

УДК: 376.2

Астафьева Ирина Александровна
доцент кафедры теории и организации управления
Astafeva Irina A.
e-mail: irec@bk.ru

Рокотянская Ирина Юрьевна
магистрант
Rokotyanskaya Irina Yu.
e-mail: rokkit.iu@gmail.com

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего
образования «Гжельский государственный университет»
Federal State Budget Educational Institution of Higher Education
“Gzhel State University”

Московская обл., Раменский городской округ,
пос. Электроизолятор, д. 67, Россия, 140155
Тел.: 8(496)464-76-40

АДАПТИВНАЯ ВЕРХОВАЯ ЕЗДА КАК МЕТОД СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

ADAPTIVE HORSE RIDING AS A METHOD OF SOCIALIZATION PERSONS WITH DISABILITIES

Аннотация. В статье исследуется актуальная проблема социализации лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами адаптивного конного спорта. Авторы разработали многокомпонентную модель поэтапной социализации при занятиях адаптивным конным спортом, которая может быть внедрена в практику. Подчеркивается значимость командных соревнований в процессе социализации.

Ключевые слова: лица с ограниченными возможностями здоровья; социализация; конный спорт; адаптивный конный спорт.

Annotation. The article examines the actual problem of socialization of persons with disabilities by means of adaptive equestrian sports. The authors have developed a multicomponent model of step-by-step socialization in adaptive equestrian sports, which can be put into practice. The importance of team competitions in the process of socialization is emphasized.

Key words: persons with disabilities; socialization; equestrian sports; adaptive equestrian sports.

Люди, имеющие ограниченные возможности здоровья (далее лица с ОВЗ) вынуждены не только уделять в разы больше внимания своему здоровью, как физическому, так и психическому, так еще и на подсознательном уровне испытывать стыд, страх и неловкость находясь в общественных местах. Одной из задач стратегии социально-экономического развития Московской области до

2030 года является «Обеспечение доступности занятий физической культурой и развитие адаптивного спорта для лиц с ОВЗ» [8]. Адаптивная верховая езда – научно доказанный вид спорта, в котором есть возможность для роста и развития лиц с ОВЗ. И, помимо работы над самим собой, спортсмен получает жизненно необходимые навыки общения с окружающими. Адаптивная верховая езда, это мощнейший вид реабилитации и адаптации лиц с ОВЗ. Об этом подробно написано в статье «Адаптивная верховая езда для людей с ограниченными возможностями здоровья» [6]. Главный инструмент, используемый на занятиях, это лошадь. Обладая добрым нравом и внушительными размерами, человек испытывает массу положительных эмоций даже просто при общении с животным. Адаптивная верховая езда, это особый вид спорта. Находясь в непрерывном контакте с лошастью, всадник должен выполнять те или иные предложенные тренером упражнения.

При этом тренер с самого начала занятий прививает чувство ответственности за четвероногого партнера. Лошадь животное умное и умеет делать различия между людьми, которые ее окружают. Распознать голос тренера, который хвалит за правильное поведение, и ругает за неправильное ей не составляет труда. В тренере лошадь видит авторитетное существо, которое находится на высшей ступени иерархической лестницы. Опытному всаднику тоже виден этот особый контакт. Спортсмен прекрасно видит, что даже животное подчиняется тренеру и выполняет команды. Тренер, всадник и лошадь образуют между собой равнобедренный треугольник – иерархическую пирамиду (рисунок 1). Где тренер является вершиной пирамиды и дает указания, напутствия и оказывает всевозможную поддержку в трудных жизненных ситуациях, а всадник и лошадь основами этой пирамиды. Фундаментом отношений и дальнейшего успеха спортивной пары, конечно, же являются родители.

