
| Волейбол сидя                | 2   | 1 (50%)   | 1 (100%)  | 1 (100%)  | –  |
| Стрельба пулевая             | 12  | 7 (58%)   | 5 (71%)   | 4 (57%)   | 2 (29%)  |
| Стрельба из лука             | 9   | 1 (11%)   | –   | –   | –  |
| Конный спорт                 | 11  | 2 (18%)   | –   | –   | –  |
| Академическая гребля         | 4   | 1 (25%)   | –   | –   | –  |
| Фехтование в колясках        | 10  | 7 (70%)   | 4 (57%)   | –   | –  |
| Теннис в колясках            | 6   | 1 (17%)   | –   | –   | –  |
| Всего на Играх в Пекине-2008 | 472   | 186 (39%)   | 94 (50%)  | 56 (30%)  | 18 (10%)   |

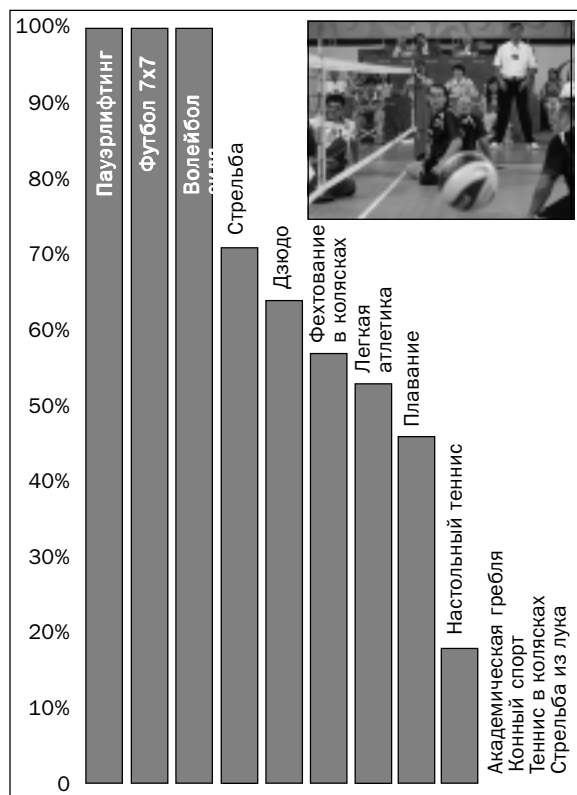


Рис. 2. Эффективность выступления спортсменов России (участие в розыгрыше 1 – 6 мест) на XIII Паралимпийских играх в Пекине в 2008 году.

гионах были подготовлены чемпионы и призеры Паралимпийских игр 2008 года (таб. 10).

Как видно из таблицы 11 преимущество спортсменов с ПОДА очевидно, особенно по золотым медалям (почти в три раза), где у незрячих спортсменов наблюдался явный спад – с девяти медалей в Афинах, до пяти медалей в Пекине.

Похвалы заслуживают спортсмены с ПОДА, которые улучшили свои показатели по всем видам медалей – почти в два раза по золотым медалям, почти в три раза по серебряным, в полтора раза по бронзовым и в два раза по сумме медалей.

Очевидно, Федерации спорта слепых есть основания для подробного анализа сложившейся ситуации и принятия мер по

активизации спортивной направленности в работе с паралимпийцами.

В таблице 12 представлены результаты выступления российских спортсменов на XI, XII и XIII Паралимпийских играх по видам спорта, а в таблице 13 – количество комплектов медалей и участников соревнований по паралимпийским видам спорта, а также результаты выступления российских спортсменов по видам спорта, в которых они принимали участие в 2008 году на играх в Пекине.

Вклад в «копилку» медалей сборной команды России на Паралимпийских играх в Пекине-2008 незрячих спортсменов и спортсменов с ПОДА был следующим (табл. 11):

Как видно из таблицы 12 значительно улучшили свои показатели в Пекине по сравнению с Афинами пловцы: на пять золотых, пять серебряных, три бронзовых, всего на тринадцать медалей, т. е. практически по всем позициям завоевали в два раза больше медалей, чем в Афинах и в три раза больше, чем в Сиднее; представители пауэрлифтинга (завоевавшие четыре серебряных награды, вместо

одной золотой в Афинах и Сиднее); стрелки (на одну золотую, одну серебряную и бронзовую медали по сравнению с Афинами); теннисисты (на одну золотую и одну серебряную медали); футболисты, завоевавшие в Пекине серебряные медали вместо бронзовых в Афинах.

Заслуживает самой положительной оценки выступление волейболистов, впервые принявших участие в Паралимпийских играх и сразу завоевавших третье место (бронзовые медали).

Также положительной оценки заслуживают впервые выступавшие на Паралимпийских играх фехтовальщики, гребцы-академисты и стрелок из лука. Все они боро-

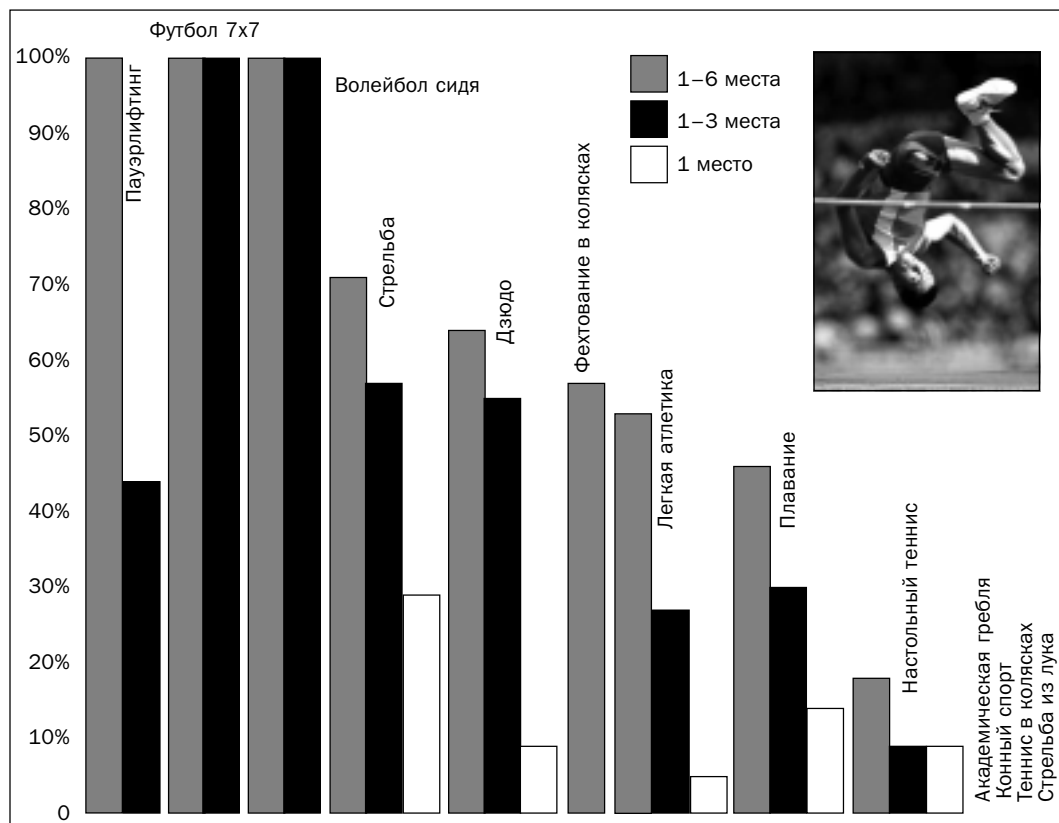


Рис. 3. Эффективность и результативность выступления спортсменов России на XIII Паралимпийских играх в Пекине в 2008 году.

Таблица 10.  
Вклад субъектов РФ в распределение медалей, завоеванных спортсменами России на XIII Паралимпийских играх в Пекине в 2008 году

| Субъекты Российской Федерации  | Медали  |            |           |       |
|--|---------|------------|-----------|-------|
|  | золотые | серебряные | бронзовые | Всего |
| Республика Башкортостан  | 4       |            | 5         | 9     |
| Нижегородская область  | 3       | 1          | 1         | 5     |
| Саратовская область  | 2       | 3          | 3         | 8     |
| Тюменская область  | 2       |            |           | 2     |
| Омская область   | 1       | 3          |           | 4     |
| Москва   | 1       | 2          | 3         | 6     |
| Ростовская область   | 1       | 2          | 2         | 5     |
| Свердловская область   | 1       | 2          |           | 3     |
| Республика Адыгея  | 1       |            | 2         | 3     |
| Хабаровский край   | 1       |            | 1         |       |
| Тюменская область  | 1       |            | 1         |       |
| Московская область   |         | 3          | 1         | 4     |
| Иркутская область  |         | 2          |           | 2     |
| Алтайский край   |         | 2          |           | 2     |
| Республика Татарстан   |         | 1          |           | 1     |
| Воронежская область  |         | 1          |           | 1     |
| Смоленская область   |         |            | 1         | 1     |
| Республика Дагестан  |         |            | 1         | 1     |
| Самарская область  |         |            | 1         | 1     |
| Волгоградская область  |         |            | 1         | 1     |
| В сборной России по футболу:<br>Московская обл. – 3 человека<br>Ленинградская обл. – 2 человека<br>РСО-Алания – 3 человека<br>Нижегородская обл. – 2 человека<br>Москва – 2 человека |         | 1          |           | 1     |
| В сборной России по волейболу:<br>Свердловская обл. – 11 человек<br>Саратовская обл. – 1 человек   |         |            | 1         | 1     |
| Итого  | 18      | 23         | 22        | 63    |



недооцененным видом спорта является велоспорт, включающий в себя 21 номинацию на шоссе и 23 на треке, т. е. приблизительно 10 процентов от всех разыгрываемых комплектов медалей.

Каковы же позиции российских спортсменов-паралимпийцев в перечисленных восьми видах спорта (см. табл. 13 на второй стр. обложки, виды под номерами 1–8)?

Нетрудно видеть, что здесь ведущие позиции в своих видах спорта занимают футболисты, завоевавшие серебряные медали и волейболисты, ставшие бронзовыми призерами.

Из индивидуальных видов спорта лучшие позиции занимают стрелки (пулевая стрельба), занявшие 3-е общекомандное место, как по золотым наградам, так и по сумме медалей (из 44 стран-участниц).

Отличные результаты продемонстрировали российские пловцы-паралимпийцы, занявшие 5-е место (среди пловцов) по золотым медалям и 7-е по сумме медалей (из 62 стран-участниц соревнований по этому виду спорта).

Таблица 11.

Количество медалей, завоеванных спортсменами с поражением зрения и опорно-двигательного аппарата на Паралимпийских играх в Пекине-2008

| Категория Спортсменов | Медали  |            |           |       |
|-----------------------|---------|------------|-----------|-------|
|                       | золотые | серебряные | бронзовые | всего |
| Незрячие              | 5       | 9          | 13        | 27    |
| ПОДА                  | 13      | 14         | 9         | 36    |
| Итого                 | 18      | 23         | 22        | 63    |

лись до конца и были близки к тому, чтобы попасть в финал. Однако в этот раз не хватило опыта.

Снизил свои позиции по сравнению с Афинами легкоатлеты, которые, сохранив общее количество завоеванных медалей, вместо четырех золотых завоевали четыре серебряные награды (семь золотых медалей, завоеванных в Афинах, превратились в Пекине в семь серебряных, а три серебряных в Афинах – в семь серебряных в Пекине) (табл. 12).

Традиционно слабо выступили теннисисты в колясках и представители конного спорта.

Анализ данных, представленных в таблице 13, показывает, что руководство сборной команды России выбрало правильный путь, сосредоточив основное внимание на подготовке пловцов, легкоатлетов, стрелков, дзюдоистов, пауэрлифтеров, тен-

нисистов, футболистов и волейболистов – в этих видах спорта разыгрывалось 78,8% всех комплектов медалей. Однако, обращение к данным, представленным в таблице 9, показывает, что в легкой атлетике мы участвовали в борьбе за медали лишь в 55 из 160 номинаций (т. е. в 34%), в плавании в 79 из 140 (56%), в настольном теннисе в 11 из 24 (46%), в стрельбе в 7 из 12 (58%) и т. д. Все это наглядно демонстрирует перспективные направления приложения усилий в будущей работе.

Очень медалеемким и пока явно

Таблица 12.

Количество медалей, завоеванных российскими спортсменами на XI (2000 г.), XII (2004 г.) и XIII (2008 г.) Паралимпийских играх по видам спорта

| Виды спорта              | Пекин-2008 |         |        |       | Афины-2004 |         |        |       | Сидней-2000 |         |        |       |
|--------------------------|------------|---------|--------|-------|------------|---------|--------|-------|-------------|---------|--------|-------|
|                          | Медали     |         |        |       | Медали     |         |        |       | Медали      |         |        |       |
|                          | золот.     | серебр. | бронз. | всего | золот.     | серебр. | бронз. | всего | золот.      | серебр. | бронз. | всего |
| 1 Плавание               | 11         | 9       | 7      | 27    | 6          | 4       | 4      | 14    | 2           | 3       | 4*     | 9     |
| 2 Легкая атлетика        | 3          | 7       | 6      | 16    | 7          | 3       | 6      | 16    | 8           | 5       | 5      | 18    |
| 3 Пауэрлифтинг           | –          | 4       | –      | 4     | 1          | –       | –      | 1     | 1           | –       | –      | 1     |
| 4 Дзюдо                  | 1          | –       | 5      | 6     | 1          | 1       | 4      | 6     | –           | 2       | 1      | 3     |
| 5 Пулевая стрельба       | 2          | 1       | 3      | 6     | 1          | –       | 1      | 2     | –           | –       | 1      | 1     |
| 6 Настольный теннис      | 1          | 1       | –      | 2     | –          | –       | 1      | 1     | –           | –       | –      | –     |
| 7 Футбол                 | –          | 1       | –      | 1     | –          | –       | 1      | 1     | 1           | –       | –      | 1     |
| 8 Волейбол сидя          | –          | –       | 1      | 1     | н/у        | н/у     | н/у    | н/у   | н/у         | н/у     | н/у    | н/у   |
| 9 Конный спорт           | –          | –       | –      | –     | –          | –       | –      | –     | –           | –       | –      | –     |
| 10 Теннис в колясках     | –          | –       | –      | –     | –          | –       | –      | –     | –           | –       | –      | –     |
| 11 Академическая гребля  | –          | –       | –      | –     | н/у        | н/у     | н/у    | н/у   | н/у         | н/у     | н/у    | н/у   |
| 12 Фехтование в колясках | –          | –       | –      | –     | н/у        | н/у     | н/у    | н/у   | н/у         | н/у     | н/у    | н/у   |
| 13 Стрельба из лука      | –          | –       | –      | –     | н/у        | н/у     | н/у    | н/у   | н/у         | н/у     | н/у    | н/у   |
| Всего                    | 18         | 23      | 22     | 63    | 16         | 8       | 17     | 41    | 12          | 10*     | 11*    | 33*   |

Примечание:

\*без учета бронзовых наград пловцов и серебряных наград баскетболистов с поражением интеллекта.  
н/у – не участвовали в соревнованиях

Второе место (из 34 стран-участниц состязаний) по сумме медалей (6 медалей) заняли наши дзюдоисты, но завоевание лишь одной золотой награды отодвинуло их на 7-е общекомандное место по традиционной системе ранжирования.

Восьмое место (из 74 стран-участниц) завоевали наши пауэрлифтеры (по традиционной системе подсчета) и 5-е, если считать по сумме завоеванных медалей, учитывая 4 золотых.

Очевидный прогресс наблюдается у наших теннисистов, занявших в Пекине 7-е место из 45 стран-участниц турнира (в Афинах теннисисты были шестнадцатыми) и поделившие 9 – 11 места по сумме медалей (в Афинах это было 13 – 21 место).

Снизил свой рейтинг наши легкоатлеты, заняв в Пекине тринадцатую позицию из 111-ти стран-участниц легкоатлетических состязаний (в Афинах мы были 11-ми). Правда, по сумме наград наши легкоатлеты заняли 9 -10 место (в Афинах были 12-е – 13-е).

Подводя общий итог выступления сборной команды России на XIII Паралимпийских играх в Пекине (Китайская народная республика) с учетом увеличения числа завоеванных российскими спортсменами медалей, в том числе золотых, и улучшения

общекомандного места в сравнении с XII паралимпийскими играми, выступление сборной команды России в Пекине можно считать успешным (табл. 14).

Успешное выступление российских спортсменов на Паралимпийских играх в Пекине (2008 г.) было обусловлено целым рядом практических мер, направленных на поддержку адаптивного спорта как важного фактора социальной интеграции инвалидов в общество, повышения уровня качества их жизни.

Выход в свет Федерального закона № 329-ФЗ от 04.12.2007 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», рекомендаций «Об учреждениях адаптивной физической культуры и адаптивного спорта» № ЮА-02-07/912 от 21.03. 2008, успешное выступление нашей команды на зимних Паралимпийских играх в Турине (2006 г.) и уравнивание материального вознаграждения за победу на Олимпийских и Паралимпийских играх – все это далеко не полный перечень факторов, сказавшихся на успешном выступлении наших спортсменов-паралимпийцев в Пекине (2008 г.).

Вместе с тем, в национальном паралимпийском движении сохраняется целый ряд нерешенных проблем.

Перечислим некоторые, наиболее важные из них.

1. Отсутствие в России службы медицинских классификаторов, как по профилю заболеваний (ампутации, травмы спинного мозга, церебральные и прочие нарушения, поражения зрения), так и по отдельным видам спорта (легкой атлетике, плаванию, пауэрлифтингу и другим видам); нет представительства российских специалистов в международных медицинских классификационных комиссиях.

2. Отсутствие в нашей стране системы производства спортивного оборудования и инвентаря для спортсменов-паралимпийцев (протезной техники, колясок, санок, салазок и т. п.), необходимость их приобретения за рубежом.

3. отсутствие в Российской Федерации Федерального центра по паралимпийским видам спорта.

4. Не на должном уровне осуществляется подготовка арбитров международной категории по паралимпийским видам спорта.

Разумеется, анализу перечисленных и ряду других проблем паралимпийского движения в России, а также рассмотрению возможных путей их решения будут посвящены следующие наши публикации.

Таблица 14.

Медали, завоеванные сборной командой России на XIII Паралимпийских играх в Пекине в 2008 году

| Имя  | Класс     | Вид спорта  | Медали  |
|--|-----------|---|---|
| Кокарев Дмитрий  | S2        | Плавание. 100 м<br>Плавание. 200 м<br>Плавание. 50 м<br>Плавание. 50 м  | Золотая медаль<br>Золотая медаль<br>Золотая медаль<br>Серебряная медаль         |
| Савченко Оксана  | S12       | Плавание. 100 м<br>Плавание. 50 м<br>Плавание. 200 м  | Золотая медаль<br>Золотая медаль<br>Золотая медаль                              |
| Ашапатов Алексей   | F57/58    | Легкая атлетика. Ядро<br>Легкая атлетика. Диск  | Золотая медаль<br>Золотая медаль  |
| Неволин-Светов Александр   | S12       | Плавание. 100 м<br>Плавание. 200 м<br>Плавание. 50 м<br>Плавание. 100 м   | Золотая медаль<br>Серебряная медаль<br>Серебряная медаль<br>Бронзовая медаль    |
| Лисенков Константин  | S8        | Плавание. 100 м<br>Плавание. 100 м<br>Плавание. 50 м  | Золотая медаль<br>Серебряная медаль<br>Бронзовая медаль                         |
| Пономаренко Валерий  | SH1       | Пулевая стрельба. Пистолет. P1–10 м<br>Пулевая стрельба. Пистолет. P4–25 м<br>Пулевая стрельба. Пистолет. P4–50 м | Золотая медаль<br>Бронзовая медаль<br>Бронзовая медаль                          |
| Арефьев Артем  | T36       | Легкая атлетика. 800м<br>Легкая атлетика. 400м  | Золотая медаль<br>Серебряная медаль   |
| Владыкина Олеся  | SB8       | Плавание. 100 м   | Золотая медаль  |
| Крецул Олег  | –90 кг    | Дзюдо   | Золотая медаль  |
| Лебединский Андрей   | SH1       | Пулевая стрельба. Пистолет. P3–25 м   | Золотая медаль  |
| Мартяшева Наталия  | Class 6/7 | Настольный теннис   | Золотая медаль  |
| Плотников Игорь  | S6        | Плавание. 100 м   | Золотая медаль  |
| Фоменков Алексей   | SB6       | Плавание. 100 м   | Золотая медаль  |
| Ефименко Анна  | S12       | Плавание. 100 м<br>Плавание. 50 м.<br>Плавание. 400 м<br>Плавание. 50 м   | Серебряная медаль<br>Серебряная медаль<br>Серебряная медаль<br>Бронзовая медаль |
| Андрющенко Владимир  | F11/12    | Легкая атлетика. Ядро   | Серебряная медаль   |
| Гражданова Ирина   | S9        | Плавание. 50 м  | Серебряная медаль   |
| Гудков Евгений   | F42/44    | Легкая атлетика. Копье  | Серебряная медаль   |
| Диодорова Анастасия  | S6        | Плавание. 50 м  | Серебряная медаль   |
| Закиев Айрат   | 60 кг     | Пауэрлифтинг  | Серебряная медаль   |
| Казанцева Ирина  | –56 кг    | Пауэрлифтинг  | Серебряная медаль   |
| Лабзин Алексей   | T13       | Легкая атлетика. 100 м<br>Легкая атлетика. 100 м  | Серебряная медаль<br>Серебряная медаль  |
| Лафина Олеся   | –48 кг    | Пауэрлифтинг  | Серебряная медаль   |
| Мальшев Сергей   | SH1       | Пулевая стрельба. Пистолет. P1–10 м   | Серебряная медаль   |
| Нарожный Максим  | F42       | Легкая атлетика. Толкание ядра  | Серебряная медаль   |
| Овсянникова Юлия   | B-2       | Настольный теннис   | Серебряная медаль   |
| Подпальная Тамара  | –52 кг    | Пауэрлифтинг  | Серебряная медаль   |
| Чистилина Елена  | T46       | Легкая атлетика. 100 м  | Серебряная медаль   |
| Борисов Павел Алексеевич<br>Дзимистаришвили Мамука<br>Кольхалов Станислав<br>Куваев Андрей<br>Леков Александр<br>Ложечников Андрей<br>Мурванадзе Лаша<br>Наджарян Георгий<br>Потехин Иван<br>Смирнов Олег<br>Тумаков Алексей<br>Чесмин Алексей |           | Футбол  | Серебряная медаль   |
| Паутова Елена  | T12/13    | Легкая атлетика. 800м.<br>Легкая атлетика. 1500м.   | Бронзовая медаль<br>Бронзовая медаль  |
| Строкин Андрей   | S13       | Плавание. 50 м.<br>Плавание. 100 м.   | Бронзовая медаль<br>Бронзовая медаль  |
| Коптилова Маргарита  | T38       | Легкая атлетика. 100м.<br>Легкая атлетика. 200м.  | Бронзовая медаль<br>Бронзовая медаль  |

Продолжение табл. 14.

| Имя  | Класс  | Вид спорта                          | Медали           |
|--|--------|-------------------------------------|------------------|
| Далёкова Наталья   | SH1    | Пулевая стрельба. Пистолет. P2–10 м | Бронзовая медаль |
| Дорогаев Денис   | SB9    | Плавание. 100 м                     | Бронзовая медаль |
| Кальянова Ирина  | +70 кг | Дзюдо                               | Бронзовая медаль |
| Казакова Мадина  | 63 кг  | Дзюдо                               | Бронзовая медаль |
| Помыкалов Ильдар   | T12    | Легкая атлетика. Марафон            | Бронзовая медаль |
| Потапова Виктория  | –48 кг | Дзюдо                               | Бронзовая медаль |
| Савостьянова Татьяна   | –70 кг | Дзюдо                               | Бронзовая медаль |
| Степанюк Алеся   | –52 кг | Дзюдо                               | Бронзовая медаль |
| Харагезов Павел  | T36    | Легкая атлетика. 800 м              | Бронзовая медаль |
| Чекуров Александр  | S11    | Плавание. 50 м                      | Бронзовая медаль |
| Байчик Александр<br>Букин Танаткан<br>Волков Алексей<br>Гордиенко Виктор<br>Кузовников Евгений<br>Лавринович Андрей<br>Миленин Виктор<br>Поздеев Сергей<br>Савичев Александр<br>Упоров Сергей<br>Якунин Сергей |        | Волейбол сидя                       | Бронзовая медаль |

## Факелоносцы России в эстафете Паралимпийского огня в Пекине

**Мосунов Д. Ф.,** участник эстафеты паралимпийского огня в Пекине, руководитель КНГ СПбНИИФК сборной команды РФ по паралимпийскому плаванию, д. п. н., профессор, заведующий кафедрой гидрореабилитации и ТФСД НГУ им. П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Огонь XIII летних Паралимпийских игр 2008 года зажжён 28 августа в историческом месте китайской столицы – Храме Неба (Тяньтань). Огонь возгорелся от солнечных лучей с помощью параболических зеркал. Торжественный ритуал сопровождался чарующими звуками древних национальных музыкальных инструментов.

Премьер Госсовета КНР Вэнь Цзябао дал старт первой в истории эстафете паралимпийского огня. Разделенный на два пламени огонь совершил два маршрута через 11 городов страны. Один маршрут – «Китайская культура» – прошел через древние столицы Среднего государства Сиань и Нанькин, другой маршрут – «Ветер перемен» – связал экономически развитые города – Далянь, Циндао, Шеньчжэнь, Гуанчжоу, Шанхай.

Девиз эстафеты «Трансцендентность, интеграция и равенство».

Спустя 9 дней оба пламени соединились в пятницу 5 сентября в Пекине. За этот период эстафета, в которой участвовало более 850 факело-

носцев, прошла 13 тысяч километров. Объединенное пламя двух маршрутов эстафет паралимпийского огня 5 и 6 сентября пробежало по Пекину и запылало на церемонии открытия вечером 6 сентября в чаше на стадионе «Птичье гнездо».

На пекинском этапе эстафеты паралимпийского огня приняли участие 240 факелоносцев, в том числе 183 иностранца, из них 10 от России:

– 5 сентября принимали участие: Владимир Киселев – 9-й этап, Любовь Васильева – 26-й, Сергей Ещенко – 40-й, Михаил Терентьев – 41-й, – 6 сентября – Андрей Батуркин – 6-й этап, Дмитрий Мосунов – 54-й, Павел Сизов – 51-й, Андрей Кигим – 56-й, Владимир Нелюбин – 62-й, Тасия Борисова – 75-й.

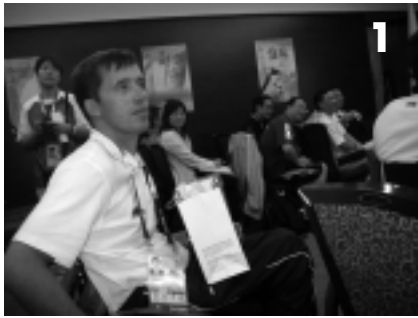
Факелоносцы были одеты в жёлто-белую форму, помощники-волонтеры – в бело-голубую.

Дистанцию в 50 метров каждого из этапов эстафеты в Пекине рекомендовалось факелоносцам преодолеть за 50 секунд. Данное положение открывало возможность для населения и гостей-зрителей выпол-

нить памятные снимки с великого международного праздника спорта и здоровья. Телевидение Пекина осуществляло прямую телепередачу на весь Китай. С этой целью перед факелоносцем медленно двигалась машина, специально предоставленная для китайских операторов и корреспондентов.

Отмечу, что участники эстафеты – активные деятели паралимпийского спорта, представляли различные регионы России и впервые встретились и познакомились лично в международном аэропорту Шереметьево в Москве. При встрече в Пекине вице-президент Паралимпийского комитета России, доктор педагогических наук, профессор Павел Алексеевич Рожков представил капитана российской эстафеты паралимпийского огня Михаила Борисовича Терентьева – чемпиона Паралимпийских игр, Генерального секретаря Паралимпийского комитета России, и. о. президента Федерации физической культуры и спорта инвалидов России с поражением опорно-двигательного аппарата, депутата Государственной думы

Российской Федерации пятого созыва (фото 1).



Благодаря активной творческой деятельности и дружеской поддержке Павла Алексеевича и Михаила Борисовича в Пекине сформировалась единая дружная команда, которая достойно решила поставленные перед участниками задачи. Осознание большой ответственности, общественного и спортивного значения выступлений эстафетной команды России помогало с честью выступать участникам, находящимся в отрыве друг от друга на своих огненных этапах. Эстафета проходила в условиях доброжелательного и активного окружения огромного числа китайских болельщиков, выражающих свои восторги на китайском языке, мимикой, энепгичными движениями рук и разного рода флажков, украшений и символов, народной музыкой и танцами Китая (фото 2).



После завершения паралимпийской эстафеты, и в первый, и во второй день, участники собирались в холле одного из отелей Пекина и ставили свою подпись на схеме прохождения этапов паралимпийского огня.

Требование необходимости соблюдения участниками всех церемониальных протоколов эстафеты осложнялось тем, что процесс прохождения каждого этапа сопровождался прямым эфиром телепрограммы на

Китай. Эмоциональный накал участников-спортсменов и непосредственных участников-зрителей, происходящего действия на всех этапах эстафеты достигал наивысшей точки во время приема-передачи огня (фото 3).



Практически, огромное население Китая, как болельщики, встречающие и провожающие факелоносцев по всей трассе эстафеты, так и телевизионные зрители, принимали личное участие в международном празднике паралимпийского спорта. Это был действительно праздник, праздник со слезами на глазах.

Разрешите кратко представить российских участников распределенных по этапам пробега в эстафете паралимпийского огня. К сожалению, не представляется возможным показать всех участников эстафеты непосредственно в процессе бега на дистанции. Поскольку согласно протоколу эстафеты участники не должны нести с собой ничего постороннего, включая часы, фото и видеокамеры.

