

СПОРТ ЯК СКЛАДОВА АКТИВІЗАЦІЇ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ
СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

СПОРТИВНЕ ФЕХТУВАННЯ ДЛЯ ЛЮДЕЙ З ОБМЕЖЕНИМИ
МОЖЛИВОСТЯМИ ЯК ОДИН ІЗ НАПРЯМІВ ЇХ СОЦІАЛІЗАЦІЇ

SPORT FENCING FOR PEOPLE WITH DISABILITIES AS ONE OF THE
AREAS OF THEIR SOCIALIZATION

Біленко В.Д.

Науковий керівник- кандидат наук з фізичного виховання та спорту Невелика А.В.,
Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна.

Анотація. У статті розглянуто спортивне фехтування та його вплив на організм людини з обмеженими можливостями. Було встановлено, що спортивне фехтування має досить високий рівень фізичного навантаження, сприяє вдосконаленню сенсорно-моторної реакції, підвищення загальної швидкості перебігу нервових процесів, здатності до швидкої адаптації в несподіваних ситуаціях, розвитку когнітивних здібностей, оптимізації процесів обробки зорової інформації.

Ключові слова: фехтування, параолімпійські ігри, спорт, здоров'я, люди з обмеженими можливостями.

Abstract. The article considers sport fencing and its impact on the human body with disabilities. It was found that sport fencing has a fairly high level of physical activity, improves sensory-motor response, increases the overall speed of nervous processes, the ability to adapt quickly to unexpected situations, the development of cognitive abilities, optimization of visual information processing.

Keywords: Fencing, Paralympic Games, sports, health, people with disabilities.

Вступ. На сьогоднішній день, питання соціалізації людей з обмеженими можливостями є важливою медико-соціальною проблемою. Кількість населення з функціональними обмеженнями у всьому світі постійно зростає. Аналіз офіційних даних державної служби статистики України показав, що станом на 1 січня 2019 р. в країні чисельність осіб з особливими потребами становила 2659, 7 тисяч або 6,3% від загальної численності. Через наявність проблем зі здоров'ям людей з обмеженими можливостями вони потребують спеціальних заходів, спрямованих на забезпечення їх повноцінної участі в житті соціуму [2, 5].

Національним законодавством встановлено гарантії для осіб цієї категорії, які стосуються усіх сфер життєдіяльності суспільства, у тому числі охорони здоров'я, освіти, зайнятості, дозвілля, відпочинку, заняття спорту тощо. На сучасному етапі розвитку суспільства в процесі соціальної реабілітації людей з обмеженими можливостями особливе значення набуває інваспорт одним з напрямів якого є спортивне фехтування.

Мета дослідження. Проаналізувати можливі етапи інтегрування людей з обмеженими можливостями та залучення їх до суспільного, громадського життя через

спортивні заходи, на прикладі спортивного фехтування.

Матеріали та методи. Аналіз та узагальнення науково-теоретичних і методичних джерел з проблеми інтегрування людей з обмеженими можливостями та залучення їх до суспільного життя через заняття спортивним фехтуванням.

Отримані результати. Аналіз спеціальної літератури свідчить про те, що адаптивна фізична культура і інваспорт займає велике значення в інтеграції людей з обмеженими можливостями в соціум та поступово набирає оберти. Різні літературні джерела і періодичні друковані видання, констатують той факт, що сьогодні в Україні діють 114 підрозділів регіональних центрів Інваспорт в містах та районах, 123 фізкультурно-спортивних клуби інвалідів, відкрито 27 дитячо-юнацьких спортивних шкіл інвалідів. Понад 52000 інвалідів, близько 16000 з яких діти 184 шкільного віку, відвідують фізкультурно-реабілітаційні групи та спортивні секції з 30 видів спорту. Щорічно в Україні проводяться понад 250 чемпіонатів, першостей та кубків із 19 видів спорту [5]. Найбільш популярні види спорту серед людей з особливими потребами в Україні – це легка атлетика, баскетбол та фехтування на колясках, настільний теніс, шахи, плавання та ін.

