

## ПРОБЛЕМНЕ ПОЛЕ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПЛАВЦІВ З ВАДАМИ ЗОРУ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

*Аналіз наявного наукового знання свідчить про перенесення методичних підходів підготовки здорових плавців в систему підготовки паралімпіців та відсутність врахування нозологічних особливостей спортсменів з вадами зору в процесі технічної підготовки.*

**Ключові слова:** *техніка, підготовка, спортсмени з вадами зору, етап початкової підготовки.*

**Постановка проблеми.** В останні роки в Паралімпійському спорті відбувається систематичне підвищення конкуренції на міжнародній арені, в результаті чого стрімко зростає результативність змагальної діяльності спортсменів [1]. Так, у фіналах легкоатлетичних змагань X літніх Паралімпійських ігор взяло участь 3259 спортсменів, які встановили 269 світових рекордів, а на XIII літніх Паралімпійських іграх – 3950 спортсменів, які встановили 279 світових рекордів. Високий рівень спортивних результатів паралімпіців є результатом впровадження системи підготовки, що характеризується постійним зростанням обсягів та інтенсивності тренувальних навантажень [4, 5, 9]. Інтенсифікація тренувальної та змагальної діяльності спортсменів-паралімпіців в останні десятиліття призводить до порушення раціонального взаємозв'язку між компонентами підготовки та використанням методик підготовки, які не враховують психологічні, морфо-функціональні особливості та рівень збережених рухових можливостей спортсменів-інвалідів [7, 8].

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дослідження виконано у межах наукової теми 1.1.4. "Теоретико-методичні засади розвитку спорту інвалідів" Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України на 2011-2015 рр.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** На сучасному етапі розвитку Паралімпійського спорту підготовка спортсменів-інвалідів має цільово-результативну орієнтацію [1, 2]. Разом з тим, підготовка паралімпіців повинна базуватися на врахуванні рівня збережених рухових можливостей спортсменів-інвалідів. В фундаментальних працях з підготовки спортсменів-інвалідів відзначається необхідність корекції засобів, методів, обсягу та інтенсивності навантаження відповідно до нозологічних особливостей спортсменів-інвалідів [3, 4, 6, 7, 12]. Оскільки група спортсменів з ушкодженнями опорно-рухового апарату є найбільш численною серед учасників паралімпійського руху більшість наукових робіт присвячено окремим аспектам саме їх підготовки.

Результати наукових досліджень щодо спортивної підготовки осіб з вади зору носять фрагментарний характер. Значна кількість наукових робіт присвячено психологічним аспектам підготовки спортсменів з вади зору, методичним особливостям фізичної підготовки легкоатлетів з вади зору, дослідженню взаємозв'язку між показниками фізичної підготовленості та спортивними результатами осіб з вади зору, проблемі системного психолого-педагогічного супроводу підготовки спортсменів з вади зору, проблемі спортивного довголіття інвалідів з вади зору [8, 9, 10, 13].

Аналіз науково-методичної літератури дозволяє зробити висновок про відсутність комплексного підходу до досліджень спортивної підготовки інвалідів з вади зору. Практично відсутні дані щодо підготовки спортсменів з вади зору на етапі початкової підготовки та особливостей процесу навчання техніки виду спорту спортсменів з вади зору.

Наукового обґрунтування також потребує методика навчання руховим діям спортсменів з вадами зору, оскільки часткова або повна втрата зору негативного впливає на рівень розвитку здатності утримувати рівновагу, спритності та здатності до довольного розслаблення м'язів, що ускладнює процес оволодіння технікою виду спорту. Крім того, у осіб з вадами зору нозологічно детерміновано низький рівень розвитку силової витривалості та швидкості, що також потребує врахування в процесі підготовки спортсменів-інвалідів на етапі початкової підготовки [11].

