

ЩОДО ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ БАР'ЄРИСТІВ З ВАДАМИ СЛУХУ НА ЕТАПІ МАКСИМАЛЬНОЇ РЕАЛІЗАЦІЇ ІНДИВІДУАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ

Д.І. Степаненко, Г.І. Печко

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Фізична підготовка спортсмена займає особливе місце в системі спортивного тренування. Як стверджують численні автори (Л.П. Матвєєв, В.Н. Платонов, Н.І. Волков, В.М. Костюкевич та ін.), лише за умови належного рівня розвитку фізичних якостей, спортсмени можуть швидко й якісно оволодіти технічними прийомами й тактичними діями та ефективно їх застосовувати у процесі напруженої змагальної діяльності [8, 9].

Проблема удосконалення фізичної підготовки у спорі є однією з найбільш актуальних і перспективних. У сучасній науковій літературі знайшли відображення результати досліджень за цією темою в різних ігрових видах спорту: баскетболі (Л.Ю. Поплавський, 2004; С.Г. Защук, 2007), волейболі (М.М. Линець, Я.І. Гначук, 2007 та ін.), гандболі (О.В. Базильчук, 2004; С.Г. Кушнірюк, 2008 та ін.), футболі (Г.А. Лісенчук, 2003; В.М. Костюкевич, 2012 та ін.), циклічних видах спорту (В.О. Бережанський, 2002; К.С. Дунаєв, 2008 та ін.), спортивній гімнастиці (А.Н. Сисєєв, 2010 та ін.) та в інших видах спорту.

Серед населення України, останнім часом, спостерігається негативна тенденція зростання кількості захворюваностей, які пов'язані з порушеннями слухового апарату. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), в економічно розвинутих країнах світу, в тому числі США і країнах Західної Європи, 7 – 9 % населення страждає на зниження слуху, в тому числі на глухоту – від 0,1 до 0,4 % новонароджених дітей та близько 1% дорослих, до 2020 року кількість людей з порушенням слуху, за даними ВООЗ, збільшиться на 30 %. За останніми даними в Україні налічується близько 300 тисяч дітей і 1 мільйон дорослих з порушенням слуху (які потребують слухопротезування), в тому числі з глухотою – 11 тисяч дітей та 100 тисяч дорослих [6]. Втрата слуху супроводжується дисгармонією фізичного розвитку у 62 % випадків, у 43,6 % – дефектами опорно-рухового апарату, у 80 % випадків – затримка моторного розвитку, супутні захворювання спостерігаються у 70 % дітей [2].

У системі спортивних тренувань, серед спортсменів з вадами слуху легка атлетика є провідним видом спорту.

Протягом останніх років, серед найсильніших легкоатлетів світу з вадами слуху значно зросли результати, розширилася географія учасників, в наслідок чого, загострилась конкуренція.

Аналіз останніх досліджень та публікацій науковців Бріскіна Ю.А., Передерій А.В., Євсєєва С.П. (2013) дозволив ознайомитись з характеристикою адаптивного спорту, історичним розвитком, класифікацією спортсменів, програмою та особливостями організації змагань [4]. Такі вчені як Байкіна Н.Г., Хо́да Л.Д. (2001), працювали над особливостями фізичного розвитку дітей з вадами слуху. Крет Я.В. (2012), Байкіна Н.Г. (2003), Заворотна О.А. (2014), Овчаренко С.В. (2013) у своїх дослідженнях розкрили особливості рухової діяльності людей з вадами слухового апарату [1, 2]. Богданова Т.Г. (2002) дослідила психологічні особливості людей з вадами слуху та закономірності їхнього розвитку [3].

Проте у ході вивчення науково-методичної літератури, нами виявлено недостатню кількість матеріалів, які стосуються фізичної підготовки висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху. Сучасна система підготовки дефлімпійців базується на застосуванні методики тренування, яка розрахована на здорових спортсменів, що є непередбачуваним та педагогічно необґрунтованим процесом. Підбір засобів та методів для корекції навчально-тренувального процесу, спрямованого на досягнення високих результатів у

спортсменів з вадами слуху, повинен здійснюватися, насамперед, на підставі врахування нозологічних особливостей функціонального і психічного станів та їхніх рухових можливостей (Захарова Л., Ганзіна Н., Євсєєв С.П., Бріскін Ю.А. [10].

Таким чином, тренувальний процес носить, несистемний та випадковий характер, що пов'язано з особливостями даного контингенту та недостатнім науково-методичним вивченням їхньої змагальної та тренувальної діяльності. У зв'язку з цим, великого значення набувають дослідження, спрямовані на пошук нових шляхів підвищення спортивних результатів дефлімпійців з урахуванням нозологічних особливостей.

Виявлені недоліки визначили проблематику дослідження, сутність якого полягає у необхідності розробки та обґрунтуванні методики удосконалення фізичної підготовки висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу.

Дане положення обумовлює актуальність теми дисертаційного дослідження і представляє суттєве теоретичне і практичне значення.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дисертаційна робота виконуватиметься у Дніпропетровському державному інституті фізичної культури і спорту згідно з темою Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту за темою: 4.3 «Реабілітація осіб з обмеженими фізичними спроможностями з урахуванням особливостей їх психофізіологічних і компенсаторно-приспосувальних порушень у різних системах організму людини». Номер держреєстрації 0111U001170.

Мета дослідження – розробити й експериментально обґрунтувати методику вдосконалення фізичної підготовки висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу, з урахуванням їхніх нозологічних особливостей.

