



Міністерство освіти і
науки України



Національний
університет
фізичного
виховання і спорту
України



Спортивний
комітет України

Тренерський факультет
Кафедра професійного, неолімпійського та адаптивного спорту

Матеріали X Міжнародної наукової інтернет-конференції

«СПОРТ ТА СУЧАСНЕ СУСПІЛЬСТВО»



3 березня 2017 року

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І
СПОРТУ УКРАЇНИ
СПОРТИВНИЙ КОМІТЕТ УКРАЇНИ**

«СПОРТ ТА СУЧАСНЕ СУСПІЛЬСТВО»

**Матеріали
X Міжнародної наукової інтернет-конференції**

3 березня 2017 року

УДК 796:316.3

Спорт та сучасне суспільство: Матеріали X Міжнародної наукової інтернет-конференції 3 березня 2017 р. / НУФВСУ. — К.: Олімпійська література, 2017. — 214 с.



**Вітальне слово проректора з науково-педагогічної роботи НУФВСУ
Борисової Ольги Володимирівни**

Шановні учасники та гості конференції!

Щиро вітаю наукову спільноту із зібранням з нагоди проведення X Міжнародної наукової інтернет-конференції «Спорт та сучасне суспільство». Цей захід вже втретє організовано в режимі онлайн, що дозволяє залучити широку аудиторію. В цьому році вперше конференція отримала міжнародний статус, що також свідчить про позитивні тенденції її розвитку.

Маю надію, що ця конференція стане вагомим внеском у розвиток професійного, неолімпійського та адаптивного спорту. Дана зустріч – унікальна можливість для фахівців з різних міст України та зарубіжжя обговорити актуальні питання розвитку сучасного спорту, освіти, науки, ознайомитись з кращими практиками європейських вищів.

Користуючись нагодою, хотіла би від усієї душі привітати колектив кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту з проведенням ювілейної X Міжнародної наукової інтернет-конференції «Спорт та сучасне суспільство».

Молодим ученим та учасникам конференції — активної дискусії та плідного обміну досвідом на цьому представницькому онлайн-форумі й нових успіхів у невтомному науковому пошуку. Сподіваючись на продовження нашої взаємно корисної співпраці, від усього серця бажаю нових здобутків, завзяття й ентузіазму, міцного здоров'я, мирного неба, невичерпної енергії, творчого пошуку та високоефективного практичного втілення своїх здобутків заради світлого майбутнього України!

З повагою,

О. В. Борисова



**Вітальне слово президента Спортивного
комітету України
Шевляка Іллі Миколайовича**

Шановні учасники конференції!

Від щирого серця вітаю колектив кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту НУФВСУ із 10-ю річницею з часу заснування конференції.

В університеті готують атлетів, тренерів та фахівців зі спорту, в т. ч. неолімпійських видів, розвитком яких в нашій державі опікується Спортивний комітет України. Результатом плідної співпраці НУФВСУ та СКУ стало запровадження у навчальний процес дисципліни «Неолімпійський спорт».

Окремо хочу відзначити потужну наукову складову в діяльності університету. Саме завдяки новітнім технічним та методологічним напрацюванням в кабінетах і лабораторіях НУФВСУ наші спортсмени вже багато десятиліть утримують передові позиції на світовій арені. Маємо також багато напрацювань у межах роботи Академії Спортивного комітету України. Зокрема за активної участі співробітників НУФВСУ Академія СКУ розробила концепцію підготовки спортсменів до 9-х Всесвітніх ігор з неолімпійських видів спорту в Калі (Колумбія), де наша збірна виборола 30 медалей і посіла 7 загальнокомандне місце. Перекоаний, що і подальша співпраця буде не менш результативною.

Бажаю учасникам X Міжнародної наукової інтернет-конференції «Спорт та сучасне суспільство» невпинного зростання, професійного вдосконалення та плідних років роботи задля розвитку українського спорту.

З повагою,

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'I. M. Shevlyak'.

І. М. Шевляк

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1

СУЧАСНИЙ СТАН ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО СПОРТУ

АБРАСЬОВ О. С., ШУТОВА С. Є. АНАЛІЗ ЧАСОВОГО ІНТЕРВАЛУ АТАКИ КВАЛІФІКОВАНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ У НАПАДІ 11

ВОРОНЮК І. І., ПУТЯТІНА Г. М. УЗАГАЛЬНЕННЯ ФУНКЦІЙ МЕНЕДЖМЕНТУ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ЗАХОДУ 15

ГЛЄБОВА О. В., ШЛЬОНСЬКА О. Л. ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СТИБУЧОСТІ У ЗМАГАЛЬНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ВОЛЕЙБОЛІСТОК ВИСОКОГО КЛАСУ 20

ГОНЧАРЕНКО Є. В., МАХНО І. І. РОЛЬ МАРКЕТИНГУ У РОЗВИТКУ ВОЛЕЙБОЛУ В УКРАЇНІ 25

ГОШКО А. Є., СВИСТІЛЬ Ю. В., БРІСКІН Ю. А., ЗАДОРЖНА О. Р. ФОРМУВАННЯ СКЛАДУ КОМАНДИ З УРАХУВАННЯМ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПРОВІДНИХ ФЕХТУВАЛЬНИЦЬ НА ШПАГАХ 29

ГРИГОРЕНКО Є. А., ШЛЬОНСЬКА О. Л. КОНТРОЛЬ ТРЕНУВАЛЬНОЇ ТА ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТОК 33

ДИМИТРЕНКО А. В., СМИРНОВСЬКИЙ С. Б. ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ШКОЛЯРІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ФЕХТУВАННЯМ НА ШПАГАХ 38

ДУДУЦ К. І., ГАКМАН А. В. СУЧАСНІ БІОМЕХАНІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ У СПОРТІ 41

ІЛЬІН К. В., ЗАЛОЙЛО В. В. ДИНАМІКА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ 45

МАЛІКОВА К. А., ЯРИМБАШ К. С. ОСОБЛИВОСТІ ШВИДКІСНО-СИЛОВОЇ ПІДГОТОВКИ ТЕНІСІСТІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ 49

СУХОВ В. М., ЛИНЕЦЬ М. М. ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ВІДБОРУ БАСКЕТБОЛІСТІВ ДО СТУДЕНТСЬКИХ КОМАНД США 55

ТИМОМОЩЕНКО Т. И. РЕЛЕВАНТНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ КАК СТРАТЕГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ПРОГНОЗА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ 60

ЯСІНСЬКА Н. А., ЗАДОРЖНА О. Р. МАРКЕТИНГОВІ ІНСТРУМЕНТИ У ПРОФЕСІЙНОМУ СПОРТІ (НА ПРИКЛАДІ ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСІВ У БАСКЕТБОЛІ) 66

РОЗДІЛ 2

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ НЕОЛІМПІЙСЬКОГО СПОРТУ

АНДРЕЄВА В. В., БОРИСОВА Ю. Ю. ОБҐРУНТУВАННЯ НЕОБХІДНОСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ МЕТОДИКИ РОЗВИТКУ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ДЛЯ ГІМНАСТОК 7-8 РОКІВ 72

БАЙРАМОВ Р. Х., БОНДАР А. С. СТАН РОЗВИТКУ НЕОЛІМПІЙСЬКОГО СПОРТУ В ХАРКІВСЬКІЙ ОБЛАСТІ 75

ГУЛЮК Н. О., МАРИНИЧ В. Л. СУЧАСНІ УЯВЛЕННЯ ПРО ОЗДОРОВЧО-ВИХОВНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЕСТЕТИЧНОЇ ГІМНАСТИКИ 80

ДОБРОВОЛЬСКИЙ Л. А., ДОЛЫШЕВА Н. Г. ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ БОДИБИЛДИНГА КАК ВИДА СПОРТА В МЕЖДУНАРОДНОМ СПОРТИВНОМ ДВИЖЕНИИ 84

ЖИВОТОВСКИЙ А. А., МИКИТЧИК О. С. МИРОВАЯ ЭЛИТА ХАЙДАЙВИНГА 88

ПЕРЕТЯТЬКО А. С., БОРИСОВА О. В., НАГОРНА В. О. ІНТЕГРАЛЬНА ПІДГОТОВКА ДО ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ БІЛЬЯРДИСТІВ 92

СЕРЕБРЯНСЬКА Д. М., ДОЛЫШЕВА Н. Г. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ З ВЕСЛУВАННЯ НА ЧОВНАХ «ДРАКОН» 97

СЕРЕДА Н. В. ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ МАРКЕТИНГОВОЮ ДІЯЛЬНІСТЮ НЕОЛІМПІЙСЬКОГО СПОРТУ 101

ФЩЕНКО Л. М., КРАСНЯНСЬКИЙ К. В. ОСОБЛИВОСТІ 105
ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ З ВЕЛОСИПЕДНОГО СПОРТУ

ШИТІКОВА Є. А., МАРИНИЧ В. Л. РОЗВИТОК 110
СУДНОМОДЕЛЬНОГО СПОРТУ ЯК ТЕХНІЧНОГО СПОРТУ В СВІТІ
ТА УКРАЇНІ

РОЗДІЛ 3

РОЗВИТОК АДАПТИВНОГО СПОРТУ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ

БАЙДЮК М. Ю., ГАКМАН А. В. МОТИВАЦІЙНІ ЧИННИКИ ДО 116
РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ

БЕКАР С. В., ДЕВЯТАЕВА О. В. ПЕРСПЕКТИВИ ПРИМЕНЕНИЯ 121
БИОНИЧЕСКОГО ПРОТЕЗИРОВАНИЯ ДЛЯ ЛЮДЕЙ С
НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

БОВДА І. О., ЯРМОЛЕНКО М. А. ОСОБЛИВОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ 126
ДІЯЛЬНОСТІ ОСІБ З АМПУТАЦІЯМИ У ПАРАЛІМПІЙСЬКОМУ
ПАУЕРЛІФТИНГУ

БОРОДІНА Т. В., ПАЦУРА В. І., НАГОРНА В. О., 130
МЕРШАВКА В. М. СТАН РОЗВИТКУ АДАПТИВНОГО СПОРТУ В
УКРАЇНІ

ВИСОЦЬКИЙ О. В., КРОПИВНИЦЬКА Т. А. ПРОБЛЕМИ 133
ОРГАНІЗАЦІЇ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ОСІБ ІЗ
СИНДРОМОМ МАРТИНА-БЕЛЛА

ВОЛЬВАХ Т. С., КОГУТ І. О. ЗАНЯТТЯ АДАПТИВНИМ СПОРТОМ 138
ЯК ЗАСІБ РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСІБ З ВАДАМИ ЗОРУ

ГРИЦИК С. Ю., ДЕВЯТАЕВА О. В. ВОЛЕЙБОЛ СИДЯЧИ У 143
СИСТЕМІ ПАРАЛІМПІЙСЬКОГО СПОРТУ

ДОРОШЕНКО М. О., КОТЛЯР А. А., НАГОРНА В. О. 147
ОСОБЛИВОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ БІЛЬЯРДИСТІВ З
ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ

ДОРОШЕНКО М. О., НАГОРНА В. О. НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС ЯК 150
ЗАСІБ СОЦІАЛЬНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДЛЯ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ

КОВТУН А. І., МАРИНИЧ В. Л. ТЕХНІЧНА ПІДГОТОВКА 154
СПОРТСМЕНІВ З ПОРУШЕННЯМИ СЛУХУ В РІЗНИХ ВИДАХ
СПОРТУ

- МАСЛОВ А. О., КОГУТ І. О.** РОЛЬ ХАРЧУВАННЯ ПРИ ПІДГОТОВЦІ СПОРТСМЕНІВ З ІНВАЛІДНІСТЮ 159
- МИРОШНИЧЕНКО Б. А., КОГУТ И. А.** ЭТИЧЕСКИЕ ТРУДНОСТИ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНОГО СПОРТА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ 165
- МИШИН М. В.** АНАЛИЗ СОСТАВА КОМАНД В БАСКЕТБОЛЕ НА КОЛЯСКАХ ПО ФУНКЦИОНАЛЬНЫМ КЛАССАМ ИГРОКОВ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ 170
- НАУМЕНКО М. В., КОГУТ І. О.** ЧИННИКИ УСПІШНОСТІ ВИСТУПІВ УКРАЇНСЬКИХ СПОРТСМЕНІВ НА МІЖНАРОДНИХ ЗМАГАННЯХ (НА ПРИКЛАДІ ОЛІМПІЙЦІВ ТА ПАРАЛІМПІЙЦІВ) 174
- НЕДУЖИЙ В. А., ЯРМОЛЕНКО М. А.** ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ВІЗОЧНИКІВ-АМПУТАНТІВ У БОДИБІЛДИНГУ 181
- НУЖНА Д. О., КОГУТ І. О.** ПОБУДОВА ТАКТИЧНОГО ПРОХОДЖЕННЯ ДИСТАНЦІЇ 12 КМ В ЛИЖНИХ ГОНКАХ СЕРЕД ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ 185
- РИБАК Д. М., КОГУТ І. О.** ВПЛИВ МОТИВАЦІЇ НА СПОРТИВНУ ДІЯЛЬНІСТЬ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ 189
- ФИСЕНКО Е. Л., ТОКАРЕНКО В. А., КОГУТ И. А.** ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИОННОЙ СТРУКТУРЫ В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ 193
- ЦИМБОТА М. М., ЯРМОЛЕНКО М. А.** ЗНАЧУЩІСТЬ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ ДЛЯ СОЦІАЛЬНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ З УРАЖЕННЯМ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ (НА ПРИКЛАДІ ФЕХТУВАННЯ НА ВІЗКАХ) 197
- ЧЕБАНОВА К. В., КОГУТ І. О., МАРИНИЧ В. Л.** ІСТОРІЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ КАРАТЕ ДЛЯ СПОРТСМЕНІВ З ІНВАЛІДНІСТЮ 203
- ШКЛЯРУК Є. П., ЮР В. Р., ШУТОВА С. Є., НАГОРНА В. О.** КОНЦЕПЦІЯ РОЗВИТКУ АДАПТИВНОГО СПОРТУ В УКРАЇНІ 209

РОЗДІЛ 1

СУЧАСНИЙ СТАН ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО СПОРТУ



АНАЛІЗ ЧАСОВОГО ІНТЕРВАЛУ АТАКИ КВАЛІФІКОВАНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ У НАПАДІ

Абрасьов Олексій

Науковий керівник – Шутова С. Є., к. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

Актуальність. Ефективність командних дій у нападі в баскетболі полягає у створенні сприятливих умов для одного з гравців для надійного кидка м'яча у корзину. Створити такі умови можна тільки в результаті розігрування однієї з ігрових комбінацій або її варіантів. Для ефективного використання тієї чи іншої системи нападу необхідно враховувати, з одного боку, індивідуальні здібності гравців, а з іншого, вміння реалізовувати гармонійний перехід (без ускладнень) від захисних тактичних дій до дій у нападі, від однієї системи атаки до іншої [3, 4, 5].