**5 сентября 2008 года 8:08 – первый день пекинской эстафеты паралимпийского огня**

**9 этап – стартовал Владимир Киселев**, двукратный паралимпийский чемпион (фото 4). Необычайно подвижный с неумной энергией, красивый молодой человек привлекал всеобщее внимание и своим достойным поведением, и отношением к окружающим, вызывал искреннее проявление уважения, в каком бы месте он ни находился – в эстафетном пробеге, на стадионе, в магазине, в самолете, на улице, в автобусе. Поклонниками Владимира становились все – от мала до велика, от молодых до лиц достойного возраста. Особенно Владимиру «досталось» на своем этапе эстафеты паралимпийского



огня – корреспонденты и болельщики долго не давали ему добраться до паралимпийского автобуса: интервью, фотографии...

**26 этап – стартовала Любовь Васильева**, паралимпийская чемпионка из Волгограда. Трасса этапа Любове досталась на поворотном вираже дистанции. С правой и левой стороны за легким барьером, ограждающим трассу, многотысячные толпы болельщиков и корреспондентов тепло приветствовали представительницу России (фото 5).



5 сентября 2008 года на открытие «Русского дома» в Пекине Президент Паралимпийского комитета России Владимир Лукин (фото 6) торжественно вручил от имени Комитета Любове Васильевой «Почетный знак Паралимпийского ко-



митета России Пекин 2008 «XIII Паралимпийские игры» и памятные подарки. С высокой наградой Любовь тепло поздравил ее земляк Александр Чекуров – бронзовый призер паралимпийского плавания на дистанции 50 метров вольным стилем.

**40 этап – стартовал Сергей Ещенко**, директор Омского областного специализированного центра Паралимпийской подготовки. Этап пролегал на стартовой ковровой дорожке и находился на соответствующей 50-метровой отметке дистанции.

Так случилось, что по техническим причинам, из-за конструктивных особенностей коляски, 40-й этап эстафеты пробегали сразу два российских представителя: участник забега – Сергей Ещенко и помощник участника – Дмитрий Мосунов – руководитель комплексной научной группы СПб НИИФК, курирующей сборную команду России по паралимпийскому плаванию.

Сергей, преодолевая дистанцию на коляске, держал факел двумя руками. Поскольку, согласно протоколу эстафеты, факел должен нести только факелоносец, в одной руке, а другой приветствовать зрителей, и никто не должен касаться факела. Я исполнял роль помощника, перемещая коляску строго по средней линии дорожки (фото 7).

На этой дорожке дистанция 40-го



этапа совпадала с 10-метровым стартовым участком первого этапа, начинавшимся от центрального пьедестала, на котором горел огонь, объединивший два пламени, доставленных

в Пекин по эстафетным маршрутам «Китайская культура» и «Ветер перемен». Старт эстафете паралимпийского огня на пекинском этапе от пьедестала у подножия монумента Тысячелетия на западе китайской столицы дал мэр города Го Цзиньлун (фото 8).



Через 10 метров первого этапа трасса огня изменяла направление в сторону поворота на второй этап эстафеты. Об этом повороте дистанции мы – оба участника – узнали после окончания своего забега. А в те мгновения, испытали несколько весьма напряженных секунд.

Сергей Ещенко передал эстафету огня Михаилу Терентьеву.

**41 этап – стартовал Михаил Терентьев**. Заслуженный мастер спорта, чемпион Паралимпийских игр. Еще до начала приема эстафетного огня Михаил на своем участке 41-го этапа эстафеты, в ожидании своего часа «вышел в народ» и мгновенно был окружен журналистами и болельщиками с фотоаппаратами (фото 9).



После завершения эстафеты Михаил поделился своими впечатлениями с корреспондентом агентства спортивной информации «Весь спорт»: «Эстафета паралимпийского огня прошла велико-

лепно! Было очень много зрителей, журналистов, эмоций и главное было просто замечательно... участники бежали по плитам, на которых написана вся история древних времен – кто из императоров в какие годы правил страной и каких результатов добился».

Подобные старинные благоговейные надписи и рисунки на плитах мы находили во время экскурсии в Закрытом Городе императоров. Но были и современные указатели – как проявление чуткости и государственной заботы о лицах с отклонениями в состоянии здоровья (фото 10).



**75 этап – стартовала Таисия Борисова**, Заслуженный тренер России, тренер-преподаватель ГДУ ОК детско-юношеской спортивной адаптивной школы «РИФ», ветеран спорта, представитель Саратовской школы легкой атлетики уверенно пробежала свой этап. В силу своего характера, находясь под покровительством шеф-распорядителя этапов в паралимпийском автобусе, она сама постоянно опекала российских участников эстафеты – не опаздывать, не отрываться от коллектива, – помогала по мере возможности преодолевать трудности языкового барьера и справляться с неожиданно возникающими проблемами.

Президент Паралимпийского комитета России Владимир Лукин при открытии Паралимпийского дома России в Пекине сердечно поздравил ветерана, вручил «Почетный



знак Паралимпийского комитета России Пекин 2008 «XIII Паралимпийские игры» и памятные подарки (фото 11).



**6 сентября 2008 года 8:08 – второй день пекинской эстафеты паралимпийского огня**

Первым из российской команды утром в день открытия Паралимпиады-2008 на 6-м этапе стартовал **Андрей Батуркин**. Андрей заместитель исполнительного директора Национального союза автостраховщиков, спонсора ПКР с 2004 года. На 56-м этапе эстафету подхватил его коллега по работе **Андрей Кигим**. В числе 10-ти участников эстафеты паралимпийского огня Батуркин и Кигим награждены «Почетным знаком Паралимпийского комитета России Пекин 2008 «XIII Паралимпийские игры» и памятными подарками. Награды каждому участнику эстафеты паралимпийского огня на церемонии открытия в Пекине «Паралимпийского дома России» вручал президент Паралимпийского комитета России Владимир Лукин.

**51 этап – стартовал Павел Сизов**, Заслуженный мастер спорта, двукратный паралимпийский чемпион. Его хобби и его жизнь – футбол. По характеру боец-спортсмен, принципиален, человек дела, оказывающий постоянно посильную помощь окружающим (фото 12).



**54 этап – стартовал Дмитрий Мосунов**, руководитель комплексной научной группы Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры, курирующей сборную команду России по паралимпийскому плаванию. Доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой гидрореабилитации и технологий физкультурно-спортивной деятельности НГУ им. П. Ф. Лесгафта. Подготовил 150 специалистов – выпускников Университета, способных работать в области гидрореабилитации, научил плавать совместно со студентами и аспирантами более 2500 детей-инвалидов.

Выступая на открытии Паралимпийского дома России в Пекине 5 сентября 2008 года, Владимир Лукин Президент Паралимпийского комитета России, в частности, отметил большую значимость научного вклада Санкт-Петербурга в повышение эффективности подготовки российских паралимпийских спортсменов (фото 13).



**62 этап – стартовал Владимир Нелюбин**, мастер спорта по греко-римской борьбе, организатор пермской Федерации физической культуры и спорта инвалидов (фото 14).



И на последней фотографии – команда факелоносцев на Пекинском стадионе «Птичье гнездо» приветствуют флагом спортсменов-паралимпийцев России при выходе на парад открытия XIII Паралимпийских игр (фото 15).



19 сентября 2008 года в Кремле на встрече президента России Дмитрия Медведева с победителями и призерами летних Паралимпийских игр в Пекине были подведены итоги и намечены перспективы развития паралимпийского спорта. Президент отметил, «российские паралимпийцы проявили по-настоящему командный дух и огромную волю к победе»... Вошли в десятку сильнейших: завоевали 18 золотых, 23 серебряные и 22 бронзовые медали. «Мы будем обустривать спортивные сооружения для удобства людей, имеющих нарушения здоровья, открывать отделения адаптивного спорта в спортивных школах, создавать современные тренировочные и реабилитационные центры для паралимпийцев»\*.

Р. С. Автор благодарит Паралимпийский комитет России, всех участников эстафеты Паралимпийского огня, за представленную возможность прожить частичку жизни в дружном коллективе факелоносцев, приносит извинения за недостаточно подробное изложение событий в фоторепортаже.

Источники:

\*[http://www.Paralymp.ru/news/news/php?id=357;](http://www.Paralymp.ru/news/news/php?id=357)  
[http://www.mterentiev.ru/news/news.php?id=253;](http://www.mterentiev.ru/news/news.php?id=253)  
[http://www.mterentiev.ru/news/news.php?id=328;](http://www.mterentiev.ru/news/news.php?id=328)  
[http://www.rian.ru/sport/20080905/150981382.html;](http://www.rian.ru/sport/20080905/150981382.html)  
[http://www.rezeptспорт.ru/news/news.php?id=328.](http://www.rezeptспорт.ru/news/news.php?id=328)

## Пловцы – призеры Паралимпийских игр в Афинах (2004 г.) и Пекине (2008 г.)

Назаренко Ю. А., Тверяков И. Л., Мосунов Д. Ф., Клешнев И. В.  
НГУ имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, Санкт-Петербургский НИИ физической культуры

Изучив протоколы финальных заплывов участников соревнований по плаванию на Паралимпийских играх, проанализирован сравнительный анализ выступлений российских пловцов на XII и XIII Паралимпийских играх (табл.).

Таблица

Результат выступлений сборной команды России на Паралимпийских играх в Афинах (2004 г.) и Пекине (2008 г.)

| №  | Спортсмен                | Год рожден. | Город, регион                | Класс                    | Афины-2004  |  |                          | Пекин-2008  |   |                        |
|----|--------------------------|-------------|------------------------------|--------------------------|---|--|--------------------------|---|---|------------------------|
|    |                          |             |                              |                          | Дистанция   | Результат  | Место                    | Дистанция   | Результат   | Место                  |
| 1  | Строкин Андрей           | 1977        | Уфа                          | S13, SB3                 | 100 м брасс<br>100 м делф.<br>100 м в/ст.<br>50м в/ст.                        | 1. 12,09<br>1. 02,82<br>0. 55,27<br>0.24,88              | 1<br>3<br>1 ПР           | 50м в/ст.<br>100 в/ст.<br>100 батт.                             | 24,55<br>55,19<br>1. 00,83                            | 3<br>7<br>3            |
| 2  | Плотников Игорь          | 1982        | Тюмень                       | S6                       | 100 м н/сп.<br>50 м дел.<br>50 м в/ст.  | 1. 13,99<br>0. 33,07<br>0. 34,49                         | 1 МР<br>2 МР<br>8        | 400 в/ст.<br>50 делф.<br>100 спина                              | 6. 24,21<br>33,25<br>1. 14,45                         | –*<br>6<br>1           |
| 3  | Соколова Ольга           | 1976        | Москва                       | S11                      | 100 м н/сп.<br>100 м брасс<br>200 м к/пл.<br>50 м в/ст.                       | 1. 23,68<br>1. 38,23<br>3. 04,24<br>0. 34,72             | 3<br>3<br>1<br>7         | 50 м в/ст.<br>100 в/ст.   | 35-36<br>1. 19,17                                     | –<br>–                 |
| 4  | Полин Дмитрий            | 1985        | Омск                         | SB9                      | 100м брасс  | 1. 11,13   | 1МР                      | 50 м в/ст.<br>100 брасс   | 29. 46<br>1. 11,74                                    | –<br>5                 |
| 5  | Бакаев Альберт           | 1964        | Челябинск                    | S3                       | 100 м в/ст.<br>50 м в/ст.<br>50 м н/сп.                                       | 1. 57,85<br>0. 54,02<br>0. 53,98                         | 6<br>4<br>2              | 50 спина<br>50 в/ст.<br>100 в/ст.                               | 58. 31<br>1. 03,95<br>2. 11,01                        | 6<br>8<br>8            |
| 6  | Дорогаев Денис           | 1977        | Дзержинск                    | SB9                      | 100 м брасс   | 1. 11,91   | 3 МР                     | 100 брасс   | 1. 10,16  | 3                      |
| 7  | Гражданова Ирина         | 1987        | Москва                       | S9                       | 100 м в/ст.<br>100 м дел.<br>50 м в/ст.<br>200 м к/пл.<br>эст.<br>4x100 комб. | 1. 09,24<br>1. 23,32<br>0. 30,63<br>2. 56,14<br>5. 25,14 | 7<br>9<br>2 PE<br>9<br>4 | 50 м в/ст.<br>400 в/ст.<br>200 компл.<br>100 в/ст.<br>100 батт. | 29,33<br>5. 23,29<br>2. 58,11<br>1. 06,78<br>1. 15,57 | 2<br>–<br>–<br>–<br>–  |
| 8  | Диодорова Ксения         | 1990        | Москва                       | S6                       | 100 м н\сп.<br>50м дел.   | 1. 37,06<br>0. 42,62                                     | 4<br>4                   | 50 батт.<br>100 спина<br>200 компл.                             | 39. 93<br>1. 33,96<br>3. 33,24                        | 2<br>4<br>8            |
| 9  | Кокарев Дмитрий          | 1991        | Н. Новгород                  | S2                       | –   | –  | –                        | 50 спина<br>50 м в/ст.<br>100 в/ст.<br>200 в/ст.                | 1,03. 07<br>1. 05,15<br>2. 18,04<br>4. 45,43          | 1 МР<br>2<br>1<br>1 МР |
| 10 | Лисенков Константин      | 1989        | Энгельс                      | S8                       | –   | –  | –                        | 50 м в/ст.<br>100 спина<br>100 в/ст.<br>100 батт.               | 27. 18<br>1. 06,33<br>59,01<br>1. 09,66               | 3<br>1 МР<br>2<br>–    |
| 11 | Чекуров Александр        |             | Волгоград                    | S11                      | –   | –  | –                        | 50 м в/ст.<br>100 в/ст.<br>100 батт.                            | 27. 26<br>1. 03,41<br>1. 21,51                        | 3<br>7<br>–            |
| 12 | Неволин-Светов Александр |             | г. Шахты, Ростовская область | S12                      | –   | –  | –                        | 50 м в/ст.<br>100 спина<br>100 в/ст.<br>200 компл.              | 24. 73<br>59. 37<br>54,58<br>2. 13,86                 | 2<br>1 МР<br>3<br>2    |
| 13 | Савченко Оксана          |             | Уфа                          | S12                      | –   | –  | –                        | 50м в/ст.<br>100 в/ст.<br>200 компл.                            | 27. 07<br>59,47<br>2. 30,55                           | 1 МР<br>1 МР<br>1      |
| 14 | Ефименко Анна            |             | Чехов                        | S12<br>S13<br>S12<br>S12 | –   | –  | –                        | 50 м в/ст.<br>100 спина<br>100 в/ст.<br>400 в/ст                | 27. 82<br>1. 10,99<br>1. 01. 24<br>4. 37,37           | 2<br>3<br>2<br>2 МР    |
| 15 | Фоменков Алексей         | 1991        | Омск                         | S6                       | –   | –  | –                        | 100 бр.<br>100 спина  | 1. 27,22<br>1. 12,33                                  | 1 РП<br>4              |
| 16 | Владыкина Олеся          |             | Москва                       | S8                       | –   | –  | –                        | 200 компл<br>100 в/ст   | 2. 53,79<br>1. 20,58                                  | 4<br>1 МР              |

\* участник предварительного заплыва на Паралимпийских играх

В результате выступления сборной команды России по плаванию на XIII летних паралимпийских играх в Пекине завоевано: 11 золотых, 7 серебряных, 9 бронзовых медалей и 5 место в общем зачете из видов спорта по плаванию, против 11 места на XII Паралимпийских играх в Афинах 2004 года.



## Модель классификации в паралимпийском пауэрлифтинге

Брискин Ю. А., доктор наук по физическому воспитанию и спорту, доцент

Заневский И. Ф., доктор технических наук, профессор

Передерий А. В., кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент

Розторгуй М. С., магистр олимпийского и профессионального спорта

Львовский государственный университет физической культуры, Украина

*Ключевые слова:* пауэрлифтинг, спортсмены-инвалиды, гандикап

*Аннотация.* Модель классификации в паралимпийском пауэрлифтинге должна базироваться на результатах мануально-мышечного тестирования. Компенсирующий коэффициент определяется как отношение максимально возможного результата к зафиксированному результату мануально-мышечного тестирования. Решающая роль в определении победителей остается за спортивным результатом, который показали спортсмены.

## Classification pattern in Paralympic powerlifting

Dr. Briskin Y. A., Associate Professor

Dr. Zanevsky I. F., Professor

Perederiy A. V., Ph. D., Associate Professor

Roztorguy M. S.

Lvov State University of Physical Culture, Ukraine

*Key words:* powerlifting, athletes with disabilities, handicap

*Abstract.* Classification in Paralympic powerlifting can be based upon manual and muscle testing results. Compensation coefficient is calculated as a ratio of maximal performance and the individual testing result. Performance result remains to be crucial in evaluation of competition winners.

**Актуальность:** Сегодня паралимпийский спорт приобрел признаки спорта высших достижений и является важной частью олимпийского движения. Известно, что в паралимпийском спорте результат зависит не только от способностей спортсмена, профессионализма тренера, материально-технического обеспечения и т. д., но и, в значительной степени, от сохраненных двигательных возможностей инвалида [1]. Определение двигательных возможностей спортсменов осуществляется в процессе классификации – процедуры, целью которой является формирование равноценных стартовых групп спортсменов для проведения соревнований [1]. Классификация призвана обеспечить спортсменам равные возможности в достижении спортивного результата. Каждый вид спорта предъявляет свои требования к функциональным и двигательным возможностям спортсмена-инвалида и к процедуре классификации.

Анализ классификационных систем в некоторых видах спорта свидетельствует о нарушении основного принципа паралимпийской класси-

фикации – обеспечении спортсменам равных возможностей в достижении спортивного результата. В частности, при сравнительном анализе результатов соревновательной деятельности спортсменов-инвалидов в пауэрлифтинге выявлено наличие существенных функциональных отличий у спортсменов одной стартовой группы [2].

Поэтому, целью данного исследования является экспериментальное обоснование модели классификации в паралимпийском пауэрлифтинге.

Задачи:

1. Разработать модель структуры классификации в паралимпийском пауэрлифтинге с учетом функциональных возможностей спортсменов.

2. Разработать модель гандикапа в паралимпийском пауэрлифтинге.

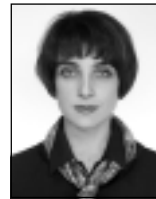
**Методы и организация исследования:** теоретический анализ и обобщения данных научно-методической литературы, документальных материалов и всемирной информационной сети Интернет; визуальное обследование, гониометрия, динамометрия, мануально-мышечное тестирование; методы математической статистики.



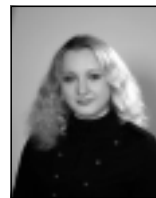
Брискин Юрий Аркадьевич – заведующий кафедры теоретико-методических основ спорта



Заневский Игорь Филиппович – заведующий кафедры информационных технологий



Передерий Алина Владимировна – доцент кафедры теоретико-методических основ спорта



Розторгуй Мария Сергеевна – аспирант

Исследование проводилось с сентября 2006 г. по март 2008 г. на базе Львовского областного центра «Инваспорт». Предложенная модель включает простые и наиболее соответствующие соревновательной деятельности методики. Все процедуры детально описаны и были апробированы на открытом Чемпионате Львовской области по пауэрлифтингу среди инвалидов в декабре 2007 г. В исследовании приняло участие 13 лучших спортсменов западного региона Украины (Рис 1).

**Результаты исследования:** На первом этапе исследования нами были определены основные принципы, призванные составить теоретико-методическую основу процедуры классификации, и явившиеся результатом как обобщения существующих научных данных [3], так и результатом собственного научного поиска [4]: обеспечения спортсменам равных возможностей в достижении спортивного результата, максимального привлечения, сравнения, доступности, информативности, специфичности, объективности. Основываясь на принципах классификации, нами была предпри-



Рис. 1. Чемпионат Львовской области по пауэрлифтингу среди инвалидов.

нята попытка разработать классификационную систему в пауэрлифтинге, которая бы учитывала функциональные возможности спортсменов. Классификационная система в пауэрлифтинге должна содержать элементы общей и функциональной классификаций, а также специфические тесты.

Так, по результатам общей классификации спортсменов рекомендуется для прохождения следующих блоков классификации или получает минимальный коэффициент 1. Основаниями для прохождения следующих этапов классификации является повреждение спинного мозга выше T12 (проходит ММТ мышц разгибателей туловища), повреждение верхних конечностей (спастичность, контрактуры, выраженные нарушения функциональных возможностей одной конечности по сравнению с другой), отсутствие медицинского диагноза (с наличием минимальных повреждений) или церебральный паралич.

Следующим этапом процедуры классификации должны быть функциональные тесты. Определяющим физическим качеством в пауэрлифтинге является максимальная сила. Поэтому, функциональные тесты в первую очередь должны быть направлены на определение силовых возможностей инвалида. Одним из наиболее распространенных и простых тестов является мануально-мышечное тестирование, используемое

в большинстве классификационных систем для спортсменов с повреждением опорно-двигательного аппарата в паралимпийском спорте (Рис. 2).



Рис. 2. Мануально-мышечное тестирование мышц разгибателей туловища.

Мануально-мышечное тестирование (ММТ) – это шкала оценки силовых возможностей инвалида по сопротивлению, которое он способен оказывать при пассивном движении [1]. Для оценки силы мышц была выбрана шкала Ловетта, которая является универсальной и предусматривает определение силовых возможностей спортсмена независимо от повреждения и патологии. [6]

Единственным соревновательным упражнением в паралимпийском пауэрлифтинге является жим штан-

ги, лежа на горизонтальной скамье. При выполнении упражнения основная нагрузка приходится на дельтообразные мышцы плеча, двуглавые и трехглавые мышцы плеча, грудные мышцы, мышцы разгибатели туловища. Исходя из этого, для тестирования были определены соответствующие функциональные группы мышц (Рис. 3)

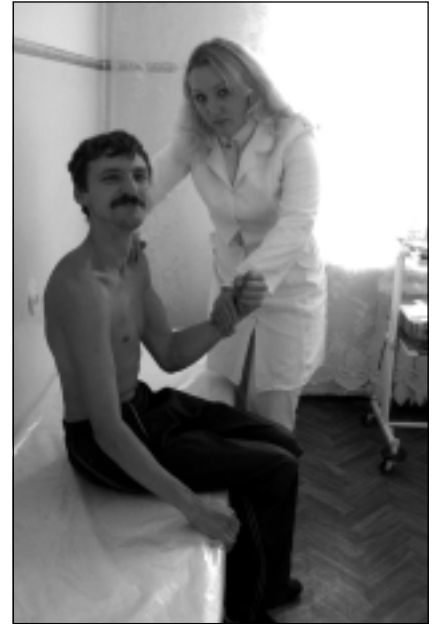


Рис. 3. Мануально-мышечное тестирование бицепса.

Возможность изолированного выполнения тестового движения определяется выбором тестовой позиции (исходного положения тестового движения). Выбор тестовых позиций предлагается осуществлять по Стандарту неврологической классификации травмы спинного мозга Американской Ассоциации спинальной травмы с учетом особенностей вида спорта [6].

Следующим функциональным тестом для определения силовых возможностей верхних конечностей паралимпийцев является кистевая динамометрия. На основе сопоставления результатов классификатор определяет сильную и слабую конечности спортсмена и фиксирует показатели в протоколе динамометрии.

Для выполнения соревновательного упражнения в пауэрлифтинге важной является амплитуда движений в суставах, которая измеряется с помощью гониометра. Для исследования амплитуды движений в верхних

конечностях выполняется 6 движений: сгибание плеча, разгибание плеча, отведение плеча, сгибание предплечья, супинация предплечья и пронация предплечья.

Последним блоком классификации являются специфические тесты. В техническом аспекте соревновательное упражнение в пауэрлифтинге достаточно простое, но есть ряд требований к его выполнению, не соблюдение которых может привести к негативной оценке со стороны судей. Поэтому, специфическим тестом для пауэрлифтинга является выполнение соревновательного упражнения с минимальным отягощением, то есть с грифом. Во время выполнения упражнения судейская коллегия оценивает степень асимметрии тела, а также возможность спортсмена полностью выпрямлять руки в локтевых суставах.

Предложенная модель структуры классификации в паралимпийском пауэрлифтинге (рис. 4) соответствует основным принципам паралимпийской классификации. После прохождения визуального обследования 6 спортсменов из 13 исследуемых получили коэффициент 1, а 7 были направлены на прохождение следующих этапов классификации. В результате исследования была проведена оценка уровня функциональных возможностей спортсменов-инвалидов, которая основывалась на использовании гониометрии, динамометрии и мануально-мышечном тестировании.

Оценка эффективности разработанной классификации проводилась с использованием методов математической статистики. Была подтверж-

дена гипотеза о нормальности распределения показателей спортсменов исследуемой группы (n = 7).

В результате обработки был определен коэффициент корреляции Брауэ – Пирсона ( $r = 0,888$ ;  $p = 0,008$ ), что подтверждает наличие сильной корреляции между соревновательным результатом спортсменов и зафиксированным результатом ММТ. Корреляционный анализ показал отсутствие взаимосвязи между спортивными результатами и результатами гониометрии, что свидетельствует о нецелесообразности использования данного метода для исследования функциональных возможностей в пауэрлифтинге ( $|r| < 0,590$ ;  $p = 0,163$ ).

Установлено также наличие сильной корреляции между показателями динамометрии сильной и слабой стороны спортсменов и их спортивными результатами ( $r = 0,909$ ,  $p = 0,005$ ;  $r = 0,918$ ,  $p = 0,004$ ), что является основанием для рекомендации динамометрии для оценки функциональных возможностей спортсменов. Кроме того, был проведен корреляционный анализ между зафиксированными результатами ММТ и динамометрии, который указывает на наличие сильной связи между двумя этими двумя тестами ( $r = 0,952$ ,  $p = 0,001$ ;  $r = 0,923$ ,  $p = 0,003$ ). Поскольку, методика измерения силы с помощью динамометра не соответствует структуре соревновательной деятельности, но опос-

редовано свидетельствует о силовых возможностях спортсменов, сильная корреляция между ММТ и динамометрией подтверждает целесообразность использования ММТ как основы классификации в пауэрлифтинге.

Таким образом, использование методов математической статистики позволяет утверждать, что структура классификации в паралимпийском пауэрлифтинге должна основываться на ММТ, для подтверждения, корректности результатов которого необходимо использовать динамометрию. Использование же гониометрии является нецелесообразным и неинформативным. На основе полученных результатов ММТ был разработан коэффициент гандикапа в пауэрлифтинге, который определяется как отношение максимально возможного результата (70 баллов) к зафиксированному результату ММТ. Например, если спортсмен по результатам ММТ набрал 60 баллов, его коэффициент гандикапа определяется как отношение 70 к 60 и равен 1,17. Окончательный результат спортсмена определяется как произведение компенсирующего коэффициента и официального результата (табл. 1).

Таблица 1  
Соревновательный результат пауэрлифтеров-инвалидов

| Ранг | Официальный результат |        | Корректированный результат |                       |       |
|------|-----------------------|--------|----------------------------|-----------------------|-------|
|      | Спортивный результат  | Баллы* | ММТ                        | Коэффициент гандикапа | Баллы |
| 1    | 115,0                 | 98,08  | 70,0                       | 1,00                  | 98,08 |
| 2    | 100,0                 | 86,62  | 64,7                       | 1,08                  | 93,55 |
| 3    | 80,0                  | 70,99  | 67,7                       | 1,03                  | 73,12 |
| 4    | 85,0                  | 70,39  | 63,0                       | 1,11                  | 78,13 |
| 5    | 85,0                  | 69,41  | 65,7                       | 1,07                  | 74,27 |
| 6    | 52,5                  | 52,58  | 50,4                       | 1,39                  | 73,09 |
| 7    | 40,0                  | 31,81  | 48,4                       | 1,45                  | 46,13 |

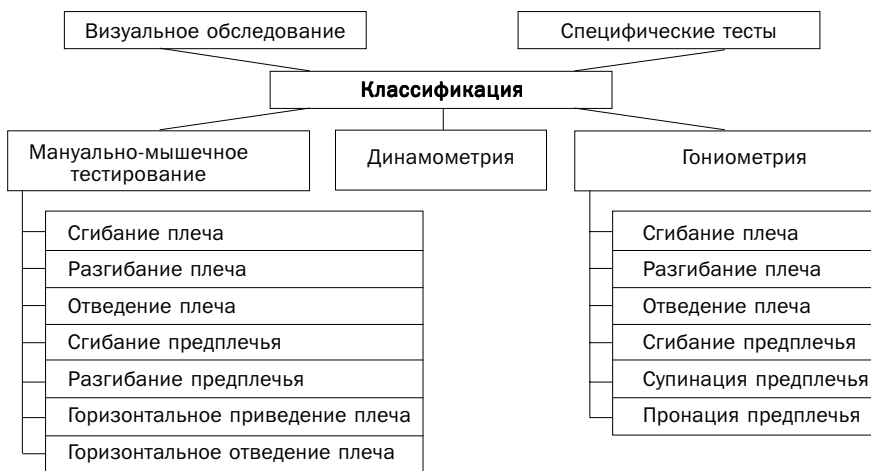


Рис. 4. Модель классификации в паралимпийском пауэрлифтинге.

**Примечание:** коэффициент Роберта Уилкса – официальная формула для сравнения результатов спортсменов разных весовых категорий [9].

В результате коррекции спортивного результата с помощью компенсирующего коэффициента наблюдается изменение рангов спортсменов. В частности, произошло изменение мест, занятых спортсменами в результате соревнований, с 6 по 12, что ярко демонстрирует целесообразность применения компенсирующего коэффициента для спортсменов со сниженными функциональными возможностями (табл. 2).

Использование компенсирующего

Таблица 2  
Динамика рангов спортсменов

| Спортсмен | Ранг        |                  |
|-----------|-------------|------------------|
|           | Официальный | Корректированный |
| К. П.     | 1           | 1                |
| Р. И.     | 2           | 2                |
| Ч. В.     | 3           | 3                |
| Г. Ю.     | 4           | 4                |
| Б. М.     | 5           | 5                |
| Г. В.     | 6           | 7                |
| Л. Б.     | 7           | 8                |
| К. Б.     | 8           | 10               |
| Л. В.     | 9           | 6                |
| К. И.     | 10          | 9                |
| М. Я.     | 11          | 12               |
| Ж. О.     | 12          | 11               |
| Р. Р.     | 13          | 13               |

коэффициента гандикапа в пауэрлифтинге позволяет уравнивать шансы спортсменов в достижении спортивного результата. Но при этом неизменность ранга лучших спортсменов свидетельствует о том, что в определении победителей решающая роль остается за спортивным результатом, который показали спортсмены.