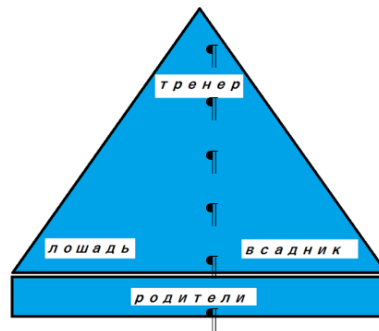


Рисунок 1 – Иерархическая пирамида (составлено автором)

Людам с ограниченными возможностями здоровья тяжело находиться в обществе без особой подготовки. Человеческие взаимоотношения очень важны для каждого и поэтому без прохождения социализации путь к нормальной самостоятельной жизни просто невозможен. Социология, это наука о совместной жизни групп и сообществ людей. Она изучает механизмы и структуры влияния общества. Каждый человек, это личность, индивид. Находясь в окружении людей, мы подстраиваемся друг под друга, выстраиваем взаимоотношения. От слаженности этих взаимоотношений и зависит общий настрой общества. Человеку с особенностями развития трудно выстроить отношения с окружающими и без посторонней помощи это мало возможно.

Первое, что препятствует людям с ОВЗ вступить в контакт с окружающим миром, это контроль собственных эмоций. У людей с ментальными нарушениями часто отсутствуют понятия этикета, морали и «так принято». Им не свойственно повторять и копировать поведение людей в обществе, такие люди живут со своим, особым видением, часто противоречащим общепринятому. Если человек с детства по той или иной причине был изолирован от общества, то прежде, чем полноценно начинать вести самостоятельный образ жизни, ему важно пройти процесс социализации.

Социализация – это процесс интеграции индивида в социальную систему, вхождение в социальную среду через овладение ее социальными нормами, правилами и ценностями, знаниями, навыками, позволяющим ему успешно функционировать в обществе. Социализация, это процесс адаптации индивида к окружающему миру [1].

Социализация людей с ОВЗ имеет свои трудности, как минимум из-за наличия ограничений по здоровью и как дополнительный фактор – негативно настроенное общество. Сейчас в России осуществляют много проектов поддержки инвалидов и просвещению общества.

Россия идет по пути принятия и толерантного отношения к инвалидам [2]. И одной из задач сотрудников центров, педагогов и специалистов, работающих с людьми с ОВЗ, является помощь стать полноценным членом общества, способным к самостоятельной жизни.

Адаптивный конный спорт может быть отличным стимулом для развития человека. Как один из немногих видов спорта, где возможно участие в соревнованиях, а не просто регулярные занятия, это также мотиватор к реализации потенциала, заложенного почти в каждом из нас [3]. И если тренировка проходит индивидуально с тренером, где всадник погружается в процесс взаимоотношения с лошадью и тренером, то соревнования, это уже выступление на публике и необходимость общения с другими людьми. Любой человек боится целенаправленного поведения человека, влекущего снижение уровня ценности, значимости и позитивного самовосприятия в глазах других.

А когда соревнования проходят по виду спорта, где каждый понимает, какие усилия необходимо прикладывать при работе с лошадью, где не будут осуждать за ошибки, неправильные действия, то контакт с окружающими проходит гораздо с меньшим стрессом. Это похоже на встречу с человеком со схожими интересами. Любовь к лошадям сплачивает, организует всех всадников. Здесь не важны расовая, религиозная принадлежность, геолокация, умственные и физические способности. Важно погружение в конный мир и трепетное отношение к лошади.

Конный спорт, вне зависимости от вида, будь то классические виды для нормотипичных людей, или же адаптивные, для лиц с ОВЗ, является ответственным занятием. И все благодаря наличию лошади. Подневольного живого существа, за которое человек несет ответственность. Помимо того, что нужно уметь договориться с шестьсот килограммовым животным, имеющим

