

УДК 721.05

**ИНКЛЮЗИВНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ЦЕНТРЫ В БЕЛАРУСИ****Е. А. СЕРГЕЕВА***(Представлено: В. И. МАТВЕЙЧУК)*

*В этой статье изучен опыт Беларуси в создании инклюзивных спортивных центров, спортивных блоков, которые используют при учреждениях образования, а также идеи и разработки в области развития безбарьерной среды для физически ослабленных лиц.*

Для продвижения развития безбарьерной среды города необходимо постоянное внимание со стороны государства. Обязательным условием является так же создание и развитие специальных программ для адаптации инвалидов в среде города. Ведь на данный момент в Беларуси более 570 тысяч человек имеют ограниченные возможности, а значит, им просто необходима поддержка общества. В Беларуси каждый год примерно 25 000 граждан в трудоспособном возрасте имеют ограничения по здоровью, а также больше 4 000 приобретают инвалидность в возрасте до 18 лет. И самое ужасное, что в общем количество людей, которые имеют разные степени утраты здоровья растет почти на 30 000 чел. в год. И конечно многие из них на находятся в начале своей жизни или в её расцвете. Именно по этой причине приобщение людей с ограничениями по здоровью к спортивным занятиям мы можем рассматривать, как фактор их «социализации». [3] Ведь создание инклюзивной среды, комфортной для каждого, — одна из первостепенных задач государства на данный момент. Примеры организации спорта инвалидов в Республике показывают, что, как и во многих странах, данный процесс должен пройти несколько этапов. [4]

Первый этап	Первый этап признания спорта людей с ограниченными возможностями, частью общего спортивного движения. На данный момент в Беларуси работают федерации инвалидного спорта, больше 25 клубов, 70 физкультурно-оздоровительных секций. В нашей стране около 50 000 граждан с ограниченными возможностями занимаются спортивной деятельностью. [4]
Второй этап	Следующий этап продвижения инваспорта – это создание тренерских и медицинских кадров для работы с особенными спортсменами. В «Белорусском государственном университете физической культуры» проходит подготовка специалистов по направлениям: «Физическая реабилитация и эрготерапия», а также «Оздоровительная и адаптивная физическая культура». Важной частью работы является создание и опробование различных специализированных методов тренировочной работы, разработка специальных критериев психологической подготовки. С данной целью в учреждениях образования появляются кафедры инваспорта. На сегодняшний день наша страна считается одной из наиболее перспективных стран-участниц мирового спортивного сообщества инвалидов. Белорусские спортсмены добились своим трудом признания во всем мире. Спортивные нагрузки и дисциплина помогают им проходить через трудности, с которыми им приходится сталкиваться в обычной жизни. Следует помнить, что граждане с ограниченными возможностями наравне со всеми вносят свой определенный вклад в развитие спорта и повышают международный престиж страны. [4]

Но вот с обучением в вузах у данной категории граждан до сих пор множество проблем. При поступлении людям с инвалидностью надо получить справку в медико-реабилитационной комиссии. Это достаточно сложная задача, а на многие специальности путь и вовсе закрыт. Медики могут разрешить пойти учиться на экономиста в БГЭУ (Минск), но вот физически это сделать практически нереально: занятия будут разбросаны по нескольким корпусам, а вот лифт для инвалидов только в одном. И такие проблемы наблюдаются во всех вузах Беларуси. Тоже касается и спортивных пространств вузов :в учебных учреждениях спортивные залы должны быть расположены на первом этаже и иметь удобный путь для студентов и школьников. А так же должны быть оборудованы необходимыми тренажерами для занятий и не иметь лишних барьеров для колясок и для занятий людей с ограниченными возможностями в целом. [2]

Не так давно в Беларуси было открыто 2 спортивных инклюзивных пространства, вне учебных заведений. Первое инклюзивное пространство появилось в Лиде. Данный инклюзивный тренажерный зал - место, где могут заниматься и здоровые люди, и люди с инвалидностью. В зале есть брусья, турники, стенки, кольца, весь необходимый инвентарь для активной реабилитации и просто качественной физической нагрузки. Словом, это современный спортивный зал с безбарьерной средой. Обустройство стало реальным благодаря инициативе местного колясочника Александра Авдевича. Его проект победил в конкурсе ПРООН «Будь здоров», в результате чего были выделены средства на реализацию этой идеи. Тренером стал Виктор Захарьев, который сам 20 лет назад оказался в инвалидной коляске. Он – первый в Беларуси тренер-колясочник по кроссфиту .(Рис.1) [5]



