



ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ
ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ
ПІДГОТОВЛЕНOSTІ
ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ
БАР'ЄРИСТІВ З ВАДАМИ СЛУХУ

Степаненко Дмитро, Печко Ганна

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Аннотация

В статье представлены результаты корреляционного анализа показателей физической подготовленности бегунов на 400 м с барьерами (барьеристов) с нарушениями слуха. В исследовании приняли участие 7 спортсменов высокой спортивной квалификации. Корреляционный анализ проводился путем сравнения по результатам измерений показателей физической подготовленности и соревновательной деятельности в осенне-зимнем и весенне-летнем периоде подготовки. Установлено, что ведущее значение на разных этапах годичной подготовки имеет уровень развития скоростной выносливости. В период основных соревнований возрастает роль интегральной подготовленности, поскольку выявлена достоверная взаимосвязь с показателями, которые отображают уровень развития координации, скоростно-силовых качеств, гибкости и силы разных мышечных групп.

Ключевые слова: барьеристы с нарушениями слуха, физическая подготовленность, корреляционный анализ, периоды подготовки.

Annotation

The article discusses the results of correlation analysis of indexes of physical preparedness of runners on 400 m with barriers with violations of ear. 7 sportsmen of high sporting qualification took part in research.

The correlation analysis was conducted by comparison on results measuring of indexes of physical preparedness and competition activity in the fall-winter and spring-summer period of preparation. It is set that the leading value on different stages of annual preparation has the level of development of speed endurance. The role of integral preparedness increases in the period of basic competitions, as reliable intercommunication with indexes, which represent the level of development of coordination, speed-power qualities, flexibility and strong, is exposed.

Keywords: hurdlers with violations of ear, physical preparedness, correlation analysis, periods of preparation.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасний спорт характеризується динамічним зростанням досягнень, що в свою чергу, вимагає зваженого системного підходу до організації і управління підготовкою спортсменів різної кваліфікації та зумовлює необхідність постійного удосконалення всіх видів підготовки [3].

Доцільно враховувати, що у тренувальному процесі, а особливо в умовах змагальної діяльності, жоден із видів підготовленості не реалізується ізольовано. Їх взаємозв'язок та об'єднання у чітко сформовану цілісну структуру створює передумови для досягнення високих спортивних результатів [2].

Проаналізувавши спеціальну науково-методичну літературу, ми з'ясували, що проблеми адаптивного спорту викликали увагу науковців. Так, дослідження Євсєєва С.П. (2003, 2010), Бріскіна Ю.А. (2005, 2010), Передерій А.В. (2010), дозволили ознайомитися з характеристикою адаптивного спорту, історичним розвитком, організаційною структурою дефлімпійського спорту, класифікацією спортсменів, програмою



та особливостями організації змагань серед спортсменів з вадами слуху [1].

Над проблемою особливостей фізичного розвитку дітей з вадами слуху працювали Байкіна Н. Г. (2002, 2003), Хода Л. Д. (2001). Особливості рухової діяльності спортсменів з вадами слуху в різних видах спорту висвітлені у дослідженнях Бабія І.М. (2002), Каковкіної О. А. (2014), Пікінера О.С. (2017).

Та, незважаючи на проведені дослідження, тренувальний процес легкоатлетів-дефлімпійців носить несистемний та випадковий характер, що пов'язане з особливостями зазначеного контингенту та недостатнім науково-методичним вивченням їхньої змагальної та тренувальної діяльності [4].

У зв'язку з цим великого значення набувають дослідження, спрямовані на пошук нових шля-

хів підвищення спортивних результатів дефлімпійців з урахуванням їхньої нозологічної групи [5].

Мета дослідження: визначити структуру взаємозв'язків показників фізичної підготовленості бар'еристів з вадами слуху для удосконалення процесу фізичної підготовки.

