

На правах рукописи

БАРЯЕВ АЛЕКСЕЙ АЛЕКСЕЕВИЧ

РЕАБИЛИТАЦИОННО-СОЦИАЛИЗИРУЮЩИЙ  
ПОТЕНЦИАЛ СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ЛИЦ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной  
тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени  
доктора педагогических наук

Санкт-Петербург – 2021

Работа выполнена на кафедре теории и методики адаптивного спорта ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург».

**Научный консультант – Евсеев Сергей Петрович**, доктор педагогических наук, профессор, заслуженный работник высшей школы РФ, член-корреспондент Российской академии образования, ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», кафедра теории и методики адаптивной физической культуры, профессор.

**Официальные оппоненты:**

**Махов Александр Сергеевич**, доктор педагогических наук, доцент, ФГБОУ ВО «Российский государственный социальный университет», факультет физической культуры, декан;

**Лубышева Людмила Ивановна**, доктор педагогических наук, профессор, ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)», кафедра истории цивилизации, физической культуры и спорта, философии и социологии, профессор;

**Правдов Михаил Александрович**, доктор педагогических наук, профессор, Шуйский филиал ФГБОУ ВО «Ивановский государственный университет», кафедра теории и методики физической культуры и спорта, профессор.

**Ведущая организация:** ФГБУ «Федеральный научный центр физической культуры и спорта».

Защита состоится 14 октября 2021 года в 13.00 часов на заседании диссертационного совета Д 311.010.01, созданного на базе ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», по адресу: 190121, Санкт-Петербург, ул. Декабристов, д. 35, актовЫй зал.

С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке и на сайте ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург» (<http://lesgaft.spb.ru>).

Текст автореферата размещен на сайте университета (<http://lesgaft.spb.ru>) и на сайте ВАК при Минобрнауки России (<https://vak.minobrnauki.gov.ru>).

Автореферат разослан « \_\_\_\_ » « \_\_\_\_\_ » 2021 года

Ученый секретарь диссертационного совета,  
доктор педагогических наук, профессор

Костюченко В.Ф.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность исследования.** Модернизация современной системы спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) происходит на основе гуманизации социальных отношений, которые определили смену ценностных ориентиров в их спортивной деятельности. Смещение смыслового центра спортивной деятельности в сторону личностного и социального развития выдвигает на первый план проблему реабилитации и социализации лиц с ОВЗ, в том числе с нарушением зрения.

Повышение результатов в паралимпийском спорте объясняется постоянным совершенствованием системы спортивной подготовки, применением более современного оборудования и экипировки. Сюда же можно отнести и научно-методическое сопровождение, которое разрабатывается на основе принципов индивидуализации. Требования к повышению результативности соревновательной деятельности формируют потребность в использовании инновационных методов исследования этого процесса. Комплексный контроль уровня подготовленности спортсмена-паралимпийца предусматривает наблюдение и корректировку всех основных составляющих спортивной подготовки, а также учет ее этапов, календарного плана и особенностей. Формирование модельных уровней в паралимпийском спорте направлено на прогноз результативности участия в соревнованиях, поскольку основной характеристикой современной спортивной деятельности является расширение соревновательной программы во всех видах спорта, включая спорт слепых (Шелков О.М., 2005; Евсеев С.П., 2016; Евсеева О.Э., 2018 и др.).

Гуманистическая парадигма современного общества ориентирует на поиски возможностей для всестороннего развития личности, оказавшейся в трудной жизненной ситуации. Основной задачей социализации и реабилитации лиц с нарушением зрения является повышение их самосознания в условиях окружающей среды. В исследованиях определено, что полноценное развитие слепых и слабовидящих людей возможно только при наличии благоприятных условий социального окружения, направленных на всестороннее обучение человека способности реализовать личностный потенциал и преодолевать последствия имеющихся функциональных нарушений (Зотов А.И., 1961; Земцова М.И., 1973; Феоктистова В.А., 1987; Плаксина Л.И., 1999; Маллаев Д.М., 2002; Кантор В.З., 2003; Литвак А.Г., 2006; Никулина Г.В., 2006; Солнцева Л.И., 2008; Тупоногов Б.К., 2014 и др.).

Изучая уровень физического развития слепых и слабовидящих детей, подростков и взрослых, исследователи отмечают отставание от развития лиц без нарушений зрения (Кулагин Ю.А., 1967; Азарян Р.Н., 1989; Ермаков В.П., 2000; Якунин Г.А., 2000; Ростомашвили Л.Н., 2001 и др.). Определено, что спортивная деятельность обусловлена специально организованной двигательной активностью, которая связана с различными формами мышечной работы при выполнении специальных физических упражнений и представляет собой единство трех факторов: физиологического (физиологические

процессы, протекающие в организме спортсмена и обеспечивающие работу мышц); психологического (индивидуально-психологические особенности личности спортсмена) и социального (общественная значимость спорта). Эти три фактора, взаимосвязанные и взаимообусловленные, образуют единство спортивной деятельности, которая приводит, с одной стороны, к образованию специфических качеств и структур личности, а с другой — к достижению высоких результатов в данном виде спорта или спортивной дисциплине. Экспериментально установлено, что успешность соревновательной деятельности лиц с нарушением зрения зависит от оптимального подбора спортивных дисциплин, доступных данной категории лиц, которые выбираются с учетом специфики организации соревнований и нозологических особенностей спортсменов. Эффективности соревновательной деятельности способствуют также режим двигательной активности, направленный на повышение реабилитационного потенциала и обязательное соблюдение количественных и качественных характеристик выполнения основного соревновательного упражнения, доступных в условиях зрительной патологии (Евсеев С.П., Евсеев Д.С., 2002; Маллаев Д.М., 2002; Толмачев Р.А., 2004 и др.).

Организация системы спортивной подготовки в Российской Федерации осуществляется в соответствии с Федеральным законом РФ от 04 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации». Федеральный закон от 06.12.2011 года № 412-ФЗ с 01.07.2012 года ввел в действие поправки, в числе которых уточнение понятия «спортивная подготовка»: «Спортивная подготовка — тренировочный процесс, который подлежит планированию, включает обязательное систематическое участие в спортивных соревнованиях, направлен на физическое воспитание и совершенствование спортивного мастерства лиц, проходящих спортивную подготовку». Государственная политика в области социальной защиты инвалидов в Российской Федерации регулируется Федеральным законом от 24 ноября 1995 года № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации», главной целью которого является предоставление инвалидам равных с другими гражданами возможностей в реализации гражданских, экономических, политических и других прав и свобод. Определение потребностей лиц с ОВЗ в мерах социальной защиты, включая реабилитацию, исходя из ограничений жизнедеятельности, вызванных стойким расстройством функций организма, осуществляет медико-социальная экспертиза. На основе анализа клинико-функциональных, социально-бытовых, профессионально-трудовых, психологических данных с учетом индивидуально-нозологических особенностей она проводит комплексную оценку состояния организма. Показания к вовлечению в реабилитационный процесс определяются с учетом патологических изменений в организме и последствий, ограничивающих возможность участия в трудовой деятельности, составной частью которой является спортивная деятельность.

Анализ научно-практического опыта по подготовке спортсменов с нарушением зрения показал, что в настоящее время реабилитационно-социализирующий потенциал спортивной деятельности используется недостаточно. Для его реализации и получения значимых достижений в спорте слепых необходимо совершенствовать систему подготовки лиц с нарушениями зрения в отдельных спортивных дисциплинах с учетом их физической, технической и тактической подготовленности.

**Степень научной разработанности проблемы.** В настоящее время имеется большое количество публикаций, посвященных проблемам развития паралимпийского спорта (Kent M., 2006; Воробьев С.А., 2011; Рожков П.А., Царик А.В., 2011; Евсеев С.П., Евсеева О.Э., 2016; Hutzler Y., Higgs C., Legg D., 2016; Smith B. 2016 и др.).

Исследуются проблемы административного управления в паралимпийском спорте (Рожков П.А., Царик А.В., 2011; Махов А.С., 2013; Евсеев С.П., Евсеева О.Э., 2016; Winnick J., 2016 и др.).

В тифлопедагогике представлены научные исследования, раскрывающие клинико-офтальмологические аспекты профориентации слепых и слабовидящих (Либман Е.С., 1987; Жохов В.П., 1989; Shapiro D., 2014 и др.), психолого-педагогические особенности профессионального образования инвалидов по зрению (Ермаков В.П., 2000; Ryu D., 2013 и др.), основы коррекционно-развивающего обучения лиц с нарушением зрения (Шапкова Л.В., 1997; Плаксина Л.И., 1999; Кантор В.З., 2003; Литвак А.Г., 2006; Тупоногов Б.К., 2014; Ростомашвили Л.Н., 2015 и др.). Ряд ученых отмечает сниженную активность и самостоятельность данной категории лиц (Никулина Г.В., 2006; Mann D.L., 2010; Волкова И.П., 2012 и др.), игнорирование ими особенностей своего физического и психического развития (Земцова М.И., 1973; Литош Н.Л., 2002; Маллаев Д.М., 2002; Литвак А.Г., 2006 и др.).

Таким образом, проблемная ситуация диссертационного исследования обусловлена противоречиями между:

- неуклонной тенденцией развития спорта слепых на международном уровне, формирующую потребность в привлечении лиц с нарушением зрения в спортивную деятельность, и отсутствием эффективного способа реализации данной потребности в системе спортивной подготовки;

- потребностью разработки реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения на основе использования индивидуально-типологических и нозологических особенностей и отсутствием научно-обоснованных материалов, отражающих специфику данного процесса;

- потенциальными возможностями реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности, включающего разработку модельных характеристик физической, технической и тактической подготовленности, формирование нормативно-правовой документации, вы-

явление особенностей планирования системы спортивной подготовки и отсутствием исследований в данной области, обеспечивающих целостность и эффективность данного процесса.

Охарактеризованная проблема обусловила **выбор темы исследования «Реабилитационно-социализирующий потенциал спортивной деятельности лиц с нарушением зрения».**

**Основополагающей идеей исследования** выступает положение о том, что рассмотрение реабилитационно-социализирующего потенциала в системе спортивной подготовки лиц с нарушением зрения должно создавать условия для совершенствования подходов к повышению результативности тренировочных мероприятий и успешности соревновательной деятельности, позволяющие рассматривать спортивную деятельность как способ воздействия на физическое и психическое развитие, что является новым видением решения проблемы поиска эффективных путей повышения уровня подготовленности в адаптивном спорте.

**Объект исследования** – система спортивной подготовки лиц с нарушением зрения.

**Предмет исследования** – реализация реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения.

**Цель диссертационной работы** – разработать научно-методическое сопровождение реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения.

**Гипотеза исследования** состоит в предположении о том, что реализация реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения, направленная на всестороннее развитие личности спортсмена, будет педагогически целесообразной и эффективной, если:

- определить условия включения лиц с нарушением зрения в спортивную деятельность;
- обосновать методологические подходы, раскрывающие особенности реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения;
- создать модель реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности, обеспечивающую многоаспектное воздействие с учетом индивидуально-нозологических особенностей;
- разработать методическое обеспечение и усовершенствовать нормативно-правовую базу, поддержанные научным обоснованием и практической реализацией системы комплексного контроля уровня подготовленности спортсменов.

**Задачи исследования:**

1. Выявить теоретические предпосылки совершенствования спортивной деятельности, описывающие особенности реабилитационно-социализирующего процесса в данном виде деятельности.

2. Раскрыть содержание реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения, определяющее область его применения в системе спортивной подготовки.

3. Систематизировать методологические подходы к организации системы спортивной подготовки лиц с нарушением зрения и определить принципы ее организации.

4. Разработать концептуальные положения реализации реабилитационно-социализирующего потенциала в системе спортивной подготовки лиц с нарушением зрения

5. Разработать структуру и содержание модели реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения.

6. Экспериментально обосновать реализацию реабилитационно-социализирующего потенциала в системе спортивной подготовки лиц с нарушением зрения.

**Методы исследования.** В соответствии с целью и гипотезой исследования использовался комплекс методов (теоретических и эмпирических), который включал методы математико-статистической обработки данных. Теоретические методы предполагали анализ педагогической, социологической и психолого-педагогической литературы; структурный и сравнительно-сопоставительный анализ; синтез, систематизацию теоретических и эмпирических данных, обобщение, моделирование и прогнозирование. Эмпирические методы: изучение педагогической документации, анкетирование, педагогический эксперимент и тестирование.

**Научная новизна** результатов исследования заключается в том, что впервые:

– выявлены внешние и внутренние факторы, влияющие на успешность реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения.

– разработана структура реабилитационно-социализирующего потенциала в спорте слепых: 1) в системе нормативно-правовых отношений; 2) в системе спортивной подготовки лиц с нарушением зрения; 3) в системе самостоятельной работы, оптимизирующей результативность спортивной деятельности.

– разработаны концептуальные положения реализации реабилитационно-социализирующего потенциала в системе спортивной подготовки лиц с нарушением зрения;

– выделены компоненты реабилитационно-социализирующего потенциала (информационный, мотивационный, деятельностный, психический, регулятивный), раскрыто их содержание, выступающее основой спортивной деятельности.

– выявлены и раскрыты возможности содержания и организации спортивной деятельности лиц с нарушением зрения, характеризующие уровни реализации реабилитационно-социализирующего потенциала.

– разработана структура и содержание модели реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения, включающая целевой, содержательный, организационный и контрольно-оценочный компоненты.

– разработаны показатели и критерии, позволяющие определить эффективность реализации реабилитационно-социализирующего потенциала в системе спортивной подготовки.

– разработано, экспериментально апробировано и внедрено методическое обеспечение реализации реабилитационно-социализирующего потенциала, позволяющее усовершенствовать нормативно-правовую базу и систему комплексного контроля уровня подготовленности спортсменов с нарушением зрения.