Все це вимагає чіткого визначення просторово-часових характеристик структури ігрової діяльності баскетболістів, оскільки результат має цифрове обчислення. Часові умови гри характеризуються, перш за все, наявністю гострого дефіциту часу, який створюється правилами гри й особливостями протидії суперників і проявляється необхідністю виконання всіх тактичних комбінацій і технічних прийомів на швидкості. Під час гри спортсмени перебувають в обмеженому просторі; крім того, прояви агресії у випадку контактування з суперником впливають на часові показники успішності гри. Простір спортивної ігрової діяльності характеризується різними динамічними характеристиками: перш за все, це постійно змінне розташування гравців на майданчику (зліва – справа, близько – далеко), взаємодія один з одним (захист, напад) і особливості співвідношення сил. Все це створює конкретну ситуацію, яка визначається кількісним і якісним складом. Зазначене вище розглядається як суб'єктивний простір спортивної ігрової діяльності, який характеризується великою кількістю свободи вибору, що, в свою чергу, висуває високі вимоги до часового компоненту дій у баскетболі і проявляється у складності і множинності тактичних рішень, які необхідно прийняти за короткий проміжок часу [1, 2].

Мета дослідження – визначити час володіння м'ячем та його характер впливу на результативність атак у позиційному нападі баскетболістів різної кваліфікації.

Задачі дослідження:

1. Здійснити аналіз літературних даних щодо пошуку шляхів підвищення ефективності діяльності кваліфікованих баскетболістів у нападі.
2. Визначити розподіл часу володіння м'ячем на половині суперника при позиційному нападі.
3. Простежити динаміку впливу часових інтервалів володіння м'ячем на результативність атак у позиційному нападі для команд різної кваліфікації.

Методи та організація дослідження: аналіз науково-методичної літератури та Інтернет-ресурсів, педагогічні спостереження, хронометрія, методи математичної статистики.

На основному етапі дослідження проаналізовано спеціально розроблені протоколи спостережень ігор другого кола у чемпіонаті України двох команд вищої ліги. Атакуючу діяльність команд розглянуто в аспекті пошуку впливу часового компоненту командних тактичних дій у нападі на результат гри.

Результати дослідження та їх обговорення. У випадках, коли не вдається здійснити швидкий прорив і суперник встигає організувати захист, у баскетболі застосовується позиційна тактика нападу. Основою позиційного нападу є пошук найслабкішої ланки оборони команди суперника шляхом систематичних організованих дій команди.

Головна мета гри команди в нападі – закинути м'яч у корзину суперників. Щоб домогтися цього за 24 с, необхідно використовувати організовані, заздалегідь продумані і добре підготовлені тактичні ходи, розраховані на наближення м'яча до щита суперника, створення сприятливих умов для завершальної атаки, на безпосереднє проведення цієї атаки і забезпечення можливості боротьби за відскік. Тактика нападу дає можливість команді залежно від конкретного суперника і в різні моменти змагання вибирати і використовувати найдоцільніші засоби, способи і форми ведення планомірної атаки. Однак, всі дії баскетболістів на майданчику суворо лімітовані певними проміжками часу, згідно правил гри, такими як 24 с на атаку, 8 с на переведення м'яча у свою передову зону, 5 с для гравця під щільною опікою, 3 с на перебування гравця в обмеженій зоні [3].

Під час проведення досліджень вивчались ігри двох команд вищої ліги: БК «Азовмаш-2» та «Вовча зграя» другого кола чемпіонату України. У команді вищої ліги БК «Азовмаш-2» серед 15 гравців – 1 майстер спорту, 7 – КМС, решта – першорозрядники. У команді вищої ліги «Вовча зграя» серед 15 гравців – 5 КМС, решта – першорозрядники.

По-перше, було проведено дослідження з вивчення даних про розподіл часу володіння м'ячем на половині суперника при позиційному нападі. Ураховуючи отримані дані, весь ігровий час, відведений на атаку баскетболістів, умовно поділено на 5 інтервалів: I – до 5 с; II – від 6 до 8 с; III – від 9 до 14 с; IV – від 15 до 19 с, V – від 20 до 24 с.

Аналіз отриманих даних дозволяє фіксувати, що при позиційному нападі основна кількість проведених атак завершується в межах від 1 до 14 с і в середньому становить 91,6 % від загальної кількості атак, проведених у позиційному нападі (табл. 1). Причому, якщо в межах до 5 с проводиться 29 атак, або 40,14 %, а від 6 до 8 с – 18,91 атак, або 24,07 %, то за період з 9 до 14 с проводиться 25,19 атак, або 32,07 %. У більш віддаленому часовому діапазоні (15–19 с і 20–24 с) загальна кількість атак не перевищує у грі команди «Вовча зграя» 6,18 атак (8,55 %), а у грі команди БК «Азовмаш-2» – 6,41 атаки, або 8,16 % чи, що не має негативного впливу на результат гри.

Таблиця 1

Динаміка кількості та результативності атак на половині суперника

Інтервали часу володіння м'ячем, с	Команда «Вовча зграя»				Команда «Азовмаш-2»			
	Атаки		Очки		Атаки		Очки	
	кількість	%	кількість	%	кількість	%	кількість	%
До 5	29	40,14	25,45	44,09	28,02	35,68	28,0	43,95
6–8	17,67	24,46	11,22	19,44	18,91	24,07	13,75	21,58
9–14	19,38	26,83	19,05	33	25,19	32,07	19,14	30,04
15–19	4,95	6,85	1,99	3,44	4,14	5,27	2,05	3,21
20–24	1,23	1,70			2,27	2,89	0,76	1,19
Усього	72,23	99,98	57,71		78,53	99,98	63,7	

Доцільно розглянути розподіл часу володіння м'ячем на половині суперника і його динаміку залежно від кваліфікації спортсменів. Так, для баскетболістів команди «Вовча зграя» загальна кількість атак позиційного нападу, яку завершують до 14 с, дорівнює 66,05, що становить 91,44 %; а для команди БК «Азовмаш-2» відповідно 72,1 атаки, або 91,81 % (табл. 1).

Наведені дані дозволяють констатувати, що основний результат зустрічі переважно формується за рахунок позиційного нападу в межах 14 с. Це підтверджується кількістю очок, які вносять команди в результаті проведеного позиційного нападу з урахуванням кваліфікаційних відмінностей. Так, у команди «Вовча зграя» внесок очок у діапазоні часу до 14 с, реалізуючи можливості гри в позиційному нападі, становить 55,72 очок, або 96,6 % від загальної їх кількості. Для команди БК «Азовмаш-2» цей показник становить 60,89 очок, або 95,6 % від загальної їх кількості.

Слід зазначити, що розглянуті показники стосуються тільки ефективності виконання позиційного нападу. Аналіз часового інтервалу атаки баскетболістів у нападі доповнює розуміння того, що моделювання в ході тренувального процесу варіантів взаємодії гравців і команди в цілому при позиційному нападі створює суттєві передумови для скорочення часових інтервалів аналізу ситуації та вибору дії, а також впливає на формування рішення правильного виконання рухового завдання. У кожній конкретній ігровій ситуації це забезпечує сприятливі умови для реалізації потенціалу команди.

Висновки.

1. Аналіз літературних даних щодо пошуку шляхів підвищення ефективності діяльності кваліфікованих баскетболістів у нападі, дозволив акцентувати увагу на часовому компоненті реалізації атак як показнику

моделювання тренувального процесу, спрямованому на підвищення ефективності атакуючої діяльності кваліфікованих баскетболістів.

2. Враховуючи ліміт часу у діяльності баскетболістів, було визначено п'ять часових інтервалів володіння м'ячем на половині суперника при позиційному нападі.

3. Розглянувши динаміку кількості та результативності атак на половині суперника в позиційному нападі баскетболістів різної кваліфікації, слід зазначити, що достовірних відмінностей аналізованих показників з урахуванням кваліфікаційних відмінностей гравців і команд не встановлено. Можливо це пов'язано з тим що команди входять до складу вищої ліги, що накладає певний відбиток на рівні гри.

Література.

1. Воронова В. И. Влияние психологических качеств и свойств на эффективность соревновательной деятельности баскетболистов на начальном этапе становления спортивного мастерства / В. И. Воронова, С. Е. Шутова // Зб. наук. пр. «Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві». – Луцьк : Волин. держ. ун-т ім. Л. Українки, 2002. – С.219–222.

2. Дорошенко Е. Ю. Теоретико-методичні основи управління техніко-тактичною діяльністю в командних спортивних іграх: автореф. дис. на здобуття ступеня докт. наук з фіз. вих. і спорту : [спец.] 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / Е. Ю. Дорошенко. – К., 2014. – 44 с.

3. Поплавський Л. Ю. Баскетбол / Л. Ю. Поплавський – К.: Олімп. літ., 2004. – С. 257–283.

4. Поплавский Л. Ю. Оптимизация подготовки баскетболистов высокой квалификации на основе объективной оценки показателей их соревновательной деятельности / Л. Ю. Поплавский, С. Е. Шутова // Материалы Международного научного конгресса «Спорт. Олимпизм. Здоровье». – Т. 2. Кишинев, 2016. – С. 287–293.

5. Сушко Р. О. Модельні характеристики кваліфікованих баскетболісток на основі врахування ігрового амплуа / Р. О. Сушко // Слобожан. наук.-спорт. вісн. – 2011. – № 1. – С. 45–52.

УЗАГАЛЬНЕННЯ ФУНКЦІЙ МЕНЕДЖМЕНТУ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО ЗАХОДУ

Воронюк Ігор

Науковий керівник – Путятіна Г. М., к. фіз. вих., доцент

Харківська державна академія фізичної культури, Харків, Україна

Актуальність. Сьогодні різні масові фізкультурно-спортивні заходи є однією з популярних форм громадської активності та дозвілля населення, які задовольняють потреби особистості у безпосередньому залученні до політичного життя, спортивних досягнень, культури, мистецтва. Змагання з різних видів спорту є невід'ємною частиною фізкультурно-спортивного руху, спрямовані на досягнення високих спортивних результатів, а також сприяють обміну передовим досвідом спортивного тренування між тренерами-викладачами та спортсменами, підводять підсумки навчально-тренувальної, виховної роботи, слугують засобом агітації та пропаганди розвитку фізичної культури і спорту. Спортивні змагання є однією з найефективніших форм організації масової оздоровчої, фізкультурної та спортивної роботи.

У нашій країні існує певна організаційна структура фізкультурно-спортивних заходів. У зв'язку з цим актуалізується питання створення необхідних умов для ефективного менеджменту фізкультурно-спортивних заходів (О. В. Головійчук [1], Н. В. Деделюк [2], Ю. П. Мічуда [3], О. В. Попов [5]). Зазначене обумовлює потребу здійснення наукових досліджень особливостей менеджменту фізкультурно-спортивних заходів різного рангу.

Мета дослідження – обґрунтувати технологію ефективного менеджменту фізкультурно-спортивних заходів.

Завдання дослідження: визначити основні функції менеджменту фізкультурно-спортивного заходу.

Методи та організація дослідження. Аналіз наукової літератури і документальних джерел, аналіз передового зарубіжного та вітчизняного досвіду, системний аналіз, порівняння й зіставлення, організаційний аналіз.

Результати дослідження та їх обговорення. Головним інструментом підвищення ефективності управління будь-якого об'єкту є грамотне використання основних функцій менеджменту.

Система менеджменту – це система, в якій реалізуються функції менеджменту, тобто відносно відокремлені напрями управлінської діяльності, що дозволяють здійснювати управлінський вплив. Наразі фахівці дотримуються різних думок щодо питання про склад основних функцій менеджменту. Розглянемо ті з них, які реалізуються під час організації та проведення фізкультурно-спортивних заходів:

– організація, тобто діяльність зі створення нових і (або) якісного вдосконалення раніше створених і функціонуючих систем будь-якого типу відповідно до мінливих внутрішніх і зовнішніх умов;

– планування, тобто діяльність зі створення умов для цілеспрямованого, динамічного і пропорційного розвитку об'єкта менеджменту шляхом розроблення різних планів;

– мотивація, тобто діяльність зі створення системи стимулів, які активізують і спонукають співробітників організації до ефективної праці відповідно до розроблених планів;

– контроль, тобто діяльність, що включає спостереження за перебігом процесів в об'єкті менеджменту, порівняння величини контрольованого параметра із заданою програмою, виявлення відхилень від програми, їх місця, часу, причини та характеру;

– координація, тобто діяльність із забезпечення безперебійності і безперервності процесу менеджменту, досягнення узгодженості в роботі організацій, підрозділів і окремих виконавців за допомогою встановлення раціональних зав'язків між ними;

– маркетинг, тобто система, що об'єднує різні види реклами, торговельні, спонсорські та інші публічні відносини, які націлені на досягнення більшої ефективності маркетингових програм з метою зміцнити кошти інвесторів [4, 8, 9].

В умовах комерціалізації економіки спорту, становлення спортивної галузі як економічної категорії саме спортивні менеджери вирішують основні завдання формування інфраструктури, що відповідає загальноприйнятим світовим і європейським стандартам.

Спортивні менеджери, будучи суб'єктом управлінської діяльності, під час організації та проведення фізкультурно-спортивного заходу виконують низку своєрідних функцій. Серед них виділяються три ключові функції:

1) функція прийняття рішення. Саме менеджер визначає напрям діяльності, вирішує питання розподілу ресурсів, здійснює поточні коригування. Право прийняття управлінських рішень має тільки менеджер, і він несе відповідальність за наслідки;

2) інформаційна функція. Менеджер акумулює інформацію про внутрішнє і зовнішнє середовище об'єкту менеджменту, поширює цю інформацію у вигляді нормативних установок і роз'яснює персоналу найближчі і перспективні цілі діяльності;

3) функція керівника. Менеджер виступає як керівник спортивної організації, що формує відношення всередині і поза організацією, мотивує членів спортивної організації на досягнення цілей, координує їх зусилля і, нарешті, виступає в ролі представника організації у взаємодії з іншими організаціями.