Результати дослідження та їх обговорення. Представлений фрагмент експериментальної

Таблиця 1

Взаємозв'язки показників фізичної підготовленості бар'еристів з вадами слуху на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей в осінньо-зимовому періоді підготовки на початку дослідження

Показники	Потрійний стрибок, см	Стрибок у довжину з місця, см	5-кратний стрибок з місця, м	10-кратний стрибок з місця, м	Човниковий біг, с	Піднімання тулуба в сід за 10 с, разів	Згинання-розгинання рук в упорі лежачи	Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	Біг 200 м, с	Біг 60 м, с	Біг 150 м, с	Біг 600 м, с	Біг 400 м, с	Біг 300 м, с
Біг 300 м, с	-0,33	-0,52	-0,47	-0,42	0,61	-0,64	0,92*	-0,34	1,00*	0,64	0,98*	0,91*	0,92*	1
Біг 400 м, с	-0,13	-0,55	-0,29	-0,29	0,45	-0,61	-0,44	-0,08	0,92*	0,56	0,94*	0,99*	1	
Біг 600 м, с	-0,10	-0,55	-0,35	-0,36	0,40	-0,63	-0,53	-0,08	0,91*	0,54	0,95*	1		
Біг 150 м, с	-0,26	-0,58	-0,49	-0,44	0,52	-0,69	-0,55	-0,23	0,98*	0,64	1			
Біг 60 м, с	-0,57	-0,84**	-0,33	-0,18	0,80**	-0,44	-0,02	-0,26	0,64	1				
Біг 200 м, с	-0,33	-0,52	-0,47	-0,42	0,61	-0,64	-0,45	-0,34	1					
Нахил тулуба з положення сидячи, см	0,65	0,21	0,68	0,68	-0,68	-0,24	-0,07	1						
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, разів	-0,35	0,10	0,60	0,60	0,26	0,66	1							
Піднімання тулуба в сід за 10 с, разів	-0,29	0,16	0,19	0,09	-0,08	1								
Човниковий біг 4х9 м, с	-0,79	-0,62	-0,35	-0,26	1									
10-кратний стрибок з місця, м	0,29	0,35	0,97*	1										
5-кратний стрибок з місця, м	0,38	0,43	1											
Стрибок у довжину з місця, см	0,64	1												
Потрійний стрибок з місця, см	1													

Примітка : * – високий ступінь взаємозв'язку при $p \leq 0,001$, ** – при $p \leq 0,05$



Взаємозв'язки показників фізичної підготовленості бар'єристів з вадами слуху на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей в осінньо-зимовому періоді підготовки на початку дослідження

Показники	Потрійний стрибок, см	Стрибок у довжину з місця, см	5-кратний стрибок з місця, м	10-кратний стрибок з місця, м	Човниковий біг, с	Піднімання тулуба в сід за 10 с, разів	Згинання-розгинання рук в упорі лежачи	Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	Біг 200 м, с	Біг на 400 м, с	Біг на 400 м з.б., с
Біг 400 м, з/б, с	-0,18	0,16	-0,46	-0,38	0,41	-0,48	-0,70**	-0,87*	0,40	0,70**	1
Біг 400 м, с	0,30	-0,05	-0,56	-0,68	0,15	-0,59	-0,71**	-0,53	0,70**	1	
Біг 200 м, с	0,20	0,08	-0,44	-0,39	0,07	-0,49	-0,54	-0,45	1		
Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	0,38	0,23	0,55	0,47	-0,63	0,25	0,56	1			
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, разів	-0,33	-0,24	0,82*	0,74**	0,05	0,86*	1				
Піднімання тулуба в сід за 10 с, разів	-0,36	-0,10	0,73**	0,60	0,06	1					
Човниковий біг 4х9м, с	-0,78**	-0,85*	-0,26	-0,18	1						
10-кратний стрибок з місця, м	-0,10	0,23	0,93*	1							
5-кратний стрибок з місця, м	0,09	0,20	1								
Стрибок у довжину з місця, см	0,73**	1									
Потрійний стрибок у довжину з місця, см	1										

Примітка : * – високий ступінь взаємозв'язку при $p \leq 0,001$, ** – при $p \leq 0,05$

роботи відображає особливості зміни результатів кореляційного аналізу в залежності від періоду річного циклу тренування. На першому етапі нами було досліджено рівень фізичної підготовленості та змагальної діяльності у осінньо-зимовому періоді підготовки семи бар'єристів дефлімпіців спортивної кваліфікації МСУ – МСУМК, за чотирнадцятьма показниками, після чого проведено розрахунок рангової кореляції.

Кореляційний аналіз показників фізичної підготовленості дозволив виявити досить стійкі взаємозв'язки у 46 випадках, що склало близько 50 % від загальної кількості отриманих коефіцієнтів

кореляції (табл. 1).