#### Выводы

1. Теоретическая модель классификации в паралимпийском пауэрлифтинге включает показатели мануально-мышечного тестирования, динамометрии и гониометрии. Однако,

отсутствие взаимосвязи спортивных результатов и результатов гониометрии, свидетельствует о нецелесообразности использования данного метода для исследования функциональных возможностей в пауэрлифтинге ( $r < 0,590$ ;  $p = 0,163$ ). Поэтому, практическая модель классификации должна основываться на показателях ММТ, что подтверждается наличием сильной корреляции между спортивным результатом и результатом мануально-мышечного тестирования ( $r = 0,888$ ;  $p = 0,008$ ).

2. Компенсирующий коэффициент гандикапа в пауэрлифтинге определяется как соотношение максимально возможного и зафиксированного результата ММТ. Объективность ММТ подтверждается сильной корреляционной связью между спортивным результатом и результатом динамометрии ( $r = 0,909$ ,  $p = 0,005$ ;  $r = 0,9181$ ,  $p = 0,004$ ), а также корреляцию между ММТ и динамометрией.

3. Экспериментальное использование компенсирующего коэффициента позволяет утверждать о целесообразности его использования в классификационной системе. После

коррекции спортивного результата с помощью коэффициента наблюдаются изменения в рангах спортсменов. Стабильность рангов лучших спортсменов свидетельствует о приоритете соревновательного результата и соответствии разработанной модели гандикапа спортивным принципам.

#### Литература:

1. Бріскін Ю. А. Організаційні основи паралимпійського спорту: навчальний посібник. – Л.: «Кобзар», 2004. – 180 с., іл.
2. Передерій А. В., Розторгуй М. С. Порівняльний аналіз результативності змагальної діяльності спортсменів різних нозологічних груп в паралимпійському пауэрліфтингу // Молода спортивна наука України: Зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л.: Панорама, 2007. – Вип. 11. – Т. 2. – С. 275 – 280.
3. Проблеми класифікації в адаптивному спорті (<http://www.spbniifk.ru/evseev.doc>)
4. Розторгуй М. С., Передерій А. В., Бріскін Ю. А. Принципи класифікації в паралимпійському спорті // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х. ХДФДМ (ХХП), 2008. -№ 2. - С. 124 - 126.
5. Handicap (<http://en.wikipedia.org/wiki/Handicap>)
6. Hislop H. Daniels and Worthingham's Muscle Testing-Techniques of Manual Examination. Elsevier, 2002, 480 p.
7. Powerlifting Rules ([http://www.paralympic.org/release/Summer\\_Sports/Pow erlifting/About\\_the\\_sport/Classification/index.html](http://www.paralympic.org/release/Summer_Sports/Pow%20erlifting/About_the_sport/Classification/index.html))
8. Wilks formula ([http://tsampa.org/training/scripts/relative\\_strength](http://tsampa.org/training/scripts/relative_strength))

## Специальный олимпийский бал

Гутников С. В., генеральный директор СОК СПБ

4 декабря в концертном зале «Гигант-холла» казино «Конта» состоялся уже пятнадцатый Специальный олимпийский бал, организованный Специальным олимпийским комитетом Санкт-Петербурга. Специальный олимпийский бал – это и праздник, и подведение итогов всего 2008 года. Уходящий год запомнился многими стартами. Прошли отборочные соревнования к зимним специальным Олимпийским играм, десятый турнир по футболу, малые летние специальные Олимпийские игры по девяти видам спорта, чемпионаты России и Петербурга. Российская сборная по футболу заняла третье место на чемпионате мира в Швейцарии. Успешно выступила на чемпионате Европы по баскетболу и мужская сборная России. Костяк этой команды состоял из петербуржцев. Своих воспитанников в сборную делегировали 18-я и 565-я школы. 28 петербургских спортсменов успешно прошли отбор и были включены в национальную команду, которая примет участие в феврале будущего года во всемирных специальных Олимпийских играх в американском штате Айдахо.

На Олимпийском балу прошло награждение тех, кто помогает Специальному олимпийскому комитету Петербурга. Были отмечены лучшие тренеры и хореографы, директора школ, партнеры Специального

олимпийского комитета, руководители учреждений, работники районных администраций. Особо отличившимся вручили специальный Олимпийский орден «Честь и благородство», золотые медали, кубки. Отметили и студентов-отличников, которые учатся на факультете адаптивной физической

## события, факты

культуры. Национального государственного университета физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта и в Институте специальной педагогики и психологии имени Рауля Валленберга.

Ну и, конечно, гости приняли участие в большой развлекательной программе.



Лауреаты наград Специального олимпийского комитета Санкт-Петербурга: профессор Аксенова О. Э. – декан факультета Адаптивной физической культуры НГУ физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, профессор Евсеев С. П. – директор СПб НИИ физической культуры, Кораблев С. В. – ответственный редактор журнала «Адаптивная физическая культура», Ростомашвили Л. Н. – декан факультета Адаптивной физической культуры Института специальной педагогики и психологии.

## Семантика тела, артпластика, эстетотерапия в технологиях образовательного развития человека с инвалидностью (Полемиические заметки)

Дмитриев С. В., заслуженный работник физической культуры РФ, доктор педагогических наук, профессор Нижегородский государственный педагогический университет (НГПУ) Нижегородский филиал Сочинского государственного университета туризма и курортного дела (СГУТ и КД)

*Ключевые слова:* эстетотерапия, артпластика, образовательное развитие.

*Аннотация:* Основной методологической позицией в системе образовательного развития НГПУ и СГУТ и КД является гармония физическо-го (телесно-двигательного) и социокультурного аспектов в реализации артпластических технологий студентов кафедр гимнастики, реабилитологии и адаптивной физической культуры.



## Body semantics, plastique, aesthetic therapy in technologies of educational development for a disabled person

Dr. Dmitriev S. V., Professor  
State Pedagogical University, Nizhny Novgorod  
Nizhny Novgorod branch of the Sochi State University of Tourism and Health Resort Business

*Key words:* aesthetic therapy, plastique, educational development.

*Abstract.* At the Nizhny Novgorod State Pedagogical University and Nizhny Novgorod branch of the Sochi State University of Tourism and Health Resort Business the basic methodological position in the system of educational development is the balance of physical (corporeal and locomotive), social and cultural aspects (in realization of plastique technologies for students of gymnastics, rehabilitation and APA faculties).

*«Нельзя развивать новых взглядов иначе как полемиически»  
(В. И. Ленин)*

**Введение.** Обновление и углубление теоретико-методологических основ адаптивной физической культуры (АФК) требуют методов новопарадигмального поиска в сфере интеллектуального и телесно-ориентированного обучения двигательным действиям, «диалога наук», «диалога сознаний», «диалога левого и правого полушарий», связанных с преобразованием человека изнутри. «Живые движения» человека с инвалидностью («живые» – значит способные к развитию) представляют собой, как писал К. Брукс, «не цветы в букете, а части цветущего растения». Недостаток традиционного образования в АФК заключается в том, что ценность целеустремленного человеческого духа редуцируется до разума (когнитивный регулятор), разум до рассудка (формально-логический регулятор), рассудок до интеллекта (информационно-технический оператор), а последний – до искусственного интеллекта («биомеханических данных», программных средств, процедур принятия решений, безразличных к этике, эстетике, духовно-нравственным категориям). Более или менее полный анализ телесно-двигательных, художественно-эстетических феноменов неизбежно требует привлечения гуманитарного знания в теорию и технологию АФК.

Основная цель статьи – рассмотреть некоторые методы психосемантики «живых движений» в теории АФК и образовательно-развивающих технологиях.

**Результаты исследования и их обсуждение** представлены в виде кратких тезисов и проводятся в контексте эстетотерапевтического (артпластика, имаготерапия) и образовательного развития детей-инвалидов.

**1. «Человек есть мера всех вещей и явлений»** (Протагор). Известно, что прекрасное, художественно-эстетические феномены в «живых движениях» полагаются человеком, но как? Его материальностью или его духовностью, его индивидуальностью или его социальностью, его деятельностью или его сознанием? Мы полагаем – всеми перечисленными ипостасями. Подчеркнем, однако, что прекрасное не материально, хотя и объективно – не сознание человека делает предметы прекрасными, а его социокультурная деятельность, включающая аксиологическое (духовно-ценностное) отношение субъекта к предметному миру (реальному, ирреальному и искусственно созданному). Древнегреческие авторы рассматривали мир как «целомерное образование» (Сократ). «Деятельность» (energeiai) производна от «дела» (ergon) и нацелена на «осуществлен-

ность» (entelecheia). В частности, все части тела человека существуют, в конечном счете, ради деятельности в нем души (Аристотель, Анаксагор, Ксенофонт Аквинский). В аристотелевской теории прекрасного дух человека овеществлен, объективирован в процессах деятельности и ее продуктах. Человеческая деятельность (в том числе в сфере эстетотерапии, имаготерапии, артпластики) не только формирует (корректирует) тот или иной объект (например, ОДА – опорно-двигательный аппарат инвалида, его ментальный и телесно-двигательный опыт), она сама по принципу «обратной связи» испытывает корректирующее воздействие на нее со стороны «логики объекта». Отметим, что результаты (продукты) социокультурной деятельности включают процессы как *эстетической субъективации* (духовно-ценностное отражение и творчество), так и *эстетической объективации* (технично-технологическое творчество субъекта деятельности). Уместно привести здесь сентенцию В. Маяковского: «Если на технику не одеть эстетического намордника, то она перекусает все человечество».

**2. Принцип целеустремленного деятеля.** Данный принцип является антитезой традиционного принципа сознательности и активности лично-

сти. Термин «активность» относится, скорее, к поведенческим реакциям (здесь «ведущей» является реакция – ответ функциональных систем организма на тот или иной биологический раздражитель). **В целеустремленных действиях человека «ведет» образ будущего.** Действие – не столько «сигнальный ответ-реакция», сколько «вопрос-акция» человека-деятели, «вопросание» к реальной (познаваемой и преобразуемой) действительности. Выработка способа двигательного действия представляет собой движение по «вопрос-ответному коридору» со многими альтернативными решениями. С нашей точки зрения, обучающие технологии в АФК должны включать в себя программы трех типов: **предметно ориентированные, телесно ориентированные и эстетически ориентированные.** Эстетическое развитие личности – это развитие способности и потребности отражать и творить в соответствии с предметной и человеческой мерой. Творческие способности в сфере артпластики движений, имаготерапии (от лат. *imago* – образ) и эстетотерапии требуют серьезной работы педагога и инвалида над предметно-организованным **содержанием** двигательных действий (творческое выражение мысли на «языке тела» – ментально-двигательные эвристики, экстралингвистические и экстралингвистические – внеязыковые, авербальные – механизмы) и **формой** (художественно-эстетическое оформление «текста движений») – зрительно-двигательные коннотации; звуковая и моторная интонация – модуляции голоса, жест, мимика, пантомимика).

Привнесение в теорию и практику АФК таких понятий, как социокультурное окружение («значимые Другие», референтные группы), персонализация среды, экстралингвистические аспекты информации, телесно-двигательные компетенции, психосоматический модус, вербально-моторные коннотации, креативно-двигательная аутентичность, телесно ориентированные виды рефлексии (рефлексия *body-work* и предметно-орудийных действий) и т. д., трансформирует традиционную аналитическую теорию двигательных действий в своего рода антропно ориентированную психокинезиологию «жи-

вых движений» человека. Телесная пластика была определена Н. А. Бернштейном как «определенное по ритму и ритму движение человеческого тела, отражающего его духовный и внутренний мир» – «духовное становится доступно взорам» (О. Мандельштам). Если аналитическая теория двигательных действий связана с точностью измерений (квалиметрическая точность), то в основе психокинезиологии «живых движений» лежит «семантическая точность». Если можно дробить единицу биомеханического измерения (она бесконечна, по крайней мере, потенциально), то нельзя дробить «смысловой квант» (он идеален и выражается средствами психолингвистики). Можно метрически точно измерить геометрию и темпоритм движений, но нельзя измерить «жар холодных чисел», квантифицировать «красоту движений» спортсмена или его «силу духа». «Смысловой квант» проникающего разума (а не просто отражения) – это единство механизмов творческого отражения и ценностного отношения к миру.

Отметим, что артпластическая подготовка студентов на факультетах и кафедрах АФК является весьма важной для процесса становления телесной пластичности в спортивной и адаптивной педагогике, художественно-двигательной аэробике и деятельности дошкольных образовательных учреждений (в том числе для детей с ЗПР, интеллектуальной недостаточностью и девиантным поведением). Телесная пластичность является таким биомеханическим свойством «живых движений», через которое оно от «механического движения во времени и пространстве» (традиционный предмет биомеханики) «прорастает» во внутренний предметный мир человека, и через него – в мир спорта, культуры и искусства. Здесь осуществляется переход от «физического пространства» к построению собственного **«межличностного и аутоличностного пространства»**. Предметный мир представляет собой когнитивно репрезентированный и психически переработанный внутренний мир человека и его ментально-телесного сознания. Он включает опыт социокультурной

перцепции (взаимопознание), коммуникации («диалоговые формы» взаимопонимания), интеракции (взаимодействие), духовного взаимообогащения («экология души»). По сути дела человек представляет собой не набор черт характера, а ценностно-смысловой континуум, связанный с выбором личностной позиции и социально ориентированного поведения. Кто знает, где доминирует личность, а где социум?

### 3. От педагогики формирующей к педагогике развивающей.

Методы образовательного развития должны быть направлены не столько на адаптацию морфо-функциональных систем организма к физической или психоэмоциональной нагрузке (оптимизацию практических состояний), сколько на преодоление дисгармонии в системе психосоматического модуса (оптимизацию индивидуально-личностного статуса) человека. Следует подчеркнуть, что «психология здоровья» – понятие более масштабное, чем «психогигиена» или «психопрофилактика». Здоровье – это процесс балансирования (динамического равновесия) между адаптационными и компенсаторными возможностями человека при постоянно изменяющихся условиях предметной среды деятельности и жизнедеятельности. Специфика **здоровьетворчества в АФК** (творения здорового духа и здорового тела) заключается в том, что основным его субъектом является личность как саморазвивающаяся система социально-педагогического управления. В сущности, невозможно отделить психическое здоровье от физического и духовного, ибо настоящее здоровье гармонично объединяет в себя указанные аспекты – образуется своего рода психосоматический модус человека как физического тела, организма и личности.

Любое социокультурное действие ребенка (впрочем, бывает ли другое?) являет собой единство социально и индивидуально обусловленного процессов образовательного развития и адаптивно-коррекционного обучения. В сфере АФК образовательно-обучающий акцент следует ставить не на «агента коррекционного воздействия», а на создание про-



странства (и атмосферы) совместно с ним бытия. Так, например, очень часто дети-инвалиды с интеллектуальной недостаточностью (ЗПР, психогенный аутизм, дети с расстройством внимания) ориентируются в основном на переживание своего психического состояния («пустота сознания», «блокада мыслей», «ожидаемый неуспех»). В их поведении (вследствие неразвитых аналитических способностей) формируется эмоциональная (аффективная), а не когнитивная позиция. У детей с акцентированными чертами характера нередко возникает *состояние фрустрации*, вызванное происшедшим нарушением планов, проектов, программ управления движениями, или *чувство тревоги*, которое характеризуется преимущественно «перцептивно-чувственным ожиданием», а не констатацией реальной угрозы. Тревога, как правило, возникает в тех случаях, когда у ребенка не вполне сформированы психомоторная программа или механизмы выбора способа двигательного действия. При этом доминирует так называемый неассоциативный тип перцептивно-мыслительных действий – *«мышление без предметно организованных ориентиров»*. Ведущим является образ ситуации «здесь и сейчас» (отражательное знание), а не образ «потребного будущего», в котором должны быть представлены *проектные* и *регуляторные* функции (программно-операторные механизмы). Именно воспринимаемая (эмоционально переживаемая) ситуация определяет поведение ребенка. Возникает мотивационная тенденция, переживаемая как «стремление избежать» данной предметной ситуации, «выйти» из нее (мотив избегания неудачи). При этом спортсмен-инвалид *оказывает на себя преимущественно релаксирующее, соматовегетативное, а не мобилизирующее воздействие*. С помощью методов смысловой организации информации (ориентирующие схемы) и «перцептивно-моторного понимания» движений (объясняющие и технологические схемы) необходимо научить таких детей удерживать внимание на собственном теле и на предмете (целевой задаче) двигательных действий:

на что и как смотреть; что увидеть и почувствовать; выработать операционные «смысловые ключи», развивающие «логическую наглядность», «образную логику», «визуально-двигательное» мышление. Важно подчеркнуть, что перцептивные способности (наблюдать, узнавать, воспринимать объекты) не могут развиваться вне конкретных задач преобразования, планирования, управления своими действиями. Педагог-методист АФК должен помочь сформировать у детей перцептивно-познавательные и конструктивно-двигательные установки сознания. *Субъект деятельности должен все делать сам, но ему важно помочь реализовать себя в действиях*. Так закладываются основы совершенствования интенциональности сознания (направленности внимания на тот или иной предмет – методы фокусирования и сканирования объекта), механизмы «заглядывания в предстоящее» (Н. А. Бернштейн), создания ментально-двигательных образов, имеющих функции имаготерапии. Определяются направления и «точки роста» (образовательного развития) ребенка. В дальнейшем – на основе психомоторной схемы тела, механизмов принятия решений и целенаправленных движений – можно совершенствовать «телесно-эстетическую культуру» человека, его «телесное Эго», психосоматический модус (эксплицит и representation – средства экспрессии и самовыражения через артпластику движений). В свою очередь, методы и средства танцевально-двигательной терапии, функциональной музыки и цветомузыки, пластоидиактики позволяют человеку познать самого себя, совершенствовать себя изнутри, осуществлять самодетерминацию своих действий.

**4. Развивающийся человек в развивающемся мире.** Искусственная рабочая (учебно-тренировочная) и информационная среда в большей мере принадлежат к физической реальности, социокультурная среда и внутренний предметный мир личности – к психической реальности. Если проектирование физической реальности ориентировано преимущественно на оптимизацию предметно организованной среды деятельнос-

ти, то антропно-адаптирующие технологии – на самопроектирование (self-actualization) «социокультурного универсума» человека с инвалидностью (включая самооценку, самопринятие, самопреобразование). Данный универсум включает: *культуру познания и преобразования мира* (constructivism tenet), *культуру деятельности* (рациональные и эффективные методы и технологии), *культуру общения* (гармонизация человеческих отношений), *культуру самосовершенствования* (ценностное полагание личности), *телесно-двигательную культуру* (механизмы, социокоды и «языки» телопсихики). Образовательно-развивающая среда – это «камерное» пространство, в котором доминирует климат доверия, сотрудничество (сотворчество), конгруэнтность отношений, личностная свобода выбора тех или иных решений. Методы креативно-двигательной педагогики (связанной с метафоризацией сознания, мышления и деятельности человека) должны быть направлены на формулирование своего рода художественно-эстетического парадокса (эвристической, инновационной точки зрения на создаваемую социокультурную реальность); вызывать «незаинтересованные эмоции» (не связанные прямо или косвенно с удовлетворением какой-либо материальной потребности); вдохновлять личность на смыслотворчество (истоки которого лежат в мотивационно-ценностной сфере). Здесь личность рассматривается не как «образованный субъект», а как *процесс поиска и созидания себя*, не как «обученный индивид», а как *творящая себя индивидуальность*. Известно, что *обученность* человека – сугубо педагогический феномен (отражающий прагматический результат обучения), *обучаемость* – психический феномен (отражающий способности к интеллектуальному и телесно-двигательному развитию).

В адаптивной педагогике важен не обученный, а *обучающийся* (развивающийся) человек с инвалидностью. В образовательном развитии детей-инвалидов акцент делается преимущественно на созревающие (а не созревшие) функции. Образовательное обучение должно всегда «забегать

вперед развитию», «создавать зону ближайшего развития» (Л. С. Выготский). Антропные методы обучения должны пробуждать и приводить в движение внутренние процессы ментально-образного и психомоторного развития человека (потребности, мотивы, стремления, ценностные ориентации). Отметим, что сознание человека, являясь важнейшим регулятором его поведения, также работает на сферу потребностей и способностей – оно вооружает их знанием. При этом в сферу сознания не только добавляется «новое знание», но и преобразуется его структура (тезаурус). Необходимо совершенствовать способности изменять мир и свое положение в нем, развивать свои мыслительные и телесно-двигательные функции (способности). По сути дела, только развивающийся человек в развивающемся мире, обретает, говоря словами А. Пушкина, «способности к самостоянию». При этом человек становится (а не просто является) личностью и индивидуальностью – посредством реализации способности совершать «усилия аффирмо» (утверждать себя, человека с инвалидностью, в социуме) и производить (воспроизводить) миры своего бытия в предметной сфере деятельности. Если человек хочет познать самого себя, его путь лежит через мир другого. Сущность человека в значительной степени определяется созданным им внутренним миром – трансперсональной сферой его деятельностного бытия: сознанием и самосознанием, совместным творчеством, диалогическим мышлением, принятием в свое «Я» мира других людей или противопоставление себя им. «Личностное-Я-сознание» расширяет собственные границы благодаря другим людям. Именно встреча с Другим (другом, педагогом, наставником, соперником) расширяет социокультурное пространство личности. Известно, что человек становится самим собой (аутентичным), только *раскрывая себя для другого, через другого и с помощью другого* (механизмы межличностного и аутовоздействия).

Таким образом, суть человека заключается не столько в модусе наличия (личностной идентичности), сколько в модусе возможности (стрем-

ления к акме, совершенству) – именно здесь проходит узловая линия развития инвалида, здесь он «ценностно предстоит» себе (нормативным предписаниям, как известно, следуют; ценности подразумевают их свободный выбор или выработку). Индивидуальность «вызревает из собственного будущего» (Т. М. Буякас), «мыслит глобально, а действует локально, ситуационно» (Рене Дюбо), *sich-von-selbst-machtn* (самостоятельно делает себя, по М. Хайдеггеру). Так, человек с инвалидностью своим созиданием и творчеством не только измеряет все им создаваемое (психосоматический модус, культуру тела и движений), но и через свое творение (адаптацию, преобразование ОДА, артпластику) измеряет и оценивает себя как активного, целеустремленного деятеля.

**5. Развивающие, оздоровительные, адаптивно-коррекционные, арттерапевтические технологии в АФК.** Тренер-педагог не может непосредственно воздействовать на психическое состояние ребенка – ему нужен посредник (медиатор). Таким медиатором является социокультурное «живое движение», соединяющее в себе психологическую сущность и материальную форму. В художественных видах спорта (ритмика, хореография, импровизационный танец) в телесно-моторную активность, наряду с техничностью действий, привносится не менее важная составляющая – выразительность движений, двигательнo-пластическая артистичность, грациозность. В программах игровой гимнастики, формокоррекционной ритмопластики, спортивно-театрализованных программах – сценического боя-танца, арт-фехтования (кафедра гимнастики НГПУ), имаго- и эстетотерапии (кафедра реабилитологии СГУТ и КД) нами разрабатываются арттерапевтические технологии. Мы отказались от традиционного деления учебно-тренировочного процесса на фазы «первоначального разучивания», «закрепления спортивной техники», «перевода умений в навыки» и т. п.

Исследования показали, что в ходе образовательного развития при освоении тех или иных эмоционально-художественных или телесно-пласти-

ческих действий ребенок-инвалид сначала – **на этапе эмоциональной направленности на «живые движения»** – вовлекается, прежде всего, в сам *процесс предметной деятельности* (как правило, игровой). Данный этап выполняет преимущественно *инцентивные* (от англ. incentive – побуждение, инициация) функции. Здесь актуализируются внутренние детерминаторы поисковой активности – потребности, влечения, интенции, намерения, аттитюды, представления о цели. Ребенок настолько вовлекается, погружается в игровой процесс («игра ради игры»), что у него исчезает осознание себя как чего-то отделенного от совершаемых им движений. В англоязычной литературе данное состояние характеризуется термином *engagement* («вовлеченность» в ситуацию задачи). Известно, что личность и деятельность «обнаруживают себя» только друг через друга. Это – творение себя и творение из себя. Так, например, дети наделяют неодушевленные предметы, с которыми они играют, человеческими свойствами – сознанием, мыслями, чувствами (антропоморфизм). Объект (игрушка, протез, инвалидная коляска) становится «со-объектом» (на основе действия «прафеноменов культуры»), подвергается «экспериментальному испытанию». Одних только «чувственных данных» недостаточно, чтобы у ребенка сформировалось ментально-смысловое восприятие объекта. Необходима, прежде всего, телесно-двигательная и предметно-чувственная активность. Источник развития лежит не только внутри (в сфере самосознания), но и вне ребенка (в продуктах материальной и духовной культуры). Пo-средством активности (включающей ориентирование, адаптацию и преобразование) ребенок входит в «диалогический контакт» с окружающим его миром. Так, например, в игрушках запрограммированы те действия, которые с их помощью должен осуществить ребенок. При этом объект и «живые движения» с ним субъектифицируются – наделяются свойствами, качествами и функциями субъекта-деятеля. Личность деятеля «транскрибируется» в тот или иной объект – «лицетворит себя», кодиру-

ется на языке пластики движений.

В дальнейшем – **на этапе мотивации** (self-attitudes – установки личности на себя) и **целеполагания** – ребенок *ищет цели и смыслы своей деятельности*. (У взрослого человека актуализируется вопрос: «Зачем мне это надо?»). Отметим, что чувственно-психические переживания ребенка сами по себе как таковые ни целей, ни смыслов не имеют – последние вырабатываются в совместной деятельности с взрослым человеком. «Смыслы, вплетенные в деятельность», формируют «сферу субъективной ответственности» за выбор целей и способов своей деятельности. Именно здесь во многом определяется *переход от самоопределения к самореализации*. Программные цели (формирующиеся в сфере сознания как образ-представление желаемого или ожидаемого результата) реализуются в действиях, а программные результаты достигаются (в той или иной степени) посредством целеполагающих действий. Цели действия, как правило, ориентированы на «потребностный продукт». Здесь необходимо формировать у ребенка поисковые эталоны в области восприятия и действия, критерии и меры в сфере мышления. Цели возникающих при этом задач (перцептивных, мыслительных, двигательных) ориентированы на способы достижения результата. Известно, что «поглощенный в процесс» ребенок, как правило, не выделяет собственных действий в особый предмет анализа (рефлексии). Важно научить наблюдению за тем или иным объектом – «визуализировать цели», формировать ориентировочно-исследовательские схемы (с помощью различных «комментированных картинок» и «обрисовывающих движений») для того, чтобы ребенок смог увидеть и осмыслить то, что нужно для построения действия. Здесь интегрируются зрительный и кинестетический контроль (формируются механизмы «ручного мышления»), выделяются ключевые признаки – ориентиры, имеющие поисково-познавательную и регулятивную направленность. К ним относятся «проба и опробывание», «примеривание и прикидки», «преднамеренность

мысли и действия», лежащие в основе выбора (выработки) тех или иных решений в ситуации двигательной задачи. Важно, чтобы не ситуация определяла поведение ребенка, а он овладел ситуацией и стал в известной степени независимым от нее. На основе метода «преднамеренных действий» (связанных с целенаправленностью) и способа «действовать, пробуя» (связанного с целесообразностью) формируется «деятельностная модель реальности», которая включает в себя как объект действия («предметноотнесенный»), так и субъекта действия («объективированного»). Активизируются регуляторные возможности мышления. Ребенок становится *субъектом собственного развития*, а не только субъектом познания и преобразования мира. Именно с обучающим развитием связано появление новых психических функций (интеллектуальных, телесно-двигательных), а не только с эволюцией (развертыванием того, что задано биогенетически).

Выработка познавательной мотивации, механизмов поисковой и управленческой рефлексии позволяет осуществлять интеллектуализацию всех основных психических процессов. «Технологии с прицелом на творчество» необходимы как для одаренных детей, так и для детей с интеллектуальной недостаточностью. На данном этапе следует создавать условия для более интенсивного формирования процессов творческого воображения – *творчества как самовыражения личности в действиях* (механизмы самораскрытия своих способностей) и *творчества как психической саморегуляции действий при реализации целей* (механизмы самопреобразования). Отметим, что творчество как процесс и творчество как результат совпадают в одном концепте – «творение». Здесь совершенствуются когнитивно-технологические *механизмы «извлечения знаний» из действий с объектами* (в самих объектах никаких знаний нет). Весьма важно ориентировать ребенка с инвалидностью не только на развитие адаптационно-двигательных механизмов, но и на совершенствование познавательных способностей, умений «пропускать» идеомоторные пред-

ставления через программирующие системы. К сожалению, в адаптивной педагогике господствует подход с ориентацией на прагматические результаты выполняемых действий.

И, наконец, – **на этапе поисковой регуляции эстетически организованных движений** – осуществляется дальнейшая *технично-технологическая* (рациональная) и *эмоционально-художественная* организация артпластических действий (на языке аналогового, метафорического мышления). В пластике движений выражается *metaphorical truth* – «метафорическая истина» (по Д. Давидсону). В двигательные действия «вплетаются» ментальные состояния сознания, отражающие не столько «логику действия» (смысл действия), сколько «логику (смысл) субъекта» – потребностно-мотивационные интенции, эмоционально-экспрессивные переживания, двигательные эвристики. Здесь «сквозь магический кристалл» имагинативного восприятия образ двигательного действия интерпретируется (на уровне интуитивного, экстатического видения), логически выверяется, просветляется разумом (на уровне сознания), вырабатываются и совершенствуются системы самоуправления и саморегуляции, формируются программы «расширенного воспроизводства» и перцептивно-моторных регуляций (конструктивная идеомоторика), направленные на достижение программного продукта деятельности. Отметим, что в основе терминов «концепт» и «конструкт» лежит латинский глагол *capere* – «схватывать» целое в его сути. Здесь реализуются три компонента сознания человека – *знания, ценностные смыслы, проекты* и его функциональные проявления – *отражение, выражение, воображение*.