Завдання дослідження:

1. Вивчити та проаналізувати сучасний стан проблеми фізичної підготовки легкоатлетів з вадами слуху.

2. Встановити рівень фізичної та функціональної підготовленості і їх взаємозв'язок з результатами змагальної діяльності у висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу.

3. Розробити та експериментально перевірити ефективність розробленої методики вдосконалення фізичної підготовки висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу, з урахуванням особливостей розвитку фізичних якостей та змагальної діяльності.

4. Розробити методичні та практичні рекомендації, щодо обґрунтування особливостей фізичної підготовки легкоатлетів з вадами слуху.

Об'єкт дослідження – тренувальний процес висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей.

Предмет дослідження – фізична підготовка висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу.

Методи дослідження. Вибір методів досліджень визначається поставленими завданнями та існуючими вимогами до проведення педагогічних досліджень. Нами будуть використовуватись наступні методи: аналіз науково-методичної літератури й узагальнення досвіду практичної роботи тренерів; педагогічні спостереження, тестування, експеримент; функціональні методи дослідження; методи математичної статистики.

Наукова новизна одержаних результатів:

– вперше буде розроблена й експериментально обґрунтована методика вдосконалення фізичної підготовки висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу, з урахуванням їхніх нозологічних особливостей.

– вперше будуть отримані дані про рівень фізичного розвитку, функціонального стану, фізичної підготовленості висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу.

– вперше буде обґрунтовано ефективні засоби та методи удосконалення фізичної підготовки та функціонального стану висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху,

які спеціалізуються у бар'єрному бігу.

– доповнено та розширено знання з теорії адаптивного спорту висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу.

Практичне та теоретичне значення

Полягає в розробці та експериментальному обґрунтуванні методики вдосконалення фізичної підготовки висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу, особливостей застосування засобів та методів корекції тренувального процесу, в наслідок чого підвищиться рівень спортивної майстерності та змагальних результатів. Отримані наукові дані можуть бути використані у навчальному процесі студентів, у викладанні дисципліни «Адаптивний спорт». Результати дослідження можуть доповнити теорію підготовки легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються в інших видах легкої атлетики.

Організація дослідження. Дослідження будуть проводитись під час тренувального процесу та навчально–тренувальних зборів збірної команди України з легкої атлетики серед спортсменів, з вадами слуху.

Перший етап складатиметься з вивчення науково–методичної та спеціальної літератури і стану проблеми вдосконалення фізичної підготовки висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу.

Другий етап спрямований на дослідження фізичної підготовленості та функціональних особливостей, встановлення взаємозв'язків компонентів змагальної діяльності з показниками загальної та спеціальної фізичної підготовки у висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу.

Третій етап передбачатиме дослідження та експериментальне обґрунтування методики вдосконалення фізичної підготовки з урахуванням особливостей висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу. А також розробку методичних та практичних рекомендацій, щодо обґрунтування особливостей підготовки легкоатлетів з вадами слуху.

Четвертий етап передбачає обробку та аналіз отриманих результатів, висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу до та після проведення педагогічного експерименту, узагальнення отриманих даних дослідження, формулювання висновків та оформлення роботи.

Шляхи впровадження результатів роботи в практику. Передбачається розробка методики вдосконалення фізичної підготовки висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу, а також розробка методичних та практичних рекомендацій з приводу використання засобів та методів удосконалення фізичної підготовленості висококваліфікованих легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бар'єрному бігу. Впровадження отриманих даних дисертаційного дослідження планується у навчально–тренувальний процес Укрцентр «Інваспорт», СФГУ (спортивна федерація глухих України), КЗ ДРЦФКіС інвалідів «Інваспорт» Дніпропетровської обласної ради та навчальний процес у закладах фізкультурного профілю.

Література

1. Байкіна Н.Г. Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих / Н.Г.Байкіна, Б.В.Сергеев. – М. : Советский спорт, 1991. – 61 с.
2. Байкіна Н.Г. Влияние потери слуха на адаптационные и реабилитационные процессы глухих подростков / Н.Г.Байкіна, А.В.Мутьев, Я.В.Крет // Адаптивная физическая культура. – СПб. – 2002. – № 4. – С. 12 – 15.
3. Богданова Т.Г. Сурдопсихология / Т.Г. Богданова. – М.: Академия, 2002. – 106 с.
4. Брискин Ю.А. Адаптивная физкультура и спорт / Ю.А. Брискин, А.В. Передерий, С.П. Евсеев. – М.: Советский спорт, 2010. – 316 с.
5. Винник Дж. П. Адаптивная физкультура и спорт / Дж. П. Винник [пер. с англ.]. – К.: Олимпийская литература, 2010. – 608 с.
6. Державна програма "Слух" на 2008–2012 роки. Кабінет Міністрів України № 23468/1/1–08 від 12.05.2008 року
7. Евсеев С.П. Адаптивная физическая культура.: Учебное пособие / С.П.Евсеев, Л.В.Шапкова. – М.: Советский спорт, 2000. – 354 с.

8. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л.П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 2000. – 228 с.

9. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учеб.тренера высшей квалиф.] / В.Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

10. Теорія і організація адаптивної фізичної культури: підручник. В 2 т., Т.1: Введення ЄІАС у спеціальність. Історія, організація та загальну характеристику АФК. – 2–е вид., випр. і доп. / Під загальною ред. проф. С.П.Євсєєва. – М.: Радянський спорт, 2005. – 296 с.