**Теоретическая значимость** результатов исследования заключается в дополнении теории и методики адаптивной физической культуры научными данными:

– о теоретико-методологических основах реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения;

– о научно-методическом сопровождении системы спортивной подготовки лиц с нарушением зрения, учитывающем индивидуальные и нозологические особенности спортсменов;

– об организации спортивной деятельности лиц с нарушением зрения, направленной на реализацию их реабилитационно-социализирующего потенциала;

– об алгоритме разработки нормативно-правовой документации, регламентирующей спортивную деятельность лиц с нарушением зрения.

**Практическая значимость исследования** заключается в следующем:

– его положения и выводы могут применяться при разработке учебных программ, пособий по спортивной подготовке лиц с нарушением зрения, в практической деятельности тренеров и специалистов по адаптивной физической культуре, оптимизирующих тренировочный процесс в спорте слепых;

– теоретико-методологические положения исследования нашли отражение в ряде нормативно-правовых актов Федерации спорта слепых, дополняющих Всероссийский реестр видов спорта, правила по соответствующему виду спорта и Единую всероссийскую спортивную классификацию;

– опубликованные по результатам диссертационного исследования учебные пособия, монографии и научные статьи использованы при разработке рабочих программ для студентов по направлению подготовки «Физическая культура для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физическая культура)»;



– определенные показатели и уровни сформированности физической, психологической и технико-тактической подготовленности используются в практике научно-методического сопровождения спортивных сборных команд в «спорте слепых»;

– результаты исследования внедрены в систему спортивной подготовки лиц с нарушением зрения.

**Личный вклад автора** в изучение заявленной проблемы состоит в определении его целей и задач, в разработке концепции исследования, в непосредственном участии в проведении комплексного контроля, в теоретическом подтверждении и апробации полученных результатов, в создании нормативно-правовой документации, обеспечивающей организацию спортивной деятельности слепых, в подготовке и оформлении текста диссертации.

**Достоверность и обоснованность результатов** обеспечена: методологической основой исследования, опирающегося на системный, системно-структурный, личностно-деятельностный, дифференцированный, технологический подходы, теоретические положения, адекватные проблематике исследования; системой методов исследования, соответствующих объекту, предмету, цели, задачам, общей логике научно-поисковой деятельности по изучению проблемы; репрезентативностью выборки, статистической значимостью полученных данных; проверкой результатов исследования на большом количестве спортсменов с нарушением зрения; внедрением результатов исследования в практику работы Федерации спорта слепых Российской Федерации.

**Апробация и внедрение результатов.** Результаты исследования апробированы и внедрены на федеральном уровне в системе спортивной подготовки спорта слепых ОО ФСО «Федерация спорта слепых»; на региональном уровне в Спортивной федерации спорта инвалидов Санкт-Петербурга, Санкт-Петербургской общественной организации «Спортивная федерация пауэрлифтинга», Санкт-Петербургской спортивной федерации лыжных гонок; на местном уровне в систему работы центра социальной реабилитации инвалидов и детей инвалидов Калининского района Санкт-Петербурга, ГУЗ «Врачебно-физкультурный диспансер Красногвардейского района». В учебном процессе используются 2 учебных пособия, 2 монографии. Материалы диссертации многократно докладывались на международных и всероссийских научных конгрессах, и конференциях, городских и университетских научных мероприятиях. Основные результаты исследования опубликованы в 57 работах автора, включая 25 статей в научных изданиях, рекомендованных ВАК для публикации научных результатов диссертаций. Основные идеи диссертации докладывались на международных (Ювяскуля, 2007; Эшторил, 2008; Осло, 2009; Оденсе, 2010; Жирона, 2015; Санкт-Петербург, 2015, 2017, 2019) и Всероссийских (Санкт-Петербург, 2009, 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019, 2020; Тамбов, 2010; Москва, 2015) научно-практических конференциях, обсуждались на кафедре теории и методики

адаптивного спорта НГУ им. П. Ф. Лесгафта, на заседаниях сектора системных исследований становления спортивного мастерства ФГБУ СПб-НИИФК.

### **Основные положения, выносимые на защиту.**

1. Реабилитационно-социализирующий потенциал спортивной деятельности лиц с нарушением зрения представляет собой комплекс психолого-педагогических и социальных факторов возможности восстановления нарушенных функций и способностей организма посредством участия в спортивной деятельности с учетом особенностей спортивных дисциплин; эффективность его реализации зависит от особенностей формирования системы спортивной подготовки с учетом индивидуальных и нозологических особенностей спортсмена.

2. Совершенствование системы спортивной подготовки лиц с нарушением зрения должно основываться на сотрудничестве и взаимовлиянии спортсменов и социального окружения с целью реализации их профессиональных установок и ценностных ориентиров в спортивной деятельности, на основе учета компенсаторного процесса, исходя из того, насколько имеющиеся нарушения физического развития связаны с потерей или нарушением зрения, учитывая сочетанные нарушения и вторичные отклонения в развитии.

3. В основе модели реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лежат теоретические и методологические знания, практическая деятельность, что обеспечивает системную целостность и определяет компоненты взаимодействия с учетом индивидуально-нозологических особенностей лиц с нарушением зрения.

4. Научно-методическое обеспечение реализации реабилитационно-социализирующего потенциала базируется на теоретико-методологической основе с учетом положений исследований в адаптивной физической культуре и тифлопедагогике, определяющих основы совершенствования нормативно-методической базы системы спортивной подготовки лиц с нарушением зрения с использованием системы комплексного контроля.

**Теоретико-методологические основы исследования:** фундаментальные положения системного подхода (Анохин П.К., Блауберг И.В., Юдин Э.Г. и др.), теория построения движений (Бернштейн Н.А.); социология физической культуры и спорта (Закревская Н.Г., Захаров М.А., Лубышева Л.И., Передельский А.А.), биомеханика двигательной деятельности (Зациорский В.М., Попов Г.И., Самсонова А.В., Уткин В.Л. и др.); концепция модельных характеристик (Кузнецов В.В., Петровский В.В., Шустин Б.Н. и др.); спортивная метрология (Годик М.А., Коренберг В.Б. и др.), теория физической культуры (Ашмарин Б.А., Бальсевич В.К., Выдрин В.М., Курамшин Ю.Ф., Пономарев Г.Н.); теория спорта (Верхошанский Ю.Ф., Булкин В.А., Матвеев Л.П., Никитушкин В.Г., Озолин Н.Г., Пилоян Р.А., Платонов В.Н., Суслов Ф.П., Denison J.); теория двигательных тестов (Благуш П., Бриль М.С., Зациорский В.М.); система комплексного контроля в

спорте (Абалян А.Г., Hughes M., Franks I., McGuigan M. и др.); принцип коррекционной направленности на физическое развитие специально организованного педагогического воздействия у лиц с нарушением зрения (Маллаев Д.М., Плаксина Л.И., Солнцева Л.И., Фомичева Л.В.); теория и методика адаптивной физической культуры (Евсеев С.П., Шапкова Л.В., Евсеева О.Э., Шелков О.М., Auxter D., Pyfer J., Huettig C. и др.); учение о компенсации зрительного дефекта и возможности всестороннего развития людей со зрительной патологией в специально организованном процессе обучения и воспитания, в котором человек, находящийся в условиях зрительной депривации, выступает как активный субъект образовательного взаимодействия (Волкова И.П., Земцова М.И., Зотов А.И., Кантор В.З., Литвак А.Г., Никулина Г.В., Плаксина Л.И., Солнцева Л.И., Феоктистова В.А. и др.).

**Организация и проведение исследования.** Исследование было организовано в четыре этапа и проводилось с 2006 по 2020 г. На первом этапе (2006–2007 гг.) осуществлялся теоретический анализ особенностей спортивной деятельности лиц с нарушением зрения, разрабатывалась методика комплексной оценки реабилитационно-социализирующего потенциала.

На втором этапе (2008–2010 гг.) проводился констатирующий эксперимент с целью выявления уровня подготовленности слепых и их социализации в различных спортивных дисциплинах. В констатирующем эксперименте приняли участие спортсмены паралимпийских сборных команд России (спорт слепых).

На третьем этапе (2010–2017 гг.) выполнен педагогический эксперимент, в котором участвовали спортсмены региональных сборных команд, а также спортсмены высокого класса сборных команд России по спорту слепых. Проводилась методическая работа с тренерами и специалистами путем организации семинаров и консультаций. Были разработаны основные направления реализации реабилитационно-социализирующего потенциала у спортсменов сборных команд по спорту слепых.

Четвертый этап (2017–2020 гг.) был посвящен обработке результатов эксперимента, их систематизации, анализу и формулировке общих выводов и заключений, оформлению результатов диссертационного исследования.

**Соответствие работы паспорту научной специальности.** Полученные результаты соответствуют п. 6 пп. 6.1; 6.2; 6.3 паспорта специальности 13.00.04 — «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры».

**Структура и объем диссертации.** Диссертация состоит из введения, пяти глав, заключения, списка литературы, включающего 242 наименования, в том числе – 34 публикации на иностранном языке, и 13 приложений. Работа изложена на 369 страницах компьютерного текста, иллюстрированного 7 рисунками и 34 таблицами.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во введении раскрыты проблематика, противоречия, теоретико-методологические предпосылки реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения и научно-методологический аппарат исследования.

В первой главе **«Теоретико-методологические основы реабилитации и социализации лиц с нарушением зрения в системе адаптивной физической культуры»** проведено междисциплинарное исследование философской, социологической, психолого-педагогической литературы, литературы по адаптивной физической культуре и описаний психолого-педагогического опыта, касающихся реабилитации и социализации лиц с нарушением зрения в системе адаптивной физической культуры.

Анализ понятий «реабилитация» и «социализация», представленных в современных социальных, психолого-педагогических исследованиях и административно-правовых нормативных документах, позволил сформулировать основные особенности реализации реабилитационно-социализирующего потенциала. В Федеральном законе №181-ФЗ реабилитация трактуется как система и процесс полного или частичного восстановления способностей к бытовой, общественной, профессиональной и иной деятельности. Реабилитация рассматривается в современных исследованиях с позиций мультидисциплинарного подхода и представляет собой многоаспектный процесс, интегрирующий различные научные и практические исследования. Для целей нашего исследования перспективно использование положений концепции гуманистической психологии для выявления подходов к реабилитации инвалидов в контексте взаимодействия общества и человека с ОВЗ. Рассмотрение реабилитационного потенциала основано на том, что для него характерен комплекс биологических и психофизиологических характеристик человека, а также социально-средовых факторов, позволяющих в той или иной степени реализовать его потенциальные способности и определить возможный уровень восстановления нарушенных функций и социальных связей. Важно отметить, что среди факторов, влияющих на проявление отношения спортсменов к спортивной деятельности, выделены две группы: эмоциональные (самочувствие, активность, настроение); социально-психологические (удовлетворенность тренировочным процессом, взаимоотношения с тренером и товарищами по группе). Эти факторы значимы для рассмотрения реабилитационного процесса у спортсменов с ОВЗ.

Аналитический обзор литературы позволяет говорить о социализации как о совокупности социальных и психологических процессов, которые дают индивиду возможность усваивать знания, ценности и нормы, обеспечивающие полноправное функционирование в обществе. Понятия реализации и социализации по-разному трактуются в смежных дисциплинах, что характеризует их как сложный и многофакторный процесс (Андреева Г.М., 2001; Воробьев А.В., Михеева Т.В., 2002; Грицанова А.А., Елсукова А.Н.,

Соколова Г.Н., 1997; Дюркгейм Э., 1995; Жолдак В.И., 2002; Ковалева А.И., Мудрик А.В., 2004; Кошкарев Л.Т., 2010; Радугин А.А., Радугин К.А., 2000; Симонова Т.Н., 2016; Гард Г., 1996 и др.).

Важным для исследования является понятие «социальная интеграция» — процесс взаимодействия и налаживания связей между различными социальными институтами и группами. Обобщающий термин «социальная реабилитация» определяется с использованием теоретического понятия «образ жизни». Целью этого процесса является обеспечение лиц с ОВЗ возможностями к поддержанию образа жизни в окружающей социальной среде. В этом процессе выделяются три социально-уровневых измерения: индивидуально-личностный, малая социальная группа, большая социальная группа (Волкова И.П., 2012).

В нашем исследовании проблемы реабилитации и социализации рассматриваются в комплексе как реабилитационно-социализирующий потенциал, ориентированный на раскрытие потенциальных возможностей лиц с нарушением зрения в условиях спортивной деятельности. Поэтому важно понимание этой категории людей с ОВЗ и современных направлений исследований, проводимых в отношении указанной нозологической группы.

В ходе анализа литературы по тифлопедагогике и тифлопсихологии выявлены данные о результатах многолетних исследований компенсаторного приспособления слепых и слабовидящих. Экспериментально установлено, что неправильное функционирование зрительного анализатора приводит к нарушениям в физическом и психическом развитии, возникают трудности при подражании и овладении пространственными представлениями и двигательными действиями. Снижение двигательной активности приводит к недоразвитию мышечной силы, к нарушениям в развитии опорно-двигательного аппарата. Физические трудности, возникающие у лиц с нарушением зрения, важно рассматривать, исходя из того, насколько они связаны с потерей или нарушением зрения, учитывая сочетанные нарушения и вторичные отклонения в развитии (Волкова И.П., 2005; Земцова М.И., 1973; Зотов А.И., 1991; Кантор В.З., 2005; Литвак А.Г., 2006; Маллаев Д.М., 2002; Никулина Г.В., Фомичева Л.В., 2003; Плаксина Л.И., 1999; Солнцева Л.И., 2008; Тупоногов Б.К., 2014 и др.).

Результативность мероприятий реабилитационно-социализирующего характера оценивается по качеству жизни, а также уровню сохранных, восстановленных или приобретенных возможностей лиц с нарушением зрения, выраженному в успешности соревновательной деятельности.