Рисунок 1. – Открытие инклюзивного зала в Лиде

Многие люди с инвалидностью закрываются от мира. Передвижение на инвалидной коляске в принципе дело не легкое и для приобретения этого жизненно необходимого навыка прекрасно подойдет кроссфит и тренажерный зал. Кроссфит включает сразу несколько важных составляющих: силу, кардио и выносливость. Этот вид нагрузок подойдет как для здоровых людей, так и для многих колясочников. Тренер разрабатывает индивидуальный план тренировок под каждого клиента, учитывая его возможности и травмы. В час тренируют всего по два человека, так что клиенты постоянно под присмотром. [5]

Еще один пример для подражания — единственный в стране инклюзивный фитнес-центр «ЭКО-фитнес», где наряду с обычными клиентами на постоянной основе занимаются более 20 минчан, чьи возможности ограничены. (Рис.2) В 10 утра в инклюзивном фитнес-центре на улице Одинцова тренеры бодро дают задания клиентам — здоровым и активным подросткам и людям с ограниченными возможностями. Все клиенты тренируются в одном пространстве. Упражняются на гидравлических тренажерах, после силовых станций переходят к работе с гимнастическими палками, гантелями и опускаются на коврики, чтобы выстоять в планке. [6]



Рисунок 2. – Тренировочный зал в «ЭКОфитнес»

По словам сотрудников зала, люди с инвалидностью чувствуют себя в инклюзивном фитнес-пространстве свободно, потому что здесь никто не акцентирует внимание на их недугах. Все на равных. В таких местах они проходят своеобразную реабилитацию. В некоторых семьях родители с детства советуют не общаться с детьми с инвалидностью. А тут они встречаются в одном пространстве и понимают: это абсолютно такие же люди. Глаз радуется, когда видишь принятие и проявление лучших человеческих качеств. На данный момент в «ЭКОфитнесе» тренируются инвалиды по зрению, слуху, люди с ДЦП. В планах — привлечь и инвалидов-колясочников.

Зал оборудован всем необходимым для занятий людей на колясках. Есть складной пандус, условия в раздевалках. Но главная которая еще не решена проблема — это транспортировка таких клиентов. Чтобы решить проблему, проект «ЭКОфитнес: фитнес-инклюзия» участвует в конкурсе Social Weekend. Одна из целей — наладить сотрудничество с организациями по перевозкам и помочь людям на колясках добираться в зал. [6]

Как мы видим, в нашей стране только начинает развиваться инклюзивная спортивная среда, можно сказать, что она находится на стадии ее зарождения.

Данная статья помогает нам раскрыть тему инклюзивного спортивного пространства в Беларуси применить его по всей стране. Наша исследовательская деятельность в целом - направлена на развитие безбарьерной среды в университетах нашей страны.

## ЛИТЕРАТУРА

1. СТБ 2030 – 2010. Среда обитания физически ослабленных лиц. Основные положения. – Минск: Минстройархитектуры Республики Беларусь, 2010. – 43 с.
2. ТКП 45-3.02-318-2018 (33020). Среда для физически ослабленных лиц
3. Статья 24 Закона Республики Беларусь от 11 ноября 1991 г. № 1224-ХП «О социальной защите инвалидов в Республике Беларусь».
4. Современное состояние спорта для инвалидов. <https://www.sportedu.by/> [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [sovremennoe-sostoyanie-sporta-dlya-invalidov/](https://www.sportedu.by/sovremennoe-sostoyanie-sporta-dlya-invalidov/). Дата доступа: 22.09.2020.
5. 5.В Лиде открылся первый инклюзивный спортзал . <https://news.tut.by/> [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [/go/646339.html](https://news.tut.by/go/646339.html). Дата доступа: 24.09.2020
6. "Вместе тренируются люди с ДЦП и здоровые". <https://news.21.by/>[Электронный ресурс]. – Режим доступа: [other-news/2018/10/30/1641402.html](https://news.21.by/other-news/2018/10/30/1641402.html) Дата доступа: 24.09.2020