Отметим, что художественно-эстетические отношения к предметной среде не возникают, пока не сформируется (с помощью педагога) система ценностей – оценочные и интерпретационные установки, с помощью которых эти явления осознаются как значимые для личности. «Вживание в образ», сопереживающее проникновение в «пластику движений» осуществляется в форме рефлексивно-личностной и межличностной иден-

тификации (ребенок постигает смысл себя, своих движений и действий другого человека). При этом в той или иной степени воспринимается (оценивается) не только «поток событий», но и «поток сознания». Возникают предпосылки для использования не только методов технологического преобразования объекта (методика обучения), но антропных методов развития личности. Известно, что развивающийся ребенок находится в мире социокультурных предметов, которые «открываются» ему через другого человека. Именно поэтому тренер-педагог при обучении двигательным действиям должен быть ориентирован не только на объект (используя методы объяснения), но и на человека, обогащая и развивая его эмоционально-семантическое поле восприятия, ментально-художественные способности и расширяя ценностно-смысловой горизонт деятельности (используя методы понимания и интерпретации). Необходимо совершенствовать психомоторные способности управления движениями (а не только спортивную технику), формировать психосемантику тела и телодвижений, понимать ментально-метафорический контекст «живых движений» (на основе законов красоты, системы эстетической ориентации, формирования эмоционального интеллекта). Живое, одушевленное, осмысленное, выразительное движение ребенка как раз и выступает фактором и результатом арттерапевтических и развивающих его творческое воображение технологий. Так, развитие эмоционального интеллекта позволяет воспринимать, контролировать и понимать практические эмоции – возникающие как отражение в сознании собственных действий. Конструктивная педагогика должна не просто «передавать ЗУНы» (здесь ребенок сам в познаваемых объектах ничего не меняет), а разрабатывать *методы усвоения* (способы приобретения собственного опыта) и *методы освоения предметного содержания* – создания собственного образовательного продукта. Способности, как известно, не существуют ни в человеке, ни в социуме – они возникают в деятельности: «живые движения» вызывают

эмоции и чувства, чувства выражают мысли (ассоциативный смысл, ментально-телесные образы, социокоды), мысли (вербально организованные и экстралогические – сверхязыковые) воплощаются в более продуктивные действия. В результате в сфере сознания возникают своего рода «концептуально-деятельностные мосты». Необходимо выявлять и совершенствовать ментально-образные и телесно-двигательные способности детей (а не только «развивать физические качества», «подвижность ОДА», «повышать моторно-двигательную интенсивность тренировки»), учить испытывать «мышечную радость» и заражать ею другого человека в форме чувственного и эмоционально-эстетического переживания. Развитие указанных способностей – не «дополнительная задача», а прямая и непосредственная функция АФК.

**6. Когнитивные, телесно-ориентированные, регулятивные методы развивающего обучения.** Кинезотерапевтические и артпластические технологии должны обеспечивать конструктивные преобразования (дающие облегчающий, лечащий, адаптивно-коррекционный, эстетически развивающий и т. п. эффект) и межличностные взаимодействия в детском коллективе. Признание телесно-двигательной пластичности в качестве биомеханической категории (С. В. Дмитриев, Ю. А. Гагин, Л. Н. Сляднева) открывает предметно-дисциплинарное пространство педагогической кинезиологии в сфере искусства, театра, спорта и адаптивной физической культуры. Система используемых нами понятий расширяет «ментально-двигательный опыт» студентов соответствующих вузов (спортсменов разного ранга), углубляет их «телесное самосознание» (*leibbewusstsein*) и «телесный опыт» (*body experience*). Артпластические технологии, методы имаго- и эстетотерапии предполагают разработку таких смысловых операторов, как «схемы тела» (в том числе с дефектами опорно-двигательного аппарата), «схемы ориентировки» (ориентирующие ассоциации), «схемы действия» (мысленный проект и программа), модальный «язык движений». Перечисленные схемы представляют собой так называемые «ин-

тенциональные структуры» (отражающие «направленность на») целенаправленно действующего индивида. Важнейшей задачей педагога-технолога в сфере АФК является научить студентов осуществлять переход от теории и аксиологии искусства к разработке психологических, практико-ориентированных методов художественно-эстетического творчества (воображение, вдохновение, эмоциональный интеллект, семантика тела и телодвижений) в системе образовательного развития личности и деятельности человека с инвалидностью.

**Вместо заключения.** Один из платоновских диалогов завершается сентенцией, вошедшей у греков в пословицу: «Прекрасное – трудно». Пословица эта многозначна. Нелегко людям освоить культуру человеческой телесности (телесный канон), культуру человеческих движений (артпластику), культуру человеческого духа. Но не легче и постичь сущность данных понятий в теории АФК, в «телесно-двигательной педагогике». Нелегко разработать критерии красоты, гармонии, совершенства, единые для таких разнородных объектов, как тело, телесно-психическое здоровье человека и артпластика его движений, эстетотерапия и дизайн-проекты предметной среды деятельности (утилитарно-технические и надутилитарные объекты и технологии), неорганическая природа (радуга, звезды, горные вершины) и высокоодухотворенные произведения искусства (живопись, музыка, скульптура). Где найти общие признаки, объективное мерло в науке, искусстве, образовании? Может быть, важнейший принцип научных и художественных технологий заключается в достижении максимального эффекта при минимуме средств – изящное математическое доказательство, техническая рациональность движений, духовная конструкция, возникающая при гармоничном «взаимоотражении» (со-понимании, со-переживании, эмпатии) суверенных субъектов? Окончательного ответа пока не существует. Остается только привести здесь известный поэтический афоризм Андрея Вознесенского: «Все прогрессы – реакционны, если рушится человек».

## Адаптивная двигательная рекреация – один из главных способов социальной интеграции инвалидов

Мелихов В. В., кандидат педагогических наук, доцент  
Елецкий государственный университет им. И. А. Бунина

*Ключевые слова:* адаптивная двигательная рекреация, социальная интеграция, опорно-двигательный аппарат, отдых, природа

*Аннотация.* В г. Ельце с 2003 г. работает физкультурно-спортивный клуб инвалидов «Лидер». С целью организации адаптивной двигательной рекреации членов клуба, был организован поход на природу. В статье дано его описание и приведен анализ результатов.

## Adaptive locomotive recreation as one of the basic ways of social integration of disabled persons

Melikhov V. V., PhD, Assistant Professor  
Elets State University named after Bunin

*Key words:* adaptive locomotive recreation, social integration, musculoskeletal system, recreation, nature

*Abstract.* Leader sports club for disabled persons has been functioning in Elets since 2003. A walking tour was arranged for locomotive recreation of the club members. The article describes the process and its results.

*Самый жалкий из нас обладает всё-таки каким-нибудь даром, и как бы ни был этот дар, по-видимому, зауряден, но, составляя нашу особенность, он может, при правильном применении, стать даром для всего человечества.*

Джон Рескин

Слово рекреация является синонимом слову отдых. По определению С. П. Евсеева (2000), «содержание адаптивной двигательной рекреации направлено на активизацию, поддержание или восстановление физических сил, затраченных инвалидом во время какого-либо вида деятельности (труд, учёба, спорт и др.), на профилактику утомления, развлечение, интересное проведение досуга и вообще на оздоровление, улучшение кондиции, повышение уровня жизнестойкости через удовольствие или с удовольствием».

Здоровому человеку, который не общается тесно с инвалидами, не знаком с их нуждами и потребностями будет непонятно «от чего же инвалиду отдыхать?». Если смотреть через призму мышления здорового человека, то с ним можно согласиться, ведь инвалидам, по большей мере, не приходится горбатиться на производстве, терять силы на стройках страны, тратить эмоциональные силы в сфере обслуживания. Лица с ограниченными возможностями, имеющие в справке ВТЭК надпись – «нетрудоспособен» – живут на полном обеспечении государства, получая пенсию по инвалидности и имея возможность отдыхать в лучших санаториях страны. Не жизнь, а сказка!

Если же смотреть на вещи реально, то получается, что такого рода забота государства, на самом деле, является ограничением проявления самостоятельной деятельности инвалидов – «золотая клетка». Обществу

проще откупиться от них, проявляя мнимую заботу, чем вникать в нужды лиц с ограниченными возможностями и адаптировать для них окружающее пространство.

Давайте попытаемся узнать, как себя чувствует инвалид (беру на себя ответственность, так как сам являюсь таковым и по роду деятельности со многими из них общаюсь). Движения, обеспечивающие самообслуживание и бытовую деятельность, сильно изматывают физически. Планировка квартир не приспособлена для передвижения колясочников. Узкие коридоры, малогабаритные кухни, туалеты и ванн комнаты не дают возможность разместить специальные устройства, позволяющие самостоятельно перемещаться инвалиду.

При выходе на улицу ситуация заметно усложняется. Наши российские населённые пункты не предназначены для перемещения по их улицам лиц с ограниченными возможностями. Даже в наиболее благоустроенных из них инвалид может натолкнуться на непреодолимое препятствие типа внезапно образовавшейся канавы или нерегулируемого пешеходного перехода через проезжую часть; придётся совершать длительный обходной манёвр, и ещё не факт, что он увенчается успехом. А чего стоит езда в набитом до отказа городском транспорте, где обозлённые от тесного контакта люди доказывают друг другу свои права на внезапно освободившееся сидячее место. А постоянные взгляды людей, у кого ис-

подлобья, у кого искоса, у кого глаза в глаза – с сожалением, с удивлением, с ненавистью, со смехом; неприятные высказывания, уловленные краем уха. Одним словом – не сладко.

Ах, как же хочется бросить всё, вырваться на природу, вдохнуть свежего воздуха полной грудью; услышать шум ветвей, колышущихся под ветром, цокот кузнечика, ощутить запах цветов или хвои; пообщаться с единомышленниками, принимающими тебя таким, какой ты есть и не обременяющих тебя гиперопекой! Красота, да и только! Как вы думаете, может ли себе сегодня такое позволить инвалид? Правильно, может.

В городе Елец, Липецкой области, с 2003 года открыт физкультурно-спортивный клуб инвалидов «Лидер» при МУ СЗН «Центр социального обслуживания и реабилитации граждан пожилого возраста и инвалидов». Основным направлением работы клуба является адаптивная физическая реабилитация. Занятия адаптивным спортом ограничены отсутствием помещений и специального инвентаря и проводятся лишь по настольному теннису, силовой гимнастике и настольным играм. Контингент, посещающий занятия адаптивного физического воспитания имеет различные заболевания, нарушающие как физические, так и психические функции организма. Общее количество занимающихся 38 человек, в возрасте от 10 до 65 лет. Занятия проводят преподаватели и студенты Елецкого го-

сударственного университета имени И. А. Бунина, преподающие и обучающиеся на спортивном факультете по специальности адаптивная физическая культура.

В течение длительного времени инвалиды занимаются в высоком нагрузочном режиме, по методике силовой подготовки разработанной одним из педагогов. Такие тренировки способствуют увеличению не только физических и двигательных качеств, но и в целом, влияя на приспособительные реакции организма, способствуют улучшению состояния здоровья занимающихся. Поэтому в целях психологической и психической разгрузки, проверки навыков и приобретения опыта передвижения по пересечённой местности, социальной адаптации инвалидов, педагогическим коллективом клуба было решено отправиться отдохнуть на природу за город.

Природа Елецкой земли богата! Из истории известно, что город Елец был пограничным и прикрывал Русь от набегов Золотой орды. Сам город стоит на берегу реки Быстрая сосна, которая впадает в реку Дон. Местность холмистая. Леса сменяются полями и лугами. Много ягод. Леса изобилуют грибами. В многочисленных естественных водоёмах водится рыба. Одним словом – рай для отдыхающего! Поэтому проблем с выбором места для отдыха не существует.



Решено, едем! Администрация «Центра» поддержала идею, выделила микроавтобус, две палатки, спальные мешки, необходимый спортивный инвентарь и пожелала приятного отдыха. О питании и других необходимых в походе предметах участники позаботились сами. Меню обсудили заранее, все пожелания были учтены.

Участников похода было восемь человек в возрасте от 20 до 38 лет

(четверо мужчин и четыре женщины). Из них шестеро инвалидов и двое здоровых. Двое участников с последствиями детского церебрального паралича имели двигательные нарушения, вызванные тетрапарезом, гиперкинетическим синдромом, контрактурами. Ещё двое, с травматической болезнью спинного мозга, частично восстановили двигательные качества на занятиях АФВ в клубе, уверенно передвигались при помощи трости. Один участник с аномальным развитием конечностей имел относительно здоровые ноги, но недостаточно развитые руки. И последний инвалид – ампутант (ампутирована голень правой ноги по колено) – активно занимается спортом, уверенно передвигается и является одним из педагогов работающих в «Центре» и ЕГУ. Все инвалиды имели нормальное умственное развитие и поражение опорно-двигательного аппарата. Двое здоровых участников – преподаватель и студент Елецкого государственного университета им. И. А. Бунина.

Сорок минут езды на микроавтобусе – и мы на берегу большого пруда, неподалёку от деревни Лосевка. Середина июля. Жара выше тридцати градусов. На правом берегу пруда берёзовый лес, на левом – еловый. Решено разбить лагерь в берёзовом лесу, т. к. он реже и светлее елового.

Сказано – сделано. Вдруг, неожиданно, возникает череда проблем. Первая проблема – это расчистка места отдыха от мусора, которым завален лес предыдущими отдыхающими. Многие выезжают отдыхать на природу только на вечер, ошибочно принимая за отдых чрезмерное употребление спиртного и следующее за этим бесконтрольное поведение. Поэтому, в первую очередь, необходимо убрать последствия диких оргий.



Почему же такая пустышная проблема для наших героев стала испытанием? Само по себе передвижение инвалида по пересечённой местнос-

ти требует концентрации внимания. Неловкое движение или неосторожный шаг могут повлечь за собой падение, в результате которого вполне вероятно серьёзная травма. А при уборке леса необходимо наклоняться. Даже у здорового человека, при выполнении наклона усложняется задача сохранения равновесия, а как-то приходится инвалиду, у которого и без того нарушены функции опорно-двигательного аппарата.

Но, несмотря на все сложности, отдыхающие, с честью справились с поставленной задачей, причём после уборки мусора был захоронен. Для этого была вырыта яма, в которую ссыпались отходы в течение всего времени отдыха, по окончании которого яма была засыпана землёй.

Пока одна группа отдыхающих освобождала лес от мусора, другая – разбивала лагерь, ставила палатки, благоустраивала место приготовления и приёма пищи, место для отдыха.

Когда всё расчистили и установили, казалось бы, можно приступить к приготовлению пищи, но обнаружилась очередная проблема – заготовка дров. Перекусив бутербродами, все разошлись группами по лесу, остались лишь кашевар и его помощник, отвечающий за поддержание огня. Представляете себе, инвалиды, сами едва передвигающиеся, бродят по лесу в поиске веток и брёвен, собирают их в охапки, а затем несут. Нелегко. Но в этом и заключался смысл похода – проверить свои силы и самостоятельно пожить некоторое время вдали от близких, от их заботы.

Наши герои и с этим испытанием справились достойно. Естественно, не всё прошло гладко. Поначалу все храбрились, старались пртащить толстые брёвна или большую охапку веток, но затем, поняв тщетность своих попыток, брали тот объём хвороста, который был под силу. Именно



в этом заключается основная идея интеграции инвалидов в общество – точная оценка ими своих возможностей и посильный вклад в формирование материальных, культурных или нравственных ценностей. Осознание своей значимости способствует развитию у лиц с ограниченными возможностями мотивационных предпосылок для дальнейшего совершенствования личностных и двигательных качеств. Чувство собственной значимости и стремление к постоянному самосовершенствованию наполняет жизнь инвалида смыслом и позволяет забыть о своей неполноценности.

После решения основных проблем по созданию необходимых условий для нормальной жизни в лесу, собственно и начался отдых. Мужчины кололи дрова, приносили воду, женщины же баловали всех вкусной пищей, приготовленной на костре. После еды загорание на солнышке, приём воздушных ванн, настольные игры и выполнение физических упражнений, шутки, анекдоты, в общем, всё как у обычных людей.

Самым приятным занятием оказался поиск ягод и грибов. Большую часть группы составляли инвалиды детства и некоторые из них собирали грибы и ягоды в первый раз. Неподалёку нашли овраг, усеянный созревающей земляникой, поэтому, для желающих полакомиться вкусными ягодами, их сбор представлял своеобразное физическое упражнение. Вообще, к преимуществу такого вида физической реабилитации, как поход, относится сочетание труда и отдыха,

приносящих, одновременно, радость и удовольствие. Таким образом, кажущийся с первого взгляда ненужным, отдых для инвалидов является эффективным средством психофизической реабилитации – парадокс.

Организация такого досуга оказывает воздействие на создание социума в среде инвалидов. Проживая в кругу заботливых родственников, у них складывается искривлённое понятие окружающего мира, нарушается формирование личностных качеств. Большинство из них эгоистичны, так как привыкли к повышенному вниманию со стороны окружающих. Общение в клубе оказывает недостаточно эффективное воздействие на личность инвалидов, тем самым мало способствуя их социальной интеграции. В лесу же каждый предоставлен сам себе, помощи ждать неоткуда. Твои товарищи такие же, как ты и поэтому решить проблему можно только вместе, сообща.

Вначале наметились некоторые проблемы в общении. Лица, проявляющие лидерские качества в условиях цивилизации, оказавшись на природе, не смогли рационально направлять усилия коллектива. Наоборот, те, кто не проявлял себя при общении в клубе, давали ценные советы и личным примером доказывали возможность решения той или иной задачи. Преодоление внутренних и внешних препятствий позволило структурировать коллектив и действия стали слаженными и эффективными. Каждому участнику похода была определена своя роль, исходя из индивидуальных способнос-

тей. Таким образом произошло тесное сплочение коллектива.

Прошло три дня. Наши герои физически уставшие, но психически отдохнувшие засобирались домой. Сложили вещи, свернули спальные мешки и палатки, позавтракали, сели в машину и поехали. Так закончился поход на лоно природы, проводимый с целью рекреации инвалидов, занимающихся в физкультурно-спортивном клубе «Лидер».

По прошествии нескольких дней участники похода были опрошены. Все они отмечали накопившуюся физическую усталость, которая ушла после принятия ванны по возвращении домой, но психическое удовлетворение, состояние эйфории при этом только усилилось.

Все члены группы отмечали увеличение уверенности в своих двигательных возможностях. Некоторые из них начали планировать изменения в своей бытовой и творческой жизни, захотели получить профессиональное образование, устроиться на работу или заняться каким-нибудь делом.

По возвращении домой между ними сохранилась та модель общения и взаимодействия, которая сложилась в лесу. Таким образом, к словам профессора Евсеева о понятии адаптивной двигательной рекреации можно добавить ещё немаловажный социально-интегрирующий фактор, воздействующий на воспитание личности инвалида.

В целом поход удался, поставленные организаторами цели и задачи выполнены, но хочется отметить одну деталь, ухудшающую впечатление о проведённом отдыхе – это сложный доступ к водоёму. На протяжении трёх дней инвалиды принимали водные процедуры, обливаясь из ведра, стоя на берегу пруда, обрывистые берега которого не позволяли близко приблизиться к воде.

В Елецком районе, как, наверное, и во всей стране, не сформированы места досуга не только для инвалидов, но и для здоровых людей. Хочется надеяться, что местные власти когда-нибудь повернутся лицом к инвалидам и задумаются над решением проблем их бытовой, трудовой деятельности и полноценного отдыха.



## Актер-инвалид и зрители

Бондаренко Г. И.,  
директор АНО «Антреприза им. Екатерины Орловой»,  
Санкт-Петербург

*Ключевые слова:* актер-инвалид, Я-концепция, анкетирование, зрители, интеграционный театр.

*Аннотация.* В статье в рамках социальной модели понимания инвалидности исследуется эффективность восприятия зрителем актера-инвалида в спектакле интеграционного театра.

## A disabled actor and spectators

Bondarenko G.I.  
Saint Petersburg

*Key words:* a disabled actor, me-conception, questionnaire poll, spectators, integration theater

*Abstract.* In the frames of the social model of disability interpretation the author investigates effectiveness of spectators' perceiving of disabled actors during performance of integration theater

В настоящей статье рассматривается один из аспектов исследования, посвященного формированию и анализу Я-концепции человека с инвалидностью. Актуальность такой работы продиктована рядом факторов, связанных с насущными проблемами специальной психологии и коррекционной педагогики, их теории и практики, а также с проблемами адаптации инвалидов в современном обществе.

Преподавательская деятельность автора привела к необходимости теоретического осмысления бытия инвалида в современной России. Были изучены различные зарубежные и отечественные теории личности, ее адаптационные стратегии с целью их эффективного применения к процессу адаптации инвалидов. Итогом работы явилось формирование и анализ авторской Я-концепции человека с инвалидностью как субъекта жизнедеятельности. Анализу результатов эмпирической проверки одной из сторон рассматриваемой проблемы и посвящена предлагаемая статья.

Стереотипы общественного сознания относительно неполноценности инвалидов, о чем свидетельствует медицинская модель понимания инвалидности, постепенно уступают место социальной модели с ее новаторскими интеграционными технологиями. Медицинская модель гласит, что инвалида следует физически переделать («починить»), если же таковое невозможно, то изолировать в специализированное учреждение. Социальная модель, наоборот, пред-

лагает перестроить отношение к инвалидам самого общества, а именно, пренебрежение и снисходительность заменить толерантностью и совместной деятельностью. Правда, до окончательной победы социальной модели еще далеко.

Рассматривая основной целью исследования формирование и анализ структуры Я-концепции человека с инвалидностью как субъекта жизнедеятельности и характеристику мотивов его поведения, адаптационных стратегий, опосредованных саморегулятивными психическими образованиями, в данной статье автор ставит перед собой задачу исследовать эффективность восприятия зрителем актера-инвалида в спектакле интеграционного театра, где на одной сцене вместе играют, как обычные актеры, так и актеры с ограниченными возможностями здоровья.

### Результаты анкетирования зрителей на предмет эффективности восприятия актера с ДЦП в спектакле «Девушка и кентавр»

Визитной карточкой театра «Антреприза им. Екатерины Орловой» стал драматический спектакль по пьесе Игоря Шприца «Девушка и Кентавр». Премьера состоялась 13 декабря 2006 года. Главную мужскую роль Поэта, больного ДЦП, уступившего свою очередь на уникальную операцию оставшейся после травмы инвалидом Балерине, исполнил Геннадий Волноходец, автор данной статьи. Роль Балерины – профессиональная актриса Ася Ширшина. Режиссер спектакля Владимир Кустов. Третий



сезон спектакль с успехом идет на малой сцене Санкт-Петербургского театра имени Ленсовета, а в 2007 году был показан на площадке Дома журналистов в Москве. В том же году стал лауреатом VI Международного интеграционного театрального фестиваля «Солнечная волна» (Киев). Впервые спектакль «Девушка и Кентавр», где играет инвалид с ДЦП, в 2007 году Союз театральных деятелей предложил выдвинуть на соискание высшей театральной премии «Золотая маска».

В плане восприятия актера-инвалида молодым поколением зрителей интересен отзыв студентки факультета коррекционной педагогики РГПУ им. Герцена Людмилы Малининой, размещенный в интернете: «Наверно, еще есть на свете вещи, которые могут порадовать меня. Вчера ходила с мамой в театр. Когда я шла, я думала, что нужно смотреть классику, а не всякую дребедень, но надо сказать, что я ошибалась и этот спектакль произвел на меня огромное впечатление... В основе история двух больных людей. Девушки, у которой не работают ноги и мужчины с церебральным параличом. Сначала мужчина представляет собой циничного, озабоченного человека, но это не так. Он очень нежный и ласковый и хочет, того же, что и все люди: любить и быть любимым. Она хочет повеситься, т.к. была балериной и жизнь в инвалидной коляске для нее равносильна смерти, но тут появляется он и предлагает девушке заняться любовью за то, что он уступит свое место





в очереди на операцию, и она сможет ходить. Проходит какое-то время, и уже он сидит в инвалидном кресле, а она приходит к нему на своих ногах. Он не хочет с ней говорить, он говорит, что не любит ее. Он больше не хочет ее, и она уговаривает его заняться любовью. После чего исчезает, чтобы заработать сто тысяч ему на операцию. И он будет ждать ее, он сильный, он сможет. На протяжении всего спектакля я думала, как так можно сыграть ДЦПшника, пару раз даже подумала, что может актер на самом деле болен? Но это, не лезло ни в какие ворота. А ведь так и оказалось. Господи, какую силу воли, и какое мужество нужно иметь, чтобы выйти на сцену и вот так!.. Я просто потрясена...».

В анкетировании на предмет восприятия актера-инвалида в спектак-

ле «Девушка и Кентавр» в течение театрального сезона 2007–2008 приняло участие 360 зрителей, из них 274 (76%) женщины и 74 (24%) мужчины, средний возраст которых составил 37 лет. Инвалидность наличествовала у 34 (9%) человек.

Опыт общения с инвалидами до просмотра спектакля был у 261 (72%) зрителя, и никогда не общались с ними 99 (28%). Из них 92 (26%) зрителя общались с инвалидами в семье, 63 (18%) – во дворе, 61 (17%) – в школе, 93 (26%) – на работе. Из графы «другое» следует, что респонденты имели друзей и знакомых инвалидов, а также общались с ними в детском саду, в лагере, 2-е в больнице и в санатории, на даче, в институте, в клубе для инвалидов, в транспорте, в общественных местах, в интернете.

Узнали о спектакле от знакомых

128 (36%) зрителей, от распространителя билетов 94 (26%), от участника одного из спектаклей антрепризы 29 (8%), от кассира билетной кассы 18 (5%), от кассира Театра имени Ленсовета 9 (3%). Увидели афишу 9 (3%) человек, прочитали информацию в интернете 7 (2%), статью в прессе 6 (2%). Из графы «другое» следует, что респонденты узнали о спектакле в школе, в Академии театрального искусства, в комитете по труду и социальной защите населения, на работе, в Центре социальной реабилитации инвалидов, от дирекции театральных касс (отдел продаж), на ярмарке вакансий для инвалидов, от родственников, от друга, случайно, слышали отзыв о спектакле на радио «Эхо Москвы» и «Радио России», видели репортаж по телевизору, один человек прочитал пьесу.

Предварительно знали о том, что в спектакле будет играть актер-инвалид 156 (43%) зрителей, и поняли позднее 204 (57%).

Спектр чувств, вызванных у зрителей работой на сцене актера-инвалида, оказался довольно широк. Для их выражения зрители выбрали следующие слова и словосочетания: 78 (21%) – восхищение, 32 (9%) – восторг, 30 (8%) – уважение, 19 (5%) – удивление, 17 (5%) – позитивные чувства и эмоции, 13 (4%) – сочувствие, 11 (3%) – слезы, 10 (3%) – «радость за этого человека», столько же «интерес» и «сострадание», 9 (2,5%) – «очень понравилась игра актёра», 7 (2%) – «благодарность» и у столько же «хорошие чувства и эмоции», 6 (1,7%) – «трогательно» и столько же «сопереживание», 5 (1,4%) – «необычно, неожиданно, непривычно», столько же «молодец» и «шок», 3-е (1%) – «как обычный актёр», столько же «браво» и «поражен», 2-е (0,6%) – «очень понравилось» и столько же «удовольствие от его игры», «я влюбилась в него», «волнение (глубокое)», «катарсис», «гордость», «страх», «трепетно», «отлично!», «неловкость», «разные чувства», «сила преодоления», «изумление», 1 (0,3%) – «это – гениально!» и столько же «самые трепетные чувства», «потрясла профессиональная игра актёра», «замечательная игра!», «замечательный актёр!», «блестящая игра!», «очень кра-

сиво, правда, ему, наверное, тяжело», «боль, больно смотреть», «печально», «жалость», «грусть», «заставляет задуматься о смысле жизни, о том, как много нам дано, и, что мы не ценим», «я понял, что жизнь бесценна», «переполняют чувства», «глубина чувств», «правдивость жизни», «круто», «просто ошеломительно!», «душевная сила», «здорово, что он нашёл своё призвание», «потрясение», «фантастика», «гордость за его самореализацию», «очарование», «шикарно!», «признательность», «не поверил, что инвалид», «буря эмоций», «чувство духовности», «нет слов», «супер!», «эта такая душа! боль! жизнь! всё наизнанку!», «благожелательные чувства», «талант», «все чувства, что есть у человека», «не понятно: где игра, а где реальность?», «достоверность», «сожаление, что таким талантливым людям посылаются такие тяжёлые испытания болезнью», «не поняла», «сложные чувства», «впечатлило», «глубокое переживание до слёз», «настоящий человек!», «прекрасные чувства», «переполняют эмоции», «одарённый, мужественный человек», «взрыв чувств», «преклонение», «хочется жить!», «чувство любви», «здорово!», «зависть мужеству», «тёплые чувства», «жалость к себе», «поразила сила воли», «свои проблемы стали мелкими», «не могу выразить», «работоспособность», «напряжения», «это – не игра, это – жизнь!», «жизнеутверждающие чувства», «блеск!», «желание ещё увидеть спектакль», «желание жить!», «неоднозначно», «просветление», «люди-инвалиды могут любить, рожать детей и, вообще, жить нормальной жизнью», «колоссальное потрясение!», «инвалиды те же люди, хоть ограничены



в здоровье», «как бы ни было плохо жить, надо жить и бороться за жизнь, за любовь!», «умиление», «очень сильные эмоции», «каждый человек имеет право на жизнь, а каждый актёр – на творчество!», «сострадание – теперь я знаю что это», «желание всех своих знакомых привести на спектакль», «великое мастерство», «искренность», «надо жить!», «желание бороться», «надежду», «прекрасная работа!», «лучший спектакль моей жизни».