В свою очередь, успешность соревновательной деятельности и ее специфика зависят от степени зрительного поражения и срока наступления слепоты. Для дифференциации функциональных возможностей в спорте слепых введена спортивно-медицинской классификация: класс Б1 — отсутствие светоощущения в каждом глазу с невозможностью распознать очертания руки классификатора; класс Б2 — спортсмен может различить очер-

тания руки с остротой зрения 2/60 и максимальным полем зрения 5 градусов; класс БЗ — острота зрения от 2/60 до 6/60 и максимальное поле зрения до 20 градусов.

Доказана необходимость комплексного подхода к организации педагогической деятельности с лицами с нарушением зрения. Это обусловлено особенностями формирования зрительного анализатора и его влиянием на психофизическое развитие человека. В то же время адаптивная физическая культура является важным средством реабилитации и социализации лиц с нарушением зрения. Однако проблема спортивной деятельности лиц с нарушением зрения и ее реабилитационно-социализирующего потенциала в современной ситуации развития адаптивной физической культуры стоит в ряду нерешенных задач. Анализ литературы по проблеме исследования показал, что для решения этой проблемы выделена отдельная категория — адаптивный спорт, который является видом адаптивной физической культуры, реализующим потребности лиц с ОВЗ в самореализации и обеспечивающим повышение мотивации к саморазвитию. Оценка содержания адаптивного спорта выявила направленность на формирование спортивного мастерства в избранной спортивной дисциплине, на достижение высоких спортивных результатов, соотнося при этом свой уровень подготовленности с подготовленностью других спортсменов, принимающих участие в соревнованиях. Система спортивной подготовки в паралимпийском спорте, включающая тренировочную и соревновательную деятельность, позволяет приобщить лиц с ограниченными возможностями здоровья к участию в значимой сфере спортивной деятельности и познанию ценностей физической культуры (интеллектуальных, мобилизационных и технологических) для формирования собственной спортивной культуры. Высокие достижения спортсменов-паралимпийцев формируют активную жизненную позицию, установку на здоровый образ жизни.

Анализ существующих подходов к оценке спортивных результатов у лиц с нарушением зрения позволил определить основные задачи этого вида деятельности:

- формирование спортивной культуры, ознакомление с особенностями спортивной деятельности и взаимодействия в рассматриваемой сфере;
- освоение ценностей физической культуры (интеллектуальных, двигательных, технологических, мобилизационных и т. п.). Особое внимание обращается на освоение мобилизационных ценностей, поскольку именно они способствуют формированию высокого уровня мотивации, потребности в самореализации и саморазвитии. Настойчивость в достижении цели, умение определить особенности развития ситуации позволяют лицам с нарушением зрения переносить получаемые знания в условия окружающей среды;
- повышение результативности соревновательной деятельности за счет использования сохранных двигательных способностей;

– получение знаний о поведении в различных социальных ролях через освоение разных функций в системе адаптивного спорта (спортсмен, судья, тренер, организатор, администратор) для последующего переноса их в условия социального окружения;

– совершенствование качества жизни;

– вовлечение в социально-коммуникативную деятельность с различными группами населения.

Спортивную деятельность слепых регламентируют следующие документы:

– правила по виду спорта «спорт слепых»;

– Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «спорт слепых»;

– ЕВСК (Единая всероссийская спортивная классификация);

– комплексная программа «Развитие спорта слепых в Российской Федерации до 2020 года»;

– квалификационные требования к спортивным судьям по виду спорта «спорт слепых»;

– целевые комплексные программы подготовки спортсменов к Паралимпийским играм;

– порядок критериев отбора спортсменов для включения их в состав спортивной сборной команды;

– методические рекомендации по этике поведения спортсменов в спорте слепых.

Во Всероссийский реестр видов спорта включено 295 спортивных дисциплин, сгруппированных по 22 спортивным дисциплинам вида спорта «спорт слепых».

Исследование теоретико-методологических основ реабилитации и социализации лиц с нарушением зрения в системе адаптивной физической культуры выявило одну из важнейших целей адаптивного спорта — повышение реабилитационно-социализирующего потенциала лиц с нарушением зрения с учетом особенностей их включения в спортивную деятельность.

Во второй главе **«Методология изучения особенностей включения лиц с нарушением зрения в спортивную деятельность»** рассматриваются сущность, содержание и особенности включения лиц с нарушением зрения в спортивную деятельность, анализируется система технико-тактической подготовки в спорте слепых в зависимости от спортивной дисциплины; представлены результаты констатирующего эксперимента.

На современном этапе развития спорта слепых спортивная деятельность лиц с нарушением зрения динамично развивается и расширяется. Каждые четыре года организуется Всероссийская спартакиада инвалидов, в которой принимают участие слепые (4 спортивные дисциплины: плавание, голбол, дзюдо и легкая атлетика). Ежегодно проводятся спортивные меро-

приятия, включенные Единый календарный план Министерства спорта Российской Федерации. В программу летних паралимпийских игр также включены указанные выше дисциплины спорта слепых. К работе со слепыми и слабовидящими привлечены тренеры и специалисты, имеющие большой опыт работы как в системе спортивной подготовки, так и с инвалидами по зрению. Согласно статистическим отчетам, более 100 тысяч инвалидов по зрению на территории Российской Федерации вовлечены в физкультурно-спортивную деятельность, которую организуют региональные общественные организации — отделения Федерации спорта слепых России. Их цель — организация международных и Всероссийских соревнований с привлечением максимального количества участников. При этом особое внимание уделяется успешному выступлению российских спортсменов на Паралимпийских играх, победители и призеры которых получают существенные материальные вознаграждения, сопоставимые с поощрениями спортсменов-олимпийцев. Можно привести много примеров, когда победители и призеры крупных международных соревнований успешно продолжают себя в профессиональной, общественной и государственной деятельности по поддержке спортивного движения среди лиц с ОВЗ.

При рассмотрении особенностей включения слепых и слабовидящих в спортивную деятельность учитывался тот факт, что нарушение зрения обуславливает весь ход психофизического развития: слабое развитие психомоторной сферы, снижение чувственного опыта, — приводящие к разрыву связей между индивидом и социальным окружением. Индивидуально-психологические особенности требуют обязательной комплексной оценки развития лиц с нарушением зрения при подготовке программ спортивной подготовки. Качественные особенности их психики проявляются во всей психической деятельности: нарушаются процессы различения образов и понятий, речевая структура, при соотношении понятийного и образного в мыслительной деятельности сдвигаются точки восприятия, меняются свойства личности, становится недостаточным эмоционально-волевое обеспечение двигательной активности. Существенное влияние испытывает сенсорно-перцептивная сфера деятельности, определяющая способности индивида к ориентировке.

Рассматривая аспекты социализации лиц с нарушением зрения, вовлеченных в спортивную деятельность, мы учитывали, что при зрительной недостаточности коммуникативный потенциал представляет собой многокомпонентное индивидуально-психологическое образование. Наличие в нем специфических динамических характеристик отрицательно влияет на процесс самореализации спортсмена на индивидуально-личностном уровне. В то же время коммуникативный потенциал, базирующийся на опыте индивида, который в условиях зрительной депривации обогащается только в результате специально организованных воздействий, является содержательной основой коммуникативной культуры личности.



С целью многоаспектного изучения реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности было принято решение о проведении анкетирования лиц с нарушением зрения, вовлеченных в спортивную деятельность. Основной задачей анкетирования стало выявление влияния спортивной деятельности на социализацию инвалидов. Анкетирование проводилось во время тренировочных сборов и спортивных мероприятий сборных команд России. В нем участвовали 85 человек. Дополнительно к анкетированию были привлечены члены региональных организаций ВОС (Всероссийского общества слепых). Анализ результатов анкетирования позволил сформировать мотивационную структуру реабилитационно-социализирующего процесса в спортивной деятельности лиц с нарушением зрения. Определено, что на первое место выдвигается стремление к высокому уровню социализации и саморазвития личности, на втором месте — физическая реабилитация и восстановление утраченных функций организма, т. е. физическое совершенствование. Полученные результаты свидетельствуют о высоком уровне экстравертивности и сниженной эмоциональности обследованных.

В ходе констатирующего эксперимента проводилось тестирование по трем блокам: психолого-социальное тестирование, тестирование физической подготовленности и тестирование моторно-психических показателей обеспечения двигательной деятельности. Первый блок позволил, используя разработанные модельные характеристики, выявить особенности психологического состояния членов сборных команд России. В обследовании в рамках тренировочных мероприятий приняли участие 39 спортсменов (19 женщин и 20 мужчин) в возрасте от 18 до 26 лет. Второй блок (физическая подготовленность) был составлен из тестов на определение специальной и общей физической подготовленности с учетом избранной спортивной дисциплины спорта слепых. Отбор методов тестирования проводился с учетом необходимости развития определенных физических качеств для повышения эффективности тренировочного процесса и результативности соревновательной деятельности. Определено, что ведущими физическими качествами в спорте слепых являются: быстрота, координация, выносливость, силовая выносливость и скоростно-силовые способности. Проведенные ранее исследования в системе комплексного контроля спорта слепых позволили определить модельные характеристики уровня подготовленности с учетом половых различий и этапа подготовки спортсменов. Модельные характеристики подтверждены результатами комплексного контроля в рамках научно-методического сопровождения паралимпийского спорта. Третий блок — моторно-психический, был направлен на определение статистически значимых показателей моторно-психического обеспечения двигательной деятельности спортсменов со зрительной депривацией с учетом специфики избранной спортивной дисциплины. Задания данного блока подбирались в зависимости от нозологических особенностей спортсменов. Они предполагали использование звуковых стимулов и были направлены на оценку показателей,

не связанных с функциями зрительного анализатора, независимо от функционального класса спортсмена.

При разработке регламентирующих документов проведено анкетирование тренерского состава, проанализированы спортивные результаты и развитие дисциплин спорта слепых. Итоговые документы позволили поэтапно и объективно раскрывать потенциал спортсмена с нарушением зрения, что приводило к улучшению спортивных результатов и повышению реабилитационно-социализирующего потенциала. Соревновательная деятельность анализировалась в период с 2004 по 2015 год. Этот период выбран в связи с постоянным повышением результатов в спорте слепых, вызванным внедрением новых тренировочных технологий благодаря поддержке Министерства спорта Российской Федерации и расширением системы комплексного контроля ФГБУ «Центр спортивной подготовки сборных команд России». Были проанализированы основные дисциплины легкой атлетики с учетом возможности переноса результатов спортсменов на крупнейших соревнованиях на формирование модельных параметров подготовленности и разработку нормативов в упражнениях по общей и специальной физической подготовке.

Чтобы выяснить влияние различных аспектов спортивной деятельности на реабилитационно-социализирующий потенциал спорта слепых в различных странах, было проведено международное анкетирование специалистов по голболу. В нем приняли участие представители 21 страны мира (11 - Европа, 5 - Азия/Австралия, 4 - Африка и 1 - Америка). Основной целью анкетирования было выявление уровня развития голбола и основных факторов, характеризующих успешность привлечения спортсменов к этому виду спорта и их дальнейшее совершенствование. Данные, полученные в ходе анкетирования, показывают, что успешность соревновательной деятельности зависит от материально-технического обеспечения и количества спортсменов, активно участвующих в круглогодичном процессе тренировки, включая молодых (до 19 лет) спортсменов. Сравнение результатов международного развития голбола позволило охарактеризовать уровень материально-технического обеспечения как один из важнейших факторов реализации реабилитационно-социализирующего потенциала, так как успешность соревновательной деятельности напрямую связана с социальным статусом спортсмена и возможностями улучшения реабилитационного процесса в спорте слепых.

Аналогичное анкетирование специалистов в регионах России также показало большие различия в уровне развития спорта слепых. Многие специалисты утверждают, что для совершенствования спортивной подготовки необходим высокий уровень тренировочной и соревновательной деятельности с использованием современного материально-технического оборудования. Привлечение большего количества молодых спортсменов может быть достигнуто включением голбола в основную и дополнительную образова-

тельную программу специальных (коррекционных) школ для слепых и слабовидящих, а также разработкой программ популяризации спортивной дисциплины для школьников общеобразовательных школ.

Использование данных целевых ориентиров позволит максимально раскрыть реабилитационно-социализирующий потенциал спорта слепых, привести к повышению спортивных результатов на международном уровне, что приведет к материальному стимулированию системы спортивной подготовки как в целом, так и каждого спортсмена в отдельности.

В третьей главе **«Обоснование разработки организационно-содержательного компонента реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения»** определены научно-методологические основания разработки организационно-содержательного компонента реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения и его формирования с опорой на индивидуально-нозологические особенности развития спортсменов со зрительной недостаточностью. Разработаны концептуальные положения организации реабилитационно-социализирующего процесса в спорте слепых и выявлены организационно-методические условия эффективной реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности. Концептуальные положения организации реабилитационно-социализирующего процесса в спорте слепых заключаются в следующем:

1. Структура и содержание реабилитационно-социализирующего потенциала у лиц с нарушением зрения отражают диалектическую взаимозависимость и целостность методологической, теоретической, методической и практической составляющих, обуславливающих создание сложной совокупной взаимосвязи компонентов - ценностных ориентаций, социально-значимых, личностно-развивающих интересов, знаний, умений, навыков и способностей.

В структуре определены компоненты реабилитации и структурные характеристики социализации, важные для определения реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения. Для определения уровня развития указанных параметров использует комплексный контроль уровня подготовленности, организация которого является необходимым условием управления в реализуемой структуре. Содержание методик комплексного контроля в системе спортивной подготовки лиц с нарушением зрения описано в последующих главах. Полученные результаты позволяют оперативно вносить корректировки в тренировочный процесс и соревновательную деятельность для повышения их эффективности и результативности. Подобное взаимодействие в реализации реабилитационно-социализирующего потенциала приведет к возможности контролировать уровень его развития в условиях исследуемой деятельности.