свои инстинкты и характер, нужно еще и уметь правильно за ним ухаживать. Содержание лошади не сравнить с содержанием мелкого домашнего животного. При неправильном уходе лошадь может стать опасной для всадника, излишне возбудимой, агрессивной и вследствие чего может покалечить спортсмена. Всадники обучаются чистке лошади, седловки, смене подстилки и раздаче кормов. Тренер контролирует все действия и помогает делать правильный выбор. Ощущая удовольствие от совпадения результатов при повторных действиях, ребенок совершенствует технику их осуществления, учится регулировать свое поведение. В игре, через развитие произвольных действий, закладывается фундамент произвольной регуляции деятельности – то, к чему нужно стремиться в работе с детьми, имеющими тяжелые нарушения. Общение с лошадью инициирует в ребенке переживание ярких и полярных по своей окраске эмоций: наслаждение и страх, интерес и тревога. Это продолжается и после занятия и требует выхода. Самым естественным для ребенка способом отражения эмоций, как правило, является творчество.

Дети рисуют, лепят лошадь, пишут стихи, рассматривают фото своих любимцев. У многих детей с нарушением развития ресурс и творческий потенциал снижены, но эмоции, связанные с лошадьми, тем не менее очень сильны. Как указывает И. Карпенкова, использование компьютерных игр конной тематики позволяет снизить уровень тревожности в общении с лошадью, а также повысить мотивацию к занятиям и стимулировать развитие мышления [5].

Получая навыки ухода за лошадью, человек становится более дисциплинированным, наблюдательным и внимательным. Ведь при плохом самочувствии лошадь не скажет об этом словами, но покажет своим видом, грустными глазами, поникшей головой, отказом от угощения [9]. Люди с ОВЗ, имеющие разные нарушения по здоровью часто обладают выдающейся чувствительностью к эмоциональному фону окружающих его животных и людей. Им свойственно заметить изменения настроения и состояния лошади, и сообщая об этом тренеру они демонстрируют свои правильные логические выводы. Для обычных людей это звучит просто, но для них, это не является само

собой разумеющимся фактом. Такое поведение вырабатывается и тренируется годами. Люди с ОВЗ учатся заботиться о других.

И в заботе о лошади, в занятии, которое для человека «в новинку», и приносит положительные эмоции. Опытный тренер – иппотерапевт – вскользь уделяет внимание и заботе спортсмена о самом себе. Лошадь поела, а поел ли всадник. У лошади красивы вальтрап, а на сколько чистая одежда у всадника. И таким образом занимаясь вне домашних условий, где родителям детей с ОВЗ приходится делать все за детьми самостоятельно, не потому что так надо, а потому что так быстрее и качественнее, дети начинают следить и за собой. Родитель держит тесную связь с тренером, рассказывает о изменениях в поведении. Иппотерапия благополучно влияет на легко возбудимую нервную систему, приводя нервные связи в состояние покоя. Описывая результаты воздействия занятий АВЕ в работе с группой из 19 детей, имеющих различные нарушения опорно-двигательной системы, И. И. Квашук и соавторы [4] делают следующие выводы:

1) занятия стимулировали интерес детей к новому окружению, дети поверили в реальную возможность существенного улучшения своего состояния, начали проявлять активность в участии и в других реабилитационных мероприятиях, мечтать о достижениях в конном спорте;

2) согласно полученным данным, во всех случаях происходили положительные сдвиги в психоэмоциональном состоянии детей, отмечался всплеск новых эмоций;

3) у детей улучшилась координация движений, способность самостоятельно удерживать равновесие в положении сидя и стоя, стала шире амплитуда движений рук и ног;

4) речь детей стала более четкой и связной, многие выучили новые слова и начали употреблять их в общении с окружающими;

5) у всех больных после первого реабилитационного цикла резко снизилось число простудных заболеваний;

б) независимо от количества занятий никаких отрицательных воздействий ИП отмечено не было.