Ответы о помехах зрительского восприятия актёра-инвалида распределились следующим образом: «профессиональный актёр не сыграл бы так органично» – 201 (56%) человек, «он был адекватен образу» – 140 (39%), «не везде понятен текст» – 65 (18%), «отвлекала пластика» – 1 (0,3%).

Театр, где играют инвалиды, 305 (85%) респондентов отнесли к новаторской форме театра переживания, 4 (1%) высказалось, что такой театр только для инвалидов, 2 (0,6%), что это издевательство над зрителем.

Просмотр спектакля изменил отношение к инвалидам в позитивную сторону у 186 (52%) зрителей, изменил в негативную сторону у 1 (0,3%), по-прежнему позитивно относятся к инвалидам 266 (74%), по-прежнему негативно относятся к инвалидам 4 (1%), испытали дискомфорт (неловкость) в общении с инвалидом 35 (10%) опрошенных.

Желание повторно посмотреть спектакль изъявили 168 (47%) зрителей, 23 (6%) ответили отрицательно и 169 (47%), что не знают.

Желание прийти на спектакли этого театра изъявили 310 (86%) зрителей, 1 (0,3%) ответил отрицательно и 39 (14%), что не знают.

Из вышеприведенных результатов анкетирования зрителей спектакля «Девушка и Кентавр» на предмет их восприятия актёра-инвалида можно сделать следующие выводы:

1) спектакль пользуется спросом у обычных зрителей среднего возраста без инвалидности, в основном, женщин;

2) опыт общения с инвалидами до просмотра спектакля был у 261 респондента (72% опрошенных), и не общались с ними 99 (28%), что сви-

детельствует о некой подготовленности большинства зрителей к восприятию актёра-инвалида;



3) 128 (36%) зрителей узнали о спектакле от знакомых (сарафанное радио), на втором месте как источник информации распространитель билетов – 94 (26%) зрителя, на третьем месте участники проектов антрепризы – 29 (8%) зрителей, что говорит о популяризации спектакля как зрительской аудиторией, так и коллегами актёра-инвалида;

4) предварительно знали, что в спектакле играет актёр-инвалид 156 (43%) зрителей, 204 (57%) догадались в ходе действия, однако никто не ушел до финала, значит, зрительское внимание сконцентрировалось на актёре-инвалиде и происходящем с ним на сцене;

5) чувства и эмоции, вызванные у зрителей работой на сцене актёра-инвалида, в подавляющем большинстве имели позитивные характеристики, многие из которых в превосходной степени;

6) помехи зрительского восприятия актёра-инвалида оказались мини-

мальными – только для 65 (18%) человек был «не везде понятен текст», 1 (0,3%) «отвлекала пластика», зато 201 (56%) зритель отметил, что «профессиональный актёр не сыграл бы так органично» и 140 (39%) – что «он был адекватен образу»;

7) театр, где играют инвалиды, вызвал у зрителя самый большой интерес – 301 (85%) человек считает его новаторской формой театра переживания, и всего 4 (1%) театром только для инвалидов и 2 (0,6%) издевательством над зрителем;

8) просмотр спектакля способствует улучшению отношения к инвалидам в обществе – у 226 (74%) зрителей позитивное отношение к инвалидам таким же и осталось, у 186 (52%) оно изменилось в позитивную сторону, только у 4 (1%) осталось негативным, и у 1 (0,3%) ухудшилось, из всех опрошенных всего 35 (10%) испытали дискомфорт (неловкость) в общении с инвалидом;

9) желание во второй раз посмотреть спектакль изъявили 168 (47%) зрителей, 23 (6%) ответили отрицательно и 169 (47%) пока не определились, такие показатели свидетельствуют о том, что половина зрителей еще раз хочет пережить те чувства и мысли, которые породил у них спектакль;

10) желание прийти на спектакли этого театра изъявили уже 310 (86%) зрителей, только 1 (0,3%) ответил отрицательно и 39 (14%) пока не определились, что говорит о перспективности развития интеграционных театров, где играют инвалиды и профессиональные актеры, в России.

Результаты анкетирования зрителей спектакля «Девушка и Кентавр» на предмет их восприятия актерами инвалида подтвердили правомочность человека с ограниченными физическими возможностями на профессиональной сцене.

На сегодняшний день автор статьи – субъект-инвалид – в итоге стал принимать себя таким, каков он есть: филолог и психолог, литератор, педагог и ученый, директор театра и актер. Но это вовсе не значит, что достигнуто все, чего хотелось. И в этом, возможно, и заключается сущность самоактуализации индивидуальности.

## Благотворительная акция

### С. В. Кораблев

Компания МТС, крупнейший оператор сотовой связи в России, в сотрудничестве с Комитетом по физической культуре и спорту Администрации Санкт-Петербурга и Паралимпийским комитетом России 11 сентября 2008 года провела специальную благотворительную акцию, направленную на поддержку и развитие спорта среди детей с ограниченными возможностями здоровья.

Адресаты благотворительной акции учащиеся Специальной (коррекционной) школы №4 Василеостровского района Санкт-Петербурга получили памятные спортивные подарки: школе были подарены комплекты игровой формы для проведения соревнований.

Надо отметить, что школа имеет давние спортивные традиции и является базой для научно-практических исследований кафедры теории и методики адаптивной физической культуры Национального университета физической культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта.

В рамках мероприятия прошла пресс-конференция, на которой были представлены проекты МТС в области спорта и в социальной сфере, подведены итоги кампании МТС – официального мобильного оператора Олимпийской

команды России – организованной в поддержку команды России на Олимпийских Играх в Пекине. Кроме того, оператор представил специальный проект в рамках XIII летних Паралимпийских игр – «информационный мост Пекин – Санкт-Петербург». Благодаря чему, с 6 по 17 сентября во время проведения паралимпийских баталий, у журналистов появилась возможность получать свежую информацию о выступлениях российских спортсменов в Пекине от вице-президента Паралимпийского комитета России Сергея Петровича Евсеева. Такой сеанс связи состоялся прямо в ходе пресс-конференции, участниками которой были:

– Иван Золочевский, директор макрорегиона «Северо-Запад» ОАО «МТС»;

– Михаил Гусаков, заместитель председателя Комитета по физической культуре и спорту Администрации Санкт-Петербурга, член делегации РФ на играх в Пекине;

– Ольга Кужела, чемпионка Олимпийских игр в синхронном плавании;

– Сергей Гутников, генеральный директор Специального Олимпийского комитета Санкт-Петербурга

– Лидия Командирова, Заслуженный учитель России, директор ГОУ Специальной (коррекционной) школы №4 Василеостровского района Санкт-Петербурга.

По окончании пресс-конференции состоялся турнир по боулингу вместе с воспитанниками школы, представителями петербургских средств массовой информации и официальными лицами.



## Эффективная профилактика наркозависимости: вопросы и ответы

Евсеев С. П., доктор педагогических наук, профессор  
СПбНИИ физической культуры  
Грецов А. Г., кандидат психологических наук, доцент  
РГПУ им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург

**Ключевые слова:** наркозависимость, профилактика, психологический тренинг, сопровождение, социализация, подростки, молодежь.

**Аннотация:** Анализируется опыт внедрения авторской системы профилактики наркозависимости подростков и молодежи. Обсуждаются ракурсы ее практического применения, отзывы участвующих в занятиях подростков, пути дальнейшего совершенствования системы.

## Effective prevention of drug addiction: questions and answers

Dr. Evseev S.P., Professor  
Federal State Institution 'Saint Petersburg Research Institute of Physical Culture'  
Gretsov A.G., PhD, Assistant Professor  
Herzen State Pedagogical University of Russia

**Key words:** drug addiction, prevention, psychological training, follow-up, socialization, teenagers, young people

**Abstract.** The article presents an original program for prevention of drug addiction in adolescents. The authors discuss their experience of its use, the scope of its practical application, responses of participants and possibilities of the program development.

2-3 декабря 2008 г. в Мурманске прошла международная конференция «Социальная активность молодежи как фактор профилактики аддиктивного поведения», организованная совместными усилиями коллективов трех расположенных в этом городе вузов. С. П. Евсеев и А. Г. Грецов, гости из Санкт-Петербурга, провели мастер-классы и выступили с презентациями своих разработок, посвященных профилактике наркозависимости. Предлагаем информацию об этих мастер-классах в форме интервью, обобщив вопросы, которые наиболее интересовали аудиторию, и прозвучавшие с нашей стороны ответы на них.

– *О проблеме наркотиков говорят очень много, проводится масса мероприятий по их искоренению. Почему же, несмотря на все усилия, это зло никак не отступает, а даже продолжает набирать обороты?*

Наверное, в первую очередь потому, что за этой проблемой стоят огромные деньги. А там, где речь идет о них, принципы морали и нравственности часто отступают на второй план. Ведь каждый наркоман, которому ежедневно нужны немалые средства на очередную дозу, рано или поздно оказывается перед дилеммой – или воровать, или само-

му вовлечь в этот порочный круг еще несколько жертв, став для них поставщиком зелья и таким образом «зарабатывая» на дозу себе. Наркомания распространяется подобно инфекционной болезни – подсчитано, что активный наркоман втягивает в свой круг в среднем еще двенадцать (!) человек. И все они связаны чрезвычайно жесткой круговой порукой, где «заложить» кого-нибудь означает, скорее всего, лишиться жизни.

Но это, на самом деле, даже не главная беда. Распространители наркотиков на местах – это всего лишь «мелкая рыбешка», с которой полицейскими методами бороться можно, но не очень эффективно, поскольку на место каждого «выловленного» персонажа быстро приходит новый. Стоят за всем этим куда более серьезные дельцы, обладающие огромными материальными ресурсами, трудно сопоставимыми с теми средствами, что выделяет на решение этой проблемы государство. А также связями во властных структурах, зачастую на очень высоком уровне. По сути, на «выращивание» наркоманов работает целая индустрия, почти не стесненная в материальных ресурсах, прекрасно организованная и не слишком разборчивая в средствах, поэтому победить эту проблему очень сложно.

– *А возможно ли решить эту проблему чисто силовыми методами, сажая всех наркоманов в тюрьму или даже физически истребляя их?*

Вряд ли. Скорее, это «загонит болезнью внутрь», сделает эту сферу еще более криминализованной. Пока есть спрос – найдется и предложение, эту аксиому рыночной экономики не удалось еще обойти никому и нигде, даже в условиях тоталитарных обществ. Уместно вспомнить опыт многих азиатских стран, где за наркотики предусмотрена смертная казнь через повешение. Однако к радикальному решению проблемы такие меры там отнюдь не привели. Конечно, для распространителей наркотиков должно быть жесткое и неотвратимое наказание, роль силовых структур здесь преуменьшать нельзя. Но только этим дело не ограничивается, не менее важно заниматься профилактикой с использованием и других средств: психолого-педагогических, физкультурно-спортивных. Создавать условия для благополучной социализации молодежи, пропагандировать здоровый образ жизни. Как правило, не становятся наркоманами те, у кого в жизни все благополучно, есть хорошие друзья, интересные увлечения, цели и ценности. Наркотики – это спутник душевной пустоты, невозможности занять себя увлекательными делами, неумения решать возникающие проблемы, серости и скучности жизни.

– *Сейчас публикуется и распространяется масса информационных и методических материалов, направленных на информирование молодежи о вреде и опасности наркотиков, призванных оградить их от этого зла. Разве такой информации мало?*

К сожалению, профилактические материалы подчас составлены настолько безграмотно, что возникают сомнения, чего же в них больше – непрофессионализма или намеренного вредительства, скрытой пропаганды наркотиков под видом их профилактики. Так, недавно нам в руки попал один из многочисленных буклетов на тему «Все, что вам надо знать о наркотиках». Начинается он с того,

что подчеркивается, что с наркотиками встретиться можно где угодно – в школе, на дискотеке, в клубах, магазинах и т. п. Теоретически это так и есть, но вот что подумает подросток, прочтя такую фразу, к каким выводам лично для себя он придет? Нужно быть во всеоружии, или же... все вокруг только и делают, что употребляют наркотики?! Учитывая психологию подростков, второе куда более вероятно. А подчеркивание типичности поведения, его повсеместной распространенности – излюбленный прием манипуляторов, ведь подростки не желают быть «белыми воронами»! Потом кратко описываются основные группы наркотиков, и подчеркивается огромный риск и вред от их применения. Любопытно, подумает подросток, а если вред так велик, и все об этом знают, почему же наркотики столь распространены, ради какого такого неземного «кайфа» люди на это идут? А отсюда, учитывая естественную склонность подростков к риску и экспериментированию, один шаг до намерения проверить это на собственном опыте. Оставшаяся часть буклета посвящена доказательству того, что нет различий между «легкими» и «тяжелыми» наркотиками. А если подросток уже пробовал «легкие» наркотики? По данным анонимных опросов, такой опыт имеет едва ли не половина молодых людей. Никаких страшных последствий, которыми запугивают взрослые, их единичные пробы не возымели. А раз так, то стоит ли вообще этим страшилкам взрослых верить, тем более что и разницы между «легкими» и «тяжелыми» наркотиками, по их же словам, нет? И снимается психологический барьер перед употреблением других веществ (например, опиатов)... вызывающих почти неизлечимую зависимость буквально с первой-второй пробы.

Конечно, мы представили ситуацию несколько утрированно, но ведь, согласитесь, большая доля истины в приведенных выше суждениях есть. Польза подобной «профилактики», мягко говоря, сомнительна. Еще раз повторим, что не о наркотиках следует вещать подросткам, желая уберечь их от этого зла! А о том, как конструктивно выстроить жизнь без них,

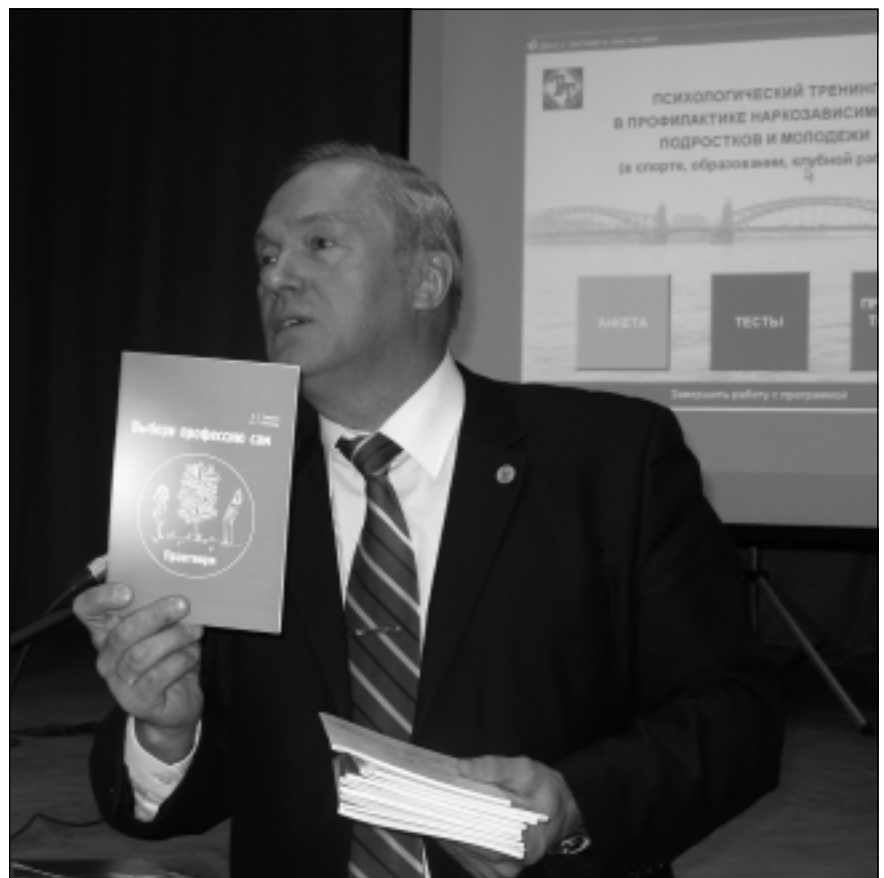
как решить те проблемы и удовлетворить те потребности, что могут подтолкнуть к трагическому решению.

– **Как вы считаете, на каких ключевых идеях может базироваться эффективная профилактика?**

Как гласит народная мудрость, лучше бороться за что-то хорошее, чем против чего-то плохого. Двигаться нужно, анализируя те потребности, что могут побудить подростка прибегать к наркотикам, и отыскивая альтернативные, более приемлемые пути их удовлетворения. И базироваться следует на понимании возрастной психологии. Что значимо для подростка? Общение со сверстниками, повышение своего статуса в их глазах. Признание и уважение со стороны взрослых, а не отношение к себе как к глупому, безответственному и беспомощному ребенку. Поиск себя, жизненное самоопределение. Самовыражение, доля внимания со стороны окружающих. Наличие ярких чувств и эмоций, желательно в сочетании с умением их контролировать. И, быть может главное, яркая, интересная и насыщенная событиями жизнь, дающая разнообразный

опыт! Вот и нужно создавать возможности, чтобы подросток учился конструктивно удовлетворять подобные потребности, тогда и никакие наркотики, готовые «услужливо» создать иллюзию получения всего этого, ему пробовать не захочется. А если вдруг и попробует – скорее всего, своевременно одумается и прекратит, пока еще не поздно – ведь ему будет, что в этой жизни терять. Да и полученные под их воздействием впечатления не покажутся столь яркими, как у того, кто ничем не умеет себя занять, изнывает от скуки или чувствует себя раздавленным под грузом проблем и конфликтов.

Подросток, социализация которого протекает благополучно, в здравом уме никогда не выберет судьбу наркомана в качестве приемлемого для себя варианта! Вот и надо заниматься психолого-педагогическим сопровождением процесса социализации, обучать решать проблемы и конструктивно обустривать свою жизнь в ладу с людьми, создавать условия для получения и осмысливания жизненного опыта. А не морализаторствовать по поводу того, что, дескать, пить, курить и колоться вредно.



Следует помнить и о том, что пробы наркотиков – это характерный пример связанного с риском поведения. Невозможно полностью оградить подростков от риска, создав им «тепличные» условия. По очень простой причине: они ведь, в силу своих психологических особенностей, сами к нему стремятся! Это для них способ самопознания, укрепления самооценки, утверждения перед сверстниками. Если эти нюансы не учитывать, получится примерно как с пропагандой «безопасного секса» – кругом про это говорят, а эффекта нет. Да и не может быть: ведь секс у молодежи ассоциируется как раз с опасностью, это типичная форма связанного с риском поведения! Такое словосочетание большинством молодых людей просто игнорируется. Пробы психоактивных веществ – это тоже связанное с риском поведение, проверка границ дозволенного, самоутверждение. Борьба с самой этой потребностью бессмысленно, ведь это естественная, обусловленная возрастом реакция. Другой вопрос, что можно создать возможности для ее удовлетворения в более приемлемых формах – например, в так называемых экстремальных видах спорта. Если жизнь подростка насыщена естественными впечатлениями, является динамичной и интересной, ему и не понадобится искусственно «раскрашивать» ее с помощью наркотиков!

**– Вы много говорите про риск и подчеркиваете, что именно желание его испытать может побудить пробовать наркотики. Что ж, получается, чтобы оградить подростков от них, нужно взамен этого подвергать их каким-то другим опасностям?**

Нет, мы отнюдь не сторонники того, что раз молодые люди склонны к риску, так нужно ставить их в реально опасные ситуации. Тот, кто именно к ним настойчиво стремится – скорее всего, просто недостаточно способен предвидеть последствия собственных действий. Да и дело ведь не в величине риска как такового, а в субъективном восприятии ситуации, связанных с ней эмоциях. Чтобы их испытать, совсем не нужно прыгать на лыжах с отвесных скал,

гонять на огромной скорости на мотоцикле по трассам с оживленным движением или влезать на столбы линии электропередач! Подобные действия сами по себе почти столь же нелепы и опасны, как и использование наркотиков... А вот попробуйте, к примеру, сальто назад сделать – при надежной страховке, реально в почти безопасных условиях. Но масса ярких эмоций гарантирована. Или на сноуборде с горки спуститься, но не по принципу «газ до отката – а там поглядим», а по серьезной слаломной трассе. Что, сложно, скажете вы? Учиться, тренироваться, смелость развивать, работать над собой надо? Разумеется! Шею-то себе свернуть – это дело нехитрое, как, впрочем, и «на иглу подсесть». Вот только стоит ли? Кайф – явление, существующее лишь в нашем воображении и быстро проходящее, а вот последствия – самые что ни на есть реальные, и на всю жизнь – если, конечно, вообще удастся выжить...

**– Что конкретно вы предлагаете для профилактики наркозависимости, где и как это можно использовать?**

В рамках реализации Федеральной целевой программы «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 2005–2009 годы» создан и внедрен целый ряд разработок. В частности, это серия информационно-методических брошюр, адресованных самим подросткам (авторы – А. Г. Грецов, Е. Г. Попова). Сразу подчеркнем, что они не о наркотиках и особенностях их действия. А о тех областях, которые интересны и значимы для большинства подростков, и неразрешенные проблемы в которых повышают риск употребления психоактивных веществ. В них обсуждается общение со сверстниками, самопознание, преодоление стрессов, психологические предпосылки достижения жизненных успехов и подобные вопросы. Вот для примера несколько их названий: «Стань сильным и привлекательным», «Раскрой свои способности», «Стань успешным человеком», «Научись преодолевать конфликты». Все это написано легким, разговорным языком, в позитивном клю-

че, с забавными рисунками. Наркотики упоминаются лишь вскользь, как очевидно-глупый и нелепый способ поведения, даже с легкой издевкой. Дескать, это примерно то же самое, что из окна выпрыгнуть с целью получения кайфа от полета. Разобьется, конечно, человек, жалко его, но туда дураку и дорога.

Кроме того, имеется методическая литература для тренеров и педагогов. Например, это «Беседы с подростками о них самих» (с одной стороны, практические материалы, как и о чем организовывать беседы с подростками, с другой – «психологический ликбез» для самих взрослых, описание ключевых проблем и противоречий социализации в подростковом возрасте). Есть также программы для детско-юношеских спортивных школ, где раскрывается профилактика наркозависимости средствами физической культуры и спорта. Книга, в которой подробно описывается проведение антинаркотических занятий со школьниками разного возраста (автор – М. Городнова). Наконец, несколько изданий посвящено профессиональному самоопределению, в частности в сфере спорта. Ведь для того, чтобы оградить от наркотиков молодого человека, важно, с одной стороны, чтобы он видел стратегическую перспективу в своей жизни (а при благополучной социализации она связана именно с трудом), с другой – в профессиональных сообществах наркомания вообще распространена куда меньше, чем среди «вольно гуляющих». Когда человек занят серьезным, важным и увлекательным делом, у него банально не остается времени на всякие опасные эксперименты над собой, да и влечения к ним не возникает...

Ключевой же элемент системы – это серия разработанных А. Г. Грецовым психологических тренингов, направленных на развитие тех качеств, что снижают риск приобщения к психоактивным веществам. Речь идет о тренингах коммуникации, саморегуляции, уверенности в себе, креативности, а также сплочении команды. Изданы пять брошюр с описанием этих блоков. Приведенные в их составе упражнения с психологическими комментариями и схемами обсуждений могут использовать-



ся не только именно в изложенной последовательности, но и органично встраиваться в самые разные мероприятия. Общая же часть, отражающая методику тренинговой работы, опубликована в виде учебного пособия «Психологический тренинг в профилактике наркозависимости подростков и молодежи (в спорте, образовании, клубной работе)».

– *Почему вы подчеркиваете значимость именно тренинговых технологий? Какими преимуществами они обладают в сравнении с традиционными лекциями, просветительскими беседами и т. п.?*

Тренинг – это обучение через моделирование в межличностном взаимодействии ситуаций, выступающих источниками жизненного опыта. Инструмент такого моделирования – игры, осознания и осмысливания возникающего при этом опыта – дискуссии. Во-первых, такая форма занятий отвечает психологическим особенностям подросткового возраста. Ведь как раз жизненного опыта то им и не хватает, а к его получению они настойчиво стремятся. А те естественные потребности, которые при традиционном обучении рассматриваются как помехи и нуждаются в подавлении (поговорить со сверстниками, физически подвигаться), в условиях тренинга конструктивно используются. Во-вторых, тренинг позволяет воздействовать на ценностно-мотивационную сферу, а для решения профилактических задач как раз это и требуется. В конце концов, не в том ведь дело, чтобы в очередной раз рассказать про вред и опасность наркотиков, а в том, чтобы человек сам стал рассматривать их в ка-

честве неприемлемой для себя альтернативы. Простыми разговорами этого не добьешься. В-третьих, тренинг – обучение активное, подразумевающее личностную включенность подростков и партнерскую позицию в общении с ними, уход от какого бы то ни было менторства. В-четвертых, наконец, тренинг сам по себе является эмоционально ярким мероприятием, хотя бы отчасти способным дать подростку те самые недостающие впечатления, отсутствие которых побуждает его отправляться на «поиски приключений».

– *В чем вам видится потенциал физической культуры и спорта в деле профилактики наркозависимости?*

Этот потенциал очень существенен. Во-первых, такие занятия сами по себе способны удовлетворить большинство из тех потребностей, что побуждают пробовать наркотики. Ведь здесь и яркие эмоции, и интенсивное общение, и насыщенная событиями жизнь, самоиспытание, и риск, в конце концов. Во-вторых, спорт – это мощнейший «социальный лифт», позволяющий молодым людям резко повысить свой статус, выйти на качественно иной уровень жизнедеятельности. В-третьих, это деятельность, которая по объективным причинам мало совместима с наркотизацией, а еще способствует утверждению идей здорового образа жизни.

Впрочем, когда мы говорим о профилактике наркозависимости средствами физической культуры и спорта, это ни в коей мере не подразумевает проведения какой-то последовательности спортивных мероприятий «против наркотиков», чем дело и закончит-

ся. Вопрос ставится гораздо шире, об интеграции физкультурно-спортивных средств и других инструментов сопровождения социализации, в частности психологических тренингов. Эта интеграция осуществляется по нескольким направлениям:

– Мир спорта рассматривается, в широком смысле, как интуитивно понятная для подростков модель социальной реальности с ее ситуациями конкурентной борьбы, победами и поражениями, зависимостью достижений от прикладываемых усилий и т. п.

– Средства физической культуры и спорта находят широкое применение в мероприятиях, посредством которых осуществляется психолого-педагогическое сопровождение социализации. Так, в психологических тренингах активно используются подвижные игры, но при этом ставятся задачи не развития с их помощью физических качеств, а выработки навыков межличностного взаимодействия, саморегуляции и т. п.

– Традиционные методы сопровождения социализации (тренинги, тематические беседы, прикладная психодиагностика) адаптируются к интересам и запросам подростков и молодежи, профессионально занимающихся спортом.

В заключение еще раз подчеркнем, что основная задача профилактики видится нам не в рассказах о том, что наркотики – это плохо, а в обучении молодых людей конструктивно устраивать свою жизнь, создании условий для этого. Тогда и проблема наркотиков отступит, ведь психологически и социально благополучному человеку просто в голову не придет их употреблять!

## «Астма-школа»: тренинг конструктивной жизни для подростков, больных бронхиальной астмой

Грецов А. Г., кандидат психологических наук, доцент  
РГПУ им. А. И. Герцена, Санкт-Петербург

*Ключевые слова:* бронхиальная астма, медицина, психология, интеграция, тренинг.

*Аннотация:* Рассматриваются принципы построения и методика проведения тренинга для подростков, больных бронхиальной астмой, описывается опыт проведения «Астма-школы» и преподавания на курсах повышения квалификации для врачей, готовящихся к использованию этой технологии.

## 'Asthma' Training: constructive life training for teenagers - bronchial asthma sufferers

Gretsov A.G., PhD, Assistant Professor  
Herzen State Pedagogical University of Russia

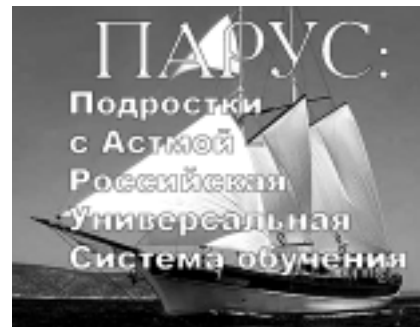
*Key words:* bronchial asthma, medicine, psychology, integration, training

*Abstract.* The article describes principles and ways of conducting trainings for teenagers - bronchial asthma sufferers. The author shares his experience regarding his own 'Asthma' Training course and teaching physicians (in the frames of extension courses) to use his technology.

Бронхиальная астма (БА) – хроническое заболевание, накладывающее ряд ограничений на жизнедеятельность человека и требующее постоянного следования медицинским назначениям и рекомендациям. На современном уровне развития медицины полностью излечить БА, как правило, не представляется возможным. Но в подавляющем большинстве случаев можно эффективно контролировать ее течение, добиваться длительной и стойкой ремиссии, что позволяет человеку жить полноценной жизнью, с минимумом ограничений. Для этого требуется, чтобы человек неукоснительно выполнял медицинские назначения, систематически контролировал свое состояние (в частности, с помощью регулярной пикфлоуметрии – измерения максимальной скорости выдоха), вел дневник самонаблюдения и при ухудшении обращался за помощью, не доводя дело до приступов. Необходимо свести к минимуму контакт с аллергенами, провоцирующими обострения (борьба с домашней пылью, отказ от содержания животных, исключить определенные продукты питания, не выезжать на природу во время цветения тех или иных растений и т. п.), не контактировать с веществами, могущими вызвать раздражение дыхательных путей (лаки, краски и т. п.). Следует строго избегать курения и нахождения в прокуренных местах, сбалансировано пи-

таться, как можно чаще бывать на свежем воздухе, заниматься физической культурой (разумеется, адаптированной с учетом состояния здоровья) и, в целом, вести здоровый образ жизни. Еще один важный момент – психологическая саморегуляция, умение преодолевать стрессы и контролировать чрезмерно сильные переживания, могущие спровоцировать обострение астмы и в целом усугубить ее течение.