2. Ядром концептуальных положений является модель реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нару-

шением зрения, учитывающая ее особенности. При построении модели использован компонентный подход с распределением основных задач по целевому, содержательному, контрольно-оценочному и организационному компонентам, взаимодействие между которыми направлено на повышение эффективности использования реабилитационно-социализирующего потенциала и предусматривает создание системы замкнутого цикла для достижения максимального результата. Содержательное наполнение каждого компонента должно отражать актуальные потребности процесса реабилитации и социализации слепых и слабовидящих в системе спортивной деятельности. В целевом компоненте должны быть сформулированы цели и задачи предполагаемой работы для правильного формирования подходов, принципов и факторов, определяющих направление работы специалистов для решения поставленных задач. Комплексный контроль должен содержать оценку, максимально раскрывающую реабилитационно-социализирующий потенциал спортивной деятельности, которая организуется через различные уровни управления, включая федеральный, региональный и местный с формированием необходимых нормативно-правовых актов, регламентирующих спорт слепых.

3. Принципы реабилитационно-социализирующего потенциала формируются с учетом особенностей спортивной подготовки лиц с нарушением зрения. Базовыми принципами при организации системы спортивной подготовки спорта слепых являются принцип индивидуализации и принцип педагогического сопровождения процесса, использование которых направлено на учет индивидуально-нозологических особенностей спортсменов и требований избранной дисциплины.

При построении принципов, в данном случае, наиболее эффективным является комплексный подход. Комплексность подразумевает использование принципов из различных областей, оказывающих воздействие на успешность реализации реабилитационно-социализирующего процесса. Разработка принципов базируется на базовых принципах спортивной подготовки, принципах адаптивной физической культуры, принципах тифлопедагогики и принципах социологии физической культуры и спорта. Из принципов спортивной подготовки основными являются: принцип направленности к высшим достижениям, принцип углубленной специализации, принцип постепенности формирования нагрузок, принцип вариативности, принцип непрерывности и принцип цикличности. К принципам реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушениями зрения также можно отнести принцип формирования зрительного опыта и принцип развития осязательной деятельности, являющиеся базовыми принципами тифлопедагогики. Учет принципов адаптивной культуры, таких как принцип научности, принцип доступности, принцип диагностирования и принцип комплексной направленности, позволит описать рассматриваемое явление с учетом базовых подходов к спорту лиц с ограниченными возмож-

ностями здоровья. В свою очередь, необходимо также использование следующих принципов социологии физической культуры и спорта: принцип гуманистической направленности, принцип толерантности, принцип субъектности, принцип осознанности и принцип активной жизненной позиции. При этом, возможен перенос указанных принципов без дополнительных корректировок.

4. Факторы реабилитационно-социализирующего потенциала определяются межфакторными связями смежных дисциплин, вовлеченных в формирование и реализацию реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности. К числу факторных групп относятся:

- педагогические, характеризующие содержание, организацию и построение тренировочного процесса;
- психологические, определяемые изменяющимися условиями окружающей среды. К их числу относятся мотивация, восприятие, усвоение и отношение к тренировочной и соревновательной деятельности;
- социальные, описывающие условия социального окружения: статус, семья, окружение спортсмена.

Межфакторное взаимодействие определяет этапы реализации реабилитационно-социализирующего потенциала, основанные на постоянном определении успешности его реализации в спортивной деятельности лиц с нарушением зрения.

5. Построение реабилитационно-социализирующего процесса в спорте слепых должно учитывать последовательность этапов для эффективного использования определенных подходов, принципов и факторов смежных областей науки. Внесение оперативных корректировок в данный процесс позволит определить успешность проделанной работы на различных этапах и изменение задач с учетом особенностей спортивной дисциплины и индивидуально-нозологических характеристик лиц с нарушением зрения. Построение процесса должно включать следующие этапы: проектирование, формирование, реализация, внедрение, развитие. На каждом из этапов необходимо осуществлять контроль и корректировку выполняемых действий с возможностью обратной связи и постоянного взаимодействия.

Были определены основные направления организации спортивной подготовки слепых:

- совершенствование планирования системы спортивной подготовки с учетом индивидуально-нозологических характеристик спортсменов в тренировочных мероприятиях и соревновательной деятельности;
- разработка тренировочных программ, эффективно использующих особенности спортивных дисциплин для лиц с нарушением зрения;
- формирование модельных характеристик уровня подготовленности, объединенных различными нозологическими признаками;
- материально-техническое обеспечение, позволяющее максимально использовать сохранные анализаторы в тренировочном процессе;

– расширение комплексного контроля, направленного на выявление потенциала развития уровня подготовленности спортсменов с использованием современных информационно-технологических систем;

– совершенствование нормативно-правовых документов с целью оптимизации и объективизации построения системы спортивной подготовки на различных этапах и разработки оптимальных методов оценки и контроля состояния спортсменов спорта слепых;

– расширение антидопинговых образовательных программ, позволяющих своевременно сформировать у спортсменов отрицательное отношение к применению допинга в системе спортивной подготовки, а также повысить грамотность при употреблении разрешённых медицинских препаратов в любой из периодов подготовки с учетом квалификации спортсменов;

– постоянное повышение квалификации специалистов с использованием современных образовательных технологий.

Перечисленные направления позволили сформулировать принципы реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения, приоритетным из которых определен принцип индивидуализации. В числе обязательных также будет принцип педагогического сопровождения тренировочного процесса, предполагающий наличие педагогического компонента, оказывающего целесообразное и своевременное педагогическое влияние (рисунок 1).

В ходе обучающего эксперимента учитывалось, что организация мероприятий комплексного контроля позволяет своевременно оценивать нагрузку и оперативно вносить корректировки в планирование микроцикла. Организация комплексного контроля показала, что для повышения эффективности тренировочного процесса необходим непрерывный (круглогодичный) индивидуальный учет выполненных нагрузок, контроль средств и методов тренировочного процесса, оценка соответствия запланированной и выполненной нагрузки.

В ходе исследования выявлено, что существует определенное противоречие между пониманием необходимости активного включения лиц с нарушением зрения в спортивную деятельность и недостаточной проработанностью системы их спортивной подготовки: не используется полифакторность ее реабилитационного воздействия на социальное развитие слепых и слабовидящих спортсменов.



Рисунок 1 - Принципы реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения

С целью расширения реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушениями зрения оптимизирована программа развития в спорте слепых, уточнены Единая Всероссийская

спортивная классификация, Федеральные стандарты спортивной подготовки, разработаны Единая Всероссийская классификация судей в «спорте слепых», целевые комплексные программы подготовки спортсменов к Паралимпийским играм, критерии отбора спортсменов для включения их в состав сборной команды. Указанные документы прошли согласование в Федерации спорта слепых и утверждены Министерством спорта Российской Федерации. За период работы над диссертационным исследованием в ЕВСК было включено 2 новые спортивные дисциплины (самбо и настольный теннис), что еще больше расширило потенциал спортивной деятельности в реабилитации лиц, имеющих зрительные нарушения. Нами разработаны нормативные документы по каждой спортивной дисциплине.

Теоретико-методологические предпосылки реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортсменов со зрительной депривацией составили основу для разработки и внедрения усовершенствованной системы комплексного контроля, на которой и базируется экспериментальная часть исследования — апробация концептуальных положений, лежащих в основе научно-методологических подходов к решению заявленной проблемы.

В четвертой главе **«Научно-методологические подходы к реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения»** описан процесс разработки модели реабилитационно-социализирующих факторов и условий организации спортивной деятельности лиц с недостатками зрения, а также особенности ее практического применения для проектирования и реализации содержания спортивной подготовки в спорте слепых.

Для достижения целей исследования выбрана практико-ориентированная модель. Использование данного типа модели позволяет быстро оценить эффект реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения. Данная модель выполняет следующие функции:

- нормативную - представление в общем виде структурных элементов реабилитационно-социализирующих факторов и условий организации спортивной деятельности;
- интегративную – объединение практического, познавательного и ценностного опыта реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности;
- ориентировочную - формирование основы действий, направленных на реализацию реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения. Такая модель раскрывает предполагаемый вид деятельности и позволяет прогнозировать действия для эффективного решения поставленных задач.

Учитывая индивидуальные и нозологические характеристики спортсменов при разработке модели, мы выделили следующие этапы: первый этап - формулировка задач, направленных на определение факторов и условий



реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности; на втором этапе на основе разработанных ранее концептуальных положений была сконструирована модель, которая в максимальной степени соответствует системе спортивной подготовки слепых и слабовидящих. Данная модель отвечает целям реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения. Структура модели содержит все элементы, необходимые для эффективного управления деятельностью в спорте слепых.

Апробация модели осуществлялась в ходе педагогического эксперимента. Полученные результаты позволили подтвердить значимые характеристики модели:

- адекватность, отражающая возможность повышения реабилитационно-социализирующего потенциала путем внедрения разработанной модели;

- ингерентность - согласованность и сочетаемость модели с окружающей средой и спортивной подготовкой лиц с нарушением зрения.

Полученная в результате апробации усовершенствованная модель вошла в содержание концептуальных положений исследования.

Структура и содержание модели представлены на рисунке 2.

Основными элементами разработанной модели являются следующие компоненты: целевой, содержательный, контрольно-оценочный и организационный. Содержательный компонент, в свою очередь, разделен на два блока: теоретико-методологический и тренировочно-методический. Спроектированная модель является методологическим вектором проводимого исследования и определяет его стратегию.

Правильная постановка целей обуславливает разработку реабилитационно-социализирующего процесса в системе спортивной подготовки. Это диктует необходимость первоочередного внимания к грамотной формулировке целей с учетом всех основных факторов спортивной деятельности лиц с нарушением зрения. Целевые ориентиры должны опираться на потенциал спортсмена и выявленные особенности его психофизиологического развития, так как успешность реализации поставленных целей напрямую влияет на социализацию и самосознание спортсменов в условиях окружающей среды. Организация спортивной деятельности должна соответствовать нормативно-правовым документам, включая «Федеральный закон о физической культуре и спорте» и Федеральные стандарты спортивной подготовки.

Реализация реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц со зрительными нарушениями невозможна без многофакторного взаимодействия специалистов, работающих с данной категорией спортсменов.

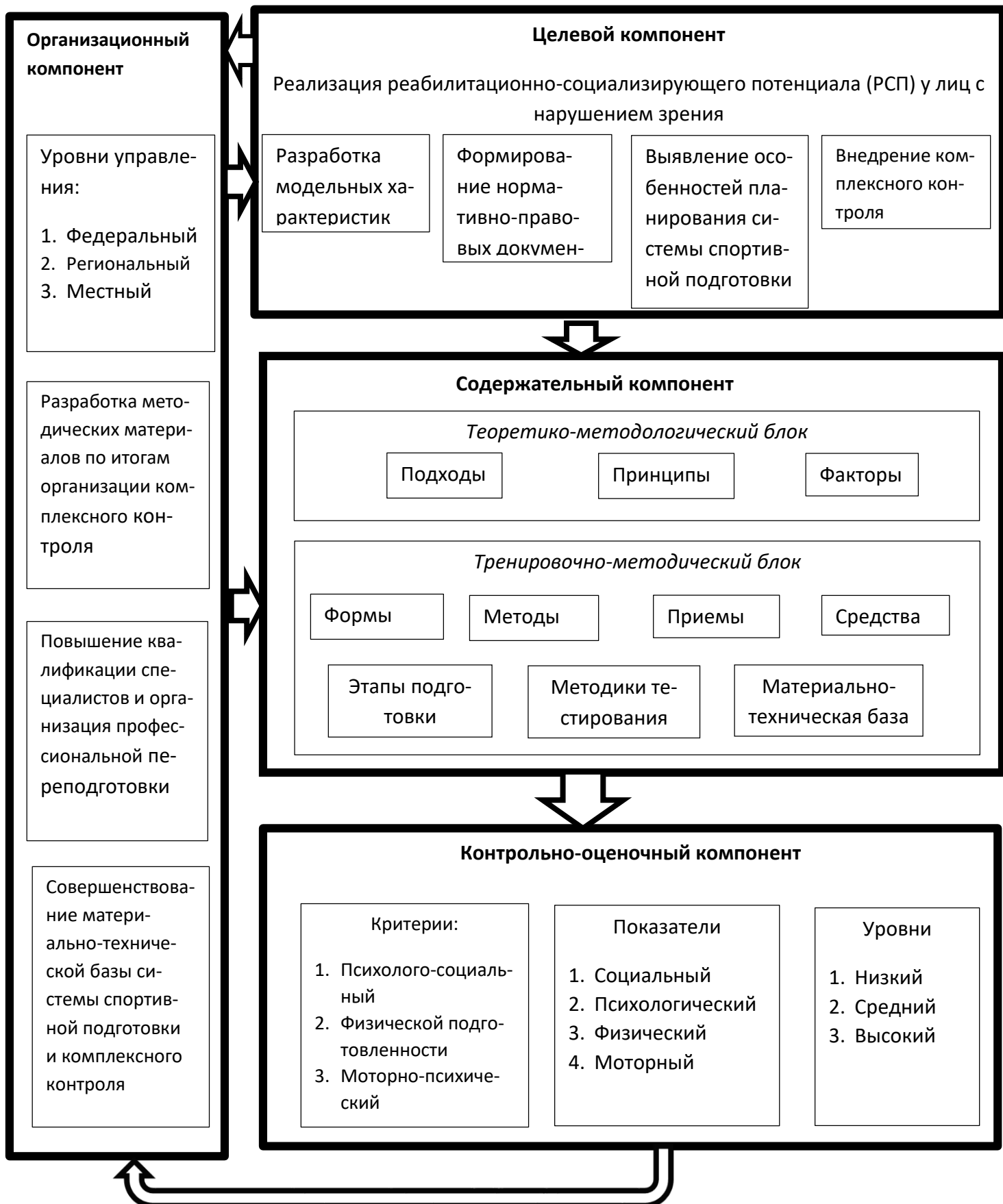


Рисунок 2 - Модель реабилитационно-социализирующих факторов и условий организации спортивной деятельности лиц с нарушением зрения

Любая система, и спортивная подготовка лиц с нарушением зрения в том числе, для обеспечения целостности и устойчивости своего развития нуждается в эффективном управлении, которое в разработанной нами модели осуществляется на различных уровнях взаимодействия. Например, на федеральном уровне формируются концепции развития, создаются центры спортивной подготовки, позволяющие существенно усилить прикладной характер системы. Спорт слепых в Российской Федерации управляется Федерацией спорта слепых при взаимодействии с Министерством спорта России, Паралимпийским комитетом России и ФГБУ «Центр спортивной подготовки сборных команд России». Так, на уровне Федерации спорта слепых решаются серьезные стратегические задачи, формируются предложения по включению новых спортивных дисциплин в ВРВС, совершенствуются правила спорта, разрабатываются нормативы и методические материалы для оценки уровня подготовленности спортсменов с нарушением зрения и организации комплексного контроля, позволяющие повысить эффективность тренировочного процесса на всех этапах подготовки.

