

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ПРОВЕДЕННЯ ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЬ З БАСКЕТБОЛІСТАМИ ІЗ ВАДАМИ СЛУХУ



Каковкіна Ольга, Пікінер Олександр, Грюкова Вікторія
Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту

Аннотація

В статті розглянуті питання організаційно-методических основ проведення тренувальних занять з баскетболістами, існуючими сенсорні порушення, зокрема, слуху. Приведені основні аспекти планування і проведення тренувальних занять з слабослышачими баскетболістами. Визначені основні методическі прийоми проведення тренувальних занять. На основі аналізу доступної літератури по даному напрямку встановлено, що проблема організаційно-методических основ проведення тренувальних занять з баскетболістами, існуючими порушення слуху, розкрито недостатньо, є актуальною, потребує пошуку і впровадження нових підходів з урахуванням всіх факторів.

Ключеві слова: порушення слуху, слабослышачі спортсмени, методическі основи, баскетбол, фізическе розвиток.

Annotation

In the article the questions of organizational-methodical bases of training sessions with players who have sensory impairments, particularly hearing are studied. The main aspects of planning and conducting training sessions with hearing-impaired basketball players are presented. The main methods of the training sessions are specified. Based on the analysis of available literature in this field it is found that the problem of organizational and methodical bases of training sessions with basketball players having hearing impairments is not sufficiently covered, is relevant, requires the investigation and introduction of new approaches taking into account all factors.

Key words: hearing, hearing-impaired athletes, methodological foundations, basketball, physical development.

Постановка наукової проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. У зв'язку з інтенсифікацією сучасного життя, появою нових соціально-економічних явищ виникла проблема соціальної адаптації та інтеграції спортсменів з вадами слуху, а також необхідності пошуку адекватних засобів корекції негативних наслідків цієї вродженої та набутої патології (Н.Г. Байкіна, 2003; Н.П. Лещій, 2004; І.П. Випасняк, 2007).

Одним із напрямів сучасної соціальної політики в Україні є створення необхідних умов для занять фізичною культурою і спортом з людьми із порушеннями слуху, що забезпечує реалізацію їхнього права на самореалізацію, самоствердження, демонстрацію сили характеру, волі і духу (Н.Г. Байкіна, 2003).

Особливою ланкою сучасного спортивного руху є спорт людей з обмеженими можливостями, інтенсивний розвиток якого обумовлює необхідність розробки та науково-методичного обґрунтування специфічних методик різних видів підготовки спортсменів цього рівня (О.А. Каковкіна, 2008).

Ураження слухового аналізатору позначається на роботі вестибулярного і кінеститичного апаратів, що супроводжується затримкою формування прямостояння, порушенням м'язового



тонусу і здатності зберігати рівновагу, недорозвиненням просторової орієнтації, ускладненнями в диференціації рухових відчуттів і виконанні складно координованих рухів (І.М. Бабій, 2002; І.П. Випасняк, 2007).

Численними дослідженнями доведено, що повноцінний розвиток спортсменів із вадами слуху неможливий без фізичного виховання, яке забезпечує не лише необхідний рівень розвитку моторики, а й корекцію відхилень їхньої рухової функції. Що стосується методики тренувань, аналіз науково-методичної літератури визначив фрагментарний, частковий характер її висвітлення (Н.Г. Байкіна, 2003; Н.П. Лещій, 2004; О.В. Колишкін, 2010).

У зв'язку з цим **мета дослідження** – визначити організаційно-методичні засади проведення тренувальних занять із баскетболістами з вадами слуху.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати стан досліджуваної проблеми за даними науково-методичної та спеціальної літератури.

2. Визначити особливості проведення тренувальних занять з баскетболістами із вадами слуху.

3. Визначити основні завдання, правила та організаційно-методичні засади проведення тренувальних занять зі слабочуючими баскетболістами.

Методи досліджень. Аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, програмно-нормативних документів; педагогічне спостереження.

Результати досліджень та їх обговорення. Для ефективного вирішення завдань спортивної підготовки баскетболістів з недоліками слуху доцільно дотримуватись наступних положень:

- адаптувати організм до навантажень;
- створити базу для формування специфічних рухових якостей;
- проводити спеціалізовані тренування, які вирішують за-

вдання фізичної, технічної, тактичної, психологічної, теоретичної та інтегральної підготовки [1, 2, 10].