Тому, **метою** дослідження є визначення особливостей технічної підготовки спортсменів з вадами зору в плаванні.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Специфічність плавання як виду спорту проявляється в контакті з водним середовищем, що є бар'єром у навчанні осіб з вади зору на етапі початкової підготовки. Л.

С. Вавин, М. І. Земцова, Б. І. Коваленко стверджують, що засоби і методи в процесі підготовки інвалідів повинні носити системний характер і бути спрямованими на компенсацію втраченої функції [7].

В результаті педагогічного експерименту та педагогічного спостереження за тренувальним процесом дітей з вадами зору Д. Ф. Мусоновим було визначено проблематику навчання техніці плавання інвалідів. Центральною проблемою в підготовці спортсменів з вади зору в плаванні Д. Ф. Мусон вважає відсутність методик навчання, які відповідають особливостям і потребам даного контингенту. Автором також виявлена проблема водобоязні і специфічних проявів основного захворювання в процесі навчання техніки осіб з вади зору, що вимагає використання спеціальних засобів і методів у процесі підготовки плавців з вади зору на етапі початкової підготовки [9].

На основі порівняльного аналізу показників спеціальної підготовленості здорових спортсменів і спортсменів з вади зору Н. Ю. Пальчиковою підтверджено наявність значних відмінностей між показниками розвитку провідних фізичних якостей плавців. Автором встановлено, що для плавців з вадами зору характерне значне відставання показників спеціальної витривалості, швидкості, координаційних здібностей та вибухової сили порівняно зі здоровими спортсменами. Результати опитування провідних тренерів з плавання, які працюють з інвалідами дозволили автору підтвердити гіпотезу про перенесення методичних підходів підготовки здорових плавців в систему підготовки паралімпійців. В результаті чого за даними автора серед спортсменів-інвалідів спостерігається тенденція до повільного і нестабільного приросту спортивного результату та низької стабільності виступів на змаганнях різного рангу.

В працях І. В. Клевшнева наведені параметри тренувальної роботи плавців з вадами зору високої кваліфікації та встановлено, що фізіологічні зміни в процесі виконання тренувального навантаження і відставлений тренувальний ефект у спортсменів-інвалідів більш виражені в порівнянні зі здоровими спортсменами. Автором експериментально підтверджено ефективність використання "компенсаторного плавання" для попередження порушення адаптаційних процесів у організмі спортсменів-паралімпійців та більш активного проходження відновних процесів в м'язах спортсменів. Крім того, І. В. Клевшневим встановлено, що ефективність змагальної діяльності спортсменів-інвалідів в більшій мірі залежить від технічної підготовленості паралімпійців, ніж від рівня розвитку фізичних якостей, тому основним завданням підготовки спортсменів високої кваліфікації є вдосконалення техніки плавання, стартів і поворотів [8].

Аналіз науково-методичної літератури з теорії і методики підготовки спортсменів з вади зору в плаванні свідчить про наявність невеликої кількості як теоретичного, так і експериментального науково-дослідного матеріалу з даної проблеми. Характерною ознакою досліджуваного наукового знання є відсутність комплексного підходу до досліджень підготовки паралімпійців в плаванні і теоретико-методичного обґрунтування навчання техніці плавання спортсменів з вади зору, що є одним з основних завдань етапу початкової підготовки.

Виходячи з вище сказаного, виникає необхідність у систематизації наявного наукового знання щодо технічної підготовки спортсменів з вади зору в плаванні на різних етапах багаторічної підготовки; визначенні структури і змісту технічної підготовки спортсменів з вади зору в плаванні на етапі початкової підготовки; виявленні кінематичних характеристик техніки плавців високої кваліфікації з урахуванням рівня збереження залишкового зору; розробці програми технічної підготовки спортсменів з вадами зору в плаванні на етапі початкової підготовки з урахуванням рівня збереження залишкового зору.

