



Министерство спорта и туризма
Республики Беларусь



Учреждение образования
«Белорусский государственный
университет физической культуры»

МОЛОДАЯ СПОРТИВНАЯ НАУКА БЕЛАРУСИ

*Материалы Международной
научно-практической конференции*

В трех частях

Часть 1

8–10 апреля 2014 г.

Минск
БГУФК
2014

УДК 796:001(063)
ББК 7А
М75

Рекомендовано к изданию редакционно-издательским советом БГУФК

Редакционная коллегия:

д-р пед. наук, проф. *Т. Д. Полякова* (главный редактор);

д-р пед. наук, проф. *Т. П. Юшкевич* (заместитель главного редактора);

д-р филос. наук, доц. *Т. Н. Буйко*; д-р пед. наук, проф. *Е. И. Иванченко*;
д-р пед. наук, проф. *М. Е. Кобринский*; д-р пед. наук, проф. *А. Г. Фурманов*;
д-р пед. наук, проф. *А. М. Шахлай*

Молодая спортивная наука Беларуси : материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 8–10 апр. 2014 г. : в 3 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры ; редкол.: Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУФК, 2014. – Ч. 1. – 334 с.
ISBN 978-985-7076-47-5 (ч. 1).
ISBN 978-985-7076-46-8.

В материалах Международной научно-практической конференции рассматриваются современные проблемы спорта высших достижений, паралимпийского спорта и спорта для всех.

Представленные материалы могут быть использованы профессорско-преподавательским составом, докторантами, аспирантами, магистрантами, студентами в научной деятельности и образовательном процессе в области физической культуры и спорта.

УДК 796:001(063)

ББК 7А

ISBN 978-985-7076-47-5 (ч. 1)
ISBN 978-985-7076-46-8

© Учреждение образования «Белорусский государственный университет физической культуры», 2014

СОСТАВЛЯЮЩИЕ СИСТЕМЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

Бегидова Т.П., канд. пед. наук, профессор,
Воронежский государственный институт физической культуры,
Российская Федерация

Люди с отклонениями в состоянии здоровья (включая инвалидов) непрерывно преодолевают физические и психические трудности, встречающиеся в жизни.

Спорт можно считать моделью жизни, где в концентрированной форме отражены все ее стороны. В связи с гуманизацией общества стран постсоветского пространства особую значимость приобрели занятия адаптивной физической культурой и спортом, способствующие комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с инвалидностью.

Конкуренция стран на мировой арене выражается в различных видах и формах, одна из них – спорт, в последние годы в том числе и адаптивный. Можно дискутировать на эту тему, но профессиональный спорт – реальная действительность, подтверждаемая увеличением премиальных выплат лицам с инвалидностью за спортивные достижения в большинстве государств мира.

Рост числа участников, конкуренции в адаптивном спорте, недостаток научно обоснованных государственных программ спортивно-адаптивных учреждений, в соответствии с которыми должен планироваться тренировочный процесс, решение вопросов их влияния на комплексную реабилитацию и интеграцию в общество лиц с инвалидностью влекут за собой актуальность исследований системы спортивной подготовки.

Представлена часть изыскания по госзаданию Минспорттуризма РФ на 2012–2014 гг. на выполнение научно-исследовательской работы «Спортивная подготовка в комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья».

Гипотеза исследования. Предполагалось, что уточнение составляющих системы спортивной подготовки [2] с использованием программ тренировочных занятий позволит рационально планировать тренировочный процесс, улучшая функциональное состояние, уровень подготовленности и спортивные результаты, тем самым способствуя комплексной реабилитации и интеграции лиц с инвалидностью к жизни в современном обществе.

Объект исследования – система спортивной + подготовки лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Предмет исследования – составляющие спортивной подготовки: физическая, техническая, психологическая, тактическая и интеллектуальная.

Цель исследования – уточнение составляющих системы спортивной подготовки с использованием программ тренировочных занятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Задачи исследования:

1. Определить тенденции развития адаптивного спорта.
2. Выявить значение спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями в их комплексной реабилитации и социальной интеграции.
3. Экспериментально установить влияние разработанных и внедренных программ спортивной подготовки учреждений дополнительного образования на достижения лиц с отклонениями в состоянии здоровья.