В свою очередь спокойное состояние помогает лучше концентрировать внимание на учебе. Можно смело сказать, что общение с лошадью это-механизм, который запускает комплексное развитие человека. Приходя на занятия, спортсмен вынужден общаться с сотрудниками конюшни. С конюхом, берейтером, другими тренерами и другими всадниками. Постепенно привыкая к новым людям, они становятся узким кругом для общения. Появляются дружественные связи и находясь в приятной атмосфере спортсмен учится быть частью коллектива. Главное, чтобы при общении были в основном положительные эмоции, тогда стремление к нахождению в обществе будет только расти. Со временем с формата индивидуальных занятий всадник переходит на групповые. И вот, в манеже уже не одна пара всадник и лошадь, а порядка четырех. И каждый занимает вторую ступень иерархии, после тренера. Тренер является групповым лидером и в глазах лошадей, и в глазах спортсменов, и в глазах родителей. А значит его слова, мнения имеют весомое значение.

Тренер выстраивает взаимоотношения между всадниками. Начиная с манипуляции в небольшом обществе тренер специально создает ситуации для взаимосвязи всадников. Охваченные общим интересом к занятиям и любовью к лошадям спортсмены хорошо идут на контакт даже с малознакомыми людьми. Так проходит второй этап социализации.

Выезжая целой командой на соревнования, человек попадает в стрессовое состояние, показывает свое мастерство и общается с посторонними, таким образом, закаляется характер всадников. Важным элементом любых соревнований по адаптивному конному спорту является то, что каждый получает подарок по окончании. В этих соревнованиях нет проигравших. Получение медали и приза мотивирует всадника на поездку на следующие соревнования. А проблема контактирования с другими людьми становится второстепенной, по сравнению со стремлением вновь почувствовать себя значимым и нужным [6]. На рисунке 2 изображен поэтапный процесс социализации. В начале занятий

создается тесный круг общения между тренером и всадником с ОВЗ, из всадника с ОВЗ и лошади, на которой он тренируется создается «спортивная пара». Далее тренер ведет занятия сразу с несколькими «спортивными парами» одновременно. Дети привыкают находиться в небольшом обществе. Из них получается настоящая команда. В следствие чего, команда выезжает на соревнования, и встречается с другими похожими командами. Таким образом дети постепенно привыкают находиться в обществе.