Спортивне фехтування для людей з обмеженими можливостями представляє собою спортивну діяльність, яка має варіативно-конфліктний характер діяльності, високий рівень емоційного, інтелектуального та фізичного напруження, та має ще й додаткове соціально-психологічне значення [1, 3]. Фехтування на візках є одним з видів спорту в Параолімпійських іграх. Поєдинок відбувається на доріжці довжиною 4 метри і в статичному положенні, коляски спортсменів фіксуються на місці за допомогою металевих конструкцій. Правилами забороняється також відривати ноги від підніжки або підніматися на візку. Під час змагання параолімпієць повинен

триматися вільною рукою за коляску. Вражається поверхню тіла у параолімпійських шаблістів і рапіристів така ж, як в спортивному фехтуванні, у шпажистів - все тіло вище пояса. У параолімпійському фехтуванні виділяють наступні категорії фехтувальників: «А» спортсмени з ампутацією нижніх кінцівок і дитячим церебральним паралічем; «В» - спортсмени з травмами грудного відділу хребта; «С» - спортсмени з травмами шийного відділу хребта [2].

Підготовка у фехтуванні - це, процес техніко-тактичного вдосконалення спортсмена, який може починатися з юних років і продовжуватиметься до закінчення спортивної кар'єри. Заняття фехтуванням зміцнюють тіло, покращуються еластичність і сила м'язів, рухливість і гнучкість суглобів. Тренування з фехтування позбавлені монотонності, воно підвищує загальну стресостійкість організму, покращує кровообіг, роботу кардіореспіраторної системи, стан опорно-рухового апарату, сприяє психологічному розвантаженню.

У параолімпійському фехтуванні вирішальним фактором успіху є здатність до творчого мислення та вміння орієнтуватися в швидко змінюється. Протягом поєдинку фехтувальник змушений миттєво приймати безліч самостійних рішень. Яскравий емоційний фон тренування з фехтування дозволяє легко переносити фізичні навантаження, тим самим, підвищує вмотивованість, розвиваючи як спеціальну, так і загальну витривалість. висока і психотерапевтична роль фехтування [4].

Висновки. Питання соціалізації людей з обмеженими можливостями є найважливішою медико-соціальною проблемою у світі. Заняття спортивним фехтуванням є одним із ефективним засобом соціальної інтеграції, бо він характеризується не тільки оздоровчо-реабілітаційної, але й спортивно-прикладної спрямованістю. Разом з тим, існує недостатня кількість наукових досліджень з проблематики соціальної

адаптації людей з особливими потребами за допомогою занять руховою активністю зокрема фехтуванням на візках.

Узагальнюючі дані, можна зробити висновок, що спортивне фехтування має досить високий рівень фізичного навантаження, сприяє вдосконаленню сенсорно-моторної реакції, підвищення загальної швидкості перебігу нервових процесів, здатності до швидкої адаптації в несподіваних ситуаціях, розвитку когнітивних здібностей, оптимізації процесів обробки зорової інформації та ін.

Список літератури.

1. Бусол В.А., Семенюк О.І. Особливості змагальної діяльності неповносправних фехтувальників 11 Молода спортивна наука України: 36. Наук. Праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 8: У 4-х т. - Львів: НВФ «Українські технології», 2003. - Т. 1. - 324 с.

2. Свічкач Р.Ю. Інклюзивне тренування у фехтуванні як засіб зміни відношення до осіб з обмеженими можливостями / Свічкач Р.Ю., Димар О.А. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2015. — № 3. — С. 47—51. DOI: 10.17309/tmfv.2015.3.1149

3. Руденко Р. Є. Алгоритмізація процесу фізичної реабілітації спортсменівінвалідів / Романна Руденко. Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2015. – Вип. 19. – Т.3. – С. 142- 146.

4. Хохла А. Структура матеріально-технічного забезпечення кваліфікованих фехтувальників на візках / Молода спортивна наука України, Львів. 2008. Т. I. С. 375-379.

5. Якушенко Л. М. Актуальні проблеми соціального захисту людей з інвалідністю. Національний інститут стратегічних досліджень. Аналітична записка. Серія «Соціальна політика», No 9/2019. С. 1-11.

Відомості про авторів / Information about the Authors

Біленко Владислав Дмитрович, студент 1 курсу Національного фармацевтичного університету, м. Харків, Україна

Bilenko Vladislav, 1 course student, National University of Pharmacy, Kharkiv, Ukraine
e-mail: bilenko.nphu@gmail.vom

Невелика Анастасія Василівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, викладач кафедри фізичної реабілітації та здоров'я Національного фармацевтичного університету, м. Харків, Україна

Nevelika Anastasia, PhD in Physical Education and Sports, teacher at the Department of Physical Rehabilitation and Health of the National University of Pharmacy, National University of Pharmacy, Kharkiv, Ukraine

https://orcid.org/0000-0001-6459-8564

e-mail: anastasiaevelika89@gmail.com