Поставленные задачи решались следующими методами: анализ и обобщение данных литературы; педагогические наблюдения; анкетирование спортсменов, тренеров и специалистов; антропометрия; тестирование; педагогический эксперимент; методы математической статистики.

Результаты исследования. С 1993 года усилиями преподавателей и студентов Воронежского государственного института физической культуры проводились спортивные праздники детей-инвалидов. В 1998 г. был создан общественный Совет по адаптивной физической культуре, куда вошли представители комитетов здравоохранения, социальной защиты населения, образования; общественных организаций инвалидов и СМИ. Совет обратился к губернатору и в областную Думу с предложением об открытии детско-юношеской школы адаптивной физической культуры инвалидов.

С сентября 1999 года работает уникальное учреждение дополнительного образования: Воронежская областная детско-юношеская школа адаптивной физической культуры инвалидов, в 2006 г. переименованная за спортивные достижения воспитанников в Специализированную детско-юношескую спортивную школу олимпийского резерва инвалидов. В школе, являющейся структурным подразделением управления физической культуры и спорта Воронежской области, занимается свыше 750 воспитанников 4 нозологических групп: глухие и слабослышащие, слепые и слабовидящие, с ПОДА и нарушением интеллекта. Работа школы охватывает все коррекционные учреждения Воронежа и большую долю областных, часть общественных организаций и детей-инвалидов, обучающихся в общеобразовательных учреждениях и на дому, более чем 3000 лиц с ограниченными возможностями, занимающихся АФК и спортом.

Основным направлением исследований стало совершенствование системы спортивной подготовки гимнастов Специальной Олимпиады и пловцов-паралимпийцев (с поражением опорно-двигательного аппарата и с нарушением зрения) на основе предложенных программ.

В настоящее время в России активно открываются государственные спортивно-адаптивные школы и отделения, которые должны осуществлять свою деятельность на основе типовых программ.

Целью разработанной по спортивной гимнастике [1] и адаптированной по плаванию [4] программ являлось научно-методическое обоснование и обеспечение организации тренировочного процесса для повышения уровня физической подготовленности лиц с ограниченными возможностями, достижения ими гармоничности физического развития и, как следствие, их реабилитация и интеграция в обществе. В программах внимание акцентировалось на инклюзивном тренировочном процессе и интеллектуальной подготовке с внедрением практики олимпийского образования во время проведения сборов и спортивных мероприятий.

Исследование проводится с учащимися СДЮСШОРИ на базе Воронежского государственного института физической культуры, в арендованных бассейнах, на базах специальных (коррекционных) школ-интернатов Воронежской области и в местах проведения сборов и соревнований по спортивной гимнастике и плаванию с 2000 года.

Встречающаяся ситуация систематических неудач лиц с инвалидностью способствует аномальному формированию личности, поэтому на тренировочных занятиях создается положительный эмоциональный фон за счет применения различных игр и поощрений. Лояльное отношение тренеров, акцент на позитивных качествах учеников помогают формировать стремление и желание проявить себя с положительной стороны [3].

Двигательная деятельность сочетается с интеллектуальной: спортсменам необходимо понять поставленные задачи, усвоить смысл указаний тренера, словесно проанализировать свои действия и допуская ошибки. Побуждение учащихся к ответам на вопросы способствует осознанию движений, развитию речи и обогащению словарного запаса.

Широко использовались педагогические приемы, направленные на активизацию внимания и поддержание интереса к занятиям. Чередование различных по характеру упражнений, самостоятельное проведение разминок, выполнение задания «на внимание» после каждой смены вида деятельности позволяли сохранять интерес к изучаемому материалу и способствовали повышению эффективности обучения, так как у лиц с ограниченными возможностями вследствие недоразвития волевых процессов быстро пропадает желание к выполнению монотонной работы.

На тренировочных занятиях создавались условия для проявления креативности спортсменов: импровизации под музыкальное сопровождение, составление хореографических связок, проведение в игровой форме конкурсов на лучшее выполнение элементов в гимнастике; регулярные соревнования на коротких дистанциях – в плавании.

Совместные занятия и общение с гимнастами школы олимпийского резерва им. Ю.Э. Штукмана (работа с ними на отдельных снарядах гимнастического многоборья, проведение совместных подвижных и спортивных игр, выполнение заданий в парах) заложили фундамент социальной адаптации, проявляемый в формировании дружеских отношений между лицами с ограниченными возможностями и здоровыми спортсменами, как в режиме спортивной тренировки (использование подражательных реакций), так и за ее пределами (походы в гости, совместные выезды на природу, спортивно-оздоровительные сборы и т. д.).