Узагальнення практики проведення фізкультурно-спортивних заходів, а також аналіз спеціальної літератури свідчать, що сучасна система проведення фізкультурно-спортивних заходів будується на основі наступних принципів: принципу ієрархічності змагань, принципу командного заліку, принципу комплексності змагань [6, 7].

Узагальнення передового досвіду показує, що ефективність менеджменту фізкультурно-спортивного заходу як методу управління підвищується, якщо вища спортивна організація здійснює кількісну регламентацію змагань підпорядкованої організації.

Всю роботу організації, яка проводить захід, з його підготовки і проведення можна уявити у вигляді комплексу логічно послідовних дій через реалізацію означених функцій, зазначених у таблиці 1.

Таблиця 1

Етапи підготовки та проведення фізкультурно-спортивних заходів

№ з/п	Назва етапу	Відповідальні
1.	Затвердження календарного плану	Організація, яка проводить захід
2.	Формування оргкомітету з проведення фізкультурно-спортивного заходу	Організація, яка проводить захід
3.	Розробка та затвердження положення (регламенту) про захід	Організація, яка проводить захід
4.	Розробка та затвердження кошторису на проведення фізкультурно-спортивного заходу	Організація, яка проводить захід
5.	Формування колегії суддів	Організація, яка проводить захід
6.	Маркетинг та реклама фізкультурно-спортивного заходу	Організація, яка проводить захід
7.	Вибір та підготовка спортивної споруди (підготовка договорів оренди, інспектування, додаткове оснащення технічними засобами та ін.)	Організація, яка проводить захід, колегія суддів
8.	Медичне забезпечення	Організація, яка проводить захід
9.	Організація збирання та оброблення заявок на участь у фізкультурно-спортивному заході	Колегія суддів
10.	Жеребкування учасників	Колегія суддів
11.	Формування служби безпеки	Організація, яка проводить захід
12.	Церемонія відкриття	Організація, яка проводить захід, колегія суддів
13.	Проведення власне змагань відповідно до програми та правил	Колегія суддів
14.	Нагородження переможців	Організація, яка проводить захід, колегія суддів

Продовження таблиці 1

15.	Церемонія закриття	Організація, яка проводить захід, Колегія суддів
16.	Підготовка звіту колегії суддів і представлення його організації, яка проводить захід	Колегія суддів

Тільки чітко організовані фізкультурно-спортивні заходи можуть повністю виконати свої функції та забезпечити досягнення учасниками найвищих спортивних результатів. Успішне проведення фізкультурно-спортивних заходів залежить від рівня підготовчої організаційної роботи, яка складається з багатьох пунктів: складання календарного плану; розроблення положення (регламенту); складання кошторису витрат; створення оргкомітету з підготовки та проведення заходу; підбору суддівської колегії та організації її роботи; забезпечення маркетингу заходу (афіші, інформація в газету, на радіо, телебачення, мережу Інтернет тощо).

Висновки. Сфера фізичної культури і спорту є невід’ємною частиною життя мільйонів громадян. Особливе місце в цій системі займають масові фізкультурно-спортивні заходи, які на сьогодні позиціонуються як важливе соціально значуще явище, одна з популярних форм проведення дозвілля. Сама по собі організація фізкультурно-спортивних заходів – досить складна і багатогранна система, яка потребує комплексного використання інноваційної технології управління під час їх проведення, узгоджених дій різних підрозділів і органів.

Література.

1. Головійчук О. В. Розвиток фізичної культури і спорту в сучасних умовах / О. В. Головійчук. – К., 2014. – 90 с.
2. Деделюк Н. В. Організація масових фізкультурно-оздоровчих спортивних заходів з використанням національних традицій фізичного виховання [монографія] / Н. В. Деделюк. – К : Луцьк, 2008. – 71 с.
3. Мічуда Ю. Особливості наукового аналізу сучасного ринку у сфері фізичної культури і спорту // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 4. – С.82–86.
4. Напринков А. А. Организация и проведение спортивных соревнований: метод. пособие / А. А. Напринков, Т. Н. Гладких, Ю. П. Коновалова. – СПб : СПГУТД, 2007. – 60 с.
5. Попов О. В. Маркетингова діяльність суб’єктів управління щодо популяризації проведення спортивно-масових заходів міжнародного рівня / О. В. Попов // Слобожан. наук.-спорт. вісн. – 2013. – № 5. – С. 196–199.
6. Путятин Г. Организационно-управленческие аспекты безопасности при проведении физкультурно-спортивных мероприятий / Г. Путятин, И. Воронюк // Молода спортивна наука України: зб. наук. праць з галузі

фізичного виховання і спорту. Вип. 20: у 4-х т. – Л. : ЛДУФК, 2016. – Кн. 2. – Т. 4. – С. 139–147.

7. Путятіна Г. Соціально-економічне значення безпеки при проведенні фізкультурно-спортивних заходів / Г. Путятіна // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірн. наук. праць. – Вип. 2. – Житомир : Вид-во ФОП Євенок О. О., 2016. – С. 326–331.

8. Састамойнен Т. В. Менеджмент спортивних змагань: учебно-методический комплекс / Т. В. Састамойнен – СПб: Университет физической культуры, спорта и здоровья им П. Ф. Лесгафта, – 2009. – 42 с.

9. Maening W. Zimbalist A. (eds.) International Handbook on the Economics of Mega Sporting Events. Cheltenham у Northampton: Edward Elgar. – 2012.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СТИБУЧОСТІ У ЗМАГАЛЬНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ВОЛЕЙБОЛІСТОК ВИСОКОГО КЛАСУ

Глебова Олександра

Науковий керівник – Шльонська О. Л., к. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна

Актуальність. Проблема спеціальної фізичної підготовки спортсменів у змагальних умовах спорту вищих досягнень обумовлена високою конкуренцією на міжнародній спортивній арені, що висуває підвищені вимоги до організму спортсменів [6, 7]. Це положення пояснює загальні тенденції розвитку теорії і методики спортивного тренування, де поряд з технічною, тактичною, психологічною підготовками значна увага приділяється фізичній підготовці спортсменів.

Сучасні тенденції розвитку класичного волейболу полягають у переважанні атакуючих дій над захисними техніко-тактичними діями команди, збільшенні швидкості польоту м'яча під час виконання нападаючого удару та блоку, що виконується за рахунок високої швидкості виконання технічних прийомів [1, 5, 9]. Тому основним у спортивній підготовці кваліфікованих волейболістів є розвиток фізичних якостей.

Аналіз спеціальної науково-методичної літератури свідчить, що прояв стрибучості у волейболістів різної кваліфікації застосовується у 90-95 % випадків від загальної кількості застосованих техніко-тактичних дій (подача, нападаючий удар, блок, передача) [2, 3, 10]. З огляду на це, одним із найважливіших компонентів фізичної підготовленості є подальший розвиток стрибкової витривалості у волейболістів.

Аналіз виконаних досліджень і сучасна спортивна практика у волейболі доводять, що методика вдосконалення стрибучості у цих спортсменів має несистемний характер, а саме: не враховуються завдання етапів та періодів макроциклу підготовки; більшість засобів і методів не відповідають поставленим завданням, застосовується невелика кількість спеціальних вправ, які не впливають на динаміку розвитку даної комплексної фізичної якості, а також спостерігається нераціональне застосування фізичних вправ у тренувальній діяльності [4, 6, 9].

Тому стає очевидним доцільність проведення досліджень з метою пошуку ефективних засобів і методів розвитку стрибучості у кваліфікованих волейболісток протягом річного циклу підготовки.

Мета дослідження – визначення особливостей прояву стрибучості кваліфікованих волейболісток.

Завдання дослідження – на основі даних спеціальної науково-методичної літератури та аналізу змагальної діяльності вивчити особливості прояву стрибучості у кваліфікованих волейболісток.

Методи та організація дослідження: аналіз даних спеціальної науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, методи математичної статистики.

З метою визначення значущості стрибкового навантаження було проведено аналіз змагальної діяльності волейболісток високого класу за результатами офіційних ігор Олімпіади 2016 р., чемпіонату світу 2014 р., чемпіонату Європи 2013–2016 рр., Світової ліги 2016 рр. Всього було проаналізовано 60 ігор.

Результати дослідження та їх обговорення. Досягнення високих спортивних результатів на сучасному рівні розвитку спорту неможливе без раціонально спланованого навчально-тренувального процесу. Тільки планомірна підготовка спортсменок сприяє оптимізації загальної фізичної працездатності волейболісток і зростанню їхньої спеціальної підготовленості, поліпшенню функціонального стану системи енергозабезпечення м'язової діяльності, що забезпечує найбільш оптимальний виступ команди як в окремій грі, так і в цілому впродовж сезону [12].

Сучасні тенденції розвитку волейболу полягають у високому рівні атлетизму спортсменів, що висуває високі вимоги до всіх компонентів фізичної підготовки гравців. Особлива увага традиційно приділяється стрибучості гравців, що є одним із показників високої спеціальної фізичної підготовленості волейболістів. За результатами численних наукових досліджень [4, 8, 9] стрибучість є важливішою якістю швидкісно-силової підготовки і визначається у змагальному процесі кваліфікованих волейболісток.

Але на сьогодні у сучасній науково-методичній літературі відсутні посилення стосовно особливостей застосування стрибучості гравців різного амплуа, що суттєво пов'язано зі структурою їхньої змагальної діяльності. У таблиці 1 представлено кількісні показники виконання стрибків волейболістками високого класу за результатами педагогічного спостереження за змагальною діяльністю.

Таблиця 1

Кількість стрибків, які виконують волейболістки високого класу протягом однієї гри під час виконання технічних прийомів за результатами офіційних міжнародних ігор 2013–2016 рр. (n = 54)

Амплуа висококваліфікованих волейболісток	Технічні прийоми							
	подача		блок		нападаючий удар		передача	
	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S
Перший темп нападу	20	2,5	100	8,6	70	8,7	–	–
Другий темп нападу («догравальний»)	25	2,2	90	7,5	100	4,6	–	–
Другий темп нападу («діагональний»)	15	1,8	60	4,3	110	3,2	–	–
Зв'язуючий	15	1,5	80	3,0	10	0,6	100	2,5

Примітки: \bar{x} – середнє арифметичне значення, S – стандартне відхилення

Результати змагальної діяльності волейболісток високого класу свідчать про те, що найбільше стрибкове навантаження серед нападаючих гравців мають «догравальні» гравці, що проявляється у застосуванні більшої кількості нападаючих дій з країв сітки, що становить 200 ударів протягом гри. Це пояснюється тим, що гравці даного амплуа виконують найбільшу кількість

нападаючих ударів після прийому їх у захисті, активно беруть участь у блокуванні та ефективно виконують подачу м'яча у стрибку.

Гравці першого темпу нападу найбільшу кількість стрибків виконують під час застосування блоку – 100 ударів. Це пояснюється тим, що сучасний волейбол вирізняється підвищенням швидкості передачі м'яча для виконання нападаючого удару, тим самим збільшуючи роль «центрального блокуючого», основне завдання якого полягає у блокуванні всіх нападаючих гравців. Кількість ударів, виконаних нападаючим, значно переважає їх кількість у «діагонального гравця». Це можна пояснити тим, що всі групові тактичні дії виконуються за участі гравця першого темпу нападу, основною метою якого є відволікання дій суперника та виведення гравців другого темпу нападу на «чисту» сітку. Особливість даного ігрового амплуа полягає також у виконанні подачі у стрибку (переважно плануючого характеру).

У змагальній діяльності «діагональних» гравців особлива увага приділяється виконанню нападаючих ударів (110 ударів). Зазвичай, це пов'язано зі значною кількістю атак з задньої лінії майданчика, а також з активною участю при реалізації групової тактичної дії «зворотня хвиля». Оскільки основне навантаження в даного ігрового амплуа полягає в активному переході від атаки до захисту, нами було відмічено найменшу кількість блокування серед усіх останніх гравців. Також «діагональні» гравці виконують переважно силову подачу у стрибку, що має подібну структуру з атакою з задньої лінії ігрового майданчика.

Значну кількість стрибків у волейболі виконує зв'язуючий гравець. Найбільшу кількість стрибків гравці виконують під час виконання передач двома руками зверху (100 стрибків) при розташуванні розігруючого як на першій, так і на задній лінії нападу, що забезпечує найефективніше виконання даного прийому, від якого залежать атакуючі групові та командні дії у нападі. Також гравці даного амплуа беруть активну участь у блокуванні. Слід зазначити, що розігруючі гравці протягом однієї гри виконують 10 нападаючих дій, що відповідає сучасним тенденціям розвитку волейболу. Ця дія є досить ефективною і несподіваною. Подача у стрибку носить плануючий характер.

Об'єктивна інформація дає можливість визначити стрибкового навантаження під час виконання техніко-тактичних дій у гравців кожного ігрового амплуа у волейболі, що відображено на рисунку 1.

Аналіз застосування стрибків під час виконання техніко-тактичних дій як у нападі, так і в захисті, дозволяє констатувати, що найвище стрибкове навантаження виконують «догравальні» гравці, у яких показники обсягу розподіляється таким чином: подача – 11,6 %, нападаючий удар – 41,8 %, блок – 46,6 %. На другому місці знаходяться розігруючі гравці: подача – 7,3 %; нападаючий удар – 4,8 %; блок – 39 %; передачі – 48,9 %. У «діагонального» та «центрального блокуючого» гравця обсяги стрибків під час виконання нападаючого удару є близькими (54 % та 52,6 %). У гравців першого темпу нападу основна увага приділяється імітації нападаючих дій, а у «догравальних» гравців – атаці з задньої лінії ігрового майданчика.