На уровне региональных отделений Федерации спорта слепых обеспечивается внедрение инноваций в практику подготовки спортсменов, организуются обучающие семинары для специалистов, вовлеченных в подготовительный процесс. Важной задачей на региональном уровне функционирования модели является материально-техническое обеспечение не только процесса подготовки, но и всех сопутствующих процессов, так как необходимость сопровождения лиц с нарушением зрения намного шире, чем спортсменов в норме. Региональный уровень реализации модели реабилитационно-социализирующего потенциала также предполагает формирование обучающей среды, в которой различные спортивные дисциплины оснащаются специфической экипировкой и оборудованием. На местном уровне в первую очередь необходимо выделить значимость для реализуемой модели соответствия используемых методов требованиям организации спортивной деятельности согласно нормативно-правовым документам.

Взаимодействие всех компонентов авторской модели реализации реабилитационно-социализирующего потенциала, кроме контрольно-оценочного блока, является ее важной характеристикой. В процессе взаимодействия формируются устойчивые связи, направленные на совершенствование подготовленности спортсменов с нарушением зрения. Разделение содержательного компонента на блоки (теоретико-методологический и тренировочно-методический) также подразумевает их взаимодействие по вопросам наполнения тренировочного процесса в соответствии с современными научными подходами и принципами, опирающимися, в свою очередь, на специфические факторы, возникающие в работе со спортсменами, имеющими нарушения зрения.

Благодаря тому, что организационный компонент взаимосвязан со всеми перечисленными в авторской модели компонентами, создаются благоприятные условия для научной организации спортивной деятельности.

Структура модели реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности определяет ее стабильность и регулируемость в плане подчиненности и согласованности действий всех участников образовательного процесса.

Контрольно-оценочный компонент модели отражает процесс комплексного контроля, раскрывает механизм получения данных, характеризующих реабилитационно-социализирующий процесс, путем подбора адекватных критериев и показателей. Все полученные результаты могут быть распределены на три уровня (низкий, средний и высокий) для оперативного внесения корректировок в проектирование и реализацию спортивной подготовки. Благодаря контрольно-оценочному компоненту создаются условия для оперативного получения и анализа обратной связи, мониторинга динамики уровня подготовленности спортсменов с нарушением зрения. Оценивание происходит на основе разработанных критериев психолого-социального, моторно-психического компонентов двигательной деятельности с учетом уровня физической подготовленности спортсменов. Каждый критерий выявляет особенности той или иной характеристики, а также возможные изменения в исследуемом объекте. В то же время показателю свойственна более точная оценка, так как его основная функция заключается в определении уровня сформированности критерия при однозначной интерпретации полученного результата.

Необходимая достоверность обеспечивается использованием современных методик оценки, внедренных в практику научно-методического сопровождения паралимпийского спорта. По каждой спортивной дисциплине разработаны модельные характеристики уровня подготовленности, а также индивидуальные показатели, позволяющие разделить параметры оценки по трем уровням: низкий, средний и высокий. В работе со спортсменами, имеющими нарушения зрения, индивидуализированный подход является системообразующим, так как индивидуально-нозологические характеристики обуславливают существенные различия и не позволяют использовать групповые модельные характеристики. При этом оценивание может осуществляться с использованием технических средств и методов анкетирования. Контрольно-оценочный компонент соотносит поставленную в модели цель с теми результатами, которых достигли спортсмены в ходе тренировочного процесса. В итоге вся модель приобретает необходимую завершенность и логичность.

Применение экспериментальной модели помогло получить значимые научные результаты: установить новые корреляции и взаимоотношения, выявить реабилитационно-социализирующий потенциал спортивной деятельности лиц с нарушением зрения. Это способствовало определению целесообразности и особенностей внедрения разработанной нами модели в спорт слепых. Использование модели при проектировании и реализации содержа-

ния спортивной подготовки лиц с нарушением зрения позволило усовершенствовать данный процесс с позиции реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности.

Система спортивной подготовки в спорте слепых предусматривает рациональное распределение средств и методов тренировочных воздействий на этапах многолетнего и круглогодичного циклов. Для эффективной организации и построения тренировочного процесса спортивную подготовку на разных этапах нужно рассматривать с позиций целостности, поскольку только при системном подходе к планированию структурных подразделений появляется реальная возможность для его оптимизации, направленной на реализацию реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности.

Каждая спортивная дисциплина предъявляет свои требования к уровню подготовленности спортсмена и особенностям соревновательной деятельности. Спортивные дисциплины (дзюдо, голбол и настольный теннис) различаются по видам соревновательной деятельности (индивидуальный, командный) и по особенностям проведения турниров со ступенчатой системой квалификации. Структура многолетней подготовки спортсменов зависит от многих факторов, как общих, так и специфических для вида спорта и отдельных спортивных дисциплин. К общим факторам в спорте слепых относятся: закономерности становления различных сторон подготовленности спортсменов с поражением зрения; индивидуальные особенности спортсменов (возраст, пол, уровень подготовленности);

К специфическим факторам в каждой отдельной спортивной дисциплине мы отнесли структуру спортивной деятельности (рисунок 3), распределение максимального объема тренировочной нагрузки (таблица 1) содержание тренировочного процесса (таблица 2).

Календарь Всероссийских и международных соревнований составляется ежегодно, что требует особого внимания при планировании годичного цикла подготовки. В голболе и дзюдо система спортивной подготовки строится с учетом того, что основной старт проходит 1 раз в 4 года (Паралимпийские игры). Для успешной квалификации необходимо принимать участие в чемпионатах Европы (1 раз в 2 года) и чемпионате мира (1 раз в 4 года). В ежегодном календаре сборных команд России запланировано от трех до пяти международных соревнований. Для включения в основной и резервные списки сборной команды России необходимо успешно выступить на чемпионате России, который проводится ежегодно. Таким образом, план подготовки и комплексного контроля на год должен формироваться заранее с учетом задач, поставленных для спортсмена (команды) в годичном цикле подготовки. Определено, что основным для дисциплин, включенных в программу Паралимпийских игр, является четырехлетний цикл подготовки с учетом периодичности квалификационных стартов. Таким образом, в исследуемых дисциплинах спорта слепых целесообразным является построение годичной тренировки с использованием двухциклового типа, что

связано с наличием двух крупных соревнований в календаре подготовки (весна-осень). В данном случае продолжительность макроциклов будет различаться между собой. Основной задачей в первом макроцикле станет подготовка комплексной направленности перед менее ответственными соревнованиями. Во втором макроцикле проводится подготовка к основным соревнованиям с постановкой конкретных задач по результатам комплексного контроля. Настольный теннис на данный момент не входит в программу Паралимпийских игр. В связи с этим основной старт (чемпионат мира) проводится 1 раз в 2 года, чемпионаты Европы — ежегодно. Чемпионат России по настольному теннису проводится в 1 этап 1 раз в году. Для участия в чемпионате России спортсмен должен выполнить квалификационные нормативы на региональных чемпионатах, предшествующих главному старту.



Рисунок 3 – Структура спортивной деятельности лиц с нарушением зрения

Соревновательный период определялся календарём официальных соревнований и представлял собой короткие отрезки продолжительностью до двух недель. В голболе основные старты продолжаются от пяти до семи дней и включают до семи игр. Особенностью дзюдо в спорте слепых является большая плотность соревновательной деятельности: турнир в одной весовой категории проходит в течение одного дня. В данном случае спортсмен должен быть готов к максимальному проявлению физических способностей в короткий промежуток времени (до пяти схваток в день). В настольном теннисе соревнования продолжаются 3-4 дня с плотностью игр до трех в день.

Таблица 1 – Распределение максимального объема тренировочной нагрузки в паралимпийском цикле для сборной команды России по голболу

	Показатели	Первый год	Второй год	Третий год	Четвертый год*
1.	Количество тренировочных дней	215	230	245	205
2.	Количество тренировочных занятий	386	462	490	410
3.	Количество часов тренировочных занятий	1158	1388	1472	1240
4.	Количество соревновательных дней	10	23	32	32
5.	Количество соревнований	3	5	8	8

\* – до начала Паралимпийских игр.

Указанные факторы определили продолжительность многолетней подготовки, основные этапы (макро-, мезо- и микроциклы) и целевые ориентиры (время достижения высших спортивных результатов). При организации системы спортивной подготовки постоянно контролировались тенденции развития спортивных дисциплин, изменения в правилах и особенности оценки соревновательной деятельности. Возрастные границы не были определяющими в ходе обучающего эксперимента. Это связано с тем, что Федеральными стандартами спортивной подготовки предусмотрены только минимальные возрастные ограничения для зачисления на этапы спортивной подготовки лиц с нарушением зрения. Мы исходили из того, что особенности паралимпийского спорта связаны с возможностью привлечения спортсменов разного возраста с учетом специфики поражения зрения и медицинских противопоказаний и ограничений. В обучающем эксперименте уделялось внимание выделению периодов наиболее напряженной тренировки, направленных на достижение высокого спортивного результата без определения зон оптимального возраста.

Таблица 2 – Содержание тренировочного процесса в паралимпийском цикле для сборной команды России по голболу

№	Показатели	Первый год	Второй год	Третий год	Четвертый год*
1.	Спортивный результат (достижения на основных соревнованиях)	ЧЕ 1-3 место	ЧМ 1-3 место	ЧЕ 1-3 место	ПИ 1-3 место
2.	Общая физическая подготовка (часы)	200	240	240	200
3.	Специальная физическая подготовка (часы)	380	460	480	420
4.	Техническая подготовка (часы)	250	300	308	270
5.	Тактическая подготовка (часы)	180	204	224	190
6.	Психологическая подготовка, восстановительные мероприятия (объем)	108	140	170	125
7.	Теоретическая подготовка (часы)	40	44	50	35

\* – до начала Паралимпийских игр. Условные обозначения: ЧЕ – чемпионат Европы, ЧМ – Чемпионат Мира, ПИ – Паралимпийские игры.

Проводя эксперимент, мы имели в виду, что несмотря на омоложение спорта слепых и постоянное повышение спортивных результатов, специфической особенностью является отсутствие спортивного резерва высокого уровня подготовленности. Это обуславливает особый подход к участию опытных и возрастных спортсменов в крупнейших соревнованиях без снижения уровня соревновательной деятельности. Тот факт, что многие спортсмены успешно выступают на протяжении 10–15 лет, выдвигает особые требования к планированию тренировочных нагрузок. Возрастное развитие таких спортсменов под влиянием тренировочных нагрузок должно постоянно находиться под комплексным контролем. Период спортивной подготовки в паралимпийских видах спорта от новичка до мастера спорта международного класса необходимо рассматривать с позиций целостности, поскольку только системный подход к планированию тренировочного процесса позволяет оптимизировать его.



Комплексный контроль на различных этапах подготовки позволил разработать предложения по распределению нагрузок в исследуемых спортивных дисциплинах. Эти предложения вошли в усовершенствованные Федеральные стандарты спортивной подготовки в спорте слепых.

Предложенная нами модель обобщила педагогические наработки в системе спортивной подготовки спорта слепых и определила возможность внедрения инновационных подходов и современных информационных технологий, направленных на использование факторов и условий реабилитационно-социализирующего процесса.

В пятой главе **«Опытно-экспериментальная работа по реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения»** описаны организация, содержание и результаты работы по реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения; выявлен комплекс условий эффективности организации спортивной подготовки, направленной на повышение реабилитационно-социализирующего потенциала с оценкой успешности реабилитации средствами спортивной подготовки.

Опытно-экспериментальная работа была направлена на разработку модельных характеристик подготовленности лиц с нарушением зрения и выявление нормативов, прогнозирующих успешность реализации реабилитационно-социализирующего потенциала. Определение резервов для достижения необходимого результата позволило наметить оптимальные пути совершенствования уровня подготовленности с учетом индивидуально-физиологических особенностей каждого спортсмена, в отдельности, и спортсменов с нарушением зрения, в целом. Установлено, что индивидуальный подход к разработке тренировочных программ наиболее результативен по сравнению с использованием общих моделей подготовленности. Важным элементом спортивной деятельности является прогнозирование развития уровня подготовленности, которое учитывает все факторы, влияющие на результативность соревновательной деятельности, включая функциональные особенности слепых и слабовидящих.

Разработка модельных характеристик базировалась на нормативно-правовых документах спорта слепых, формирование и корректировка которых является необходимым условием совершенствования системы спортивной подготовки. Установлено, что эффективная организация спортивной деятельности должна опираться на результаты комплексных научных групп. В спорте слепых комплексный контроль ежегодно совершенствуется на основе исследовательских данных, предусматривающих оценку динамики функционального состояния с учетом успешности социализации и реабилитации.

Использование комплексного контроля и научных принципов для поддержания непрерывности спортивной подготовки ведет к наполнению тренировочных программ элементами, которые требуются для поддержания круглогодичной многолетней подготовки.

Применение принципа индивидуализации в спорте слепых основано на необходимости подбора средств и методов тренировочной работы с учетом особенностей двигательного развития лиц с нарушением зрения. Достижение наивысшего результата возможно при условии определения взаимного ограничения двигательных действий, при котором развитие некоторых способностей негативно отражается на развитии других двигательных способностей. Специалистам, планирующим подготовку, направленную на повышение спортивных результатов лиц со зрительной депривацией, необходимо опираться на комплексную оценку структуры двигательной деятельности при различном вкладе зрительного анализатора в выполнение основного соревновательного упражнения.