Время занятий пловцам выделяется параллельно с группами здоровья и учащимися спортивных школ.

Занятия общей физической подготовкой (ОФП) гимнасты и пловцы проводят в спорткомплексе ВГИФК, общаясь со студентами.

Общение спортсменов между собой, с тренерами, знакомства с правилами поведения в спортооружениях, беседы о спорте, выдающихся спортсменов, спортивном режиме способствовали усвоению знаний и расширению контактов лиц с инвалидностью.

В ходе работы регулярно проводилось тестирование испытуемых: изучались показатели физической подготовленности, функционального состояния, антропометрические, психологические и социальной адаптации.

Использование предложенной программы по спортивной гимнастике для учреждений дополнительного образования спортивно-адаптивной направленности позволило тренерам-преподавателям и специалистам рационально планировать тренировочный процесс и распределять нагрузку на занятиях, улучшая уровень подготовленности занимающихся и их спортивные результаты. Занятия спортивной гимнастикой положительно влияют на отношение лиц с нарушением интеллекта к внеклассной и учебной деятельности, улучшают их дисциплинированность, успеваемость по учебным предметам, что способствует реабилитации, адаптации и интеграции лиц с нарушением интеллекта к жизни в современном обществе.

Эффективность разработанной программы подтверждается тем, что воронежские гимнасты, учащиеся СДЮСШОРИ постоянно представлены в составе сборной команды России для участия в международных соревнованиях, ими завоеваны медали Европейских и Всемирных игр. В настоящее время 5 спортсменов готовятся к Европейским играм Специальной Олимпиады 2014 года, которые будут проходить в Бельгии.

Подтверждением успешной реабилитации и интеграции инвалидов, лиц с нарушением интеллекта в результате использования средств адаптивной физической культуры является обучение гимнастов Воронежской областной СДЮСШОР в учреждениях среднего профессионального образования и их дальнейшее трудоустройство. Уникальным для России является пример Андрея Вострикова, гимнаста с синдромом Дауна, многократного победителя игр Специальной Олимпиады, выпускника училища по специальности «Повар».

Регулярные инклюзивные тренировочные занятия под контролем функционального состояния организма пловцов с инвалидностью способствуют росту спортивных результатов. Воронежскими пловцами в 2013 году завоевано большое количество медалей на крупнейших соревнованиях. Высшими достижениями стали 1 золотая (с рекордом Европы) и 2 серебряные медали ЗМС Нины Рябовой и 5 золотых и 1 серебряная медали ЗМС Дарьи Стукаловой на чемпионате мира в Канаде.

В состав паралимпийских сборных команд РФ по плаванию входят 4 спортсмена с нарушением зрения и 3 спортсмена с ПОДА. Несмотря на спортивные результаты, акцент в подготовке пловцов по-прежнему делается на их интеграции в обществе: большинство из них трудоустроены (2 человека по окончании вузов); обучаются в высших и средних профессиональных образовательных учреждениях. Молодежь готовится к получению профессионального образования.

Спортсмены с инвалидностью становятся лауреатами и стипендиатами премий и фондов, победителями и призерами конкурсов и Олимпиад.

Выводы

1. Анализ развития адаптивного спорта позволил установить, что в последние годы процесс спортивной подготовки начинает носить системный характер, создавая условия для целенаправленного психофизического развития лиц с инвалидностью и достижения ими спортивных результатов.

2. Выявлено, что в адаптивном спорте все стороны подготовки (физическая, техническая, психологическая, тактическая и интеллектуальная подготовка) имеют еще более выраженную степень индивидуализации, чем в спорте здоровых людей.

3. Ведущей целью, по нашему мнению, в адаптивном спорте является комплексная реабилитация и социальная интеграция на основе использования спортивных достижений занимающихся.

4. Подтверждена эффективность занятий адаптивным спортом по предложенным нами инклюзивным программам. В результате улучшается функциональное состояние, интенсифицируются обменные процессы, происходит гармонизация показателей физического развития, повышение уровня физической подготовленности и улучшение психоэмоционального состояния; растут спортивные результаты; осуществляется комплексная реабилитация и социальная интеграция лиц с инвалидностью, что приводит к гуманизации и, следовательно, «выздоровлению» современного общества.