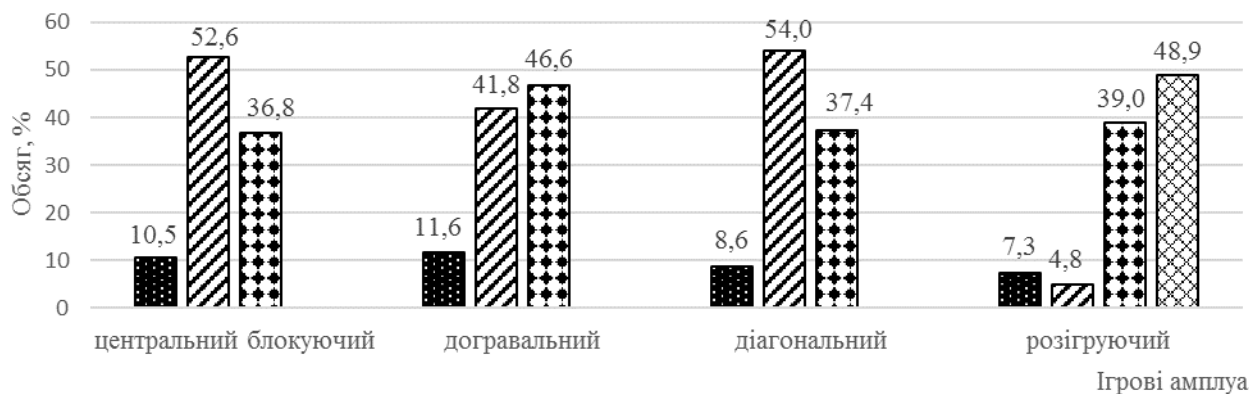


Рисунок 1. Обсяг стрибкового навантаження у волейболістів високого класу у змагальній діяльності волейболістів високої кваліфікації за результатами офіційних ігор 2013–2016 рр.:

- – подача;
- ▨ – нападаючий удар;
- ▣ – блок;
- ⊠ – передача м'яча двома руками зверху.

Проведені дослідження показали, що стрибкова підготовка має особливу значущість під час планування навчально-тренувального процесу волейболісток різного рівня підготовки. При плануванні як окремих тренувальних занять, так і мезоциклів, слід застосовувати змагальне стрибкове або максимально наближене до змагального навантаження для отримання позитивної динаміки у розвитку стрибучості гравців різного амплу.

Висновки.

1. Огляд науково-методичної літератури довів, що теоретичні положення, які стосуються загальних основ закономірностей розвитку швидко-силових якостей кваліфікованих гравців у волейболі досконало вивчені і складають фундамент основи теорії волейболу. Системний підхід, який базується на розвитку швидко-силових здібностей волейболістів, дає можливість раціоналізувати тренувальний процес, склад і розподіл засобів тренування та завдяки цьому підвищити ефективність підготовки спортсменів.

2. Сучасний аналіз застосування техніко-тактичних дій, які виконуються за допомогою застосування стрибків у змагальній діяльності волейболісток високого класу, доводить, що найбільший обсяг стрибків виконують «догравальні» гравці – 215 стрибків протягом однієї гри, «зв'язуючі» – 205, «центральний блокуючий» – 190, «діагональний» – 185.

3. Аналіз застосування стрибків під час виконанні техніко-тактичних дій як у нападі, так і захисті, дозволяє констатувати, що найвище стрибкове навантаження виконують «догравальні» гравці: подача – 11,6 %, нападаючий удар – 41,8 %, блок – 46,6 %; розігруючі гравці: подача – 7,3 %, нападаючий удар – 4,8 %, блок – 39 %, передачі – 48,9 %; «діагональний» та «центральний блокуючий»: нападаючі удари є близькими (54 % та 52,6 %).

Література.

1. Беляев А. В. Методика воспитания физических качеств волейболистов: методическая разработка для слушателей ФПК ГЦОЛИФК. – М.: ГЦОЛИФК, 1990. – 36 с.
2. Беляев А. В. Волейбол / А. В. Беляев. – М. : Физкультура, образование и наука, 2000. – 368 с.
3. Волейбол: учебная программа для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства. – К. : РНМК, 2009. – 168 с.
4. Горчанюк Ю. А. Принципи і напрями оцінки підготовленості юних волейболістів / Ю. А. Горчанюк // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях. – Т. 2. – Белгород – Харьков – Красноярск, 2014. – С. 13–18.
5. Клещев Ю. Н. Волейбол / Ю. Н. Клещев. – М. : Школа тренера Ф. З. С., 2005. – 400 с.
6. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
7. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки / В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит. – 2013 - 623 с.
8. Поліщук В. М. Роль психологічної підготовки як один з факторів підвищення майстерності волейболістів високого класу / В. Н. Поліщук, А. А. Чханя // Актуальні проблеми фізичного виховання і методики спортивного тренування: збірн. наук. праць. – Вінниця : ВДПУ, 2013. - С. 155-161.
9. Родін А. В. Особливості підготовки спортсменів різної кваліфікації в спортивних іграх: (психофізіологічний аспект) / А. В. Родін // Теорія і практика фізичної культури. 2011. – № 3. – С. 78–80.
10. Щепотіна Н. Ю. Модельні характеристики змагальної діяльності волейболісток різної кваліфікації / Н. Ю. Щепотіна // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2015. – № 2. – С. 80. – 85 с.

РОЛЬ МАРКЕТИНГУ У РОЗВИТКУ ВОЛЕЙБОЛУ В УКРАЇНІ

Махно Інна

Науковий керівник – Гончаренко Є. В., к. физ. восп., доцент

Національний університет фізичного виховання та спорту України, Київ,
Україна

Актуальність. З кожним роком фізична культура і спорт все більше проникають у повсякденне життя людей: зростає чисельність спортивних клубів; створюються організації фізкультурно-спортивної спрямованості; збільшується кількість спортивних змагань. Сучасний спортивний ринок є потужним конкурентним механізмом, де виробники спортивної продукції, організатори та спонсори змагань мають за мету збільшення прибутків від спортивно-комерційної діяльності. Важливим чинником підвищення якості спортивних заходів, зокрема змагань різного рівня, є реалізація різноманітних маркетингових технологій [1, 5].

У науково-методичній літературі висвітлено проблеми сучасного спортивного маркетингу, особливості його організації та впровадження у практику (Джон Біч, 2010); проаналізовано маркетингові підходи у спорті та управлінні спортивними продуктами та послугами, маркетинговою інформацією (Г. Армстронг, Ф. Котлер, 2007, С. Чедвік, 2010); виявлено роль маркетингу під час спортивних змагань (С.І. Гуськов, 1995) [1, 3, 6].

Проведений теоретичний аналіз дозволив виявити, що на сучасному етапі розвитку спортивного маркетингу недостатньо вивчено та висвітлено проблеми маркетингу спортивних змагань у волейболі в Україні, що обумовлює актуальність дослідження.

Мета дослідження – визначення шляхів реалізації маркетингової діяльності під час організації змагань з волейболу в Україні.

Завдання дослідження:

1. Визначити рівень відвідування глядачами змагань з волейболу в Україні.
2. Охарактеризувати основні маркетингові заходи, що сприятимуть підвищенню якості організації змагань з волейболу.

Методи та організація дослідження. У ході дослідження було застосовано такі методи дослідження: аналіз літературних джерел та матеріалів мережі Інтернет; анкетування (n=36); метод експертних оцінок (n=10). В анкетуванні взяли участь волейболісти – учасники національних та міжнародних змагань. Анкетування було проведено в дев'яти областях України під час змагань різного рівня з волейболу (Запорізька, Одеська, Чернігівська, Черкаська, Полтавська, Миколаївська, Харківська, Сумська області та м. Київ). Експертами виступили спортивні функціонери, які мають досвід організації змагань національного та міжнародного рівнів та працюють у регіональних відділеннях Федерації волейболу України.

Результати дослідження та їх обговорення. Волейбол – один із найбільш доступних та популярних видів спорту у світі. Це обумовлено,

передовсім, тим, що у світі розвиваються «класичний» і пляжний волейбол, що входять до програми Ігор Олімпіад і парковий волейбол. В Україні він розвивається як на професійному (клубному), так і на олімпійському, паралімпійському, дефлімпійському, масовому (рекреаційному) рівнях [4, 8].

У результаті проведених досліджень виявлено, що змагання з волейболу регулярно відвідують 32 %; часто відвідують змагання – 23 %; але більшість уболівальників і глядачів відвідують змагання рідко – 45 % (2-3 рази на рік). Слід зазначити, що переважна більшість матчів Чемпіонату України з волейболу та пляжного волейболу серед професійних команд проходить за присутності незначної кількості глядачів.

У результаті експертного опитування (n=10) встановлено, що основною причиною «пасивності» глядачів на змаганнях з волейболу є, неналежний рівень діяльності Федерації волейболу України. Таку позицію висловили 67 % експертів, що підтверджує і доповнює результати анкетування. Серед основних недоліків інформаційного забезпечення змагань респонденти назвали відсутність доступної інформації про місце та час проведення змагань (44 % респондентів). В основному, ця інформація представлена на офіційному сайті Федерації волейболу України (www.fvu.in.ua), але, на жаль, в сучасних реаліях інтернет-простору спеціалізовані сайти не користуються популярністю серед користувачів. Так, середня добова відвідуваність офіційного сайту Федерації волейболу України становить 300 відвідувачів (за даними сайту rg-su.ru).

Порівнюючи міжнародний підхід до цього питання, треба зазначити, що організатори змагань європейських країн інформують про їх проведення шляхом реклами на «біг-бордах», афішах, телебаченні, популярних спортивних інтернет-ресурсах та у соціальних мережах. Суттєвою причиною низької відвідуваності змагань експерти і респонденти назвали рівень організації змагань. Також на присутність глядачів впливають результати виступів вітчизняних команд на міжнародній арені, як на клубному, так і на міжнародному рівнях.

Важливим та дієвим маркетинговим інструментом підвищення якості проведення змагань з волейболу є заходи, що проводяться перед та під час матчів (виступи черлідерів, розважальні програми для глядачів, майстер-класи з відомими спортсменами тощо). Також, було виявлено, що 42 % організаторів змагань з волейболу не проводять жодних заходів. Лише у 36 % випадків організовуються виступи черлідерів, а 3 % – продаж сувенірної продукції та спортивних товарів.

У результаті дослідження визначено недоліки проведення змагань з волейболу в Україні. По-перше, відсутність будь яких електронних та інформаційних технологій (інформаційне табло тощо). Саме цю послугу 78% респондентів вважають необхідною для проведення змагань. По-друге, практично відсутні розважальні програми для глядачів під час перерв матчів (78 %). По-третє, відсутність практично будь-якої підприємницької діяльності і виконання «функції зближення» спорту і соціуму.

Таким чином, із метою підвищення рівня проведення та організації змагань з волейболу було розроблено такі шляхи реалізації маркетингової діяльності, що можуть бути реалізовані під час змагань як національного, так і регіонального рівнів:

- використання сучасних інформаційних засобів на змаганнях (наприклад встановлення телевізійного екрану); проведення під час перерв матчів заходів з уболівальниками (ігри, розіграші призів, конкурси тощо); продаж сувенірної продукції, спортивних товарів, безпосередньо на змаганнях; надання можливості уболівальникам спілкуватися зі спортсменами, тренерами команд після змагання.

- у структурі ФВУ створення відділу маркетингу, а до складу організаційного комітету змагань з волейболу включати маркетингологів, які будуть реалізовувати маркетингову діяльність під час спортивних заходів;

- налагодження співпраці Федерації волейболу України зі спортсменами, з метою популяризації волейболу шляхом пропагандистської діяльності.

Висновки. В результаті проведених досліджень виявлено, що змагання з волейболу на регіональному та національному рівнях проводяться, в основному, без використання сучасних маркетингових технологій. Важливою складовою організації змагань з волейболу в Україні є якісна кваліфікована реалізація маркетингової діяльності, а саме: використання сучасних інформаційних засобів на змаганнях; проведення під час перерв матчів заходів з уболівальниками; продаж сувенірної продукції, спортивних товарів безпосередньо на змаганнях; надання можливості уболівальникам спілкуватися зі спортсменами, тренерами команд після змагань; у структурі ФВУ створення відділу маркетингу; налагодження співпраці ФВУ зі спортсменами тощо.

Література.

1. Гуськов С. И. Спортивный маркетинг / С. И. Гуськов – К.: Олімпійська література, 1995. – 296 с.
2. Магістр: обличчям до науки (технологія підготовки магістерських робіт за спеціальністю «Спорт»): навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту / Матвеев С. Ф., Борисова О. В., Когут І. О. [та ін.] – Львів : СПОЛОМ, 2015. – 88 с.
3. Норіцина Н. І. Маркетингова політика комунікацій: курс лекцій / Н. І. Норіцина. – К.: МАУП, 2003 – 120 с.
4. Офіційний сайт Міжнародної федерації волейболу [Електронний ресурс] // Режим доступу: <http://www.fivb.org/EN/BeachVolleyball/History.asp> (Дата звернення 01.02. 2017).
5. Переверзин И. И. Искусство спортивного менеджмента / И.И. Переверзин. – М. : Сов.спорт, 2004. – 416 с.
6. Попов О. В. Маркетингова діяльність суб'єктів управління щодо популяризації проведення спортивно-масових заходів міжнародного рівня / О. В. Попов // Слобожан. наук.-спорт. вісн. – 2013. – № 5 (38). – С. 196–199.

7. Степанова О.Н. Принципы маркетинга и управления маркетинговой деятельностью в системе физической культуры и спорта / О. Н. Степанова // Теория и практика физической культуры. – 2004. – 380 с.

8. Beach volleyball [Электронный ресурс] // Режим доступа: <http://www.fivb.org/EN/BeachVolleyball/competitions.asp1> (Дата звертання 19.11.2015).

ФОРМУВАННЯ СКЛАДУ КОМАНДИ З УРАХУВАННЯМ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПРОВІДНИХ ФЕХТУВАЛЬНИЦЬ НА ШПАГАХ

Гошко Ангеліна, Свистіль Юлія

Наукові керівники – Бріскін Ю. А., д. фіз. вих., проф.;

Задорожна О. Р., к. фіз. вих.

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського,
Львів, Україна

Актуальність. На сьогоднішній день змагальна діяльність у фехтуванні визначається високою конкуренцією. Найбільших успіхів на спортивній арені досягають команда та спортсмени тієї країни, яка швидко та ефективно впроваджує нові наукові розробки та адекватно реагує на еволюцію виду спорту шляхом корекції окремих сторін підготовки спортсменів, в тому числі технічної, тактичної і теоретичної [3, 4].