Комплексный контроль в спорте высших достижений лиц с нарушением зрения в первую очередь должен предполагать объективную оценку специальной подготовленности в избранной спортивной дисциплине, проявляющуюся при выполнении основного соревновательного упражнения. Одним из главных условий эффективной организации комплексного педагогического контроля является постоянный поиск современных методов, подтвердивший эффективность в схожих спортивных дисциплинах. Это, прежде всего, поиск условий эффективной организации деятельности в спорте слепых с учетом особенностей физиологического, психологического, социального обеспечения двигательных действий. Планирование физических нагрузок спортсменов в спорте слепых необходимо базировать на принципах индивидуализации и регулярности мероприятий комплексного педагогического контроля.

Нами выявлено, что система контроля в спорте слепых включает получение, обработку и интерпретацию различных показателей с целью определения уровня подготовленности спортсмена. В спорте лиц с нарушением зрения к спортсмену как объекту управления применяется ряд параметров и характеристик, отражающих: антропометрические особенности, морфологический статус; уровень подготовленности. Следовательно, в целях персонализации тренировочного процесса в основе управления им лежит ориентация на комплексный подход, который включает: педагогический контроль; антропометрический контроль; функциональный контроль.

Необходимость комплексного контроля определяется тем, что при оценке эффективности тренировочного процесса невозможно опираться на какой-либо один показатель развития уровня подготовленности. Это подтверждает необходимость оценивать различные состояния спортсмена с нарушением зрения и динамику изменения этих состояний в зависимости от этапа подготовки и индивидуально-физиологических особенностей спортсмена. При оценке важно учитывать условия окружающей среды и различные параметры, характеризующие спортивную деятельность. Реализованный в ходе экспериментального исследования подход показал свою эффективность при управлении тренировочным процессом в спорте слепых.

Для эффективной работы в современной системе спортивной подготовки лиц с недостатками зрения требуется постоянное повышение квалификации и профессиональной переподготовки специалистов в области адаптивной физической культуры. Одним из методов повышения квалификации является психологический тренинг, в котором могут принимать участие как специалисты, так и спортсмены.

Для повышения квалификации специалистов, работающих в спорте слепых, нами разработан курс «Методические аспекты и технологии спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья». В процессе его слушатели курсов (учителя адаптивной физической культуры, тренеры, инструкторы по физической культуре и другие специалисты) знакомятся с современными представлениями о стратегии физической культуры лиц с ОВЗ, включая людей с нарушением зрения, актуальными направлениями физического развития, а также с практикой инновационной деятельности в области адаптивной физической культуры. Это содействует формированию у слушателей широкого профессионального мировоззрения. Знания, полученные при изучении курса, позволяют ориентироваться в многообразии различных комплексов оценки подготовленности и научных технологий, правильно подбирать средства для проведения мероприятий научно-методического сопровождения с учетом индивидуальных особенностей и нозологии занимающихся.

Образовательные модули программы повышения квалификации:

Модуль 1 — «Паралимпийское движение — основное направление развития адаптивного спорта. Виды спорта в паралимпийском движении».

Модуль 2 — «Система подготовки спортсменов с ограниченными возможностями здоровья в адаптивном спорте».

Модуль 3 — «Особенности научно-методического сопровождения в адаптивном спорте».

Модуль 4 — «Инновационные методики оценки уровня подготовленности спортсменов с ограниченными возможностями здоровья».

Эффективная организация процесса реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения требует привлечения всех уровней управления (рисунок 4). Под структурой управления понимается определённая взаимосвязь, взаиморасположение основных его элементов для получения информации о подготовленности спортсменов и формирования рекомендаций для спорта слепых. Требования к содержанию управления спортивной деятельностью должны быть направлены на конкретизацию существенных и отличительных признаков методик, используемых в научно-методическом сопровождении. Эти понятия в совокупности позволят раскрыть основные принципы организации процесса и поочередную систему их разработки.

В процессе реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения наибольшее применение нашли следующие комплексы тестирования:

– компьютеризированный унифицированный комплекс оценки уровня подготовленности спортсмена, разработанный для оперативной оценки психомоторных и сенсорно-перцептивных показателей двигательной деятельности при обработке данных о различных проявлениях быстроты, точности и силы, отражающих особенности развития физического и психологического состояния лиц с нарушением зрения;

– система оценки особенностей функционирования сердечно-сосудистой системы во время тренировочной и соревновательной деятельности слепых и слабовидящих спортсменов. Результаты исследований позволяют формулировать заключения и рекомендации по переносимости организмом спортсмена физических нагрузок с учетом оценки уровня восстановления. Это позволяет своевременно выявить резервы физической подготовленности в различных зонах тренировочной работы;

– высококачественная цифровая видеокамера, штативы, оборудование для контроля и дистанционного управления видеозаписью, система ввода и систематизации видеоинформации в компьютере, оригинальные программы для обработки и анализа данных. Постоянное использование такого инструментария дает возможность оперативно вносить в тренировочный процесс необходимые коррективы;

– прибор для измерения кожно-гальванической реакции в режиме реального времени, позволяющий охарактеризовать уровень психоэмоциональной напряженности спортсменов и их способности к саморегуляции.

При разработке тренировочно-методического блока учитывалось современное развитие технического обеспечения системы спортивной подготовки для оперативного внесения изменений в методики тестирования с учетом материально-технической базы в различных спортивных дисциплинах. Подбор комплекса тестирования осуществлялся с учетом индивидуального развития, пола и уровня подготовленности спортсмена с нарушением зрения. В случае невозможности выполнения теста подбирались похожие, по оценке проявления физических качеств испытания. На основании полученных результатов формировалась база данных индивидуальных достижений и модельные характеристики, свойственные для спортивной дисциплины. Модельные характеристики в дальнейшем использовались в подготовке спортивного резерва спорта слепых.

Общая физическая подготовка спортсменов с нарушением зрения осуществляется с использованием закономерностей переноса тренировочного эффекта с подготовительных упражнений на основные. В качестве подготовительных предлагаются самые разные упражнения, развивающие скорость, гибкость, силу и ловкость.

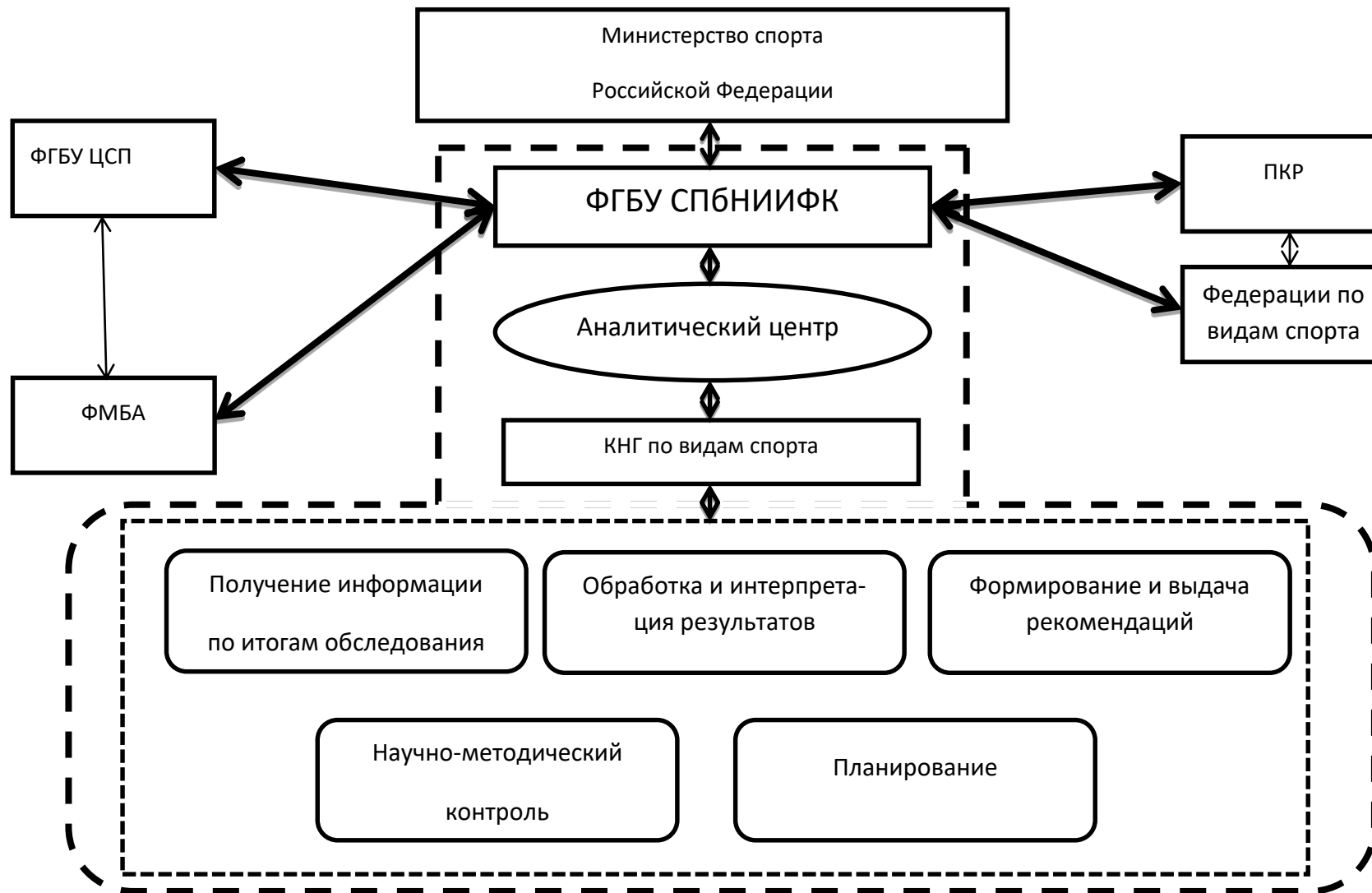


Рисунок 4 – Укрупненная схема структуры управления спортивной деятельностью в спорте слепых

Реализация реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения предусматривает усвоение не только объема знаний, двигательных умений и навыков, но и развитие мышления спортсменов на основе формирования умственных действий посредством анализа, синтеза, оценки обстановки, принятия решений на основе данных о соперниках, а также оценки своих возможностей.

Анализ мероприятий по реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения выявил необходимость формирования у спортсменов полного арсенала технико-тактических действий с обязательным использованием результатов комплексного контроля по определению уровня подготовленности и других условий, требующих максимального изучения для применения их в соревновательной деятельности.

Указанные требования актуализировали разработку и практическое применение методик совершенствования распределенного внимания в спорте слепых. В системе комплексного контроля проведена апробация методики совершенствования сложно-координационной двигательной деятельности в условиях распределенного внимания с использованием инновационного технологического комплекса СИГВЕТ-РИТМ. Этот прибор позволил проводить тренировку координации под контролем сенсорно-перцептивной системы обеспечения двигательных действий у спортсменов с нарушением зрения. Программно-аппаратный комплекс СИГВЕТ-РИТМ предназначен для проведения психофизиологической диагностики при воздействии внутренних и внешних факторов на организм человека, а также тренировки процессов внимания и тонкой моторики, значимых для спортивной деятельности лиц с нарушением зрения.

Применение развивающих игр и методик совершенствования психофизиологического обеспечения двигательных действий в условиях распределенного внимания соревновательной деятельности активизирует мозговую работу спортсменов с направленным формированием моторной и сенсорной координации движений при невозможности полноценного использования зрительного анализатора. Использование программно-аппаратного комплекса СИГВЕТ-РИТМ позволяет установить скорость реакции на раздражитель и существенно помогает спортсменам с нарушением зрения, для которых основным инструментом восприятия в соревновательном процессе является слух. Подбор заданий осуществлялся для коррекции и развития нарушенных функций, имеющих важное значение при обучении двигательным действиям в спортивной деятельности. Использование комплекса позволяет воздействовать на механизмы тонкой моторики, памяти, распределения внимания и способности анализировать изменения условий окружающей среды. Все указанные механизмы являются основой для реализации реабилитационно-социализирующего потенциала в практике спортивной подготовки спортсменов с нарушением зрения.

Для работы в командных видах спорта предложено модифицированное программное обеспечение к программно-аппаратному комплексу СИГВЕТ-

КОМАНДА, которое позволяет контролировать эффективность совместных моторных действий по звуковому сигналу.

Оценка психофизиологической совместимости в гольболе осуществляется следующим образом:

- члены команды берут в руки кистевые эспандеры со встроенными датчиками, которые позволяют проследить развитие усилий;

- программа рисует на экране движущуюся линию, что сопровождается изменением громкости звукового тона в левом канале наушников;

- при жиме эспандера меняется громкость звукового тона в правом канале наушников и высота подъема линии;

- в режиме тренировки (производится индивидуально) задача заключается в дозированном жиме эспандера таким образом, чтобы громкость звуковых тонов сравнялась. Данный режим также позволяет проводить тренировки по улучшению слухо-моторных реакций (аналог зрительно-моторных реакций), что позволяет оптимизировать дозирование мышечных усилий при сложно-координационной деятельности;

- в режиме оценки (проводится в группе) усилия от всех эспандеров суммируются (при этом спортсмены воспринимают только коллективный результат работы);

- в режиме анализа оцениваются качественно-количественные характеристики индивидуального вклада в коллективную работу по темпо-ритмическим показателям, усилиям, подвижности.

Описанный методический прием позволяет повысить эффективность (согласованность) совместных действий спортивной команды.