Перечисленные рекомендации не столь уж сложны, выполнять их подростку вполне по силам. Однако проблема в том, что подростки, по отзывам врачей, очень часто их нарушают, даже прекрасно зная, что это пагубно отразится на здоровье. Во-первых, у них не сформировано ценностное отношение к здоровью как таковому – интерес к его поддержанию они проявляют, только пока требуется снять конкретные симптомы болезни, мешающие их жизнедеятельности. Если приступ астмы остался в прошлом, то подросток может грубо нарушать рекомендации врача и не соблюдать режим приема препаратов – до тех пор, пока это не приведет к новому, более тяжелому приступу. Заболевание, не проявляющееся непосредственно в данный момент, для подростка как бы вообще не существует, оно попросту игнорируется. Во-вторых, подростки часто скрывают заболевание от сверстников, избегают пользоваться при них ингаляторами, «за компанию» совершают



Научный консультант:  
Евсеев С. П.,  
доктор педагогических наук,  
профессор Национального  
государственного университета  
физической культуры, спорта  
и здоровья  
имени П. Ф. Лесгафта  
Медицинский консультант:  
Машукова Н. Г.,  
кандидат медицинских наук,  
ММА имени И. М. Сеченова

Фото автора.

запрещенные для них действия, опасаясь, что отказ послужит поводом для насмешек. Дело тут не столько в том, что больного астмой подростка сверстники действительно будут высмеивать или избегать с ним общаться (как раз этого обычно не происходит), сколько в том, что сам подросток может начать считать себя каким-то ущербным и ожидать соответствующего отношения к себе, что и ведет к социальной дезадаптации. В-третьих, иногда имеет место своеобразная бравада, осознанное создание риска для здоровья (тяга к риску вообще свойственна подросткам, психологи интерпретируют это как способ укрепления самооценки и форму поведения, направленного на проверку границ дозволенного). В этом плане показательно, что подростки с астмой начинают курить едва ли не чаще, чем их здоровые сверстники, хотя как раз им-то делать этого категорически не следует, они это прекрасно знают и чувствуют ухудшение состояния после каждой сигареты. Но они не желают быть «белыми воронами», стремятся соответствовать принятым в их социальном окружении стереотипам и даже в мыслях не допускают, что астма может стать к этому препятствием. Показательно суждение из диалога с подростком, имеющим тяжелую астму и регулярно госпитализируемым в связи с ней: «Не смотря на свою болезнь, я как все – например, я курю».



В связи с отмеченными обстоятельствами, актуально создание для подростков, больных БА, такой обучающей технологии, которая бы, наряду с ознакомлением с необходимым минимумом медицинской информации и выработкой практических навыков (например, использование ингаляторов и проведение пикфлоуметрии), обращалось повышенное внимание на **мотивационную** составляющую, формирование ценностного отношения к здоровью, а также выработку навыков саморегуляции и взаимодействия со сверстниками. Такими возможностями в полной мере обладает тренинг как активное социально-психологическое обучение через игровое моделирование ситуаций, выступающих источниками жизненного опыта, и создание условий для его рефлексии. Именно поэтому «Астма-школа» проводится в формате тренинга, как последовательность игр и дискуссий, перемежаемых с блоками – презентациями собственно медицинских знаний. Занятия позиционируются не как «медицинский ликбез», а как тренинг, направленный на то, чтобы научиться **конструктивной жизни**, сведя к минимуму те ограничения, что связаны с БА. Медицинские знания даются лишь в том минимальном объеме, который нужен подросткам для достижения этой цели, и имеют в общей структуре тренинга подчиненный характер.



Программа включает 3–5 занятий по 2 академических часа, рекомендуемая величина группы – от 6 до 12 человек. Оптimalен вариант, когда занятия проводит врач в паре с психологом. На практике такие возможности есть далеко не всегда, и проводить занятия может либо врач, получивший дополнительную подго-



товку в области тренинговых технологий, либо психолог – которому, в свою очередь, потребуется освоить ряд медицинских знаний об астме и ее лечении.

Программа базируется на следующих **принципах**:

Опора на знание **психологических особенностей** подростков. Помимо отмеченных выше моментов, необходимо учитывать самосознание подростков и их притязание на статус взрослых (недопустимо обращаться к ним как к детям, в поучительной манере), повышенную потребность в общении со сверстниками (активно используются коммуникативные техники), формирование абстрактно-логического мышления, потребность в получении яркого, эмоционально окрашенного жизненного опыта. Учитывая, что подростки крайне негативно от-

носятся к тем медицинским запретам и ограничениям, что мешают им быть «как все», акцент делается не на них, а на тех возможностях свести эти ограничения к минимуму, что дает выполнение рекомендаций и ведение здорового образа жизни.

Акцент на **мотивационной сфере**. Главное – **не объяснить** подростку с астмой, как действовать в той или иной ситуации, **а убедить** его в этом, побудить ответственно относиться к своему здоровью, выполнять рекомендации доктора и вести здоровый образ жизни. Именно поэтому главным методом работы выбран тренинг, а не традиционные лекции и просветительские беседы. По сути, речь идет не о донесении до подростка определенной суммы знаний, а об элементе системы психолого-педагогического сопровождения его социализации.

**Интеграция медицинских и психологических знаний.** С одной стороны, даются необходимые и достаточные для подростков медицинские знания об астме (эту часть должен вести врач или специально подготовленный медицинский психолог). С другой стороны, затрагивается

тациями, демонстрациями, а в ряде случаев и небольшими практически-ми заданиями. Психологические знания даются в форме комментариев ведущего к проводимым играм и упражнениям, а также серии предельно компактных (2–3 минуты) информационных блоков.

вообще не используются.

**Активный характер обучения.** Широко используются дискуссии, а также коммуникативные и подвижные игры, которые выполняют несколько задач.

- Иллюстрация того или иного важного момента, переход к разговору о нем. Так, всем известный «Ручеек» сначала проигрывается в обычном варианте, а потом подростков просят встать как можно плотнее, чтобы пройти между их рядами можно было лишь с большим трудом. Ведущий комментирует, что при приступе астмы так же сжимаются наши дыхательные пути, и эта игра, таким образом, оказывается логичным переходом к разговору о приступах БА и провоцирующих их факторах.

- Метафора. Так, игра «Дракон ловит свой хвост»<sup>1</sup> (подростки стоят в колонне, каждый держится за пояс впереди стоящего, и начало этой колонны пытается уцепиться за ее уворачивающийся конец) – метафора того, что происходит при нарушении контроля БА. «Человек как будто бежит по замкнутому кругу наподобие змеи, укусившей саму себя за хвост, сил тратится масса, а толку нет. Сейчас мы обсудим, что же следует делать, чтобы не оказываться в подобной ситуации».

- Закрепление. Для этого используются, например, различные варианты игры «Перекинь мячик». Бросающий его называет, к примеру, аллерген, а ловящий три способа защиты от него, или бросающий называет профессию, а ловящий – медицинские противопоказания к овладению ей (ведущий, разумеется, при необходимости дает подсказки).

Кроме того, игры позволяют сделать занятия более динамичными и интересными, решают задачи знакомства участников, их сплочения и «настройки» на командную работу (что необходимо, в частности, для эффективной организации групповых дискуссий).

Акцент на **передаче подростку ответственности** за контроль над своим заболеванием, партнерская позиция. Важно помнить арабскую поговорку: «Ты можешь подвести вер-



и множество психологических моментов – мотивация, коммуникация, противостояние влиянию, саморегуляция, преодоление стрессов, психологические основы выбора профессии и т. д. Медицинские знания объединены в компактные модули продолжительностью не более 10–15 минут (на двухчасовом занятии рассматривается 3–4 таких модуля), сопровождаются мультимедиа-презента-

циями. **Поддача информации в позитивном ключе**, избегание запугивания. Речь ведется не о хронической неизлечимой болезни, а об индивидуальной особенности организма, не о запретах и ограничениях, а о тех возможностях для насыщенной и полноценной жизни, что открываются, если соблюдать рекомендации. Такие термины, как болезнь, страдание, удушье, пациент и т. п., по возможности

<sup>1</sup>Здесь, и далее по тексту статьи упоминаются названия упражнений, представленных в книгах, с которыми можно ознакомиться в интернете по адресу: <http://sportvmestonarkotikov.blogspot.com/>

блюда к ручью, но ни один шайтан не заставит его сделать глоток воды». Взрослые могут лишь создать условия для того, чтобы подросток мог контролировать свое заболевание, дать нужные рекомендации, но ответственность за их выполнение все равно остается на самом подростке, это его личный выбор. Менторская позиция, жесткие и категоричные предписания или, тем более, запреты обычно оказывают во взаимодействии с подростком эффект, обратный желаемому, вызывают у него протестную реакцию и настойчивое стремление «из вредности» сделать все наоборот. Кстати, признание этого факта само по себе уже ведет к тому, что подростки начинают ответственнее относиться к медицинским рекомендациям – ведь они сами более чем кто бы то ни было, заинтересованы в своем хорошем физическом состоянии, и если нарушают рекомендации, то обычно по причине либо банальной забывчивости, либо сознательной протестной реакции.

Приведем в качестве примера приблизительный план занятий «Астма-школы» с подростками (в варианте, рассчитанном на встречи на протяжении трех дней, по два академических часа).

Кроме того, разработан блок, направленный на профилактику курения, что очень актуально для подростков с БА. Он выстроен не как тради-



ционный рассказ о вреде этой привычки (подобная профилактика малоэффективна), а как серия тренинговых упражнений и групповых дискуссий, в основу которых положен анализ мотивации курения и совместный поиск альтернативных путей удовлетворения тех потребностей, что побуждают людей взяться за сигарету. Этот блок может проводиться как в качестве одного из занятий «Астма-школы», так и независимо от нее.

Программа «Астма-школы» реализована на базе детского пульмонологического санатория «Колчаново» (Ленинградская область). В первый раз, в июне 2008 года, занятия проводились с подростками, находящимися на лечении в этом санатории

с диагнозом «БА». Во второй раз, в сентябре, параллельно с проведением «Астма-школы» для подростков, осуществлялись занятия и для группы врачей – детских пульмонологов и аллергологов из различных регионов Северо-запада России, проходящих сертификационный курс повышения квалификации на базе кафедры и клиники детских болезней Московской Медицинской академии им. И. М. Сеченова (зав. кафедрой – профессор Н. А. Геппе). В декабре такой же курс был проведен в Москве, на нем обучались врачи из этого города. Часть занятий была организована в режиме параллельной работы с группами подростков и врачей: тренинговые элементы демонстрировались нами на группах из 6-8 подростков, а медицинская информация излагалась им врачами, занимающимися на курсах. Выполнялась видеозапись всей работы с последующим ее методическим разбором. Помимо собственно организации «Астма-школы», курс повышения квалификации включает разработанные нами лекции и презентации по психологическим особенностям подросткового возраста, навыкам публичного выступления в их аудиториях, а также тренинговым технологиям работы с ними. Подразумевается также блок клинической информации, который читается сотрудниками ММА.

По мере дальнейшего развития проекта «Астма-школы» предусмотрена публикация серии методических изданий, адресованных, в первую очередь, самим подросткам с этим

### Приблизительный план занятий «Астма-школы» с подростками

| День | Медицинские знания   | Социально-психологическая составляющая   |
|------|--|--|
| 1    | Анатомия и физиология дыхательной системы. Сущность бронхиальной астмы, механизмы развития приступа. Аллергены.  | Знакомство: техника «Имя и движение». Упражнения на сплочение, демонстрацию принципов командной работы: «Веревочные круги», «Прыжок в одну сторону», «Дракон» и т. д. (2-3 на выбор). Переход от предпосылки коммуникации к демонстрации борьбы мотивов (игра «Карандаши»). «Ручеек». Закрепление (в виде игры «Перекинь мячик»: бросающий называет аллерген, ловящий – 3 способа защиты от него). |
| 2    | Базисные и симптоматические препараты для лечения БА. Средства доставки. Пикфлоуметрия, дневник самонаблюдения. Немедицинские способы контроля БА.                     | Обсуждение зависимости состояния тела и психики, введение понятия «психосоматика». Обучение навыкам саморегуляции: игра «Замороженные». Дополнительные техники (1-2 на выбор): «Моя минута», «Слушаем тишину», «Тепло и холодно», «Тяжесть и легкость». Укрепление мотивации к поддержанию здоровья и конкретизация связанных с этим планов: техника «Шаг к здоровью».                             |
| 3    | Социальная проблематика: выбор профессии с учетом диагноза «БА», отношение к службе в армии, социальные льготы. Изменения астмы с возрастом, астма и продолжение рода. | Закрепление полученных во второй день знаний, логический переход к разговору о профориентации: игра «Перекинь мячик». Анкетирование «Информированность о профессиях», «Мои профессиональные предпочтения» (вариант: психологическое тестирование «Дифференциально-диагностический опросник»). Завершающее упражнение: «Мои ресурсы».   |



заболеванием. Было подготовлено несколько фрагментов таких изданий, оформленных в разном дизайне (3 варианта), и самим подросткам было предложено выбрать вариант, наиболее приемлемый для них. Это привело к весьма поучительному результату – та оценка этих вариантов, что была предварительно проведена взрослыми, оказалась зеркально противоположной (!) тому, что ответили сами подростки. Вариант, получивший наивысшую оценку взрослых, был однозначно воспринят подростками как «полный отстой», а выбран тот, что взрослые отнесли к аутсайдерам. Этот вариант подразумевает предварительное введение нескольких «мультишных» героев с краткими описаниями их личностных характеристик, подобных по технике изображения приведенным ниже (однако выполненных в полноцветном варианте), которые сами болеют астмой и попадают в связи с этим в разные перипетии, а в «Астма-школе» их учат конструктивному поведению



в таких ситуациях. Вероятно, интерес именно к этому варианту обусловлен двумя причинами: с одной стороны, для подростков оказалась привлекательна такая техника рисования, с другой – подобные герои дают возможность идентифицировать с ними самих себя.

В целом, тренинговая форма занятий, принятая на «Астма-школе», отмечается в качестве существенного плюса, как самими подростками, так и врачами, проходящими повышение квалификации. Некоторые из них уже провели подобные тренинги в своих регионах и дали обратную связь, позволяющую вносить дальнейшие усовершенствования в программу. В качестве основных преимуществ отмечается лично-окрашенный характер получаемых таким путем знаний и умений, их воздействие на мотивационную сферу, а также то, что тренинг является привлекательной для подростков формой занятий, позволяет поддерживать их заинтересованность и легко управлять вниманием группы.

В ближайшей перспективе запланировано проведение «Астма-школ» и курсов повышения квалификации для врачей еще в ряде регионов (Барнаул, Пятигорск, Калининград и др.). Более отдаленные планы – внедрение разработок в общероссийском масштабе и обеспечение возможности обучения по программе «Астма-школы» для всех подростков с этим диагнозом.

#### Литература

1. Геппе Н. А., Мокина Н. А. Санаторная помощь в профилактике инвалидности у детей с бронхиальной астмой. – М.: «Фармарус Принт», 2007. – 232 с.
2. Грецов А. Г. Психологический тренинг в профилактике наркозависимости подростков и молодежи (в спорте, образовании, клубной работе). / Под общей ред. проф. Евсеева С. П. – СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2007. – 156 с.
3. Грецов А. Г. Методика профилактики табакокурения в подростковых и молодежных группах. / Под общ. ред. проф. Евсеева С. П. – СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2008. – 28 с.
4. Грецов А. Г. Беседы с подростками о них самих. Книга для учителя. – СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2005. – 120 с.

## ПОЗДРАВЛЯЕМ ЛАУРЕАТОВ!

Пелих Елену Юрьевну, аспирантку второго года обучения кафедры ТиМАФК НГУ им. П. Ф. Лесгафта, ставшую победителем конкурса грантов 2008 года для молодых научно-педагогических работников высших учебных заведений Санкт-Петербурга и академических институтов, расположенных на территории Санкт-Петербурга.

Распоряжением Комитета по науке и высшей школе Администрации Санкт-Петербурга от 14.11.2008 г. №102-ст «О назначении специальных стипендий Правительства Санкт-Петербурга на 2008/2009 учебный год студентам государственных образовательных учреждений высшего и среднего профессионального образования» стипендия назначена студентам 5 курса Амельченко Артему, Гавриленко Карине, студентке 4 курса Скрыльниковой Евгении.

Ученый Совет ФГОУ ВПО «НГУ имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» рекомендовал студентку 4 курса Скрыльникову Евгению на именную стипендию Специального олимпийского комитета Санкт-Петербурга на 2008/2009 учебный год, назначил студентку 2 курса Девятину Дарью на стипендию имени П.Ф. Лесгафта на 2008/2009 учебный год и студентку 3 курса Авруйскую Алену на именную стипендию А. Ц. Пуни на 2008/2009 учебный год.

**Аксенова О. Э.,  
декан факультета АФК  
НГУ имени П.Ф. Лесгафта,  
Санкт-Петербург**



Елена Пелих



Евгения Скрыльникова



Артем Амельченко



Дарья Девятина



Карина Гавриленко



Алена Авруйская

В рамках Федеральной целевой программы «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 2005–2009 годы» Санкт-Петербургским научно-исследовательским институтом физической культуры издана брошюра **О. А. Никулиной «Основы превентивной деятельности в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях (профилактика злоупотребления психоактивными веществами)».** ( Учебно-методическое пособие / Под общей редакцией проф. Евсеева С. П. – СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2008. – 82 с. )

В пособии рассматриваются актуальные вопросы профилактической антинаркотической работы среди несовершеннолетних учащихся специальных (коррекционных) образовательных учреждений, отражаются отдельные феноменологические аспекты наркопотребления, некоторые теоретико-методологические направления превентивной деятельности, принципы и организационные основы профилактики злоупотребления психоактивными веществами детьми и подростками, имеющими нарушения развития, при учете особенностей их здоровья. Приложения содержат методики диагностики и профилактической деятельности с несовершеннолетними данной категории.

Пособие предназначено для психологов, специалистов-превентологов, специалистов в области адаптивной физической культуры, социальных педагогов, воспитателей, родителей и лиц, заинтересованных в решении обозначенной проблематики.

### новые публикации

## Программа по реабилитационному велотуризму для слепых и слабовидящих людей

Гостев А. Ю., инструктор по реабилитационному туризму специализированного туристического клуба для инвалидов по зрению «Масштаб плюс» СПб РО ВОС, инструктор по АФК КРИ «Контакт» учреждения ВОС, Санкт-Петербург



### Пояснительная записка

В настоящее время, как в России, так и за рубежом активно развивается относительно новое и самостоятельное направление туризма – реабилитационный велотуризм. Велопутешествия для слепых и слабовидящих людей стали доступны за счет использования уникального в своем роде технического решения – тандема.

Туризм на тандемах заслуженно пользуется любовью среди людей с ограниченными возможностями зрения. Так, в 2003 году группа французских незрячих туристов совершила велопробег по маршруту Париж – Санкт-Петербург, а в 2006 году туристы из Германии осуществили пробы на тандемах по маршруту Берлин – страны Балтии – Калининград – Санкт-Петербург, и, наконец, в 2008 году состоялся Первый международный велопробег на тандемах по маршруту Санкт-Петербург – Хельсинки – Санкт-Петербург.

Велопроходы не только хороший отдых для слепых и слабовидящих. Движение на тандеме по незнакомой местности в различных дорожных условиях, когда приходится преодолевать всевозможные препятствия, повышает у незрячих уровень реабилитированности, совершенствует навыки пространственной и социально-бытовой ориентировки незрячих туристов, быстроту реакции, выносливость, силу, ловкость.

Одновременно у участников похода воспитывается чувство коллективизма, дисциплинированность, настойчивость в достижении цели, мужество и воля, необходимые во всех сферах жизни.

Велопроходы на тандемах стимулируют познавательную активность людей с ограниченными возможностями зрения, расширяют представления об окружающем мире. В походе можно ознакомиться с историческими и архитектурными памятниками,

лучше узнать и полюбить природу.

Пройти велотандем в различных дорожных условиях, маршруты в комбинации с другими видами транспорта (автомобиль, теплоход, железная дорога) открывают большие возможности в выборе маршрутов для походов на тандеме.

При правильной нагрузке с учетом индивидуальных особенностей зрительного восприятия, возраста и физической подготовленности участников велосипедные походы доступны и полезны слепым и слабовидящим.

При планировании велопроходов на тандемах следует руководствоваться следующими нормами (Табл. 1):

ревнованиях, в многодневных велопроходах на тандемах, с учетом специфических особенностей лиц с тяжелыми нарушениями зрения.

3. Специальная и общефизическая подготовка участников как в секции велотуристов, так и в группах смежных видов физкультуры.

4. Выполнение нормативов и спортивных разрядов по туризму.

5. Экологическое и патриотическое воспитание.

Количественный состав секции – 10 человек, в т. ч. пять человек пилотов (лидеров).

Руководить секцией по велотуризму на тандемах может инструктор по

Нормы нагрузок при велопроходах на тандемах

Таблица 1.

| Длительность похода | 1 год обучения   |                  | 2 год обучения   |                  | 3 год обучения   |                  |
|---------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
|                     | Общий километраж | Скорость, км/час | Общий километраж | Скорость, км/час | Общий километраж | Скорость, км/час |
| Однодневные         | 20/15            | 20/15            | 60/40            | 22/17            | 90/50            | 25/17            |
| Двухдневные         | 35/25            | 20/15            | 120/80           | 22/17            | 180/100          | 25/17            |
| Трехдневные         | –                | –                | 180/120          | 22/17            | 270/150          | 25/17            |
| Многодневные        | –                | –                | 240/160          | 22/17            | 360/200          | 25/17            |

Примечание:

В числителе указано количество километров при движении по дорогам с твердым покрытием, в знаменателе – при езде по грунтовым дорогам.

Перевозка багажа только на багажниках. Нормы нагрузки на велосипед:

Для 1-го года обучения – 6-10 кг, для 2-го года обучения – 18-20 кг, для 3-го года обучения – 25-30 кг. Нарушение этих норм нежелательно.

Чтобы принять участие в велопроходе, надо хорошо и всесторонне к нему подготовиться в секции по велотуризму для слепых и слабовидящих людей.

### Задачи секции по велотуризму для слепых и слабовидящих людей:

1. Вовлечение слепых и слабовидящих людей в систематические занятия туризмом с целью повышения адаптационных и коммуникативных навыков, развитие зрительного восприятия, пропаганда здорового и активного образа жизни, оздоровление, расширение кругозора, познание нового.

2. Проведение походов выходного дня (в межсезонье – пешком, зимой на лыжах), участие в слетах и со-

реабилитационному туризму (по адаптивной физической культуре), знакомый с устройством велосипеда и тандема и владеющий им в любых дорожных условиях. Для осуществления работы секции по велотуризму следует привлекать квалифицированных и опытных пилотов (лидеров) для езды на тандеме с незрячим человеком. Во время велопроходов пилот (лидер) выполняет функцию сопровождающего лица, помогая незрячему в социально-бытовой и пространственной ориентировки. Для проведения занятий в секции по разным темам могут быть привлечены: врач, инструктор по туризму, мастер по ремонту велосипедов, работники ГИБДД и др.

До начала работы кружка все участники должны пройти медицинский осмотр для определения возможности заниматься велотуризмом, а также для установления индивидуальных норм физической нагрузки. Повторный медицинский осмотр спустя 1,5–2 месяца после организации секции, с целью выяснения показаний (или, наоборот, противопоказаний) для занятий велотуризмом.

Занятия кружка проводятся в течение всего года (циклы: подготовительный, основной, заключительный).

**Задачи подготовительного цикла:** всестороннее физическое развитие, воспитание необходимых моральных и волевых качеств, развитие адаптационных навыков, приобретение необходимых специальных знаний и умений, подготовка материальной части для тренировочных поездок, походов выходного дня и многодневного похода. Консультации по району будущего похода. Установление связи с организациями, расположенными в районе похода.

**Задачи основного цикла:** совершенствование необходимых в походе навыков, специальная физическая и техническая подготовка, проверка готовности участников секции к походу и его проведение.

**Задачи заключительного цикла:** изучение дополнительных материалов, необходимых для предстоящего похода; составление отчета о походе, изготовление фото- и видеоматериалов, стендов, коллекций и т. д.; физические упражнения с небольшой нагрузкой, подвижные игры, прогулки.

Специальная велосипедная подготовка проводится с учетом уровня реабилитированности, индивидуальных особенностей и степени развития зрительного восприятия, их квалификации и физической подготовки незрячих участников, после чего можно определить (наметить) сложность предполагаемого похода в пределах доступных нагрузок по времени обучения в секции по велотуризму.

Календарные сроки циклов намечаются и осуществляются в зависимости от времени и характера планируемого многодневного похода, климатических условий, наличия мест,

оборудованных для занятий, инвентаря и учебных пособий.

Теоретическая подготовка – одно-два занятия по два часа в неделю (табл. 2).

В работе секции следует широко использовать любительские и хроникальные фильмы туристической тематики, встречи с опытными туристами, организацию выставок, выпуск

Таблица 2.

Примерный тематический план занятий

| №      | Наименование темы   | Количество часов |             |              |
|--------|---|------------------|-------------|--------------|
|        |   | всего            | В помещении | На местности |
| 1      | Физическая подготовка.  | 4                | 2           | 2            |
| 2      | Психологическая подготовка.   | 4                | 2           | 2            |
| 3      | Туристско-краеведческие возможности родного края. Маршруты по Лен. обл. и РФ.         | 4                | 4           | –            |
| 4      | Краеведческие наблюдения.   | 7                | 3           | 4            |
| 5      | Экологическое воспитание в путешествии. Охрана природы.                               | 2                | 2           | –            |
| 6      | Организация, подготовка и проведение итогов путешествия.                              | 6                | 6           | –            |
| 7      | Привалы и ночлеги.  | 4                | 2           | 2            |
| 8      | Топография и ориентирование на местности.   | 16               | 4           | 12           |
| 9      | Первая медицинская помощь в походе.   | 6                | 4           | 2            |
| 10     | Особенности велосипедного туризма на тандемах.  | 2                | 2           | –            |
| 11     | Устройство тандема и велосипеда и уход за ним.  | 10               | 10          | –            |
| 12     | Техника езды на велотандеме. Преодоление препятствий. Специальная тренировка.         | 50               | 2           | 48           |
| 13     | Обеспечение безопасности.   | 4                | 2           | 2            |
| 14     | Характеристика дорог, правила движения на улицах и дорогах, дорожные и уличные знаки. | 4                | 2           | 2            |
| 15     | Организация и подготовка велосипедного похода.  | 4                | 4           | –            |
| 16     | Снаряжение для велопутешествий.   | 4                | 2           | 2            |
| 17     | Питание в велопутешествии.  | 4                | 2           | 2            |
| 18     | Ориентирование в велопутешествии.   | 5                | 2           | 3            |
| 19     | Социально-бытовая и пространственная ориентировка в условиях велопохода.              | 30               | 10          | 20           |
| 20     | Тактика велопоходов.  | 7                | 2           | 5            |
| 21     | Подбор и специальная подготовка пилотов (лидеров) велотандемов.                       | 4                | 2           | 2            |
| 22     | Обзор туристической литературы.   | 1                | 1           | –            |
| Итого: |   | 182              | 72          | 110          |

Специальная техническая и тактическая подготовка – практические занятия на местности и походы выходного дня по 6–8 часов с привалами: один – два в месяц (в теплую погоду с ночевками в полевых условиях).

С наступлением теплой погоды и появлением возможности выезжать на велотандемах можно очередные занятия (краеведческая подготовка, наблюдения в путешествии, ориентирование, техника езды, преодоление препятствий, тактика в походе и др.) проводить на двух – трехчасовых выездах за пределы города в вечерние часы на расстояние 6–12 км. Эти же поездки будут служить хорошей подготовкой к походам выходного дня, а последние – тренировкой к многодневному походу.

тематических стенгазет и фотогазет, подготовку информации в местную печать, радио и телевидение.

После изучения программного материала члены секции отправляются в летний поход. Содержание похода должно иметь определенные цели и задачи.

## Программа

**1. Физическая подготовка.** Общие сведения о средствах специальной подготовки. Подбор упражнений в зависимости от вида туризма и условий предстоящего путешествия. Рекомендуются комплексы. Различные виды спорта как средства повышения физической подготовленности туриста: общеразвивающие гимнастические упражнения, спортив-

ные игры, плавание, лыжи. Маршевая велосипедная подготовка, специальные упражнения на развитие силы ног, гибкость и силы мышц туловища, упражнения для развития зрительного восприятия. Тренировки для развития максимальной выносливости и работоспособности организма в условиях велосипедного похода. Предпоходная проверка подготовленности.

**2. Психологическая подготовка.** Профилактика и психокоррекция вторичных отклонений в развитии, вызванная нарушением зрения. Командообразующие тренинги и тренинги на сплоченность экипажа тандема.

**3. Туристско-краеведческие возможности родного края.** Маршруты по России. Наиболее интересные в туристском отношении республики, края и области с хорошо развитой и не особенно загруженной дорожной и транспортной сетью. То же по районам Ленинградской области.

**4. Краеведческие наблюдения.** Наблюдения в природе. Экскурсии по историческим местам. Сбор образцов для коллекции. Личный и групповой дневник, фотографирование в походе.

**5. Экологическое воспитание в путешествии.** Охрана природы. Охрана памятников истории и культуры. Правила охраны лесов, водоемов. Этика туриста.

**6. Организация, подготовка и подведение итогов путешествия.** Комплектование группы для путешествия, медицинский осмотр, план подготовки, выбор задания, составление маршрута. Выполнение плана похода. Составление отчета. Выставки.

**7. Привалы и ночлеги.** Особые требования: близость к трассе, наличие места для хранения машин, близость воды, топлива. Продолжительность и частота привалов. Организация отдыха на привале. Хранение велотандема и другого снаряжения. Профилактика, осмотр и текущий ремонт машин. Снятие лагеря. Организация ночлегов в населенных пунктах. Транспортировка велотандемов.

**8. Топография и ориентирование на местности.** Карта для путешествия. Топографические знаки. Масштаб. Пользование компасом.

Нахождение на карте точки своего стояния, копирование карт, изготовление схемы маршрута. Использование технических средств реабилитации при работе с картой (лупа, бинокль, JPS-навигатор, рельефные карты и др.).