На сучасному етапі розвитку для змагальної діяльності та її моделювання в навчально-тренувальному процесі у фехтуванні в індивідуальному та командному заліку характерним є постійне зростання конкуренції, обумовленої такими факторами, як: підвищення популярності Олімпійських ігор і чемпіонатів світу та престижність завоювання медалей; постійний пошук найефективніших методів підготовки спортсменів; розширення календаря міжнародних змагань; розширення географії фехтування в цілому (зростання результатів спортсменів з інших країн світу) [1, 3].

Специфіка командних змагань у фехтуванні зумовлює потребу вирішення таких важливих завдань, як визначення раціональної послідовності поєдинків спортсменів упродовж командної зустрічі, прогнозування та моделювання бойової сутички, пошук адекватних тактичних рішень для отримання переваги над суперниками та способів уникнення тактичних помилок упродовж поєдинку. Водночас результативність команди залежить від доцільного використання індивідуальних можливостей та рівня взаємодії кожного спортсмена в командних змаганнях [2].

Однією з найважливіших передумов для реалізації компонентів техніко-тактичної підготовленості в індивідуальних та командних поєдинках є облік кількісних співвідношень між обсягами та результативністю різновидів засобів атаки та захисту, аналіз типових помилок при підготовці та застосуванні дій. Однак на вибір тактики у командних змаганнях впливають також додаткові чинники впливу: різниця у рахунку, порядковий номер поєдинку та потреба врахування не лише своїх можливостей, а й можливостей партнерів по команді та команди суперника [5, 7].

Аналіз результативності змагальної діяльності спортсменів є однією з складових навчально-тренувального процесу, що потрібно враховувати тренеру. Перспективи розвитку командного фехтування визначаються особливостями змагальної діяльності елітних команд-спортсменів – лідерів світового рейтингу [1, 4].

Важливою складовою частиною підготовки команди є вивчення тактики конкретного суперника-команди, зокрема визначення головних причин поразок і перемог над її учасниками. Виходячи з цього, передумовами вирішення проблеми формування складу команди є врахування індивідуальних можливостей та рівня взаємодії кожної спортсменки в командних змаганнях, яка пов'язана з ефективністю прорахованих комбінацій [1, 6].

Однак у науково-методичній літературі з питань підготовки спортсменів у фехтуванні фахівці акцентують увагу переважно на вдосконаленні техніко-тактичної майстерності спортсменок. Водночас інформація про особливості формування команди з урахуванням індивідуальної результативності спортсменів та перспективи оптимізації складу команди відсутня. Зазначене протиріччя визначає необхідність проведення досліджень у цьому напрямку [3, 4].

Мета дослідження – визначити індивідуальну результативність висококваліфікованих спортсменок як чинник удосконалення комплектування складу команди у фехтуванні на шпагах.

Завдання дослідження: встановити показники індивідуальної результативності провідних фехтувальниць на шпагах у командних змаганнях.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення.

Результати дослідження та їх обговорення. Специфіка командних змагань зумовлює потребу вирішення таких важливих завдань, як формування певної тактичної схеми, що полягає у визначенні порядку (черговості) виступів спортсменів упродовж командної зустрічі, прогнозування та моделювання бойової сутички [1, 9].

Найважливішими передумовами для реалізації компонентів техніко-тактичної підготовленості є взаємозв'язки між показниками застосування головних різновидів дій у поєдинках та функціональними можливостями рухової і психічної сфер фехтувальників [5, 6].

Також обираючи тактику бою у командних змаганнях, потрібно враховувати додаткові чинники впливу: різницю у рахунку, порядковий номер поєдинку, а також свої можливості і можливості партнерів по команді та команди суперника [7].

Формуючи побудову поєдинків з командним противником, слід враховувати можливість перемоги сильнішого опонента в окремо взятому поєдинку, яка пов'язана, головним чином, зі створенням умов, при яких суперник не може проявити свої найкращі якості, у той час, як його суперник проявляє максимальний результат підготовленості [8]. Це може бути пов'язано з пошуком, або створенням таких умов, у яких противник обмежений у своїх можливостях і не очікує дій спортсмена-супротивника.

Тому виникає потреба у ретельному аналізі змагальної діяльності і зокрема відповідальних поєдинків окремо взятого суперника. А от можливість їх створення і використання обумовлена наявністю відповідних індивідуальних умінь у спортсмена і його здібністю успішно їх проявити [6, 9]. При цьому, основою для формування цих умінь є знання, що характеризують адекватну

змагальну поведінку спортсмена і розкривають особливості його успішної взаємодії з кожним обраним супротивником.

Здатність спортсмена реалізовувати прийняте рішення, обумовлена рівнем його техніко-тактичної підготовленості, що пов'язано з обсягом і варіативністю сформованих спеціалізованих навичок і реагуванням на психологічний вплив його команди на нього.

Слід визначити завдання, що вирішуються при формуванні складу команди спортсменок у командних змаганнях:

аналіз спеціалізованої діяльності обраних суперників, особливостей результативних та не результативних дій, які застосовуються ними у поєдинках [9];

визначення «сильних» і «слабких» місць у спеціалізованій підготовленості основних суперників [2, 8];

вибір оптимального способу боротьби з окремим суперником на основі проведеного аналізу його індивідуальної змагальної діяльності;

засвоєння і вдосконалення обраних дій, а також способів для високо-ймовірної перемоги над командою-суперницею [5, 9].

Доцільне врахування індивідуальної результативності змагальної діяльності спортсменок призводить до ефективно проведених поєдинків команди під час змагального періоду, що пов'язано з такими положеннями техніко-тактичних дій:

- використання добре сформованої тактики, у якій розумно і повно використовується майстерність усіх бійців команди;
- прагнення своєю тактикою локалізувати сильні сторони противника;
- вивчення тактики команди – супротивника і доцільне використання своїх контр дій, які змушують противника змінити тактику ведення бою і мінімізують її ефективність.

Висновки. Перспективи розвитку командного фехтування визначаються особливостями змагальної діяльності елітних команд-спортсменів – лідерів світового рейтингу. Виступи кращих команд світу на найбільших змаганнях містять важливу інформацію, аналіз якої дозволяє не тільки визначити сучасні тенденції розвитку виду спорту, але й зробити висновки для подальшого вдосконалення тренувального процесу для спортсменів фехтувальників.

Слід звернути увагу на актуальну проблему підвищення спортивної майстерності спортсменів. Одним із важливих напрямів є правильна техніко-тактична підготовка усієї команди. Аналіз результативності змагальної діяльності спортсменів є одним із складників навчально-тренувального процесу.

Саме контролювати рівень адекватності педагогічних впливів, відкривати перспективи оптимізації складу команди, ефективності співвідношення використовуваних засобів, методів і умов тренування дозволяє правильне зіставлення об'єктивних характеристик змагальної діяльності та досягнутої підготовленості спортсменів.

Література.

1. Аркадьев Е. И. Тактика в фехтовании / Е. И. Аркадьев. – М. : Книга по Требованию, 2011. – 124 с.
2. Бусол В. А. Фехтування. Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ / Бусол В. А. – К., 2011. – 43 с.
3. Гошко А. Є Особливості змагальної діяльності фехтувальників у командних турнірах / А. Є. Гошко, Ю. А. Бріскін // «Індивідуалізація тренувального процесу кваліфікованих єдиноборців» НУФВСУ, 2016 р. — К.: Олімп. літ., 2016. — С. 20–24.
4. Гошко А. Є. Особливості змагальної діяльності збірної команди з фехтування України на шпагах серед жінок на прикладі чемпіонату світу-2015 / А. Є. Гошко, Ю. А. Бріскін // «Індивідуалізація тренувального процесу кваліфікованих єдиноборців». НУФВСУ, 2016 р. – К. : Олімп. літ., 2016.
5. Гошко А. Є. Проблеми формування складу команди спортсменок у фехтуванні на шпагах / А. Є. Гошко, Ю. А. Бріскін // «Індивідуалізація тренувального процесу кваліфікованих єдиноборців» : матеріали X Всеукр. студ. наук. Інтернет-конф. Дидактико-методичні аспекти фізичної культури (у рамках XIV Міжнарод. наук.-практ. конф.) [Електронний ресурс]. – Херсон : ХДАФК, 2015. – С. 104–106. – Режим доступу: http://hdafk.kharkov.ua/docs/konferences/stud.konf_10_12_2015.pdf
6. Житлов В. В. Индивидуальный боевой стиль деятельности фехтовальщиков / В. В. Житлов, Б. В. Турецкий // Фехтование : сб. ст. – М., 1983. – С. 18 – 21.
7. Тышлер Д. А. Фехтование. Техничко-тактическая и функциональная тренировка / Д. А. Тышлер, Л. Г. Рыжкова. – М. : Академический Проект, 2010. – 183 с.
8. Тышлер Е. Г. Теоретические и методические предпосылки освоения терминологии спортивного фехтования / Е. Г. Тышлер // Теорія и практика прикладних и екстремальних видів спорту. – 2010. – № 4. – С. 12-15.

КОНТРОЛЬ ТРЕНУВАЛЬНОЇ ТА ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТОК

Григоренко Євгенія

Науковий керівник – Шльонська О. Л., к. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання та спорту України, Київ,
Україна

Актуальність. Важливим питанням у професійному спорті є підготовка спортсменів до важливих змагань і досягнення високих результатів. Умови високої конкуренції та зростання спортивних результатів висувають підвищені вимоги до фізичної підготовленості спортсменів, контролю та управління спортсменом чи командою в цілому впродовж усіх змагань.

Натомість, ефективність процесу спортивної підготовки у сучасних умовах обумовлена використанням засобів і методів комплексного контролю як інструменту управління, який дозволяє здійснювати зворотній зв'язок між тренером та спортсменом, і на цій підставі підвищувати рівень підготовки гравців [9].

Удосконалення системи управління на основі об'єктивних знань про структуру змагальної діяльності з урахуванням особливостей спортивної майстерності сприяє загальному розвитку тренувального процесу та технічної підготовки в цілому [8]. У свою чергу, контроль змагальної діяльності вимагає не лише урахування спортивних результатів, а й реєстрації комплексних параметрів, які характеризують окремі компоненти техніко-тактичних дій у різних елементах ігрових ситуацій [6, 9].

У волейболі найбільш значущими показниками, які застосовуються у контролі змагальної діяльності, є ефективність техніко-тактичних дій команди або гравців окремо, що може безпосередньо впливати на ефективність змагальної діяльності. Тому у сучасних умовах розвитку волейболу необхідним є пошук нових засобів і методів оцінки комплексного контролю тренувальної та змагальної діяльності кваліфікованих волейболісток.

Мета дослідження – обґрунтувати теоретико-методичні аспекти контролю та управління за тренувальною та змагальною діяльністю кваліфікованих волейболісток.

Завдання дослідження: на основі спеціальної науково-методичної літератури вивчити та проаналізувати сучасний стан проблеми використання контролю та управління у тренувальній та змагальній діяльності гравців у волейболі.

Методи та організація дослідження: аналіз спеціальної науково-методичної літератури, узагальнення передового досвіду тренерів у волейболі, педагогічне спостереження.

Результати дослідження та їх обговорення. Змагальна діяльність у волейболі характеризується безперервно зростаючим потоком інформації про суперників, яка надходить до гравців в умовах швидкої зміни ігрових ситуацій, жорсткої протидії суперників, ліміту часу, необхідного для прийняття

правильного рішення для виконання певної тактичної дії [1, 4, 7]. Тому в таких умовах і спортсмен, і тренер повинні володіти всім арсеналом технічних і тактичних умінь та навичок, уміти швидко реагувати на зміни в команді суперників і приймати швидкі рішення щодо ведення варіативної змагальної діяльності у волейболі.

В основі ефективного управління за тренувальною та змагальною діяльністю кваліфікованих гравців у волейболі лежить контроль за ефективністю виконання техніко-тактичних дій гравців. Натомість, існуюча ігрова статистика, яка застосовується на міжнародних змаганнях, недостатньо відображає різноманіття ігрових дій та ситуацій, властивих волейболу, що визначає класифікацію результатів ігрових прийомів.

Як зазначає Клещев Ю. М. [7], контроль змагальної діяльності волейболістів здійснюється трьома засобами:

- за допомогою експертизи, яка проводиться тренерами команди. У цьому данному випадку з'являється можливість отримати узагальнену якісну оцінку ігрових дій команди та окремих гравців;
- за результатами відеореєстрації гри. Обробка відеозапису доповнює експертну оцінку тренера;
- за допомогою стенографування матчу. Даний спосіб контролю змагальної діяльності має широке застосування у спортивних іграх і дозволяє з достовірною точністю розрахувати основні показники техніко-тактичної майстерності гравців: об'єм, різнобічність та ефективність ігрових прийомів як окремих гравців, так і команди в цілому.

Результати аналізу спеціальної та науково-методичної літератури свідчать, що проблема контролю та управління змагальною діяльністю вивчалась, і було накопичено достатньо великий обсяг наукових праць, присвячених цьому напрямку наукових досліджень. Але на сьогодні відсутня інформація про застосування нових підходів комплексного контролю у підготовці волейболісток високого класу.

Одним із найбільш раціональних підходів, що дозволяє підвищити ефективність тренувального процесу, враховуючи розвиток певного виду спорту, є використання методів моделювання [8]. Для ігрових видів спорту проблема моделювання найбільш прийнятна в управлінні тренувальним процесом на основі використання індивідуальних і групових моделей підготовки, що відповідає загальній теорії підготовки спортсменів [9, 10].

У дослідженнях, проведених В. М. Костюкевичем, Н. Ю. Щепотіною [8], для оцінки техніко-тактичних дій як у нападі, так і в захисті було розроблено рівні координаційної складності, які забезпечують результат виконання змагальних дій в ігровій діяльності волейболісток. Автори вважали, що виконання техніко-тактичної дії можна розділити на три варіанти результату техніко-тактичних дій: «+» – виграш; «-» – програш; «0» – нейтральність. Вони представили інтегральний спосіб оцінки визначення, який полягає у сукупності

коефіцієнтів інтенсивності, агресивності, ефективності, мобільності виконання змагальних дій у волейболі.