В период проведения исследования разработаны устройство для оценки миоэлектрических показателей (патент на полезную модель №194364) и программа оценки миоэлектрических показателей работы мышц плеча (свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ № 2019666400). Данные разработки позволяют регистрировать степень напряжения мышц при двигательных актах. При этом тензометрические датчики крепятся при помощи эластичной ленты на поверхности кожи и оценивают динамику силы давления сокращающихся мышц. Исследования показали, что имеют место существенные различия в параметрах сократительной активности мышц в зависимости от индивидуально-физиологических особенностей спортсмена. Выявляется также асинхронность сокращения мышц правой и левой руки, что может свидетельствовать о наличии спастических проявлений. Проведенные опытно-экспериментальные исследования вносят существенный вклад в оптимизацию тренировочного процесса в спорте слепых. При необходимости конструкция устройства для регистрации усилия изучаемых групп мышц может быть изменена, что позволит оценивать, например, синхронность включения мышечных групп справа и слева при выполнении соревновательного упражнения. Устройство представляет собой набор плоских тензометрических датчиков, которые подключены к преобразующему блоку для

обеспечения возможности ввода получаемых сигналов в персональный компьютер. В то же время применение устройства в режиме обратной связи позволит проводить тренировки под визуальным контролем, так как выполнение движений сопряжено с растягиванием кожи и давлением на отдельные ее участки, поэтому кожные реакции могут оказать помощь в процессе анализа движений. Эта функциональная связь является физиологической основой комплексного кинестетического анализа движений, при котором импульсы кожных рецепторов дополняют мышечную проприоцептивную чувствительность.

В результате исследований определены уровни общей и специальной физической подготовленности спортсменов высокого класса в исследуемых спортивных дисциплинах. Проведена оценка соревновательной деятельности на крупнейших всероссийских и международных соревнованиях, включая чемпионаты мира и Европы.

Анализ соревновательной деятельности в исследуемых спортивных дисциплинах спорта слепых свидетельствует об увеличении полезных технико-тактических действий, а также о повышении результативности выступлений сборных команд России. Это подтверждают протоколы соревнований с участием паралимпийской женской сборной России по голболу, в полном составе принимавшей участие в нашем исследовании. С момента внедрения комплексного контроля и начала реализации реабилитационно-социализирующих мероприятий в 2011 году спортсменки показывают очень высокие результаты. За прошедший период они стали двукратными чемпионками Европы (2013 и 2017 годы), чемпионками мира (2018 год). Следует учесть, что до 2011 года спортсменки из России никогда не входили в пятерку лучших на крупных международных соревнованиях. По итогам выступлений сборную России дважды отобрали для участия на Паралимпийских играх. Существенно возросли жизненный статус и социальная активность спортсменок после достижения высоких результатов соревновательной деятельности, они трудоустроены на ставки «спортсмен-инструктор по адаптивной физической культуре» в регионах проживания, получают ежемесячные стипендии от ФГБУ «Центр спортивной подготовки сборных команд России» как члены основного состава сборной команды России по спорту слепых. Возросшие социальный статус и самооценка позволили всем участницам эксперимента поступить в высшие учебные заведения различной направленности, что открыло новые возможности трудоустройства после окончания спортивной карьеры. По сравнению с констатирующим экспериментом все спортсменки стали профессионально заниматься спортом, используя современные методики тренировочных занятий и оценки уровня физической и технико-тактической подготовленности.

Спортсменки паралимпийской сборной команды России по дзюдо также успешно выступают на международных соревнованиях. После начала реализации реабилитационно-социализирующих мероприятий ими завоеваны медали на чемпионатах мира и Европы, выполнены квалификационные требования для участия в Паралимпийских играх 2012 и 2016 годов. Однако, участие в играх 2016 года стало невозможным ввиду отстранения Паралимпийского комитета России.



Настольный теннис (международное название - Шоудаун) находится на начальной стадии развития в России и в других странах. Наши спортсмены впервые приняли участие в чемпионате мира 2019 года в Италии. Во время квалификационных соревнований одержаны победы над представителями первой «десятки» мирового рейтинга, что позволяет рассчитывать на успешное выступление в ближайшие годы. Уровень конкуренции в России постоянно растет, количество спортсменов, выступающих на чемпионатах России ежегодно увеличивается.

Для оценки объективности и информативности результатов был проведен факторный и корреляционный анализ уровня общей физической подготовленности в голболе и дзюдо, который выявил несильную линейную зависимость в голболе между результатами бега на 1500 метров и разгибанием ноги в положении стоя на одной ноге (в коленном суставе), а в дзюдо между подъемом ног из виса на перекладине и прыжком в длину.

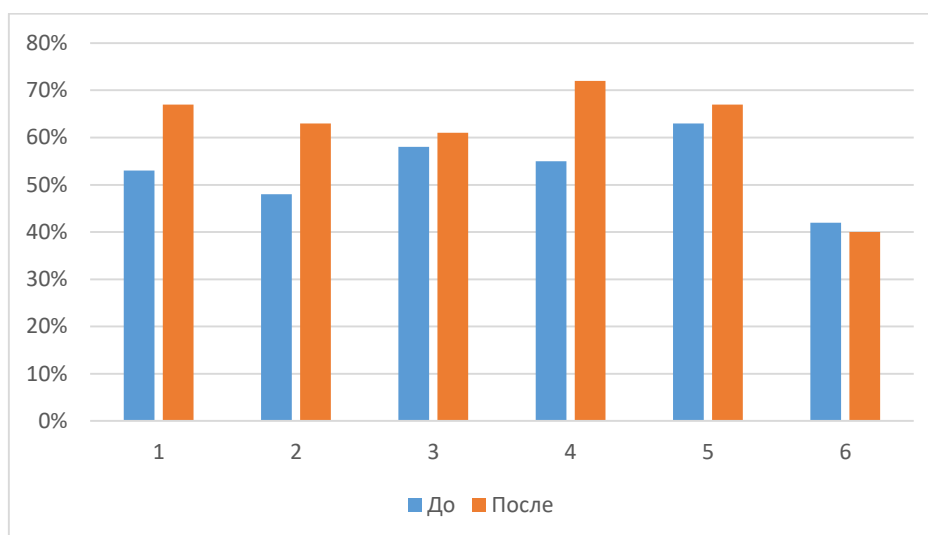
Анализ показал наличие зависимости более  $r = 0,5$  в дзюдо между подъемом ног из виса на перекладине и прыжком в длину ( $r = 0,531$  и  $r = 0,530$  соответственно). Показатель модуля корреляционных коэффициентов по другим параметрам значительно ниже единицы, но не выше  $r = 0,35$ , линейная зависимость между остальными показателями не выявлена. Корреляционный анализ выявляет особенности реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения и определяет подходы к эффективному формированию программ спортивной подготовки.

Также был осуществлен факторный анализ результатов моторно-психического обеспечения двигательной деятельности спортсменов всех исследуемых дисциплин. Полученные данные отражают факторную нагрузку (71,6% дисперсии) у спортсменов в зависимости от спортивной дисциплины. В первом факторе (28,4% дисперсии) выделяются следующие показатели с наибольшими факторными весами: реакция на время, линейная величина, теппинг-тест (50%) и динамометрия (50%). Эти результаты свидетельствуют о необходимости комплексного воздействия на спортсменов с нарушением зрения с основным упором на развитие восприятия пространства и времени. Во втором факторе (22,6% дисперсии) выделяются теппинг-тест (максимальный) и динамометрия (максимальный). В дальнейшем его можно описывать, как скоростно-силовой фактор. В третьем факторе (20,6% дисперсии) выделены время изолированной реакции и теппинг-тест (максимальный), характеризующие способность спортсмена к выполнению скоростных действий. Факторный анализ выявил весомые показатели, оказывающие существенное влияние на повышение эффективности системы спортивной подготовки.

Для проверки успешности реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности использовался опросник социально-психологической адаптированности (шкала СПА), разработанный Роджерсом К. и Даймондом Р. в адаптированном варианте, предложенным Осницким А.К. Опросник выявляет степень адаптированности/дезадаптированности в системе межличностных отношений с выделением оснований дезадаптации

в виде разнообразных факторов. По результатам исследования также выявляется область позитивных проявлений, которые могут стать опорой при организации тренировочных мероприятий с учетом индивидуальных особенностей спортсмена с нарушением зрения и реализации субъектно-объектной деятельности человека.

Поскольку осуществляемые мероприятия предопределяют эффективность процесса социализации, ожидаемые эффекты должны касаться изменения уровня физической подготовленности и спортивного результата, а также повышения социального статуса и формирования личностных характеристик спортсменов с нарушением зрения. Среди них выделены следующие интегральные показатели: адаптация, самопринятие, принятие других, эмоциональная комфортность, интернальность, стремление к доминированию. Показатели социализированности личности получены на выборке из 45 спортсменов паралимпийских сборных команд спорта слепых (голбол, дзюдо и настольный теннис), участвовавших во всех этапах исследования, в период 2010–2018 годов. Диагностика проводилась в начале периода реализации модели и по окончании эксперимента. Обратим внимание на то, что прирост шкалы эмоциональной комфортности показал наивысший результат с  $55 \pm 8$  до  $72 \pm 5$  процентов ( $p < 0,01$ ), шкалы самопринятия с  $48 \pm 8$  до  $63 \pm 7$  процентов ( $p < 0,01$ ) и адаптации с  $53 \pm 4$  до  $66 \pm 6$  процентов ( $p < 0,01$ ). Это может быть объяснено тем, что повышение спортивного результата привело к самопринятию личности и к смене целевых установок и ориентиров, что подтверждается результатами анкетирования в ходе констатирующего эксперимента (рисунок 5).



1. Адаптация. 2. Самопринятие. 3. Принятие других. 4. Эмоциональная комфортность.
5. Интернальность. 6. Стремление к доминированию

Рисунок 5 – Уровень развития социально-психологической адаптированности до и после мероприятий по реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности (% от максимального количества баллов)

Ведущим фактором при организации тренировочной работы со спортсменами-паралимпийцами является то, что у них уменьшается стремление к доминированию с  $42 \pm 2$  до  $40 \pm 4$  процентов ( $p < 0,05$ ). В общем спортсмены-паралимпийцы, участвовавшие в реабилитационно-социализирующих мероприятиях, стали чувствовать себя более адаптированными, способными к принятию себя и окружающей среды, улучшили уровень своей эмоциональной комфортности. Такой комплекс изменений создает благоприятные предпосылки для повышения эффективности тренировочной деятельности и результативности соревновательной деятельности, позволяет лучше оценивать и контролировать уровень воздействия на организм физической нагрузки на повышенном эмоциональном фоне, что является важным критерием реабилитационно-социализирующего потенциала любого вида деятельности для лиц с нарушением зрения, включая спортивную деятельность.

На федеральном и региональном уровне управления системой спортивной подготовки созданы условия для ее финансирования и обеспечения экипировкой и инвентарем спортсменов с нарушением зрения. Это стало возможным после разработки и корректировки федеральных стандартов спортивной подготовки и внесения дополнений в регламентирующие ее документы.

В заключении обобщены результаты исследования, представлены основные выводы и перспективные направления дальнейшего исследования.

Приложения содержат материалы анкетирования, программно-методические материалы.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Результаты проведенного исследования позволили сформулировать следующие **выводы**.

1. Эффективность реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения зависит от особенностей формирования системы спортивной подготовки с учетом комплекса педагогических, психологических и социальных факторов возможности восстановления нарушенных функций, а также индивидуальных и нозологических особенностей спортсмена.

2. Социализация в спортивной деятельности лиц с нарушением зрения определяется как совокупность социальных и психологических процессов, которые позволяют спортсмену с ограниченными возможностями здоровья усваивать систему знаний, норм и ценностей, позволяющих ему функционировать в качестве полноправного члена общества. При этом реабилитационные мероприятия в спортивной деятельности должны рассматриваться с позиций мультидисциплинарного подхода и представлять многоаспектный процесс, интегрирующий различные научные и практические исследования для выявления подходов к реабилитации в контексте взаимодействия общества со спортсменом с ограниченными возможностями здоровья.

3. Формирование основных принципов спортивной деятельности лиц с нарушением зрения базируется на индивидуальном подходе в спортивной деятельности с учетом нозологических особенностей. Структура спортивной деятельности в голболе и дзюдо характеризуется тем, что основной старт проходит 1 раз в 4 года (Паралимпийские игры). Для успешной квалификации необходимо принимать участие в чемпионатах Европы (1 раз в 2 года) и чемпионате мира (1 раз в 4 года). В ежегодном календаре сборных команд России запланировано от трех до пяти международных соревнований. Настольный теннис на данный момент не входит в программу Паралимпийских игр. В связи с этим основной старт (чемпионат мира) проводится 1 раз в 2 года, чемпионаты Европы-ежегодно. Чемпионат России по настольному теннису проводится в 1 этап 1 раз в году. При этом отсутствие учета реабилитационно-социализирующего потенциала снижает ее эффективность при построении тренировочного процесса. Необходим поиск и разработка новых методологических подходов к реализации данного потенциала, в основе которого лежит всесторонний анализ спортивной деятельности для обеспечения повышения результативности.

4. Нормативные документы по организации спортивной деятельности лиц с нарушением зрения недостаточно используют реализацию реабилитационно-социализирующего потенциала, в основе большинства из них используются принципы адаптивной физической культуры и спортивной тренировки без учета теоретико-методологических подходов к организации процесса реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения. Это указывает на необходимость разработки научно-методического обеспечения данного процесса.

5. Методологическая основа реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения опирается на взаимообусловленность системно-функционального, личностно-деятельностного, дифференцированного, технологического подходов, позволяющих сформировать качественные характеристики реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности. Алгоритм системно-функционального подхода к организации исследования определяет состав компонентов реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения, обеспечивающих целостность его структуры. Личностно-деятельностный подход позволяет сформировать вектор реализации, направленный на социализацию личности спортсмена через совершенствование реабилитационных мероприятий в спортивной деятельности лиц с нарушением зрения. Дифференцированный подход направлен на выделение индивидуализации в тренировочном процессе и повышение уровня подготовленности каждого спортсмена с сохранением высокой мотивации в избранной спортивной дисциплине. Использование технологического подхода направлено на внедрение инновационных технологий в комплексном контроле системы спортивной подготовки.