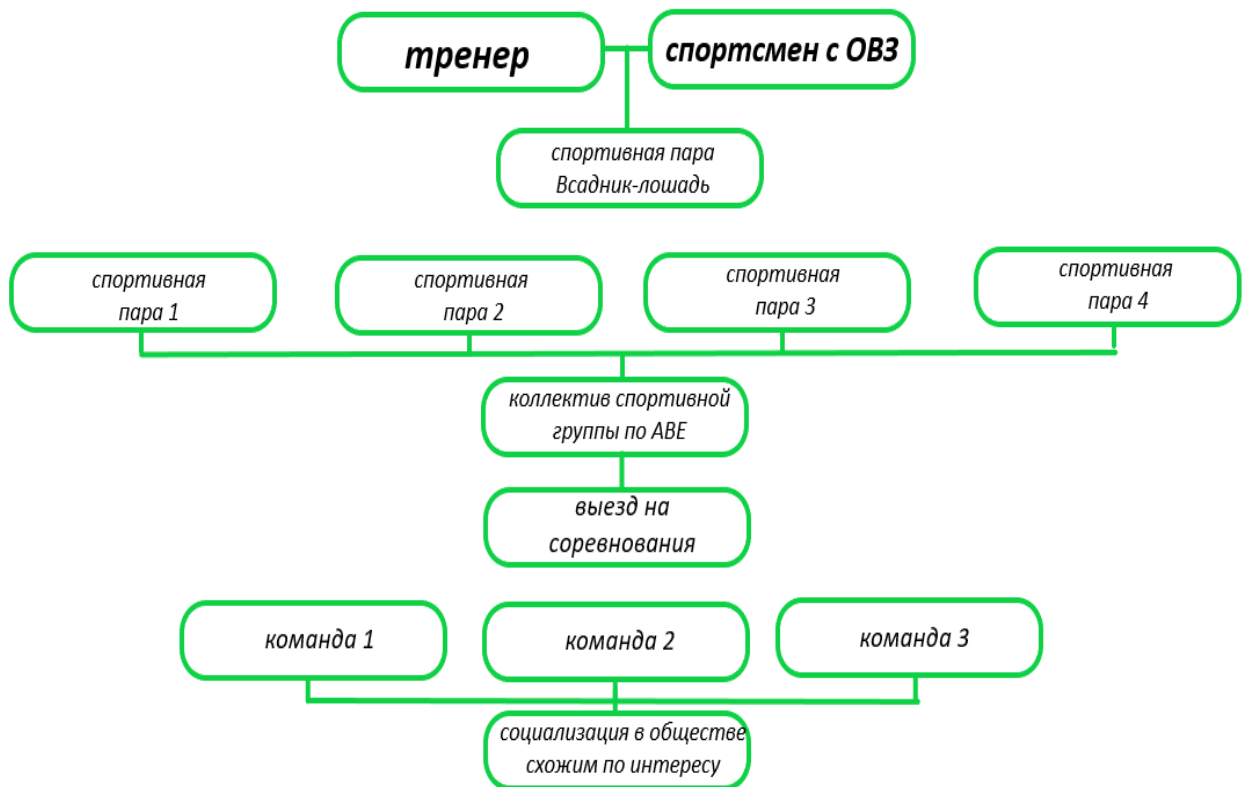


Рисунок 2 – Поэтапная социализация при занятиях адаптивным конным спортом (составлено автором)

Занимаясь на постоянной основе адаптивным конным спортом, всадник проходит полноценную социализацию и учится взаимодействовать с внешним миром. У него появляется стремление быть полноценным членом общества, а это в свою очередь мотивирует к достижению поставленных целей. Через общение с лошадьми и спорт человек входит в ритм самостоятельной жизни. Данный вид спорта может рассматриваться как специальная программа подготовки, входящая в стратегию социально-экономического развития Московской области на период до 2030 года.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Голованова Н. Ф.* Социализация и воспитание ребенка: учебное пособие. М., 2021.
2. *Заляева А. В.* Сравнительный анализ отношения к людям с ограниченными возможностями в России и Европе (пилотажное исследование). [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/sravnitelnyy-analiz-otnosheniya-k-lyudyam-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-v-rossii-i-evrope-pilotazhnoe-issledovanie/viewer>
3. *Максимова М., Денисенков А., Роберт Н. С.* Иппотерапия: эффективный метод реабилитации лиц с умственной отсталостью. М., 2005.
4. *Квашук И. И.* Иппотерапия в Беларуси // Материалы V Межд. науч.-практ. конф. «Иппотерапия. Опыт и перспективы» / НФ ЛВЕ и ИКС. СПб., 2012. С. 81–82.
5. *Карпенкова И. В.* Применение компьютерных программ конной тематики для развития детей с особенностями развития, посещающих занятия иппотерапии // Материалы III Межрег. конф. «Иппотерапия. Инвалидный конный спорт. Опыт и перспективы» / НФ ЛВЕ и ИКС. 2–3 мая 2010 г. СПб., 2010.
6. *Роберт Н. С.* Эффективная комплексная реабилитация пациентов с ограниченными возможностями на основе лечебной верховой езды и инвалидного конного спорта. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.zodorov.ru/n-s-robert-effektivnaya-kompleksnaya-reabilitaciya-pacientov-s.html>
7. *Рокотянская И. Ю., Астафьева И. А.* Значение иппотерапии лиц с ограниченными возможностями здоровья в социально-экономическом развитии Московской области // Вестник ГГУ. 2022. № 1. С. 43–51.
8. Стратегия социально-экономического развития Московской области на период до 2030 года. [Электронный ресурс] <https://mef.mosreg.ru/dokumenty/strategicheskoe-planirovanie/strategiya-socialno->

[ekonomicheskogo-razvitiya/17-09-2020-17-56-25-postanovlenie-pravitelstva-moskovskoy-oblasti-ot](#)

9. Эзе Э. Конный спорт: Пособие для тренеров, преподавателей, коневодов и спортсменов. М., 1983.