Дорошенко Е. Ю. [4, 5] розробив та обґрунтував технологію управління техніко-тактичною діяльністю в командних спортивних іграх (у тому числі у волейболі), яка складається з методичних положень: педагогічний аналіз техніко-тактичних дій (способи оцінки техніко-тактичної майстерності гравців різного амплуа у змагальній та тренувальній діяльності кваліфікованих гравців); побудова програми підготовки у різних структурних одиницях у макроциклах підготовки гравців, спрямованих на вдосконалення різних сторін підготовленості; контроль показників техніко-тактичних дій (етапного, поточного, оперативного) у тренувальному та змагальному процесах (контроль показників атаквальних і захисних техніко-тактичних дій, а також у перехідних режимах змагального процесу: «захист–атака», «атака–захист»); способів і засобів корекції та вдосконалення техніко-тактичної діяльності висококваліфікованих спортсменів різного амплуа.

Г. Л. Гикашвили [3] сформулював методику реєстрації змагальної діяльності волейболістів, оцінку й аналіз техніко-тактичної майстерності кваліфікованих гравців; визначив напруженість змагальної діяльності у волейболі, визначені, а також індивідуально-психологічні характеристики волейболістів, розробив комплекс методичних прийомів, спрямований на вдосконалення управління командою в змаганнях і підвищення ефективності виступу спортсменів.

Важливе місце в системі управління підготовкою юних спортсменів відводиться науково обґрунтованому педагогічному контролю, вдосконалення якого є важливою передумовою підвищення ефективності тренувального процесу. У роботах провідних науковців міцно закріпилася концепція про необхідність перетворення тренувального процесу на процес дійсно керований. У зв'язку з цим значно підвищилася увага фахівців до організації контролю, який розглядається тепер одна з головних ланок у системі управління підготовкою спортсмена. Слід мати на увазі, що під контролем прийнято розуміти не просто збирання інформації, але також зіставлення її з уже наявними даними (планами, контрольними показниками, нормами тощо) і подальший аналіз, що завершується прийняттям рішення [2].

Педагогічний контроль включає сукупність параметрів, засобів, методів, алгоритмів і організаційно-методичних заходів з оцінки ефективності застосовуваних засобів і методів підготовки, тренувальних навантажень (вправ), техніко-тактичних дій, а також спортивних результатів і поведінки спортсменів, здійснюваних тренером спільно зі статистом. Завдання педагогічного контролю – облік тренувальних і змагальних навантажень, визначення різних сторін підготовленості спортсменів, виявлення можливостей досягти запланованого спортивного результату, оцінка поведінки юного спортсмена на змаганнях. Основними методами педагогічного контролю є педагогічні спостереження і контрольні вправи (тести). Крім того, тренер

узагальнює в єдину (інтегральну) оцінку дані обстежень, одержуваних з інших видів контролю.

Педагогічний контроль у системі управління підготовкою спортсменів розглядається багатьма фахівцями як засіб забезпечення інформацією про найважливіші сторони тренувального процесу для оцінки його ефективності. Саме під таким кутом зору вказують провідні фахівці на важливе значення педагогічного контролю в сучасній підготовці волейболістів високої кваліфікації та юних спортсменів.

Методологічну основу педагогічного контролю складають:

- правильний вибір тестів і їх відповідність до статистичних критеріїв надійності, об'єктивності та інформативності;
- визначення оптимального обсягу показників для оцінки функціонального стану і рівня підготовленості спортсменів, його достатність, стандартизація умов і джерел одержання інформації;
- відповідність методів контролю до завдань тестування.

Залежно від тривалості періоду, необхідного для переходу з одного стану в інший, виділяють три типи стану спортсмена [9–11]: 1) етапний (перманентний) стан, що зберігається відносно довго упродовж тижнів або місяців; 2) поточний стан, який змінюється у процесі одного або декількох занять і визначає характер найближчих тренувань і величину навантажень; 3) оперативний стан, який змінюється під впливом одноразового виконання фізичних вправ.

Для корекції підготовки юних спортсменів в основі даних етапного, поточного й оперативного контролю лежить програмно-цільовий підхід, відповідно до якого зміст, обсяг і організація тренувального навантаження визначається цільовими завданнями на даному етапі підготовки. Цільові завдання при цьому включають в себе три головні компоненти: величину приросту спортивного результату, відповідні зміни в психофізичній підготовленості за даними педагогічного контролю і об'єктивно необхідні для цього зміни в методиці застосування тренувальних і змагальних навантажень.

Висновки. На основі узагальнення даних науково-методичної літератури, результатів дослідження, все вище викладене вимагає подальшого розроблення проблеми вдосконалення контролю й управління підготовкою гравців у волейболі. В основу покращення контролю й управління волейболістами різної кваліфікації повинні братися науково-методичні рекомендації, що стосуються формування і покращення тренувального процесу та змагальної діяльності як один із основних факторів підвищення результативності.

Література.

1. Ашибоків М. Д. Критерии оценки технико-тактической подготовленности команд волейболистов / М. Д. Ашибоків // Вестник Адыгейского государственного университета, 2006. – № 6, – С. 290–292.

2. Вертель О. В. Вплив навантажень швидко-силової направленості на формування техніко-тактичної підготовленості юних

волейболістів 10–14 років : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту / О. В. Вертель. – Х., 2011. – 20 с.

3. Гикашвили Г. Л. Управление соревновательной деятельностью команды на основе использования индивидуальных особенностей волейболистов : автореф. дис. ... канд. пед. наук / Л. Г. Гикашвили. – Тбилиси, 1990. – 24 с.

4. Дорошенко Е. Ю. Параметри ефективності техніко-тактичної діяльності кваліфікованих волейболістів / Е. Ю. Дорошенко., Ю. В. Мельничук // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – К., 2006. – № 2. – С. 116–121.

5. Дорошенко Е. Ю. Сучасні способи оцінювання техніко-тактичної майстерності у волейболі / Е. Ю. Дорошенко, М. С. Бесарабов, С. М. Медвідь // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях // II международная электронная научная конференция, 7 февраля 2006 г. – Харьков–Белгород–Красноярск, 2006. – С. 59–62.

6. Железняк Ю. Д. К мастерству в волейболе / Ю. Д. Железняк. – М. : Физкультура и спорт, 2006. – 224 с.

7. Клещев Ю. Н. Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям: Учебное пособие / Ю. Н. Клещев. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 208 с.

8. Модельные тренировочные задания как инструмент построения тренировочного процесса спортсменов командных игровых видов спорта / В. Костюкевич, Н. Щепотина // Наука в олимпийском спорте. – 2016. – № 2. – С. 24–31.

9. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов: учебное издание / Л. П. Матвеев – К. : Олимп. лит., 2002. – 319 с.

10. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов – К.: Олимп. лит., 2004. – 808 с.

11. Темченко В. А. Регистрация, обработка показателей соревновательной деятельности в спортивных играх. / В. А. Темченко // Физическая культура, воспитание, образование, тренировка, № 4, 2006. – С. 23–24.

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ШКОЛЯРІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ФЕХТУВАННЯМ НА ШПАГАХ

Димитренко Антон

Науковий керівник – Смирновський С. Б., викладач

Львівський державний університет фізичної культури ім. Івана Боберського,
Львів, Україна

Актуальність. На сьогодні набуває актуальності проблема взаємозв'язку рівня розумової діяльності учнів і успішності їхнього навчання, яка зумовлена зміною соціальних вимог до освіти в цілому, що відображається у необхідності підготовки всебічно розвинутої особистості [1]. Розумова діяльність учнів щільно пов'язана з рівнем розвитку їхніх психофізіологічних якостей [1].

Поряд із цим фехтування як вид спорту та фехтування на шпагах зокрема набуває все більшої популярності у світі та в Україні. Заняття фехтуванням на шпагах вимагають від спортсменів високого рівня психофізіологічних якостей, отже і розвивають ці якості [2].

Проте проведені останніми роками дослідження, що стосувалися психофізіологічних характеристик школярів та їх впливу на успішність навчання, здійснювались без урахування фізичного навантаження школярів і їх занять спортом та фехтуванням на шпагах зокрема [1].

Отже, набуває актуальності питання визначення психофізіологічних характеристик школярів, які займаються фехтуванням на шпагах.

Мета дослідження – Визначити психофізіологічні характеристики школярів, котрі займаються фехтуванням на шпагах.

Методи та організація дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення, документальний метод, вимірювання, методи математичної статистики. У ході дослідження було проведено вимірювання психофізіологічних параметрів школярів, які займаються фехтуванням. Вік школярів становив 10–14 років. Дослідження проводилось із використанням комп'ютерного комплексу для психофізіологічного тестування «Нейрософт-психотест». У дослідженні взяло участь 22 школярі, які займаються фехтуванням.

Результати дослідження та їх обговорення. У результаті проведених досліджень було визначено такі психофізіологічні параметри: проста зорово-моторна реакція, реакція розрізнення, реакція вибору, реакція на рухомий об'єкт, стійкість до перешкод.

У школярів, які займаються фехтуванням на шпагах, середній показник простої зорово-моторної реакції становить 223,7 мс (табл. 1), що відповідає середньому рівню простої зорово-моторної реакції та знаходиться у межах норми для даної вікової групи. При цьому спостерігається висока точність реакції, що зумовлює низьку кількість помилок. Показник точності реакції свідчить про стійкість уваги, яка обумовлена врівноваженістю нервових процесів [3].

Також у ході дослідження з метою визначення врівноваженості нервових процесів школярів, які займаються фехтуванням на шпагах, було вивчено показники реакції на рухомий об'єкт. Зокрема показник рівня реакції на рухомий об'єкт дорівнював 3,3 мс (табл. 1). Однак для школярів, які займаються фехтуванням на шпагах, характерна висока точність реакції на рухомий об'єкт, яка становить 49 %. Також кількість випереджень становить 32 % а кількість запізньєнь – 17 %. Враховуючи ці показники, можна стверджувати про врівноваженість нервових процесів із переважанням збудження.

Таблиця 1

Показники психофізіологічних якостей школярів, які займаються фехтуванням на шпагах (n = 22)

№	Показник	Середній результат	Стандартне відхилення (±)
1	Проста зорово-моторна реакція, мс	223,7	22,7
	Кількість помилок	2,9	2,1
2	Реакція вибору, мс	374,4	44
	Кількість помилок	6,0	4,1
3	Реакція розрізнення, мс	330,9	36,4
	Кількість помилок	5,7	2,5
4	Стійкість до перешкод, мс	294,5	21
5	Реакція на рухомий об'єкт, мс	- 3,3	6,5
	Кількість точних реакцій, %	49	0,19
	Кількість випереджень, %	32	0,16
	Кількість запізнєнь, %	17	0,14

Визначення показників реакції розрізнення було здійснене з метою вимірювання рухливості нервових процесів у центральній нервовій системі школярів, які займаються фехтуванням на шпагах. Зокрема, середній показник реакції розрізнення у таких школярів дорівнює 330,9 мс (табл. 1.), що знаходиться у межах норми та відповідає середньому значенню цього показника для школярів. Для цього показника характерний проміжний тип (між інертним та рухливим типом) вищої нервової діяльності [3]. Відносно низька кількість помилок при реалізації реакції розрізнення школярами, які займаються фехтуванням на шпагах, свідчить про силу нервових процесів і високий рівень концентрації уваги [3].

Також для дослідження рухливості нервових процесів у центральній нервовій системі було визначено показник за методикою «реакція вибору». Зокрема, середній показник реакції вибору школярів, які займаються фехтуванням на шпагах, становив 374,4 м, що знаходиться у межах норми та свідчить про проміжний тип (між інертним та рухливим типом) вищої нервової діяльності. Середнє квадратичне відхилення на рівні ± 44 мс свідчить про врівноваженість нервових процесів школярів, які займаються фехтуванням на

шпагах, а висока точність реакції вибору – про силу нервових процесів і високу концентрацію уваги.

Стійкість до перешкод – це властивість уваги, яка відображає властивості людини протистояти впливу фонових подразників (перешкод) при сприйнятті певного об'єкта [3]. За наявності високої стійкості до перешкод людина може довгий час концентрувати увагу на певному об'єкті або виконувати певну роботу незалежно від зміни умов навколишнього середовища. При низькому показнику стійкості до перешкод людина спроможна довгий час концентруватись на певному об'єкті або виконує певну роботу лише за відсутності звукових і світлових подразників [3]. Отже, у школярів, які займаються фехтуванням на шпагах, спостерігається висока стійкість до перешкод, при реакції на рівні 294,5 мс. Водночас, низька кількість помилок свідчить про врівноваженість нервових процесів і високу концентрацію уваги.

Висновки. У результаті проведених досліджень обґрунтовано актуальність дослідження психофізіологічних показників школярів, які займаються фехтуванням на шпагах.

Визначено психофізіологічні характеристики школярів, які займаються фехтуванням на шпагах, за такими показниками: проста зорово-моторна реакція, реакція розрізнення, реакція вибору, реакція на рухомий об'єкт та стійкість до перешкод.

Було визначено, що школярі, які займаються фехтуванням на шпагах, володіють високим рівнем простої зорово-моторної реакції, реакції вибору та реакції розрізнення, також для них характерна врівноваженість нервових процесів, висока сила нервової системи та висока концентрація уваги. Водночас, у них виявлено високий рівень стійкості до перешкод, що дозволяє їм виконувати тривалу роботу незалежно від зміни умов зовнішнього середовища.

Література.

1. Запорожець О. П. Психофізіологічні властивості учнів молодшого шкільного віку із різним фізичним та розумовим навантаженням : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.02 «Психофізіологія» / Запорожець Олена Петрівна ; Херсон. держ. ун-т. – Херсон, 2008. – 48 с.
2. Семеряк З. С. Удосконалення техніко-тактичної підготовленості фехтувальниць-шпажисток на етапі спеціалізованої базової підготовки [Текст] : автореф. дис. ...канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.01 / Семеряк Зоряна Степанівна ; Львів. держ. ун-т фізичної культури. – Львів, 2015. – 20 с.
3. Мантрова И. Н. Методическое руководство по психофизиологической и психологической диагностике / И. Н. Мантрова. – Иваново : Нейрософт, 2008. – 216 с.

СУЧАСНІ БІОМЕХАНІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ У СПОРТІ

Дудуц Каріна

Науковий керівник – Гакман А. В., к. фіз. вих

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича,
Чернівці, Україна

Біомеханічні технології дозволяють фахівцям досліджувати розвиток сучасного спорту, а також усвідомлювати та прогнозувати його майбутній розвиток.