**9. Первая медицинская помощь в походе.** Оказание первой медицинской помощи. Характеристика и профилактика заболеваний и травм, возможных в велопоходе. Состав медицинской аптечки. Личная гигиена.

**10. Особенности велосипедного туризма на тандемах.** Отличительные черты велосипедного туризма на тандемах от других видов летнего туризма. Особенности выбора маршрута независимо от характера дорожной сети. Особенности путешествий в связи с расстоянием, нормой нагрузки, количеством снаряжения, приобретением специальных навыков и технических заданий. Совместная работа пилота (лидера) и незрячего туриста на тандеме. Овладение техникой езды на велотандеме с грузом. Знание материальной части велотандема, мелкий ремонт и смена отдельных частей и деталей.

**11. Устройство тандема, велосипеда и уход за ним.** Характеристика и назначение основных узлов или компонентов тандема и велосипеда: рама, вилки, педали, колеса и втулки, каретка, седло, руль, передача, тормоза. Порядок и правила их разборки и сборки. Регулировка тандема и велосипеда. Установка руля и седла по росту. Уход за тандемом и велосипедом в пути, смазка. Хранение в зимнее время.

Характерные неисправности и поломки, их устранение в походных условиях. Ремонт, не требующий специального оборудования.

**12. Техника езды на велотандеме.** Преодоление препятствий. Специальная тренировка. Обучение езде на велотандеме. Способы посадки и схода с велотандема, педалирование и торможение. Техника езды на велотандеме: работа ног, положение корпуса и рук. Управление машиной, повороты. Движение на крутых спусках и подъемах по различным дорогам. Особенности движения на велотандеме с грузом. Транспортировка машин на сложных участках пути.

Препятствия в велопоходе: водные

потоки, канавы, сломанные мосты и мостки, ручьи, промоины, ухабы, глубокие колеи и песчаные участки пути. Приемы преодоления препятствий. Техника переправы велотандема и снаряжения через водные преграды.

Учебно-тренировочные походы и поездки в вечерние часы, однодневные и многодневные в различных дорожных условиях, с различной нагрузкой, нарастающей от поездки к поездке.

**13. Обеспечение безопасности.** Основные опасности, связанные с характером велопоходов:

- наезд на препятствие, столкновение с транспортом, падение во время движения;

- корни деревьев, кочки, кустарники, муравейники, канавы, овраги, броды и переправы, длинные «серпантин» спуски, крутые повороты, дождь, туман, гроза;

- ограниченная видимость вследствие пересеченного рельефа, резких поворотов и густой растительности;

- поломка велотандема и проколы шин на ходу, плохое состояние материальной части;

- слабая физическая и техническая подготовка участников, незнание маршрута, нарушение дисциплины, элементы «лихачества», недооценка трудностей пути и препятствий, переоценка собственных сил и возможностей, ослабление внимания на легких участках пути и уклонах, несоблюдение режима отдыха, сна, плохое питание.

Меры предосторожности на крутых поворотах, мокрые дороги, перекрестках дорог, неохранных железнодорожных переездах и других опасных участках пути.

Анализ характерных аварийных случаев в велотуризме. Сигнализация в пути.

**14. Характеристика дорог.** Правила движения на улицах и дорогах. Дорожные знаки. Характер и качество покрытия дорог как фактор, влияющий на скорость, удобство и безопасность движения. Особенности движения по дорогам с асфальтовым, бетонным, гравийным и булыжным покрытием. Грунтовые, полевые и лесные дороги и тропы. Правила дорожного движения. Указательные,



предупредительные и запрещающие дорожные знаки.

**15. Организация и подготовка велосипедного похода на тандемах.** Комплектование и состав группы для велопоходов разной сложности. Распределение обязанностей. Особенности разработки маршрута по равнинной и с пересеченным рельефом местности. Составление графика движения с учетом уровня зрительного восприятия, индивидуальных особенностей и физической подготовки туристов с нарушением зрения, состояния дорожной сети, рельефа, климата и погоды. Резерв времени на вынужденные остановки (ухудшение погоды, поломка машин, заболевания и травмы). Радиальные маршруты. Запасные варианты основного маршрута. Содержание и календарь предпроходных тренировок. Отработка транспортировки вещей (снаряжения). Проверочные выезды группы перед походом. Оформление документов. Сопровождение группы автомашиной, мотоциклом с коляской или багажным мотороллером. Изменение условий путешествия в этих случаях.

**16. Снаряжение для велопутешествий.** Типы и марки тандемов и велосипедов наиболее удобных для путешествий. Оборудование велотандема для путешествия: типы багажников, багажных сумок, чемоданов. Сигнал, счетчик, дополнительный тормоз. Состав ремонтной аптечки (инструмент, запасные части, смазочные и ремонтные материалы, насос и др.) коллективного и личного пользования.

Лагерный, хозяйственный, кухонный инвентарь, фото- и видеоаппаратура, фотоматериалы, часы, компасы и др.

Особое требование предъявляется к обуви и одежде туриста-велосипедиста.

Учет норм и нагрузок на велотандем.

**17. Питание в велопутешествии.** Требования к продуктам питания. Особенности упаковки и транспортировки продуктов питания. Наиболее целесообразны наборы продуктов. Режим питания в походе. Питьевой режим.

**18. Ориентирование в велопутешествии.** Подсчет по карте време-

ни, необходимого для прохождения маршрута, с учетом поправок на рельеф и возможные препятствия. Составление схемы – профиля маршрута. Постоянная ориентировка на карте с отметкой времени прохождения определенных пунктов маршрута (при наличии часов и велосчетчика). Составление кроки маршрута по принципу масштаб-время и велосчетчику (при наличии часов и велосчетчика всегда можно определить скорость движения, точно отметить место своего нахождения и, следовательно, правильно учесть расстояние между отдельными пунктами и показать его на кроках и масштабе). Работа с GPS-навигатором. Использование тифлотехнических средств при ориентировке на местности.

**19. Социально-бытовая и странственная ориентировка в условиях велопохода.** Ориентировка в незнакомом пространстве во время движения по маршруту велопутешествия. Взаимодействие незрячего участника велопохода и пилота (сопровождающего). Социально-бытовая ориентировка в походно-полевых условиях. Оборудование лагеря. Приготовление пищи на костре и на горелках. Ночное ориентирование.

**20. Тактика велопоходов.** Нормы дневных переходов, скорость и ритм движения, порядок движения группы, смена ведущего.

Особенности движения по дорогам с различным покрытием: асфальт, бетон, гравий, булыжник, грунтовые, полевые и лесные дороги, тропы. Зависимость движения от условий погоды.

Выбор времени суток для движения в зависимости от местных условий и погоды.

**21. Подбор и специальная подготовка пилотов (лидеров) велотандемов.** Подбор пилотов (лидеров) велотандемов осуществляется руководителем секции среди туристов, обладающих опытом велопутешествий. Физическая и психологическая подготовка пилотов (лидеров) к совместной деятельности с незрячим туристом. Формирование навыков пилота (лидера) на велотандеме (без груза, с грузом, работа в паре). Сопровождение незрячего туриста в условиях велопохода.

Обучение и проверка знаний и умений специальных туристических навыков совместно с незрячими туристами по всем пунктам программы.

**22. Обзор туристической литературы.** Туристская и краеведческая литература, журнальные и газетные статьи и художественная литература, связанная с местами предполагаемого путешествия.

**Примечание.** Вопросы общетуристской подготовки, указанные в тематическом плане занятий, в данной программе не детализируются, за исключением специфических для велосипедных походов.

Литература

1. Алексеев А. А. Питание в туристском походе. – М: ЦДЮТур МО РФ, 1996 г.
2. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. – М: ЦДЮТур МО РФ, 1994 г.
3. Ахметшин А. М. Туризм как метод реабилитации и оздоровления инвалидов и пожилых людей. Уфа, 2000 г.
4. Будовский А. Л. Система краеведческой и туристской работы – действенное средство реабилитации слепых и слабовидящих детей // Актуальные проблемы социально-трудовой реабилитации инвалидов по зрению. – Минск: Полымя, 1991 г.
5. Власов А. А. Памятка инструктора велосипедного туризма. – М: Профиздат, 1952 г.
6. Власов А. А. Велосипедный туризм. – М: «Физкультура и спорт», 1954 г.
7. Гонки с Гомером // Советский спорт, 1991, 5 сент.
8. Гагин В. Н. Интересно ли в вашем клубе? – М: Политиздат, 1989 г.
9. Горбачевич К. П., Хабло Е. С. Почему так названы. – СПб: Знание, 1996 г.
10. Губаненков С. М. Обеспечение безопасности путешествий. – СПб: ГДТЮ, 1995 г.
11. Гуревич И., Вишневецкий А., Рассукованный А. Велосипед и путешествия. – СПб: Компьютербург, 2004 г.
12. Гуревич И. // Велопутешествия за рубежом. Выпуск 1. Финляндия. – СПб: «ИГРА СВЕТА», – 2007.
13. Гуревич И., Вишневецкий А. Велосипедные маршруты Ленинградской области, путеводитель. – СПб: «ИГРА СВЕТА», 2008 г.
14. Даринский А. В. Краеведение: Учебное пособие учителя. – М: Просвещение, 1987 г.
15. Даринский А. В. Санкт-Петербург 1703-1917. – СПб: Свет, 1997 г.
16. Дуткевич Я. И. Туристский поход как форма послеучебной реабилитации с учащимися школ слепых. // Современные исследования по проблемам учебной и трудовой деятельности аномальных детей. Ч. 1. – М: Академия педагогических наук СССР, 1990 г.
17. Дубкович В. В. Туристские путешествия. – Л: Лениздат, 1952 г.
18. Дубкович В. В. Турист СССР. – М: Физкультура и спорт, 1957 г.
19. Дмитриев А. А. Физическая культура в специальном образовании. – М: Академия 2002 г.
20. Ермаков В. П., Якунин Г. А. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушением зрения. – М: Просвещение, 1990 г.
21. Жан Поль Хербек. Годятся ли горные походы для лиц с поврежденным зрением?

- // Обзорение Европейских слепых. – 1977 г., № XV.
22. Жихарев А. М. Воспитательная работа в школе-интернате для слепых детей. – М: Просвещение, 1984 г.
23. Кунцов Н. В. Туристский поход слабовидящих детей. // Воспитательная работа в школах-интернатах для слепых детей. – М., 1962 г.
24. Ковда Д. И. Организация досуга. // Наша жизнь. – 1986 г., № 6
25. Константинов Ю. С. Детский туризм в России. Очерки истории: 1918-1998 г. – М., 1998 г.
26. Константинов Ю. С., Куликов В. М. Педагогика школьного туризма. – М: ЦДЮТур МО РФ, 2002 г.
27. Косторуб А. А. Медицинский справочник туриста. – М: Профиздат, 1986 г.
27. Кривошапова Л. И. Родник духовности. // Формирование и развитие гуманистических свойств личности инвалидов по зрению. Мат. научно-практ. Конфер. тифлопедагогов и незрячих учителей РФ / Сост. Кантор В. З., Кочетков Ю. И., Рогушин В. К. – М: ВОС, 1994 г.
28. Лапин А. Я люблю ходить по земле. // Каждый день людям. Сборник очерков. – М: Просвещение, 1976 г.
29. Литвак А. Г. Психология слепых и слабовидящих. – СПб, 1999 г.
30. Луговьер Д. А. Организация и проведение чемпионатов по туризму. – М: Турист, 1984 г.
31. Лукоянов П. И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. – М: ЦДЮТур МО РФ, 1998 г.
32. Лурье Н. Б. Коррекционно-воспитательная работа со слабовидящими школьниками. – М: Просвещение, 1978 г.
33. Макареня А. А., Сурпаев Б. М. Гуманистическая концепция туризма как форма адаптации инвалидов к природной и социальной среде // Проблемы социальной и психолого-педагогической реабилитации инвалидов. Тез. докл. и сообщ. Международного конгресса по проблемам социальной, медицинской, психолого-педагогической реабилитации инвалидов. – Тюмень, 1996 г. Ч. 1.
34. Невский тандем: Интернациональный велопробег на тандемах Париж – Санкт-Петербург // Русский инвалид. – СПб., – 2003, № 7-8.
35. Бертезен М. Слепые гонщики на тандемах во Франции // Обзорение европейских слепых. 1980 г., № 1.
36. Павлова В. П. Экскурсионно-краеведческая работа в системе гуманизации и развития личности слепых и слабовидящих школьников // Формирование и развитие гуманистических свойств личности инвалидов по зрению. Мат. научно-практ. конф. тифлопедагогов и незрячих учителей РФ / Сост. Кантор В. З., Кочетков Ю. И., Рогушин В. К. – М: ВОС, 1994 г.
37. Погодина В. Л. Курс краеведения «Твой Петербург» для начальной школы. – СПб: Акцидент., 1997 г.
38. Потресов А. С. Спутник юного туриста. – М: Физкультура и спорт, 1968 г.
39. Походы первой категории сложности / Адаптивная физическая культура. – 2003, № 2 (14). С. 15.
40. Правила организации туристских путешествий на территории СССР. – М: Центральный Совет по туризму. 1963 г.
41. Программа для внеклассной и внешкольной работы / Сборник № 49. Юные велотуристы. – М: Просвещение, 1972 г.
42. Радченко В. В. Перевал в жизни. – М: ВОС, 1994 г.
43. Рогушин В. К. Медико-психологические функции пешеходного туризма инвалидов по зрению в структуре их социальной реабилитации // Мат. всерос. научно-практ. конфер. – СПб., 2001 г.
44. Слепота не мешает // Уральский рабочий. – 1989 г., 16 дек.
45. Строев К. Ф. Краеведение. Учебное пособие. – М: Просвещение, 1974 г.
46. Семенов Д. Д. Устройство и ремонт велосипеда. – М: Физкультура и спорт, 1956 г.
47. Спутник туриста / Сост. А. А. Власов. – М: Физкультура и спорт, 1969 г.
48. Туристское снаряжение // Сост. А. А. Колесников. – М: Профиздат, 1968 г.
49. Тыкул В. И. Спортивное ориентирование. – М: Просвещение, 1990 г.
50. Юньев И. С. Краеведение и туризм. – М: Знание, 1974 г.

#### научные исследования

## Анализ показателей детской инвалидности в г. Тамбове и Тамбовской области за 2003-2007 гг.

Селитренникова Т. А., кандидат педагогических наук, доцент  
ФГОУ ВПО филиал Поволжской академии государственной службы им. П. А. Столыпина, г. Тамбов

*Ключевые слова:* инвалид, заболеваемость, дети.

*Аннотация.* В статье приводится анализ численности детей-инвалидов в г. Тамбове и Тамбовской области за 2003-2007 гг. Рассматривается связь между врожденной и детской заболеваемостью и численностью детей-инвалидов.

## Analysis of characteristics of children's disability in Tambov and Tambov region in 2003-2007

Selitretnikova T. A., Ph. D., Assistant Professor  
Tambov branch of the Volga Academy of Government Service named after Stolypin

*Key words:* disease, children, disabled children

*Abstract.* This article gives analysis of the number of disabled children in Tambov and Tambov region in 2003-2007 and considers correlation between congenital and children's sickness rate and number of disabled children.

В настоящее время около 60% детей дошкольного возраста и 40% школьников в России имеют функциональные отклонения в деятельности различных систем организма, а 25% детей всех возрастов – конкретные заболевания (А. А. Баранов, 1996; А. М. Черных, 2002).

По данным Института профилактики Минздрава РФ, о врожденной заболеваемости на 10000 детей на 1-м месте находятся дети с болезнями нервной системы и органов чувств, на 2-м – с врожденными аномалиями сердца, на 3-м – с психическими

расстройствами. Далее идут дети с умственной отсталостью, болезнями костно-мышечной системы и соединительной ткани, главным образом остеопатиями и хондропатиями, болезнями органов дыхания, эндокринной системы, поражением обмена веществ, иммунитета, заболеваниями мочеполовой системы, новообразованиями, сахарным диабетом и другими.

По данным МЗ РФ, из 34,1 млн. детей, проживающих в нашей стране, 4,5%, т. е. примерно 1,7 млн. имеют отклонения в развитии, приведшие их к инвалидности (В. М. Моз-

говой, 2005). Одними из ведущих причин детской заболеваемости, приведшей к инвалидности, являются болезни нервной системы, органов сенсорной системы, опорно-двигательного аппарата, дыхательной системы, травмы и болезни соединительной ткани.

По результатам проведенного исследования в г. Тамбове и Тамбовской области, число впервые выявленных и повторно признанных инвалидами детей неуклонно увеличивалось до 2005 года. Затем же началось незначительное снижение данных показателей (табл. 1).

Таблица 1.  
Число впервые выявленных и повторно признанных инвалидами детей в г. Тамбове и Тамбовской области

| Год выявления | Пол ребенка | Всего | Первично | Повторно | Всего детей |
|---------------|-------------|-------|----------|----------|-------------|
| 2003          | м           | 1385  | 263      | 1122     | 2359        |
|               | ж           | 974   | 201      | 773      |             |
| 2004          | м           | 1586  | 313      | 1273     | 2606        |
|               | ж           | 1020  | 211      | 809      |             |
| 2005          | м           | 1697  | 351      | 1346     | 2937        |
|               | ж           | 1240  | 264      | 976      |             |
| 2006          | м           | 1520  | 319      | 1201     | 2630        |
|               | ж           | 1110  | 231      | 879      |             |
| 2007          | м           | 1310  | 249      | 1061     | 2240        |
|               | ж           | 930   | 181      | 749      |             |

Возможно, это связано со снижением показателей врожденной патологии у детей в г. Тамбове в этот временной период. Так, при анализе данных Тамбовского облздравотдела за последние десять лет было выявлено следующее: до 2001 года был обнаружен рост численности врожденной детской патологии по различным

группам заболеваний, а с 2002 года наблюдается незначительное снижение этого показателя (табл. 2).  
Если проследить зависимость между обнаружением патологии у новорожденных г. Тамбова и первичным признанием определенной доли их детьми-инвалидами, то можно увидеть некоторую связь между двумя этими показателями (рис. 1).

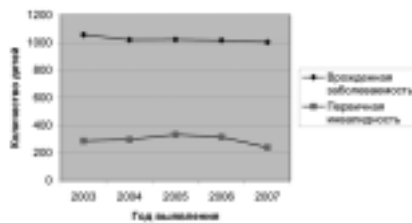


Рис. 1. Зависимость впервые выявленной инвалидности у детей г. Тамбова от показателя врожденной заболеваемости.

На рис. 1 видно, что спустя три года с начала снижения показателя врожденной заболеваемости начинает немного уменьшаться и число впервые выявленных детей-инвалидов. Конечно, двухлетний период, связывающий

снижение этих двух показателей мал для того, чтобы делать какие-либо серьезные выводы, но мы не можем не обратить на это внимание.

Если рассматривать статистику МСЭ по г. Тамбову и Тамбовской области, касающуюся заболеваний, приведших к инвалидности детей, то можно увидеть следующее: первое место занимают болезни нервной системы (23,7%), второе – различные врожденные аномалии, к которым относятся также разные виды патологии органов сенсорной системы (22,8%), на третьем месте находятся психические расстройства и расстройства поведения (9,3%), далее следуют болезни эндокринной (9,0%) и костно-мышечной систем (8,9%), патология органов дыхания (4,5%) и другие заболевания.

Основываясь на приведенных выше данных, можно утверждать, что одной из ведущих причин детской и подростковой инвалидности в г. Тамбове и Тамбовской области являются заболевания органов сенсорной системы, а именно: болезни глаза и его придаточного аппарата, заболевания уха и сосцевидного отростка, нарушения речи, врожденные аномалии органов сенсорной системы, а также травмы и другие внешние воздействия на данные органы (табл. 3).

Таблица 2.  
Контингент детей г. Тамбова, имеющих врожденную патологию

| Год  | Всего детей | М   | Ж   |
|------|-------------|-----|-----|
| 1998 | 997         | 536 | 461 |
| 1999 | 999         | 532 | 467 |
| 2000 | 1057        | 570 | 487 |
| 2001 | 1093        | 602 | 491 |
| 2002 | 1061        | 556 | 505 |
| 2003 | 1058        | 549 | 509 |
| 2004 | 1021        | 530 | 491 |
| 2005 | 1023        | 534 | 489 |
| 2006 | 1017        | 523 | 494 |
| 2007 | 1004        | 560 | 444 |

Таблица 3.  
Число детей с заболеваниями органов сенсорной системы впервые признанных инвалидами в 2003-2007 гг. в г. Тамбове и Тамбовской области (город/село)

| Год                                 | Наименование болезней               | Город | Село | Возраст и пол детей |     |         |    |          |    |           |    |
|-------------------------------------|-------------------------------------|-------|------|---------------------|-----|---------|----|----------|----|-----------|----|
|                                     |                                     |       |      | 0–3 года            |     | 4–7 лет |    | 8–14 лет |    | 15–18 лет |    |
|                                     |                                     |       |      | м                   | ж   | м       | ж  | м        | ж  | м         | ж  |
| 2003                                | Всего                               | 288   | 176  | 122                 | 80  | 61      | 52 | 69       | 48 | 11        | 21 |
|                                     | Болезни глаза и придат. аппарата    | 8     | 7    | 1                   | 4   | 5       | 2  | 2        | 1  | 1         |    |
|                                     | Болезни уха и сосцевидного отростка | 10    | 4    | 3                   | 4   | 2       | 1  | 2        | 1  | 1         |    |
|                                     | Врожденные аномалии                 | 54    | 49   | 34                  | 28  | 21      | 15 | 7        | 2  |           | 1  |
| Травмы и другие внешние воздействия | 17                                  | 11    |      | 1                   | 6   | 8       | 4  | 5        | 3  | 1         |    |
| 2004                                | Всего                               | 297   | 227  | 108                 | 104 | 47      | 43 | 80       | 32 | 78        | 32 |
|                                     | Болезни глаза и придат. аппарата    | 14    | 12   | 2                   | 3   | 6       | 9  | 4        | 1  | 1         | 1  |
|                                     | Болезни уха и сосцевидного отростка | 9     | 10   | 6                   | 5   | 3       | 1  | 1        | 2  | 1         |    |
|                                     | Врожденные аномалии                 | 62    | 51   | 38                  | 34  | 7       | 10 | 8        | 13 | 2         | 1  |
| Травмы и другие внешние воздействия | 16                                  | 12    | 2    | 2                   | 5   | 4       | 8  | 3        | 3  | 1         |    |
| 2005                                | Всего                               | 333   | 282  | 114                 | 102 | 54      | 49 | 120      | 74 | 64        | 34 |
|                                     | Болезни глаза и придат. аппарата    | 5     | 7    |                     | 2   | 2       | 5  | 2        | 1  |           |    |
|                                     | Болезни уха и сосцевидного отростка | 11    | 11   | 8                   | 5   | 2       | 2  | 3        | 2  |           |    |
|                                     | Врожденные аномалии                 | 76    | 68   | 45                  | 48  | 9       | 15 | 11       | 4  | 11        | 1  |
| Травмы и другие внешние воздействия | 18                                  | 15    | 5    | 2                   | 2   | 3       | 7  | 2        | 11 | 3         |    |
| 2006                                | Всего                               | 316   | 234  | 130                 | 100 | 53      | 35 | 87       | 64 | 49        | 32 |
|                                     | Болезни глаза и придат. аппарата    | 13    | 7    | 3                   | 6   | 3       | 4  | 2        | 2  | 1         | 1  |
|                                     | Болезни уха и сосцевидного отростка | 5     | 5    |                     | 1   |         | 2  | 2        | 4  | 1         | 1  |
|                                     | Врожденные аномалии                 | 66    | 54   | 60                  | 38  | 3       | 4  | 8        | 5  | 1         | 1  |
| Травмы и другие внешние воздействия | 16                                  | 10    | 1    | 2                   | 2   | 9       | 3  | 7        | 7  | 2         |    |
| 2007                                | Всего                               | 240   | 177  | 111                 | 71  | 34      | 36 | 58       | 44 | 43        | 20 |
|                                     | Болезни глаза и придат. аппарата    | 14    | 12   | 8                   | 2   | 1       | 7  | 1        | 3  | 3         | 1  |
|                                     | Болезни уха и сосцевидного отростка | 2     | 1    |                     |     |         |    |          | 2  | 1         |    |
|                                     | Врожденные аномалии                 | 57    | 41   | 44                  | 32  | 4       | 3  | 4        | 7  | 2         | 2  |
| Травмы и другие внешние воздействия | 10                                  | 6     | 6    |                     | 1   | 3       | 3  | 1        | 1  | 1         |    |

Анализируя данные таблицы 3, можно утверждать, что из общего числа заболеваний органов сенсорной системы, приведших детей к инвалидности, на первом месте находятся врожденные аномалии, далее следуют повреждения сенсорных органов в результате различных травм и других внешних воздействий, а на третьем и четвертом местах соответственно – приобретенные болезни глаза и уха (рис. 2).

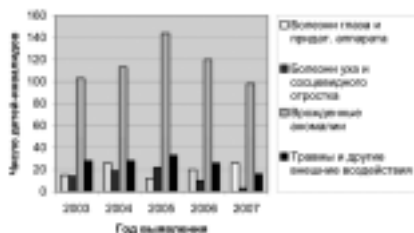


Рис. 2. Патология слухового и зрительного анализатора как причины детской инвалидности.

Возрастной анализ детской инвалидности в г. Тамбове и Тамбовской области (табл. 4) показал, что наибольшее количество первично и повторно признанных инвалидами детей присутствует в возрастной категории от 8 до 14 лет (от 36,2% до 42,1%), почти в два раза меньше эти показатели среди девушек и юношей 15–18 лет (16,9% – 28,5%), на третьем месте находится группа 4–7-летних детей (от 15,6% до 21,7%) и ниже всего данные величины в возрастной

Таблица 4.  
Возрастное деление первично и повторно признанных инвалидами детей в г. Тамбове и Тамбовской области в 2003-2007 гг.

| Год выявления | Количество детей | Возраст |      |      |      |      |      |       |      |
|---------------|------------------|---------|------|------|------|------|------|-------|------|
|               |                  | 0–3     |      | 4–7  |      | 8–14 |      | 15–18 |      |
|               |                  | Абс.    | %    | Абс. | %    | Абс. | %    | Абс.  | %    |
| 2003          | Всего            | 456     | 19,3 | 511  | 21,7 | 994  | 42,1 | 398   | 16,9 |
|               | Первично         | 202     | 43,5 | 113  | 24,4 | 117  | 4,9  | 32    | 1,4  |
|               | Повторно         | 254     | 13,4 | 398  | 21   | 877  | 46,3 | 366   | 19,3 |
| 2004          | Всего            | 469     | 18   | 468  | 17,9 | 943  | 36,2 | 726   | 27,8 |
|               | Первично         | 212     | 40,5 | 90   | 17,2 | 112  | 21,4 | 110   | 20,1 |
|               | Повторно         | 257     | 12,3 | 378  | 18,2 | 831  | 39,9 | 616   | 29,6 |
| 2005          | Всего            | 488     | 16,6 | 459  | 15,6 | 1229 | 41,8 | 761   | 25,9 |
|               | Первично         | 221     | 35,9 | 102  | 16,6 | 194  | 31,5 | 98    | 16   |
|               | Повторно         | 267     | 11,5 | 357  | 15,4 | 1035 | 44,6 | 663   | 28,5 |
| 2006          | Всего            | 534     | 20,3 | 481  | 18,3 | 1019 | 38,7 | 596   | 21,7 |
|               | Первично         | 230     | 35,4 | 88   | 13,5 | 151  | 23,2 | 81    | 12,5 |
|               | Повторно         | 304     | 14,6 | 393  | 18,9 | 868  | 14,7 | 515   | 24,7 |
| 2007          | Всего            | 428     | 19,2 | 429  | 19,3 | 828  | 37,2 | 605   | 27,2 |
|               | Первично         | 182     | 43,6 | 70   | 16,8 | 102  | 24,5 | 63    | 15,1 |
|               | Повторно         | 246     | 13,6 | 359  | 19,8 | 726  | 40,1 | 479   | 26,5 |

группе 0–3 года (16,6% – 20,3%).

Анализ детской инвалидности в городе Тамбове и Тамбовской области показал, что хотя в последнее время и наблюдается незначительное снижение данных показателей, но они еще достаточно велики, чтобы считать решение проблемы снижения детской инвалидизации одним из первоочередных как для медиков, так и для коррекционных педагогов. В современных условиях необходим комплексный подход к проблеме здоровья детей: совместная слаженная работа педагогов, врачей, психологов. Проблема детской инвалидности требует более детального рассмотрения и изучения, проведения более полных исследований, как с меди-

цинской точки зрения, так и с других позиций: педагогической и социальной. Вопрос разносторонней помощи детям-инвалидам должен рассматриваться не только узкими специалистами, но и на общегосударственном уровне.

#### Литература

1. Литош Н. Л. Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: учеб. Пособие / Н. Л. Литош. – М.: Спорт Академ Пресс, 2002. – 140 с.
2. Лунев В. П. Анализ структуры первичной инвалидности по возрасту в РФ, округах и субъектах в 2004-2005 г. г. // Мед. соц. экспертиза и реабилитация. – 2006. - № 4. – С. 5-11.
3. Рожавский Л. А. Медико-социальные проблемы детской инвалидности / Л. А. Рожавский // Проблемы соц. гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2006. - № 6. – С. 23-25.

## образование

### Опыт совершенствования образовательного процесса по формированию культуры здоровья студентов

Скляров С. В., преподаватель  
Белгородский государственный университет

*Ключевые слова:* студент, физическая культура, элективный курс, здоровье, образование.

*Аннотация:* В статье обосновывается необходимость внедрения в образовательный процесс университета элективного курса «Оздоровительная физическая культура», направленного на формирование у студентов культуры здоровья.

### An attempt of educational process perfection in forming students' healthy life-style standards

Sklyarov S. V.  
Belgorod State University

*Key words:* student, physical culture, elective course, health, education.

*Abstract.* The article shows necessity of Health Promotion elective course introduction into the University educational process aimed at forming students' healthy life-style standards.