6. Проектирование модели реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения включает в себя рассмотрение процесса реализации как целостной системы, содержащей целевые установки:

- определение условий и факторов реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности;
- проектирование модели реабилитационно-социализирующих факторов и условий организации спортивной деятельности;
- определение основных структурных компонентов процесса реализации и определение их содержания;
- обоснование критериев реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения.

7. Основами проектирования модели реабилитационно-социализирующих факторов и условий организации спортивной деятельности лиц с нарушением зрения являются: потребности общества, профессиональные и личностные потребности лиц с нарушением зрения, практический опыт системы спортивной подготовки в области реализации потенциала реабилитации и социализации инвалида; повышающиеся требования к качеству профессиональной подготовки специалиста в области адаптивной физической культуры; теоретические подходы к реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения.

8. Построение модели использует компонентный подход с распределением основных задач по целевому, содержательному, контрольно-оценочному и организационному компоненту. Взаимодействие между компонентами должно быть направлено на повышение эффективности использования рассматриваемого потенциала и предусматривает создание системы замкнутого цикла для достижения максимального результата.

9. Модель реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения как научно-теоретическое структурирование системы спортивной подготовки включает в себя: целевой компонент, определяющий ее основные цели и задачи; содержательный компонент, включающий теоретико-методологический блок, характеризующий методологические подходы (системный, личностно-деятельностный, индивидуально-типологический), принципы (целеполагания, научности, непрерывности, систематичности, самореализации) и факторы ее реализации и тренировочно-методический блок, включающий используемые формы организации тренировочного процесса, методы, средства и приемы обучения, а также этапы подготовки, методики тестирования и материально-техническую базу; контрольно-оценочный компонент, обуславливающий критерии оценки, уровни сформированности исследуемых показателей для применения педагогических условий, направленных на повышение эффективности данного процесса и оцениваемые показатели.

10. Последовательная реализация компонентов модели реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц

с нарушением зрения с использованием элементов обратной связи для повышения эффективности тренировочного процесса и результативности соревновательной деятельности, включает совершенствование физической, технической и тактической подготовленности спортсменов с нарушением зрения с учетом особенностей спортивной дисциплины. Мероприятия комплексного контроля строятся так, что они формируются с учетом индивидуальных особенностей и позволяют оперативно вносить изменения в систему спортивной подготовки спорта слепых.

11. Результативность реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности подтверждается полученными экспериментальными данными. По всем показателям выявлен высокий уровень функциональной подготовленности у спортсменов. Результаты корреляционного анализа показателей выявили, что наблюдается несильная линейная зависимость в голболе между результатами бега на 1500 метров и разгибанием ноги в положении стоя на одной ноге (в коленном суставе), а в дзюдо между подъемом ног из виса на перекладине и результатом прыжка в длину. Анализ показал наличие зависимости более  $r=0,5$  в дзюдо: подъемом ног из виса на перекладине и прыжок в длину ( $r=0,531$  и  $r=0,530$  соответственно).

Полученные результаты характеризуют факторную нагрузку в проведенном исследовании (71,6% дисперсии) у спортсменов в зависимости от спортивной дисциплины. Проведенный факторный анализ выделил весомые показатели, оказывающие существенное влияние на повышение эффективности системы спортивной подготовки.

Прирост шкалы эмоциональной комфортности показал наивысший результат с  $55\pm 8$  до  $72\pm 5$  процентов ( $p<0,01$ ), шкалы самопринятия с  $48\pm 8$  до  $63\pm 7$  процентов ( $p<0,01$ ) и адаптации с  $53\pm 4$  до  $66\pm 6$  процентов ( $p<0,01$ ). В общем, спортсмены-паралимпийцы, участвовавшие в мероприятиях стали чувствовать себя более адаптированными, способными к принятию себя и окружающей среды, улучшили уровень своей эмоциональной комфортности.

Оценка соревновательной деятельности в исследуемых спортивных дисциплинах спорта слепых показала улучшение результатов, характеризующихся как увеличение полезных технико-тактических действий, так и повышение спортивного результата выступлений спортсменов сборных команд России.

Подводя итог проведенному исследованию, можно заключить, что его цель достигнута, поставленные задачи решены, гипотеза подтверждена, основные положения, выносимые на защиту, доказаны. Результаты внедрения теоретических и научно-практических разработок в деятельность региональных отделений и Федерации спорта слепых России свидетельствуют об эффективности реализации разработанной модели. Предпринятое исследование выявило перспективы дальнейшего изучения проблемы реабилитационно-социализирующего потенциала лиц с нарушением зрения.

В рамках данного направления научно-педагогических изысканий целесообразно провести исследования по изучению специфики применения разработанной модели в различных спортивных дисциплинах, в системе подготовки

спортивного резерва и профессиональной переподготовки специалистов адаптивной физической культуры. Дальнейшая научная разработка будет способствовать не только повышению уровня реабилитации и социализации спортсменов-паралимпийцев, но и росту эффективности процесса спортивной подготовки, достижению более высоких спортивных результатов. На наш взгляд, необходимо продолжить исследовательскую работу по следующим направлениям: подготовка кадров для системы спорта слепых; разработка современных методик спортивной подготовки лиц с нарушением зрения; совершенствование нормативно-правовой и материально-технической базы спорта слепых.

## **СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ**

### ***Научные статьи в журналах, входящих в перечень ВАК РФ:***

1. Баряев, А.А. Особенности научно-методического сопровождения процесса подготовки спортсменов-паралимпийцев / А.А. Баряев, С.Н. Мишарина, А.А. Злыднев, А.В. Иванов, И.В. Клешнев, С.П. Евсеев, О.М. Шелков // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 3. – С. 13–17.

2. Баряев, А.А. Типологические особенности свойств нервной системы элитных дзюдоистов-паралимпийцев / А.В. Иванов, А.А. Баряев // Адаптивная физическая культура. – 2010. – № 1. – С. 18–20.

3. Баряев, А.А. Оценка адаптации паралимпийцев к тренировочной нагрузке методом вариационной пульсометрии / А.А. Баряев, В.Д. Емельянов, А.В. Иванов // Адаптивная физическая культура. – 2011. – № 2. – С. 14–15.

4. Баряев, А.А. Особенности проявления агрессии и агрессивности у дзюдоистов-паралимпийцев / А.А. Баряев, В.Д. Емельянов, А.В. Иванов, И.И. Ибрагимов // Адаптивная физическая культура. – 2011. – № 3. – С. 34–35.

5. Баряев, А.А. Анализ состава технико-тактических действий слепых и слабовидящих дзюдоистов по итогам Паралимпийских игр в Лондоне / А.В. Иванов, А.А. Баряев, Д.А. Фоминов, И.И. Ибрагимов // Адаптивная физическая культура. – 2012. – № 4. – С. 8–9.

6. Баряев, А.А. Научно-методическое обеспечение паралимпийской женской сборной России по голболу / А.А. Баряев, А.В. Иванов, Е.К. Удодова, О.П. Кудинова // Адаптивная физическая культура. – 2013. – № 1. – С. 35–36.

7. Баряев, А.А. Особенности проявления компонент моторного обеспечения двигательной деятельности у высококвалифицированных спортсменов-паралимпийцев (на примере дзюдо, пауэрлифтинга и легкой атлетики) / А.А. Баряев, О.А. Дежаев // Адаптивная физическая культура. – 2013. – № 1. – С. 40–41.

8. Баряев, А.А. Анализ новых правил проведения соревнований по голболу и особенностей технико-тактической подготовки спортсменов-паралимпийцев / А.А. Баряев // Адаптивная физическая культура. – 2014. – № 1. – С. 50–51.

9. Баряев, А.А. Анализ игр первенства и чемпионата России по голболу (спорт слепых) / А.В. Корнев, А.А. Баряев А.А. // Адаптивная физическая культура. – 2014. – № 2. – С. 18–19.

10. Баряев, А.А. Анализ выступления сборной команды России на IBSA Чемпионате Европы по дзюдо 2013 года / И.И. Ибрагимов, В.П. Глигор, А.В. Иванов, А.А. Баряев // Адаптивная физическая культура. – 2014. – № 2. – С. 39–40.
11. Баряев, А.А. Анализ итогов выступления сборной команды Российской Федерации на XI Паралимпийских зимних играх 2014 года в Сочи / О.М. Шелков, А.А. Баряев, К.А. Бадрак, О.Э. Евсева // Адаптивная физическая культура. – 2014. – № 2. – С. 51–52.
12. Баряев, А.А. К вопросу о классификации техники в олимпийском, паралимпийском и сурдлимпийском дзюдо / А.В. Иванов, А.А. Баряев, С.А. Барченко, Д.А. Фоминов // Адаптивная физическая культура. – 2014. – № 3. – С. 21.
13. Баряев, А.А. Реабилитационно-педагогический потенциал включения лиц с нарушением зрения в физкультурно-спортивную деятельность / А.А. Баряев // Казанский педагогический журнал. – 2015. – № 5. – С. 184–188.
14. Баряев, А.А. Совершенствование системы спортивной подготовки в голболе (спорт слепых) на основе комплексного контроля / А.А. Баряев // Специальное образование. – 2016. – № 1. – С. 16–24.
15. Баряев, А.А. Новые методы изучения и тренировки внимания в системе спортивной подготовки паралимпийского спорта / А.А. Баряев, С.А. Воробьев, Я.В. Голуб // Адаптивная физическая культура. – 2017. – № 2. – С. 51–53.
16. Баряев, А.А. Методология оценки сыгранности команды / Я.В. Голуб, С.А. Воробьев, А.А. Баряев // Адаптивная физическая культура. – 2017. – № 2. – С. 34–36.
17. Баряев, А.А. Принципы наполнения видов научно-методического сопровождения паралимпийских сборных команд Российской Федерации / И.Н. Ворошин, С.А. Воробьев, А.А. Баряев // Адаптивная физическая культура. – 2017. – № 3. – С. 49–50.
18. Баряев, А.А. Совершенствование комплексного контроля подготовленности спортсменов / С.А. Воробьев, А.А. Баряев // Адаптивная физическая культура. – 2018. – № 3. – С. 4–5.
19. Баряев, А.А. Диагностика уровня физической подготовленности в спорте слепых / А.А. Баряев // Теория и практика физической культуры. – 2018. – № 11. – С. 36–37.
20. Баряев, А.А. Эффективность применения настольного тенниса для слепых в адаптированной программе дополнительного образования по физической культуре для коррекционных классов общеобразовательных школ / М.В. Дьяконов, А.А. Баряев // Адаптивная физическая культура. – 2019. – № 4. – С. 52–53.
21. Баряев, А.А. Перспективы применения элементов голбола в программе дополнительного образования коррекционных классов общеобразовательных школ / М.В. Дьяконов, А.А. Баряев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 8. – С. 59–63.



22. Баряев, А.А. Особенности подготовки спортсменов на заключительном этапе годичного тренировочного цикла для участия в Паралимпийских играх 2021 года / С.А. Воробьев, А.А. Баряев // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 7. – С. 48–50.

23. Баряев, А.А. Управление сферой физической культуры и спорта на уровне провинций в Канаде / Т.В. Долматова, А.А. Баряев // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 8. – С. 71–73.

24. Баряев, А.А. Опыт реализации реабилитационно-социализирующего потенциала спортивной деятельности лиц с нарушением зрения / А.А. Баряев // Адаптивная физическая культура. – 2020. – № 2. – С. 32–34.

25. Баряев, А.А. Особенности разработки модельных характеристик уровня подготовленности в паралимпийском спорте / А.А. Баряев, Е.А. Киселева // Адаптивная физическая культура. – 2020. – № 3. – С. 44–46.

#### ***Авторские свидетельства:***

26. ПАТЕНТ на полезную модель № 194364. Устройство оценки миоэлектрических показателей : заявл. 16.09.2019 г. № 2019129250 ; опубл. 06.12.2019 г. / Голуб Я.В., Воробьев С.А., Баряев А.А., Красильников Д.В., Трусов С.Н. ; правообладатель: Санкт-Петербургский Научно-исследовательский институт физической культуры. – 1 с.

27. Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ № 2019666400 Программа оценки миоэлектрических показателей работы плеча : заявл. 16.09.2019 г. № 2019661406 ; опубл. 10.12.2019 г. / Голуб Я.В., Воробьев С.А., Баряев А.А., Красильников Д.В., Трусов С.Н. ; правообладатель: Санкт-Петербургский Научно-исследовательский институт физической культуры. – 1 с.

#### ***Учебные пособия, учебники, программы и монографии:***

28. Баряев, А.А. Система подготовки спортсменов-инвалидов в паралимпийском и сурдлимпийском спорте : учебное пособие / А.А. Баряев, А.И. Черная. – Санкт-Петербург : Нац. Гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, 2015. – 183 с.

29. Баряев, А.А. Методические аспекты и технологии спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями здоровья : учебное пособие / Баряев А.А. – Москва : ПАРАДИГМА, 2016. – 90 с.

30. Баряев, А.А. Научно-методическое сопровождение спортсменов-инвалидов : учебное пособие / А.А. Баряев. – Санкт-Петербург : Нац. Гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, 2017. – 80 с.

31. Баряев, А.А. Комплексный педагогический контроль в сопровождении подготовки спортсменов-паралимпийцев высокого класса : учебное пособие / А.Г. Абалян, С.А. Воробьев, А.А. Баряев [и др.]. – Санкт-Петербург : С.-Петербург. научно-исследовательский ин-т физ. культуры, 2018. – 78 с.

32. Баряев, А.А. Спортивные игры в адаптивной физической культуре и реабилитации слепых и слабовидящих : монография / А.А. Баряев. – Москва : УМЦ «Добрый мир», 2019. – 142 с.

33. Баряев, А.А. Научно-методическое сопровождение в системе спортивной подготовки лиц с нарушением зрения : коллективная монография / А.А. Баряев, С.А. Воробьев. – Москва : ПАРАДИГМА, 2019. – 110 с.