У зв'язку з високою конкуренцією на міжнародній арені, значними рекордами в олімпійському спорті, у фахівців виникають проблеми у вирішенні підвищення якості та ефективності тренувального процесу. Дослідження нових засобів та методів у тренувальному процесі на сьогодні стає одним із основних напрямів вирішення цієї проблеми [4].

Практика останніх років показує, що одним із найбільш перспективних напрямів підвищення працездатності спортсмена є використання ним спеціальних біомеханічних ергогенних засобів, які поділяються на засоби прямої та відставленої дії [6].

За останні роки значного попиту набуло використання біомеханічних ергогенних засобів прямого використання, адже саме вони сприяють підвищенню працездатності спортсмена в момент змагальної діяльності. Серед них: інвентар, снаряди, захисні або інженерно-технічні засоби, спортивний одяг.

Підвищення спортивних результатів у деяких видах спорту, а саме: ковзанярському, вітрильному, велосипедному, лижних гонках, плаванні, фахівці поєднують із використанням перерахованих засобів. Проте слід пам'ятати, що при їх використанні потрібне відповідне вивчення техніки руху, що в результаті передбачає отримання та аналіз значної кількості даних.

Вирішити певні питання із удосконалення спортивних результатів допоможуть засоби відставленої дії, серед яких гравітаційні біомеханічні стимулятори, автоматизовані системи управління тренувальним процесом, тренажерні засоби. Для отримання інформації про техніку рухових дій у реальному масштабі часу фахівці приділяють значну увагу розвитку та використанню управління тренувальним процесом за допомогою відеокomp'ютерних систем.

Мета дослідження – систематизація даних науково-методичної літератури і досвіду передової практики із використання сучасних біомеханічних технологій у сучасному спорті.

Завдання дослідження:

1. Провести аналіз спеціальної літератури з проблеми сучасних біомеханічних технологій у сучасному спорті.
2. Вивчити досвід передової практики із використання біомеханічних ергогенних засобів у спортивній практиці.

Методи та організація дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, інтернет-ресурсів, індукції та дедукції, порівняння та узагальнення.

Результати дослідження та їх обговорення. Для використання спеціальних біомеханічних ергогенних засобів у спорті потрібно не тільки фундаментальні знання з фізики, а й знання сучасних технологій спортивного тренування. Тому для ефективного підвищення спортивної працездатності необхідно одночасно використовувати знання сил гравітації, інерції, законів опору середовища та техніко-тактичні особливості змагальної і тренувальної діяльності при врахуванні біомеханічних закономірностей рухової системи людини [5].

Одним із таких засобів (біомеханічних стимуляторів), який знайшов своє широке практичне використання під час підготовки спортсменів високого класу є спеціальний гіпергравітаційний костюм, що працює за принципом використання системи локальних обтяжень, які розташовуються в центрі мас біологів спортсмена і не порушують загальної геометрії мас тіла, створюючи додатковий опір скороченню працюючих м'язів. Маса додаткових вантажів розподіляється так, що відсоток обтяжування, який припадає на кожен групу м'язів, приходить у звичайних умовах гравітації [2]. Використання біомеханічних стимуляторів під час спортивного тренування здійснює цілеспрямовану корекцію гравітаційних взаємодій організму спортсменів. Їх використання розширює функціональні можливості організму, поліпшує якість координації рухів [5]. За рахунок зниження опору зовнішніх факторів та підвищення якості екіпіровки спортсмена, інвентарю та інженерно-технічних засобів переміщення, а також зменшення механічних навантажень на кістково-суглобовий апарат спортсмена забезпечується вдосконалення технічної майстерності. Тому основною перевагою тренажерів та вправ, які виконуються за їх допомогою, є те, що вони дозволяють цілеспрямовано впливати на окремі м'язи і м'язові групи. При цьому під час виконання спортсменом вправ локального впливу навантаження на його організм незначне і це дозволяє підвищувати обсяг та інтенсивність тренування швидко-силового характеру.

Для навчання та вдосконалення техніки, вироблення правильної інтенсивності та темпу тощо можна застосовувати тренажери, причому вони можуть використовуватися на всіх етапах підготовки спортсмена. Як підкреслює В. М. Платонов [4], особливого значення набули технічні засоби, які спрямовані на те, щоб усунути явище зміни активності тих м'язів спортсмена, які безпосередньо не беруть участь у роботі, і створити умови для впорядкування режимів роботи його м'язів. Необхідно зауважити, що навчання за методикою «полегшеного лідирування» рекомендується за умов засвоєння геометрії вправи безпосередньо перед застосуванням біомеханічних стимуляторів із метою оволодіння певними видами рухових дій. Це дає змогу спортсмену засвоїти максимум біокінематичних параметрів дії, що вивчається, при деякому зменшенні силових рухових можливостей [3].

І з використанням стандартних відеокамер та спеціалізованих високошвидкісних відеокамер можна виконувати біомеханічний аналіз рухових дій людини, наприклад, оптико-електронна система Qualisys (Швеція), яка працює за допомогою рефлексивних маркерів, розміщених на тілі людини, й реєструє передані сигнали. Ця система виконує синхронізацію даних за допомогою відеопристроїв, тензоплатформи, електроміографів і має імпульсну частоту до 1000 Гц (кадрів за секунду), оцінює показники рівноваги й поставу та кінематичні й динамічні характеристики. Оскільки стартовий імпульс передається безконтактно, для цього використовують зовнішній оптичний датчик, який складається з інфрачервоного передавача й відбивача.

Варто відмітити й автоматизовану систему Weightlifting analyzer 3.0 (Німеччина), яка аналізує характеристики важкоатлетичних вправ за допомогою визначення траєкторії руху штанги. Записавши рухову дію спортсмена, за допомогою цього комплексу можна відразу отримати на комп'ютері графічні і числові характеристики структури руху системи «спортсмен - штанга»: часові та ритмічні характеристики руху; імпульси сили в окремих фазах руху; розрахунок похідних показників (градієнтів сили, різних коефіцієнтів); показники виконаної роботи, потужності; відображення в графічній формі залежності сили, швидкості, траєкторії від часу та інше. Користь цього комплексу в тому, що за його допомогою можна відразу проаналізувати показники та порівняти з попередніми, що занесені в базу даних.

Засвоївши найкращі способи виконання фізичних вправ, спортсмен покращить рівень спортивних досягнень. Тому, для удосконалення спортивної техніки потрібно орієнтуватися на максимальні рекордні результати. Розробити це та досягти запланованих результатів потрібно на основі біомеханічних моделей [3].

Висновки. Сьогодні зі зростанням результативності в спорті та підвищеною вимогою до тренувального процесу спортсменів значне місце в досягненні цього мають біомеханічні технології.

Залежно від характеру впливу на працездатність спортсмена традиційно усі біомеханічні засоби, які застосовуються у тренувальному процесі, поділяються на дві групи: біомеханічні ергогенні засоби прямої дії, до яких входять спортивна екіпіровка, одяг та спортивні споруди, та відставленої дії, до яких можна віднести технічні засоби тренування (інженерно-технічні, різноманітні гравітаційні, біомеханічні стимулятори й автоматизовані системи управління).

Кожна з існуючих систем є хорошим помічником для покращення спортивних досягнень у різних видах спорту. Тому можна припустити, що перспективи зростання спортивних результатів у сучасному спорті передовсім пов'язані з розширенням сфери арсеналу технічних засобів, які використовуються у практиці підготовки спортсменів.

Література.

1. Гамалій В. В. Біомеханічні аспекти техніки рухових дій в спорті / В. В. Гамалій. - К.: Наук. світло; 2007. - 212 с.
2. Лапутин А. М. Гравитационная тренировка / А. М. Лапутин. – К.: Знання, 1999. – 316 с.: ил.
3. Лапутин А. М. Олімпійському спорту – високі технології / А. М. Лапутин, В. І. Бобровник. – К.: Знання, 1999. – 164 с.
4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. для студ. вузов физ. воспитания и спорта / В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2004. – 807 с.
5. Платонов В. Н. Биомеханические эргогенные средства в современном спорте / В. Платонов, А. Лапутин, В. Кашуба // Наука в олимп. спорте. – 2004. – № 2. – С. 96–100.
6. Платонов В. М. Біомеханічне ерогенне значення в сучасному спорті / Платонов В. М., Булатова М. М., Кашуба В. А. // Академія Румунії, Бухарест. – № 53. – 2006. – С. 19-49.

ДИНАМІКА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Ільїн Костянтин

Науковий керівник – Залойло В. В., к. фіз. вих, доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ,
Україна

Актуальність. Сьогодні без високої спеціальної фізичної підготовки неможливо досягти високих спортивних результатів у футболі. Характерний прояв фізичних якостей швидкості, витривалості, швидкісно-силової підготовленості характерно для цього виду спорту. Від рівня їх розвитку залежить прояв інших здібностей, необхідних для досягнення перемоги, насамперед, технічної та тактичної майстерності. Тому тренерів необхідно розуміти, які якості, і якою мірою, і в який період спортивного тренування слід розвивати максимально.

Вивчення спеціальної науково-методичної літератури та досвіду спортивної практики дає змогу визначити коло вирішених і невирішених проблем методики розвитку фізичних якостей і контролю за рівнем фізичної підготовленості [1].

На сьогодні найбільш повно вивчено питання індивідуального розвитку фізичних якостей. Що стосується динаміки фізичної підготовленості групи гравців, то існують середньо – групові показники команди в цілому. Відсутність середньо групових показників фізичної підготовленості гравців та їх динаміки у річному макроциклі знижує ефективність навчально-тренувального процесу юних футболістів. Зниження ефективності навчально-тренувального процесу позначається на кінцевих результатах виступу в змаганнях і зростання спортивної майстерності [2].

Хоча футбол визначається великою кількістю досліджень з проблеми підготовки спортсменів, проте велику частину з них проведено на дорослих футболістах [3].

Питання дитячо-юнацького спорту у футболі розроблено в меншій мірі. Ряд дослідників вирішували питання в напрямку планування розвитку рухових якостей на етапах багаторічної підготовки футболістів-юнаків [4].

Як показує короткий аналіз стану питання, досі відсутні дослідження взаємодії основних чинників, що зумовлюють фізичну підготовленість на етапі початкової підготовки юних футболістів (8-9 років), що, безсумнівно, ускладнює управління тренувальним процесом.

Тому вивчення динаміки показників швидкості, швидкісно-силової підготовленості і швидкісної витривалості в процесі початкового етапу спортивної підготовки юних футболістів 8 – 9 років є надзвичайно актуальним.

Мета дослідження – вивчити динаміку фізичної підготовленості юних футболістів на етапі початкової підготовки (8–9 років).

Завдання дослідження:

1. Визначити динаміку фізичної підготовленості юних футболістів.

2. Вивчити ефективність фізичної підготовки на етапі початкової підготовки юних футболістів.

3. Обґрунтувати достовірність отриманих результатів за допомогою математико-статистичних методів обробки.

Методи та організація дослідження: аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, методи математико-статистичної обробки результатів дослідження.

Результати дослідження та їх обговорення. Найоптимальнішою кривою динаміки зростання фізичних якостей, вважають таку, при якій зростання показника рівномірно збільшується протягом річного макроциклу. Однак, завдання, що стоять перед юними футболістами в різні періоди підготовки, повинні вносити суттєві корективи у рівномірність розвитку фізичних якостей. У цьому дослідженні за основу взято уявлення про порівняльну ефективність розвитку основних фізичних якостей. Було виявлена динаміку показників фізичної підготовленості гравців 8 – 9 років протягом навчально-тренувального процесу юних футболістів.

У результаті проведених досліджень за рівнем швидкості пробігання відрізка довжиною 30 м було виявлено, що на початку навчально-тренувальних занять, після нетривалого відпочинку, юні футболісти показали результат 4,72 с. Після завершення підготовчого періоду – 4,49 сек. Приріст результату становив 5,1 %.

На початку підготовчого періоду, юні футболісти показали результат 66,2 с. під час виконання контрольного випробування, що характеризує швидкісну витривалість. Навчально-тренувальні заняття підготовчого періоду виявили тренуючий вплив на юних футболістів. Після закінчення експерименту рівень швидкісної витривалості виріс на 2,3 %. Результат у тестовому завданні, знизився до 64,7 с.

Таким чином, можна стверджувати, що навчально-тренувальні заняття підготовчого періоду були спрямовані на виховання швидкості і швидкісно-силової підготовки.

Результати тестування фізичної підготовленості юних футболістів на етапі початкової підготовки (8-9 років) показали наступне. Під час проведення оперативного контролю за фізичною підготовленістю юних спортсменів проводилося тестування з метою визначення рівня розвитку фізичних якостей і ЧСС у стані спокою і після навантаження (табл. 1).

За результатами тесту №1, рівень розвитку спеціальної витривалості зріс на 0.7 с. За результатами тесту № 2, рівень розвитку сили м'язів ніг підвищився на 3.3 см. За результатами по тесту №3, рівень розвитку швидкісних якостей підвищився на 0.28 с. Вимірювання ЧСС зросла на 6.3 уд/хв.

Таблиця 1

**Виявлення рівня фізичної підготовленості до початку
в експериментальній групі**

Номер гравця	Витривалість (с)	Сила м'язів ніг (см)	Швидкість (с)	ЧСС (уд-хв)	
	Тест № 1	Тест № 2	Тест № 3	Спокою	Після навантаження
Гравець 1	10,2	170	6,1	88	90
Гравець 2	10,0	172	6,0	85	87
Гравець 3	10,2	170	6,4	88	88
Гравець 4	9,9	172	6,6	85	90
Гравець 5	9,7	175	6,1	84	90
Гравець 6	10,0	170	6,0	87	87
Гравець 7	10,2	170	6,4	88	88
Гравець 8	9,9	172	6,6	85	90
Гравець 9	9,9	175	6,4	84	88
Гравець 10	10,2	170	6,6	87	90
Середні показники	9,7	171.7	6,28	86	88.7
Нормативи	1,7	175	6,0	89	95

Поточний контроль проводився протягом тренувального процесу, з періодичним вимірюванням ЧСС. Після закінченні експерименту роботи з юними футболістами показники спеціальної фізичної підготовленості досягли або перевищили рівень нормативних показників (табл. 2).