Для визначення впливу показників фізичної підготовленості на змагальний результат у якості інтегрального показника у зимовому змагальному періоді було обрано біг на 400 м. За результатами рангової кореляції встановлено вірогідно позитивні взаємозв'язки інтегрального показника з результатами бігу на 150 м, 200 м, 300 м та 600 м, що вказує на важливість швидкісної витривалості у досягненні високих результатів у бігу на 400 м. Також отримані дані дозволяють стверджувати про середній позитивний взаємозв'язок прояву вибухової сили, швидкості та швидкісної сили.

Як показали наші досліджен-

ня, найбільш універсальною дистанцією, в осінньо-зимовому періоді підготовки є біг на 300 м, оскільки проведення кореляційного аналізу дозволило виявити 70 % випадків статистично достовірного взаємозв'язку високого та середнього рівня істотності.

Проведені розрахунки дозволили стверджувати, що усі тестові показники, які пов'язані з проявом спеціальної підготовленості мають істотний позитивний взаємозв'язок; середній рівень взаємозв'язку встановлено з тестами, які визначають прояв силових і швидкісно-силових якостей як верхніх, так і нижніх кінцівок.

Взаємозв'язки показників фізичної підготовленості дослідже-



них бар'єристів з вадами слуху у весняно-літньому періоді підготовки представлені у таблиці 2.

Кореляційний аналіз дозволив нам отримати 55 коефіцієнтів кореляції між результатами 11 тестових показників, які мали високий рівень взаємозв'язку у 13 випадках та 8 показників мали середній рівень.

У порівнянні з осінньо-зимовим періодом підготовки, відповідно до специфіки літнього змагального періоду, нами не досліджувалися показники у таких бігових дисциплінах, як: біг на 60м, 150м, 300м, 600м. Натомість ми мали змогу дослідити особливості взаємозв'язку бігу на 400м з бар'єрами, який мав високий достовірний ступінь залежності з показниками бігу на 400м, згинання-розгинання рук в упорі лежачі і нахилом тулуба з положення сидячи, що пояснюється позитивним впливом на спортивний результат силових здібностей і гнучкості.

Значно інформативніші результати кореляційного аналізу спостерігаються при розгляді особливостей взаємозв'язків показника у бігу на 400 м, який мав високий рівень взаємозв'язку з показниками бігу на 200 м, згинання-розгинання рук в упорі лежачі і середній – з показниками нахилу тулуба з положення сидя-

чи, піднімання тулуба в сід за 10 с, п'ятикратного та десятикратного стрибка у довжину з місця.

Порівняльний аналіз кореляційних взаємозв'язків результатів тестування у осінньо-зимовому та весняно-літньому періоді підготовки бар'єристів з вадами слуху дозволяє стверджувати, що характер взаємозв'язків змінюється залежно від періоду підготовки. Так, в осінньо-зимовому періоді підготовки змагальний результат має залежність від показників вибухової сили та швидкісної витривалості, а у весняно-літньому періоді – високий змагальний результат забезпечується комплексним проявом усіх фізичних здібностей.

Висновки. Виявлено основну залежність спортивного результату від рівня прояву швидкісної витривалості, а в період основних змагань зростає роль інтегральної підготовленості, оскільки виявлено істотний достовірний взаємозв'язок з показниками, які відображають рівень розвитку координації, швидкісно-силових якостей, гнучкості та сили різних м'язових груп. Таким чином, при плануванні процесу фізичної підготовки бар'єристів з вадами слуху основну увагу слід приділяти засобам і методам, які б сприяли розвитку всіх сторін фізичної підготовленості з акцентом на домі-

нування швидкісної витривалості.

Література

1. Бріскін Ю.А., Передерий А.В., Евсеев С.П. Адаптивна фізкультура и спорт / за ред. Ю.А. Бріскіна. Москва: Советский спорт, 2010. 316 с.
2. Демідова О.М. Фізична підготовка спортсменів-танцюристів 14-18 років на етапі спеціалізованої базової підготовки: дис. на здобуття наукового ступеню канд. наук з фізичного виховання і спорту: [спец.] 24.00.01 – «Олімпійський і професійний спорт» / Дніпропетровськ, 2014. С. 74.
3. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. Киев: Олімпійська література, 2013. 624 с.
4. Степаненко Д., Печко Г. Особливості фізичної підготовленості бар'єристів з вадами слуху // Спортивний вісник Придніпров'я. Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2015. № 3. С. 142.
5. Степаненко Д.І., Печко Г.Ю. Особливості фізичної підготовленості легкоатлетів з вадами слуху, які спеціалізуються у бігу з бар'єрами // «Молодь та Олімпійський рух» Київ, 2016 р. С.132.