Враховуючи форму захворювання, в процесі занять спортом з баскетболістами із вадами слуху мають бути, вирішені наступні завдання:

1. Досягнення і збереження високого рівня фізичної підготовленості, який забезпечує збереження здоров'я, трудову і громадську активність, оптимальний рівень соціальної реабілітації, ефективне виконання технічних прийомів в баскетболі.

2. Оволодіння руховими діями.

3. Розвиток спеціальних рухових якостей: спритності, здібності до рівноваги і т.і.

4. Створення умов для майбутньої поглибленої спортивної підготовки [2].

Одним з напрямів спортивної підготовки баскетболістів з вадами слуху є комплексне використання різних фізичних вправ [2, 3, 8].

Для успішної роботи з баскетболістами, які мають порушення слуху, необхідно дотримуватись наступних положень: добре знати причину, що привела до втрати слуху та індивідуальні особливості кожного спортсмена; ознайомити вихованців з правилами безпеки; володіти хоча б частково елементами мови жестів; активно використовувати засоби забезпечення наочності; спілкуватися з вихованцями так, щоб їм було добре видно тренера та його артикуляцію [8]; словесне пояснення завдань супроводжувати відповідним виразом обличчя і жестикуляцією та не відволікати увагу спортсменів зайвою мімікою і жестами, використовувати якомога більше наочних демонстрацій за участю інших спортсменів [4]; контролювати розуміння спортсменами завдання; доповнювати команди жестами; своєчасно розпізнавати мімічні вирази емоцій спортсменів, які досить чітко

відбивають їх відношення до діяльності, яку організовує тренер, компенсуючи цим вербальні недоліки [9].

В процесі роботи з баскетболістами із порушеннями слуху ефективним є дотримання наступних правил [3, 6, 7]:

- використання «залишкового» слуху та інших сенсорних систем. З цією метою використовують візуальні сигнали, полісенсорні демонстрації нових рухів, тактильні, кінестетичні і ритмічні підказки, аудіовізуальну підтримку;

- використання спеціальних запобіжних заходів: розробка спеціальної системи спілкування, вдосконалення функціонування вестибулярного апарату.

В процесі тренування необхідно здійснювати контроль за станом вегетативних функцій, при цьому необхідно звертати увагу на колір шкіри, потовиділення, частоту серцевих скорочень, артеріальний тиск. Рекомендується періодично опитувати спортсменів про їх самопочуття. При наявності ознак значного стомлення (запаморочення, нудота, небажання виконувати далі вправу) на наступному занятті необхідно знизити навантаження [6, 7].

Тренувальний ефект зберігається упродовж декількох місяців, після чого функціональний стан вестибулярного аналізатора повертається до рівня близького до початкового. Це обумовлює систематичну підтримку тренувального ефекту. Найбільші зрушення в розвитку точності в ігрових рухах у спортсменів з вадами слуху відзначаються у віці 13-14 років [7].

Усунення рухових порушень і недоліків фізичного розвитку баскетболістів з вадами слуху можливе за допомогою способів, форм і методів інвалідного спорту [2, 5].

Можна рекомендувати такі основні методичні положення, які доцільно використати в роботі



зі спортсменами, які мають вади слухового аналізатору:

- в процесі навчання використовувати форми навчання і вдосконалення виконання вправ, які використовують в роботі із здоровими однолітками;

- в процесі спортивного тренування необхідно прагнути до повного розмовного спілкування. Не можна ігнорувати усну мову в спілкуванні з глухими спортсменами;

- для підвищення якості тренувального заняття необхідно ширше використовувати методи наочності з усіма її різновидами [5, 6, 8].

Методика спортивної підготовки залежить від особливостей контингенту спортсменів, і це тим більш очевидно, коли об'єктом психофізичних впливів є спортсмени з вадами слуху. Порушення основних методичних положень може призвести до погіршення стану здоров'я. Перенесення методичних схем тренування здорових спортсменів на людей з обмеженими можливостями є неприпустимим [5, 8].

Підбір засобів і методів корекції навчально-тренувального процесу, спрямованого на досягнення високих результатів у спортсменів з вадами слуху повинен здійснюватися, в першу чергу, на підставі врахування нозологічних особливостей функціонального та психологічного станів, рухових можливостей баскетболістів [2, 5].