Анализ особенностей организации учебного процесса в вузах показывает, что студентам специальной медицинского отделения, имеющих ограничения по состоянию

здоровья, теоретические и методические знания реально преподаватели дают в незначительном объеме только в процессе проведения с ними учебно-тренировочных занятий.

Аттестация студентов при этом, как правило, не предусматривает оценку теоретических знаний. Это послужило основанием для разработки и организации элективного курса «Оз-

доровительная физическая культура».

Как известно, элективные курсы – это новейший механизм актуализации и индивидуализации процесса обучения. С хорошо разработанной системой элективных курсов каждый студент может получить образование с определенным желаемым уклоном в ту или иную область знаний.

При разработке элективного курса мы исходили из того, что курс может развивать содержание одного из базисных курсов, изучение которого в университете осуществляется на минимальном общеобразовательном уровне. Это позволяет интересующимся студентам удовлетворить свои познавательные потребности и получить дополнительную подготовку, например, для осознанного проведения самостоятельных занятий по физической культуре оздоровительной направленности.

**Целью** элективного курса «Оздоровительная физическая культура» является изучение научных основ физической культуры валеологической направленности и здорового образа жизни. В результате прохождения курса студенты должны приобрести компетенции, связанные со способностью человека применять знания, умения и личностные качества для успешной жизнедеятельности.

Студент, освоивший элективный курс, должен понимать: сущность феномена физической культуры в современном обществе, её возможности в воспитании гармонически развитого человека, в решении социальных задач по укреплению здоровья.

По окончании элективного курса студент должен знать: сущность понятий «адаптация», «социальная адаптация», «биологическая адаптация», «адаптационные резервы организма», «структурные (морфологические) резервы организма», «функциональные резервы организма», «здоровье», «болезнь», «предболезнь», «биосоциальный потенциал жизнедеятельности», «валеология», «валеометрия», «валеопрактические (оздоровительные) технологии», «аутопатогения (саморазрушающее поведение)», биологические и социальные принципы здорового образа жизни; социально-биологические

и педагогические основы адаптивной (оздоровительной) физической культуры; роль оптимальной двигательной активности в повышении функциональных резервов адаптации; методы валеометрии; методику самостоятельного использования средств физической культуры с целью рекреации и для сохранения и укрепления здоровья.

По окончании элективного курса студент должен уметь: самостоятельно методически правильно использовать средства и методы оздоровительной физической культуры для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья.

Студент, освоивший элективный курс, должен владеть (обладать): понятийным аппаратом в сфере оздоровительной физической культуры; личным опытом, умениями и навыками повышения своих функциональных резервов адаптации, необходимым для обеспечения полноценной социальной и профессиональной адаптации и умением самокоррекции состояния организма и самоконтроля за своим состоянием.

Предполагается, что элективный курс «Оздоровительная физическая культура» опирается на знания студентами базового курса «Физическая культура», предусмотренного Примерной программой дисциплины «Физическая культура» федерального компонента цикла общегуманитарных и социально-экономических дисциплин в ГОС ВПО второго поколения.

Объём элективного курса составил 68 часов и проводился в 6-ом семестре с 24-мя студентами на добровольной основе. Учебные занятия по элективному курсу проводили в форме теоретических и методико-практических занятий. Теоретический раздел излагали студентам в форме лекций – 20 часов. Методико-практические занятия (14 часов) проводили в виде групповых занятий после предварительного освоения соответствующего теоретического раздела. Завершается элективный курс контрольным занятием, которое обеспечивает итоговую информацию о степени усвоения теоретических знаний и практических умений каждым студентом в сфере культуры здоровья.

## Тематический план элективного курса «Оздоровительная физическая культура»

### Лекционный курс

Тема 1: «Валеология и физическая культура» – 2 часа.

Валеология как новое научно-педагогическое направление. Основные аспекты и проблемы валеологии. Валеология и физическая культура: точки соприкосновения; валеологическая направленность занятий по физическому воспитанию как средство формирования культуры здоровья.

Тема 2: «Здоровье и его компоненты» – 2 часа.

Основные подходы к определению понятия «здоровье». Здоровье и болезнь, норма и патология. Виды здоровья: физическое, соматическое, психическое, нравственное, социальное, репродуктивное. Факторы, определяющие здоровье человека.

Тема 3: «Образ жизни и здоровье» – 2 часа.

Образ жизни и его категории: уровень, качество и стиль жизни. Факторы, определяющие образ жизни человека. Здоровый образ жизни и его социальные и биологические принципы. Компоненты здорового образа жизни.

Тема 4: «Аутопатогения – саморазрушающее поведение» – 2 часа.

Курение и его влияние на организм, методы коррекции никотиновой зависимости. Алкоголь, его влияние на организм, методы коррекции алкогольной зависимости. Наркотики, их влияние на организм.

Тема 6: «Адаптация, резервы организма и здоровье» – 2 часа.

Адаптация: определение понятия и её разновидности. Структурные и функциональные резервы адаптации. Связь механизмов адаптации со здоровьем. Организм в условиях гиподинамии.

Тема 8: «Питание, закаливание, массаж и здоровье» – 2 часа.

Понятие и принципы рационального питания. Состав рациона здорового человека. Технологии оздоровительного питания. Иммуитет и здоровье человека. Нарушения иммунной системы. Термозакаливание как эффективный региональный фактор

тонизации иммунной системы. Принципы закаливания. Парная и сауна – оздоровительное действие. Массаж и самомассаж.

Тема 9: «**Дыхание как фактор здоровья**» – 2 часа.

Правильное дыхание и здоровье. Диафрагмальное дыхание и здоровье. Технологии оздоровления через дыхательные гимнастики: парадоксальная дыхательная гимнастика по Стрельниковой, волевая ликвидация глубокого дыхания по Бутейко, полное дыхание по системе хатха-йога и др.

Тема 10: «**Системы оздоровления**» – 2 часа.

Система оздоровления Н. М. Амосова. Аэробика хорошего самочувствия К. Купера. Программа оздоровления П. Брэгга. Система оздоровления К. Ниши. Аюрведа – учение о жизни и здоровье. Школа здоровья Н. Семенович. Система оздоровления Г. Малахова. Философия здоровья Г. Шаталовой. Ментальный тренинг.

### Методико-практические занятия

Тема 1: «**Составление собственных программ оздоровления**» – 2 часа.

Принципы построения программы оздоровления. Основные элементы программы оздоровления. Текущая (на период обучения) часть программы. Перспективная (на обозримый период времени) часть программы. Практическая реализация лично ориентированной, индивидуальной программы оздоровления. От программы к собственной системе оздоровления.

Тема 2: «**Дневник оздоровительного комплекса**» – 2 часа.

Необходимость ведения дневника оздоровительного комплекса (ДОК). Алгоритмы здоровья – составные части ДОКа. Особенности учета реализации индивидуальной программы оздоровления в ДОК. Практическая работа по составлению индивидуального ДОКа.

Тема 3: «**Методы исследования функционального состояния организма**» – 2 часа.

Определение частоты сердечных сокращений, уровня артериального давления, частоты и глубины дыхания, жизненной емкости легких, жизненного индекса, пробы Мастера, пробы Штанге, пробы Генче. Сопос-

тавление измеренных величин с должными величинами.

Тема 4: «**Оценка физического состояния организма**» – 2 часа.

Определение антропометрических показателей: роста, массы тела, индекса Кетле, динамометрии, становой силы. Оценка уровня физического состояния по данным возраста, роста, массы тела, уровня артериального давления и ЧСС.

Тема 5: «**Валеометрия – измерение потенциала здоровья**» – 2 часа.

Оценка текущего состояния здоровья по методу В. П. Войтенко. Психологическое состояние: оценка по тесту САН – самочувствие, активность, настроение. Оценка риска заболеваемости с использованием компьютерной программы автоматизированной системы количественной оценки риска возникновения патологических синдромов и состояний (АСКОРС).

Тема 6: «**Оценка уровня соматического здоровья индивида**» – 4 часа.

Метод оценки здоровья по Г. Л. Апанасенко – эффективное средство определения уровня соматического здоровья. Принцип безопасного порога уровня здоровья. Освоение метода оценки уровня своего соматического здоровья с учетом данных роста, массы тела, кистевой динамометрии, уровня систолического артериального давления, жизненной емкости лег-

ких, пробы Мастера.

Тема 7: «**Обсуждение индивидуальных программ оздоровления**» – 2 часа.

После окончания элективного курса каждому студенту предлагалось высказать своё мнение относительно целесообразности курса. Анализ результатов беседы со студентами, освоившие элективный курс, показал, что они:

- 1) в меньшей степени уверены в том, что их физическое развитие соответствует уровню, необходимого для продуктивного труда и сохранения здоровья;
- 2) считают занятия физической культурой скорее более сложными, нежели простыми;
- 3) более мотивированы в желании повысить уровень своей физической и функциональной подготовленности;
- 4) больше заинтересованы в систематических занятиях физической культурой в оздоровительных целях;
- 5) стали больше затрачивать времени на занятия физической культурой;
- 6) в меньшей степени считают, что их двигательный режим достаточен для нормальной жизнедеятельности и сохранения здоровья;
- 7) положительно оценивают программу элективного курса «Оздоровительная физическая культура» для формирования своей собственной культуры здоровья.

### события, факты



## Итоги Универсиады АФК – 2008

Евсеев С. П., доктор педагогических наук, профессор

Кораблев С. В.

СПбНИИ физической культуры

Фото: Павел Воронков, Государственное училище олимпийского резерва, г. Самара



С 20 по 25 октября в Самаре, в рамках Международного антинаркотического массового спортивного мероприятия среди подростков и молодежи Федеральной целевой программы «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 2005–2009 годы», прошла Вторая Международная (6-я Вероссийская) Универсиада студентов, обучающихся

ся по специальности «Адаптивная физическая культура» – Универсиада студентов АФК – 2008.

Непосредственное проведение Универсиады возлагалось на Федеральное государственное образовательное учреждение среднего профессионального образования «Государственное училище олимпийского резерва г. Самары», возглавляемое Гарри Захаровичем Карнауховым, доктором педагогических наук, Заслуженным работником физической культуры РФ.

В финальных соревнованиях приняли участие команды Белгородского ГУ, Белорусского ГУФК, Великолукской ГАФКиС, Волгоградской ГАФК, Воронежского ГИФК, Вятского ГГУ, Екатеринбургского филиала УГУ, Елецкого ГУ им. И.А.Булнина, Забайкальского ГГПУ, Камской ГАФКСиТ, Кубанского ГУФКСиТ, Липецкого ГПУ, Московского РГУФКСиТ, НГУ ФК, спорта и здоровья им. Лесгафта, Пермского ГПУ, Поморского ГУ им. Ломоносова, Санкт-Петербургского ИСПиП, Сочинского ГУ-ТиКД, Сибирского ГУФК, Смоленской ГАФКиТ, Сургутского ГПУ, Тамбовского ИФК, Тольяттинского ГУ, Томского ГПУ, Ульяновского ГУ, Нижегородского филиала СГУТиКД, Череповецкого ГУ, Шуйского ГПУ.

Программа финальных соревнований в городе Самаре включала соревнования по четырем видам:

1. Волейбол сидя.
2. Питербаскет.
3. Бег с лидером.
4. Хоккей на полу.

Победителем признана команда Сибирского Государственного университета физической культуры, второй – команда Елецкого государственного университета им. И. А. Бунина и третье место завоевала команда Тольяттинского Государственного университета.

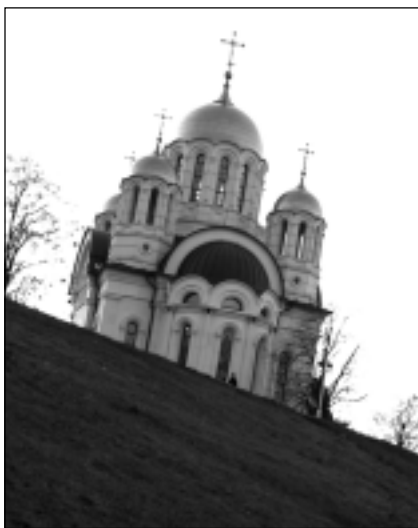
Итоговые протоколы соревнований и фотоотчет об Универсиаде приведены ниже.

С успехом прошла научно-практическая конференция «Технология привлечения подростков и молодежи к занятиям физической культурой и воспитания негативного отношения к наркотикам», где были подведены итоги заочного соревнования конкурсных проектов на одноименную тему. Впервые в работе конференции принял участие один из ведущих специалистов в России по разработке современных технологий профилактики наркозависимости среди подростков и молодежи, доцент кафедры психологии развития и образования Российского государственного педагогического университета имени А. И. Герцена, кандидат психологических наук Андрей Геннадьевич Грецов.

Все участники Универсиады безвозмездно получили комплект методической литературы по профилактике наркозависимости, изданной в рамках Федеральной целевой программы Санкт-Петербургским НИИ физической культуры.

Следует отметить, что Вторая Международная Универсиада студентов АФК достигла поставленных целей:

- выросло число подростков и молодежи, охваченных спортивными антинаркотическими профилактическими программами;
- будущие специалисты адаптивной физической культуры, призванные работать с детьми, подростками и молодежью, получили знания, умения и навыки спортивной антинаркотической профилактической деятельности;
- сделан еще один шаг в популяризации специальности среднего и высшего профессионального образования – «Адаптивная физическая культура» (физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья, включая инвалидов), а также специальностей «Физическая реабилитация», «Физическая терапия», «Лечебная физическая культура», активно развивающихся за рубежом, имеющих для России в настоящее время огромное социальное значение.





**Главная судейская коллегия  
II Международной Универсиады студентов, обучающихся по специальности  
«Адаптивная физическая культура»**

| Должность  | Фамилия, имя, отчество | Категория     | Город          |
|--|------------------------|---------------|----------------|
| Главный судья                                    | Кузмин А. Н.           | Всероссийская | Новокуйбышевск |
| Главный секретарь                                | Кан Т. И.              | Всесоюзная    | Самара         |
| Зам. главного судьи по медицинскому обслуживанию | Чеклаков В. Ю.         | —             | Самара         |
| Главный судья по легкой атлетике                 | Соловатов Ю. К.        | Всероссийская | Самара         |
| Главный судья по хоккею на полу                  | Решетников С. В.       | Первая        | Самара         |
| Главный судья по волейболу на полу               | Хлопков В. В.          | Всероссийская | Самара         |
| Главный судья по питербаскету                    | Яковенко М. В.         | Всероссийская | Самара         |



**Бег с лидером 60 м**

Г. Самара, 21 октября 2008 г.  
ДС легкой атлетики

**Личное первенство. Девушки  
(Фрагмент. 12 сильнейших)**

| Место | Фамилия, имя      | ВУЗ          | Результат |
|-------|-------------------|--------------|-----------|
| 1     | Серета Татьяна    | ТГПУ         | 8,3       |
| 2     | Майдан Диана      | СГУТиКД      | 8,5       |
| 3     | Ботяновская Ирина | СГУТиКД      | 8,6       |
| 4     | Валеева Ирина     | НГУ Лесгафта | 8,7       |
| 5-6   | Фокина Валерия    | Поморский ГУ | 8,8       |
| 5-6   | Кокорева Евгения  | ТГУ          | 8,8       |
| 7-12  | Кучеренко Лариса  | РГУФКСИТ     | 8,9       |
| 7-12  | Филатова Яна      | РГУФКСИТ     | 8,9       |
| 7-12  | Швец Юлия         | БГУФК        | 8,9       |
| 7-12  | Заяц Татьяна      | БГУФК        | 8,9       |
| 7-12  | Сиреканян Тамара  | ТГУ          | 8,9       |
| 7-12  | Парфенова Наталья | НГУ Лесгафта | 8,9       |

**Бег с лидером 60 м**

Г. Самара, 21 октября 2008 г.  
ДС легкой атлетики

**Сводный протокол. Девушки. (Фрагмент. 10 сильнейших)**

| Место | Фамилия, имя                         | ВУЗ          | Первый результат | Второй результат | Сумма результатов | Очки |
|-------|--------------------------------------|--------------|------------------|------------------|-------------------|------|
| 1     | Ботяновская Ирина<br>Майдан Диана    | СГУТиКД      | 8,6              | 8,5              | 17,1              | 1    |
| 2     | Парфенова Наталья<br>Валеева Ирина   | НГУ Лесгафта | 8,9              | 8,7              | 17,6              | 2    |
| 3     | Сиреканян Тамара<br>Кокорева Евгения | ТГУ          | 8,9              | 8,8              | 17,7              | 3    |
| 4-5   | Швец Юлия<br>Заяц Татьяна            | БГУФК        | 8,9              | 8,9              | 17,8              | 4    |
| 4-5   | Кучеренко Лариса<br>Филатова Яна     | РГУФКСИТ     | 8,9              | 8,9              | 17,8              | 4    |
| 6     | Коптева Анна<br>Гриднева Светлана    | БелГУ        | 9,2              | 9,0              | 18,2              | 6    |
| 7-8   | Лисютина Наталья<br>Алешкина Вера    | СибГУФК      | 9,1              | 9,1              | 18,2              | 7    |
| 7-8   | Бойкова Алена<br>Румянцева Татьяна   | В-Л ГАФКИС   | 9,1              | 9,1              | 18,2              | 7    |
| 9     | Лагутенкова Елена<br>Волкова Татьяна | СГАФК СТ     | 9,3              | 9,2              | 18,5              | 9    |
| 10    | Вылегжанина Н.<br>Макарова Евгения   | ВГУ Киров    | 9,4              |                  | 18,6              | 10   |



**Бег с лидером 60 м**

Г. Самара, 21 октября 2008 г.  
ДС легкой атлетики

**Личное первенство. Юноши.  
(Фрагмент. 11 сильнейших)**

| Место | Фамилия, имя       | ВУЗ          | Результат |
|-------|--------------------|--------------|-----------|
| 1-3   | Игнатенко Владимир | БГУФК        | 7,6       |
| 1-3   | Афанасьев Антон    | Елецкий ГУ   | 7,6       |
| 1-3   | Газдалиев Ильмир   | Кам. ГАФКСИТ | 7,6       |
| 4-7   | Горбачев Андрей    | СПб ИСИП     | 7,7       |
| 4-7   | Нагабедян Размик   | СГУТИКД      | 7,7       |
| 4-7   | Архипов Евгений    | Елецкий ГУ   | 7,7       |
| 4-7   | Маликов Айдар      | Кам. ГАФКСИТ | 7,7       |
| 8-11  | Кисляков Андрей    | СПб ИСИП     | 7,8       |
| 8-11  | Дьяченко Кирилл    | СГУТИКД      | 7,8       |
| 8-11  | Железов Павел      | ШГПУ         | 7,8       |
| 8-11  | Белов Сергей       | СибГУФК      | 7,8       |

**Бег с лидером 60 м**

Г. Самара 21 октября 2008 г.  
ДС легкой атлетики

**Сводный протокол. Юноши. (Фрагмент. 11 сильнейших)**

| Место | Фамилия, имя                        | ВУЗ                | Первый результат | Второй результат | Сумма результатов | Очки |
|-------|-------------------------------------|--------------------|------------------|------------------|-------------------|------|
| 1-2   | Архипов Евгений<br>Афанасьев Антон  | Елецкий ГУ         | 7,7              | 7,6              | 15,3              | 1    |
| 1-2   | Газдалиев Ильмир<br>Маликов Айдар   | Камский<br>ГАФКСИТ | 7,6              | 7,7              | 15,3              | 1    |
| 3-4   | Кисляков Андрей<br>Горбачев Андрей  | СПб ИСИП           | 7,8              | 7,7              | 15,5              | 3    |
| 3-4   | Дьяченко Кирилл<br>Нагабедян Размик | СГУТИКД            | 7,8              | 7,7              | 15,5              | 3    |
| 5     | Белов Сергей<br>Соломко Николай     | СибГУФК            | 7,8              | 8,0              | 15,8              | 5    |
| 6     | Линкевич Денис<br>Игнатенко Влад.   | БГУФК              | 8,3              | 7,6              | 15,9              | 6    |
| 7     | Железов Павел<br>Погодин Илья       | ГУ ВПО<br>«ШГПУ»   | 7,8              | 8,1              | 15,9              | 7    |
| 8     | Сазонов Сергей<br>Рогачев Ярослав   | ВГАФК              | 8,0              | 7,9              | 15,9              | 8    |
| 9     | Щипитков Павел<br>Осташенко Антон   | Тольят. ГУ         | 8,2              | 8,0              | 16,2              | 9    |
| 10-11 | Степанов Вадим<br>Гамеев Евгений    | РГУФКСИТ           | 8,1              | 8,1              | 16,2              | 10   |
| 10-11 | Гаврильченко Дм.<br>Абасов Алексей  | СурГПУ             | 8,1              | 8,1              | 16,2              | 10   |



**Сводный протокол. Легкая атлетика  
(Фрагмент. 10 сильнейших)**

Г. Самара 21 октября 2008 г.  
СШ № 154

| Место | Команда                | Девушки | Юноши | Сумма | Очки |
|-------|------------------------|---------|-------|-------|------|
| 1     | ГУТИКД г. Сочи         | 17,1    | 15,5  | 32,6  | 1    |
| 2     | Белорусский ГУФК       | 17,8    | 15,9  | 33,7  | 2    |
| 3-4   | НГУ ФКСИЗ им. Лесгафта | 17,6    | 16,3  | 33,9  | 3    |
| 3-4   | Тольяттинский ГУ       | 17,7    | 16,2  | 33,9  | 3    |
| 5-6   | РГУФКСИТ г. Москва     | 17,8    | 16,2  | 34,0  | 5    |
| 5-6   | Сибирский ГУФК         | 18,2    | 15,8  | 34,0  | 5    |
| 7     | Елецкий ГУ им. Бунина  | 19,4    | 15,3  | 34,7  | 7    |
| 8-9   | Белгородский ГУ        | 18,2    | 16,6  | 34,8  | 8    |
| 8-9   | Шуйский ГПУ            | 18,9    | 15,9  | 34,8  | 8    |
| 10    | Смоленская ГАФКИТ      | 18,5    | 16,4  | 34,9  | 10   |



### Питербаскет (Фрагмент. 10 сильнейших)

Г. Самара, 22–24 октября 2008 г.  
СШ № 154

| Место | Команда                     | Счет            | Соотношение мячей | Кэф-фициент | Очки |
|-------|-----------------------------|-----------------|-------------------|-------------|------|
| 1     | Камская ГАФКСит             | 2:0/2:0/2:0/    | 169 : 115         |             | 1    |
| 2     | Липецкий ГПУ                | 2:0/2:0/2:0/0:2 | 161 : 110         |             | 2    |
| 3     | Ульяновский ГУ              | 2:0/2:0/2:0/2:0 | 177 : 103         |             | 3    |
| 4     | РГУФСит г. Москва           | 2:0/2:0/0:2     | 108 : 103         |             | 4    |
| 5     | Вятский ГГУ                 | 2:0/2:0/0:2     | 126 : 45          | 2,8         | 5    |
| 6     | Великолукская ГАФКиС        | 2:0/2:0/0:2     | 78 : 52           | 1,5         | 6    |
| 7     | ГУТиКД г. Сочи              | 2:0/2:0/0:2     | 72 : 68           | 1,06        | 7    |
| 8     | Елецкий ГУ им. И. А. Бунина | 2:0/0:2         | 36 : 10           | 3,6         | 8    |
| 9     | Череповецкий ГУ             | 2:0/0:2         | 57 : 29           | 1,96        | 9    |
| 10    | Тольяттинский ГУ            | 2:0/0:2         | 49 : 28           | 1,75        | 10   |

### Волейбол сидя (Фрагмент. 10 сильнейших)

Г. Самара, 22–24 октября 2008 г.  
СШ № 154

| Место | Команда                   | Счет                | Соотношение мячей | Кэф-фициент | Очки |
|-------|---------------------------|---------------------|-------------------|-------------|------|
| 1     | Сибирский ГУФК            | 2:0/2:1/2:1/2:1     | 157 : 117         |             | 1    |
| 2     | Елецкий ГУ им. И.А.Бунина | 2:0/2:0/2:0/2:1/1:2 | 176 : 135         |             | 2    |
| 3     | Забайкальский ГГПУ        | 2:0/2:1/1:2/2:0     | 133 : 113         |             | 3    |
| 4     | Ульяновский ГУ            | 2:1/2:0/2:0/2:1/0:2 | 159 : 140         |             | 4    |
| 5     | Ф–л СГУТиКД Н. Новгород   | 2:0/2:0/1:2         | 94 : 74           | 1,27        | 5    |
| 6     | Великолукская ГАФКиС      | 2:0/2:0/1:2         | 92 : 79           | 1,16        | 6    |
| 7     | Тольяттинский ГУ          | 2:0/2:0/0:2         | 78 : 57           | 1,37        | 7    |
| 8     | Томский ГПУ               | 2:0/2:0/0:2         | 79 : 69           | 1,14        | 8    |
| 9     | Пермский ГПУ              | 2:0/0:2             | 51 : 50           | 1,02        | 9    |
| 10    | Помор. ГУ им. Ломоносова  | 2:0/0:2             | 43 : 43           | 1,00        | 10   |

### Сводный протокол. Хоккей на полу (Фрагмент. 10 сильнейших)

Г. Самара, 21 октября 2008 г.  
СШ № 154

| Место | Команда                     | Дев. | Дев. | Юн.  | Юн.  | Сумма | Очки |
|-------|-----------------------------|------|------|------|------|-------|------|
| 1     | Сибирский ГУФК              | 73,8 | 64,0 | 76,2 | 76,5 | 290,5 | 1    |
| 2     | СПб ИСПиП                   | 76,2 | 69,8 | 71,4 | 71,1 | 288,5 | 2    |
| 3     | Елецкий ГУ им. И. А. Бунина | 73,6 | 66,3 | 76,2 | 71,5 | 287,6 | 3    |
| 4     | Тольяттинский ГУ            | 72,0 | 64,9 | 76,5 | 71,8 | 285,2 | 4    |
| 5     | Великолукская ГАФКиС        | 71,1 | 65,6 | 76,4 | 71,3 | 284,4 | 5    |
| 6     | Шуйский ГПУ                 | 66,0 | 61,0 | 71,7 | 69,3 | 268,0 | 6    |
| 7     | Липецкий ГПУ                | 75,9 | 53,7 | 71,3 | 66,2 | 267,1 | 7    |
| 8     | ГУТиКД г. Сочи              | 71,8 | 65,2 | 69,4 | 56,5 | 262,9 | 8    |
| 9     | Тамбовский ИФК              | 75,9 | 55,5 | 66,4 | 61,6 | 259,4 | 9    |
| 10    | Воронежский ГИФК            | 70,3 | 60,1 | 67,1 | 61,1 | 258,6 | 10   |



Окончание на 4-й стр. обложки

## Разработки нашли применение

Кораблев С. В.

**Адаптивная физическая культура** Еженвартальный журнал

Для писем:  
НГУ им. П. Ф. Лесгафта  
(для журнала «АФК»)  
ул. Декабристов, 35  
Санкт-Петербург,  
190121,  
Россия

Главный редактор —  
С.П. Евсеев  
доктор педагогических наук,  
профессор,  
директор СПбНИИФКА,  
декан факультета  
«Адаптивной физической культуры»,  
заведующий кафедрой  
«Теории и методики адаптивной физической культуры»  
НГУ им. П. Ф. Лесгафта  
(учредитель)

Отпечатано  
в типографии  
«Галей Принт».  
Тираж 1000 экз.


Разработки по профилактике наркозависимости, выполненные А. Г. Грецовым с соавторами под руководством профессора Евсеева в рамках реализации Федеральной целевой программы «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 2005–2009 годы», нашли применение в г. Астрахани. Автор был приглашен для их презентации на международную научно-практическую конференцию «Психологическая безопасность образовательной среды», прошедшую 11-12 ноября 2008 года в Астраханском государственном университете.

Выступление А. Г. Грецова на пленарном заседании, посвященное современным технологиям профилактики наркозависимости подростков и молодежи посредством психолого-педагогического сопровождения социализации, вызвало повышенный интерес.

Проведен мастер-класс по методике психологического тренинга с молодежью для сотрудников университета, занимающихся воспитательной работой со студентами. Методическая литература по профилактике наркозависимости, изданная в рамках реализации Федеральной целевой программы, безвозмездно передана службе психологического сопровождения студентов при университете, вузовской библиотеке, а также представителям психолого-педагогических служб г. Астрахани.

Факт внедрения разработок подтвержден официальным актом. Заключен договор о взаимном сотрудничестве между СПб НИИ физической культуры и научно-практической лабораторией «Спортивная психология» Астраханского государственного университета.





## II Международная Универсиада студентов, обучающихся по специальности «Адаптивная физическая культура»

### ИТОГИ

(Окончание.  
Начало на стр. 53)

Итоговый сводный протокол  
(Фрагмент. 10 сильнейших)

г. Самара, 21 – 25 октября 2008 г.

| Место | Команда                     | Плутлет. | Хоккей | Волейбол | Питербаскет | Сумма |
|-------|-----------------------------|----------|--------|----------|-------------|-------|
| 1     | Сибирский ГУФК              | 5        | 1      | 1        | 13          | 20    |
| 2     | Елецкий ГУ им. И. А. Бунина | 7        | 3      | 2        | 8           | 20    |
| 3     | Тольяттинский ГУ            | 3        | 4      | 7        | 10          | 24    |
| 4     | ГУТИКД г. Сочи              | 1        | 8      | 17       | 7           | 33    |
| 5     | СПб ИСПиП                   | 12       | 2      | 15       | 15          | 44    |
| 6     | Великолукская ГАФКиС        | 27       | 5      | 6        | 6           | 44    |
| 7     | Липецкий ГПУ                | 15       | 7      | 24       | 2           | 48    |
| 8     | НГУ ФКСиЗ им. Лесгафта      | 3        | 12     | 14       | 21          | 50    |
| 9     | Филиал СГУТИКД Н. Новгород  | 19       | 19     | 5        | 11          | 54    |
| 10    | Шуйский ГПУ                 | 8        | 6      | 23       | 18          | 55    |