5. Внедрение разработанных программ спортивной подготовки учреждений дополнительного образования спортивно-адаптивной направленности позволило улучшить спортивные результаты. Подготовлены 2 заслуженных мастера спорта РФ, 1 МС РФ международного класса, 2 мастера спорта РФ, 2 заслуженных тренера РФ, завоеваны медали чемпионатов мира, Европы и Паралимпийских игр по плаванию. Комплексная реабилитация и социальная интеграция спортсменов подтверждена тем, что 5 из них учатся в высших учебных заведениях, 2 уже трудоустроены по специальности; 3 – лишены инвалидности.

Большинство спортсменов с интеллектуальными нарушениями окончили учреждения среднего профессионального образования и создали семьи, интегрируясь в общество.

1. Бегидова, Т. П. Спортивная гимнастика (мужчины и женщины): Примерная программа для учреждений дополнительного образования спортивно-адаптивной направленности (для лиц с нарушением интеллекта и прочих адаптивных способностей – движение Специальной Олимпиады) / Т. П. Бегидова, С. А. Пушкин, М. В. Бегидов. – Воронеж: ИТА, 2011. – 130 с.

2. Карелин, А. А. Система интегральной подготовки высококвалифицированных борцов: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / А. А. Карелин. – СПб., 2002. – 406 с.

3. Королев, П. Ю. Социальная адаптация лиц с нарушением интеллекта средствами спортивной гимнастики: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / П. Ю. Королев. – Малаховка, 2009. – 22 с.

4. Типовая программа по плаванию (для организаций и учреждений, занимающихся с детьми с отклонениями в развитии) / Н. А. Сладкова, Ю. А. Назаренко, С. А. Борисовская, Т. М. Гаврилова, Р. А. Толмачев. – М.: Госкомспорт России, 2002. – 31 с.

СОДЕРЖАНИЕ

СПОРТ ВЫСШИХ ДОСТИЖЕНИЙ И ПАРАЛИМПИЙСКИЙ СПОРТ 3

Альшеевский И.И.

Управление спортивной подготовкой резерва в конькобежном спорте 3

Антонов Г.В.

Вольтижные упражнения: совершенствование системы подготовки в спортивной акробатике 5

Барышникова Л.Н., Касперович Е.В.

Структура спорта высших достижений и социально-правовой статус спортсменов-профессионалов 7

Бегидова Т.П.

Составляющие системы спортивной подготовки лиц с ограниченными возможностями 9

Белявский Д.Н., Морозевич О.А.

Двунаправленный анализ судейской оценки как информационная основа управления подготовкой команды формейшн в танцевальном спорте 12

Бинюсеф И.М.

Многолетняя динамика спортивных результатов у пловцов-спринтеров 15

Бойко И.И., Третьяк В.Л.

Оценка уровня физической подготовленности высококвалифицированных гандболистов БГУФК и мужской команды «Виктория-Регия» 17

Бойко И.И., Третьяк В.Л., Жигунова Е.А.

Динамика уровня физической подготовленности высококвалифицированных гандболисток БГУФК 20

Бойченко К.Ю.

Использование компьютерных технологий для повышения квалификации спортсменов 23

Бондарь А.И., Листопад И.В., Демко Н.А., Воропай М.К.

Результаты тестирования специальных физических качеств лыжниц-гонщиц различного возраста 25

Боярина Ю.С., Цагельникова А.А., Цыганов О.В.

Педагогический контроль уровня физической подготовленности квалифицированных теннисистов (на примере студентов БГУФК (мужчины)) 27

Булатов П.П., Лукша Е.П.

Методика развития скоростно-силовых способностей у юных гонщиков ВМХ 29

Войтова О.В., Кропивницкая Т.А.

Особенности возникновения и становления пляжных игровых видов спорта в мире 31

Володенкова Л.И., Ступень М.П.

Система контроля за различными сторонами подготовленности фигуристов 33

Воронцов А.А., Прилуцкий П.М.

Особенности планирования физической подготовленности юных пловцов 36

Глазько А.Б., Глазько Т.А., Левитан А.П.

Методические основы планирования предсоревновательного этапа в подготовке квалифицированных пловцов-спринтеров 39

Глазько А.Б., Глазько Т.А., Лепешинская И.А.

Концепция построения подготовительного периода в подготовке квалифицированных пловцов-спринтеров 40