У підготовці баскетболістів з вадами слуху широко використовуються вправи загальнопідготовчого характеру, які мають складну організаційну структуру. Проте ці вправи створюють лише основу для прояву координаційних здібностей при виконанні спеціально-підготовчих і змагальних вправ. Їх використання в специфічних умовах і подальше вдосконалення стосовно завдань, характерних для змагальної діяльності, вимагають цілеспрямованої роботи [3, 6, 8].

Висновки. Таким чином, педагогічний аспект проблеми корекції відхилень у фізичному розвитку та адаптації до фізичних навантажень баскетболістів з вадами слуху, виявляється у підході до досліджуваних явищ як системи взаємозалежних і взаємозумовлених зовнішніх (педагогічних) і внутрішніх (психофізіологічних) факторів при ведучому значенні перших. Тому правомірною є постановка завдання оптимізації взаємодії цих факторів в умовах спеціальних корекційних, навчально-тренувальних і спортивних занять спортом. Використання даних сурдопедагогіки і психології, теорії та методики спортивного тренування, їхній синтез необхідно здійснювати з урахуванням впливу порушення слуху на розвиток спортсмена: порушення зв'язків і відносин між суб'єктом і об'єктами пізнання.

Науковий пошук шляхів оптимізації навчально-тренувального процесу спортсменів з ураженнями слухового аналізатору дозволить констатувати, що технологія корекції різних сторін підготовки, особливо фізичної, може бути ефективною за умови мобілізації усіх компенсаторних можливостей спортсменів з психофізичними порушеннями, у тому числі, – баскетболістів з недоліками слуху.

Перспективи подальших досліджень. Доцільним є наукове обґрунтування структури та змісту методики, спрямованої на підвищення рівня фізичної та функціональної підготовленості спортсменів з вадами слуху, які займаються баскетболом на основі диференційованого підходу при використанні засобів спеціальної фізичної підготовки на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей для підвищення ефективності змагальної діяльності.

Література

1. Бабій І.М. Корекція рухової сфери глухих підлітків

швидкісно-силовими вправами: автореф. дис. на здобуття ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.03 «Корекційна педагогіка» / І.М.Бабій. – Київ, 2002. – 13 с.

2. Байкіна Н.Г. Диагностика и коррекция двигательной сферы у лиц с нарушением слуха: Учеб. пособие для студентов фак. физ. воспитания, спец. психологов и педагогов, тренеров по паралимпийскому и инвалидному спорту / Н.Г.Байкіна. – Запорожье: Изд-во Запорож. гос. ун-та, 2003. – 232 с.
3. Випасняк І.П. Соціальна інтеграція глухих дітей на основі рухової активності: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. фіз. вих. і спорту: спец. 24.00.02. «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / І.П. Випасняк. – Львів, 2007. – 18 с.
4. Еракова Л.А. Физическое развитие и двигательная активность в режиме дня детей с депривацией слуха / Л.А. Еракова // Материалы XI Междунар. науч. конгресса «Современный олимпийский спорт и спорт для всех». – Минск, 2007. – С. 233 – 236.
5. Заворотная О.А. Развитие координационных способностей у баскетболистов 13-14 лет с нарушениями слуха: дис... канд. наук по физическому воспитанию и спорту: спец.: 24.00.01 «Олимпийский и профессиональный спорт» / О.А. Заворотная. – Дн-ськ, 2008. – 187 с.
6. Колишкін О.В. Корекція рухової сфери дітей з розладами слуху засобами адаптивного фізичного виховання / О.В. Колишкін // Теорія і практика фізичного виховання – 2010. – №1-2. – Т.2. – С. 72-80.
7. Теория и методика физического воспитания: В 2-х т.:



- Учебник / под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – С.302 – 303.
8. Лещій Н.П. Розвиток координації рухів у глухих підлітків на уроках фізичної культури: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.03 «Корекційна педагогіка» / Н.П. Лещій. – Одеса, 2004. – 20 с.
9. Овсянникова Е.Ю. Методика коррекции физического развития и физической подготовленности глухих школьников в процессе непрерывного адаптивного физического воспитания: автореф. дисс. на соискание науч. степени канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Е.Ю. Овсянникова. – Ярославль, 2006. – 20 с.
10. Осколкова Е.А. Роль адаптивного физического воспитания в системе профессиональной адаптации инвалидов с нарушением слуха / Е.А. Осколкова // Теория и практика физической культуры. – 2008. – №1. – С.14.