#### **Висновок**

Дослідження особливостей технічної підготовки спортсменів з вадами зору в плаванні носять фрагментарний характер і присвячені окремим аспектам підготовки, розвитку провідних фізичних якостей, аналізу параметрів тренувального навантаження паралімпійців. Відсутність комплексного, системного підходу до досліджень не дозволяє об'єднати отримані результати в динамічну систему підготовки спортсменів з вадами зору в плаванні, яка повинна враховувати теоретико-методичні положення загальної теорії підготовки спортсменів, специфіку виду спорту і нозологічні особливості інвалідів.

**Перспективи подальших досліджень** пов'язані з визначенням структури і змісту технічної підготовки спортсменів з вади зору в плаванні на етапі початкової підготовки.

## Використані джерела

1. Брискин Ю. Специфика целево-результативных отношений паралимпийского спорта / Юрий Брискин // Адаптивная физическая культура. – 2002. – № 2. – С. 27-29.
2. Бріскін Ю. А. Організаційні основи Паралімпійського спорту : [навч. посіб. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту] / Юрій Бріскін. – Л. : Кобзар, 2004. – 180 с.
3. Брискин Ю. А. Адаптивный спорт / Ю. А. Брискин, С. П. Евсеев, А. В. Передерий. – М. : Советский спорт, 2010. – 316 с.
4. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура : [учеб. пособие] / Евсеев С. П., Шапкова Л. В. – М. : Советский спорт, 2000. – 240 с.
5. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура : [учеб. пособие] / Евсеев С. П., Шапкова Л. В. – М. : Советский спорт, 2000. – 240 с.
6. Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры : [учеб.] / под ред. Евсеев С. П. – М. : Советский спорт, 2005. – 448 с.
7. Жиленкова В. П. Адаптивный спорт для лиц с поражением опорно-двигательного аппарата : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Жиленкова Валентина Павловна. – СПб., 2002. – 233 с.
8. Клешнев И. В. Анализ тренировочного процесса пловцов-паралимпийцев / И. В. Клешнев // Адаптивная физическая культура. – 2009. – № 1. – С. 9–11.
9. Мосунов Д. Ф. Проблемы совершенствования техники плавания в подготовке к Паралимпийским играм / Д. Ф. Мосунов, Ю. А. Назаренко // Адаптивная физическая культура. – 2007. – № 2. – С. 28–30.
10. Силант'єв Д. Корекція розвитку слабозорих дітей засобами плавання / Денис Силант'єв, Ніна Байкіна // Молода спортивна наука України: зб наук.стат. в галузі фіз.культ та спорту – Львів, 2001. – Вип. 5. –Т.2. – С.281 – 284.
11. Толмачев Р. А. Адаптивная физическая культура и реабилитация слепых и слобовидящих / Р. А. Толмачев. – М. : Советский спорт, 2004. – 108 с.
12. Ферфильфайн И. Л. Методические рекомендации для врачей обласных центров "Инваспорт", тренеров и инструкторов по физической культуре, осуществляющих медицинский контроль и ведущих оздоровительную и спортивную работу среди спортсменв-инвалидов по зрению / И. Л. Ферфильфайн, В. Н. Дубовицкий, В. В. Коваленко, О. В. Морозова. – К., 1997. – 46 с.
13. DePauw K. P. Disability and sport / Karen P. Depauw, Susan J. Gavron. – Champaing, Il. : Human Kinetics, 1995. – 408 p.

*Roztorguy M.*

### THE PROBLEM FIELD OF TECHNICAL TRAINING OF SWIMMERS WITH VISUAL IMPAIRMENTS DURING THE INITIAL TRAINING

*Analysis of existing scientific knowledge indicates transfer of methodological approaches prepare healthy swimmers in the system of training and lack of consideration paralimpitsiv nosological features athletes with visual impairments during technical training.*

**Key words:** *technique, training, athletes with visual impairments, during the initial training.*

*Стаття надійшла до редакції 23.06.2014 р.*