Таблиця 2

**Виявлення рівня фізичної підготовки у процесі проведення
етапного контролю**

Номер гравця	Витривалість (с)	Сила м'язів ніг (см)	Швидкість (с)	ЧСС (уд-хв)	
	Тест № 1	Тест № 2	Тест № 3	Спокою	Після навантаження
Гравець 1	11.3	175	5.8	90	93
Гравець 2	10.6	174	5.6	87	90
Гравець 3	10,6	175	6.0	90	91

Продовження таблиці 2

Гравець 4	11,3	174	6.1	90	93
Гравець 5	10,7	179	5.8	86	94
Гравець 6	11,0	177	5.6	88	90
Гравець 7	10,6	175	6.0	87	91
Гравець 8	11,3	174	6.1	87	93
Гравець 9	10,7	179	6.0	86	91
Гравець 10	11,0	177	6.1	88	94
Середні показники	10,9	176.3	5.9	88	92
Норматив и	10.7	175	6.0	88	93

За результатами тесту № 1, рівень розвитку спеціальної витривалості, підвищився на 0.2 с. За результатами тесту № 2, рівень розвитку сили м'язів ніг, перевищив норматив на 1,3 см. За результатами тесту № 3, рівень розвитку швидкісних якостей, перевищив норматив на 0,1 с. За результатами тесту ЧСС було виявлено, що футболісти віком 8-9 років показали результати наближені до нормативу, а деякі навіть перевищили його. Це свідчить про те, що навантаження, запропоноване юним футболістам у ході здійснення педагогічного контролю за тренувальним процесом виявилось достатнім.

Висновки.

1. Рішення проблеми розвитку основних якостей юних футболістів гравців забезпечується впровадженням у навчально-тренувальний процес спеціалізованої спрямованості вправ. Обсяг і інтенсивність застосованих вправ мають відповідати вимогам змагальної діяльності і завданням, які розв'язуються юними футболістами.

2. Результати проведених контрольних випробувань швидкісної та швидкісно-силової підготовленості, а також швидкісної витривалості гравців показали, що їх зростання у юних футболістів відбувається не рівномірно протягом річного макроциклу.

3 Рівень розвитку швидкісних можливостей і швидкісно-силової підготовленості у юних гравців має найбільші значення після закінчення підготовчого періоду.

Література.

1. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение/ В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2014. – 624 с.

2. Варюшин В. В. Тренировка юных футболистов: учебное пособие. – М.: Физическая культура, 2007. – 112 с.

3. Платонов В. Н. Теория и методика спортивной тренировки / В. Н. Платонов – К., - М., 2005. – 320с.

4. Шамардин В.Н. Система подготовки юных футболистов: учебно-методическое пособие. – Днепропетровск, 2001. – 104 с.

ОСОБЛИВОСТІ ШВИДКІСНО-СИЛОВОЇ ПІДГОТОВКИ ТЕНІСИСТІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Малікова Катерина

Науковий керівник – Яримбаши К.С., к. пед. н., доцент

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту,
Дніпро, Україна

Актуальність. Рівень розвитку фізичних якостей людини відображає поєднання вроджених психологічних і морфологічних можливостей, набутих у процесі життя і тренування. Чим більше розвинені фізичні якості, тим вища працездатність людини. Під фізичними (руховими) якостями прийнято розуміти окремі якісні сторони рухових можливостей людини й окремих дій. Рівень їх розвитку визначається не тільки фізичними, але і психічними факторами, зокрема, ступенем розвитку інтелектуальних і вольових якостей. Фізичні якості необхідно розвивати своєчасно і всебічно [3, 4].

Досягти високих спортивних результатів, повністю засвоїти техніку й тактику можуть лише атлетично розвинені спортсмени. Майстерність найсильніших представників сучасного тенісу відрізняється атлетичною, активною, тактично гнучкою грою у швидкому темпі, з частими виходами до сітки, з широким використанням нападаючих ударів, особливо атакуючою подачею, високим мистецтвом як нападу, так і захисту, умінням успішно грати по всьому майданчику [1, 2, 8].

Всебічного фізичного розвитку тенісист не може досягти лише за рахунок гри на майданчику. Необхідне органічне поєднання занять на корті з багатосторонньою фізичною підготовкою [1, 2].

Слід зазначити, що автори [1, 2, 7, 9] все більше уваги приділяють проблемам змісту, планування, організації та контролю навчального процесу юних спортсменів, оскільки саме на початковому етапі вирішуються питання підготовки спортивного резерву країни. Також до досить вивчених питань належить психологічна підготовка та розвиток координаційних здібностей тенісистів на різних етапах підготовки. Оскільки теніс є складно координаційним видом спорту, то не виникає питання щодо важливості цих здібностей для досягнення вагомих спортивних результатів. Однак нині на провідне місце виходить питання розвитку швидкісно-силових якостей тенісистів. Слід відзначити недостатню кількість публікацій з цієї тематики, тому виникла актуальна проблема пошуку сучасних засобів вдосконалення процесу розвитку швидкісно-силових здібностей тенісистів.

Мета дослідження – вдосконалення процесу швидкісно-силової підготовки тенісистів на етапі попередньої базової підготовки.

Завдання дослідження:

1. Виявити характерні особливості прояву швидкісно-силових здібностей тенісистів на основі вивчення науково-методичної літератури.
2. Визначити рівень швидкісно-силової підготовленості тенісистів на етапі попередньої базової підготовки.

3. Обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність запропонованих комплексів вправ на розвиток швидкісно-силових здібностей тенісистів.

Методи та організація дослідження. Для практичної реалізації мети та завдань дослідження ми використовували такі методи дослідження:

- аналіз та узагальнення науково-методичної та спеціальної літератури;
- педагогічне спостереження;
- педагогічний експеримент;
- педагогічне тестування фізичних якостей;
- математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Сучасний теніс відрізняється дуже високим темпом гри з потужними та різноманітними ударами, що вимагає від тенісистів швидкого пересування на досить короткі дистанції, при цьому рівень сили та точності ударів не повинен знижуватися. Крім того, активні дії для завершення розіграшу м'яча займають одне з найважливіших місць. Вагомого значення набуває подача, яка є одним із найскладніших елементів техніки. Як відомо, активно й точно можливо подати завдяки вільному та швидкому руху, а не за рахунок силових здібностей спортсмена.

Отримані результати в констатуючому експериментів свідчать про недостатньо високий рівень розвитку швидкісно-силових здібностей тенісистів віком 13–14 років, що не дозволяє спортсменам вести активну та універсальну гру по всьому корту та реалізувати власні можливості в змагальній діяльності.

У зв'язку з вищенаведеним, ми розробили комплекси вправ, які сприяють не лише підвищенню рівня швидкісно-силових здібностей тенісистів, але й впливають на техніко-тактичні можливості спортсменів, оскільки, як доведено вченими [5, 6], високі спортивні результати не обов'язково показують фізично найсильніші спортсмени, а ті, які можуть проявляти свої фізичні здібності під час гри на майданчику.

Тому, крім комплексів вправ, які були спрямовані винятково на розвиток швидкісно-силових здібностей тенісистів 13–14 років і входили до блоку фізичної підготовки, ми розробили комплекси, спрямовані на вдосконалення техніко-тактичних дій з проявом швидкісно-силових можливостей спортсменів.

Слід зазначити, що для урізноманітнення завдань ми застосовували сучасний спеціалізований інвентар: гумовий амортизатор, широкий гумовий амортизатор, сфери, платформу, бар'єри різної висоти. Певні вправи застосовувалися не лише наприкінці основної частини заняття, але й як розминка.

Щоб визначити ефективність запропонованої нами методики для підвищення рівня швидкісно-силової підготовленості тенісистів віком 13–14 років, на етапі попередньої базової підготовки провели порівняльний аналіз рівня розвитку швидкісно-силових якостей та техніко-тактичної підготовленості тенісистів (табл. 1, 2).

Таблиця 1

Тестування швидкісно-силової підготовки тенісистів 13–14 років до і після експерименту контрольної (n = 7) та експериментальної (n = 7) груп за програмою МФТ

Контрольний тест	Етап експерименту	Показники							
		\bar{x}		$\pm S$		V, %		p	
		КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Вистрибування вгору	До	30,8	31	0,19	0,17	3,64	3,26	< 0,05	< 0,01
	$p > 0,05$								
	Після	33,9	36,2	0,18	0,16	3,63	2,62		
	$p > 0,05$								
Потрійний стрибок з місця	До	6,20	6,10	0,85	0,41	14,30	3,05	> 0,05	< 0,05
	$p > 0,05$								
	Після	5,30	6,50	0,48	0,38	15,67	2,91		
	$p > 0,05$								
Стрибок у довжину з місця	До	173	171	1,01	0,62	7,81	6,59	> 0,05	< 0,01
	$p > 0,05$								
	Після	176	178	1,02	0,63	7,95	7,21		
	$p > 0,05$								
Кидок набивного м'яча масою 1 кг	До	8,93	9,11	12,80	10,55	8,77	2,67	> 0,05	> 0,05
	$p > 0,05$								
	Після	10,90	13,40	11,51	10,36	7,55	2,23		
	$p < 0,05$								

Аналіз отриманих результатів свідчить про достатньо високий рівень швидкісно-силової підготовки тенісистів експериментальної групи, оскільки усі досліджувані успішно склали тести. Розмах показників в експериментальній групі за виявленим нами коефіцієнтом варіації в середньому становив 4,99 %. Хоча спортсмени контрольної групи також успішно склали контрольні тестування, однак розмах показників був вищий, ніж в експериментальній групі і дорівнював 8,7 %.

З цих результатів ми бачимо, що спортсмени експериментальної групи отримали значно вищі бали відносно до контрольної. Так у контрольних тестах «оцінка подачі» зі 108 максимальних балів показник \bar{x} у спортсменів експериментальної групи становить 79,8, а контрольної – 60,6 балів; «оцінка гри по м'ячу, що відскочив (глибина ударів)» мала максимальну кількість – 90 очок, спортсмени контрольної групи отримали 59,9 очок, а експериментальної – 67,5; показник «оцінки глибини ударів з льоту» характеризувався максимальною кількістю 84 очки, більшу кількість очок виявлено в експериментальній групі – 57 очки, а в контрольній – лише 46; в тесті «оцінка напряму виконання ударів по м'ячу, що відскочив» контрольна група отримала 41,4 очки, експериментальна – 67,2 при максимальній кількості 116 очок.

Таблиця 2

Тестування впливу швидкісно-силової підготовки на рівень техніко-тактичної підготовленості тенісистів віком 13–14 років до і після експерименту контрольної (n = 7) та експериментальної (n = 7) груп, рекомендовані МТФ

Контрольний тест	Етап експерименту	Показники							
		\bar{x}		$\pm S$		V, %		p	
		КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Оцінка гри по м'ячу, що відскочив (глибина ударів) (кількість попадань)	До	38,1	38,7	0,29	0,13	5,66	3,26	< 0,05	< 0,01
	$p > 0,05$								
	Після	59,9	67,5	0,14	0,16	3,83	2,43		
	$p > 0,05$								
Оцінка напряму виконання ударів по м'ячу (що відскочив) (кількість попадань)	До	37,2	45,1	0,45	0,31	13,20	3,05	> 0,05	< 0,05
	$p > 0,05$								
	Після	41,4	67,2	0,47	0,26	13,67	2,81		
	$p > 0,05$								
Оцінка глибини ударів з льоту (кількість попадань)	До	29	33	0,56	0,52	6,81	5,39	> 0,05	< 0,01
	$p > 0,05$								
	Після	46	57	1,02	0,53	6,95	5,21		
	$p > 0,05$								
Оцінка подачі (кількість попадань)	До	49	50,4	13,79 0	11,75	6,57	6,55	> 0,05	> 0,05
	$p > 0,05$								
	Після	60,6	79,8	12,41	11,36	6,55	6,11		
	$p < 0,05$								

Варто зазначити, що тенісистки експериментальної групи набрали велику кількість очок не лише за точність попадань у задані зони, але й за рахунок бонусних нарахувань, оскільки другий відскік м'яча був за межами додаткових ліній, як вказано на рисунках другого розділу. Це свідчить про те, що спортсменки підвищили рівень не лише точності ударів, але й сили та швидкості їх виконання, що підтверджує ефективність розроблених нами комплексів вправ на підвищення рівня швидкісно-силових здібностей тенісистів віком 13–14 років.

Висновки.

1. Аналіз та узагальнення науково-методичної і спеціальної літератури свідчить про те, що швидкісно-силова підготовка тенісистів 13–14 років на етапі попередньої базової підготовки набуває все більшого значення, оскільки сучасний теніс вирізняється високою швидкістю та маневреністю пересувань і

при цьому великою потужністю та одночасно точністю ударів, які необхідно виконувати з не дуже зручних позицій, не знижуючи сили їх виконання. Це й визначило актуальність нашого дослідження.

2. Розроблені нами комплекси вправ з урахуванням сучасних тенденцій розвитку тенісу та застосування спеціального інвентарю сприяють організації та проведенню цікавих і різноманітних навчально-тренувальних занять, що сприяло підвищенню рівня не лише швидкісно-силової підготовленості тенісисток, але й покращенню результатів у техніко-тактичних тестах спортсменок віком 13–14 років, рекомендованих Міжнародною федерацією тенісу. Розроблені комплекси було умовно поділено на чотири блоки:

- комплекси вправ на розвиток швидкісно-силових здібностей (блок з фізичної підготовки);
- комплекси вправ на розвиток швидкісно-силових здібностей під час гри на задній лінії із застосуванням сфер, бар'єрів, набивного м'яча та гумового амортизатора (блок з техніко-тактичної підготовки);
- комплекси вправ на розвиток швидкісно-силових здібностей під час гри з льоту із застосуванням сфер, бар'єрів, набивного м'яча та гумового амортизатора (блок з техніко-тактичної підготовки);
- комплекс вправ для подачі (блок з техніко-тактичної підготовки).

3. Результати дослідження свідчать про ефективність розроблених нами комплексів вправ для підвищення рівня швидкісно-силової та техніко-тактичної підготовленості гравців експериментальної групи, оскільки зросли показники у таких тестах: середній показник стрибка у довжину з місця в експериментальній групі покращився на 7 см, у той час як у контрольній – лише на 3 см; середній показник вистрибувань у гору в експериментальній групі збільшився більше ніж на 5 см, у той час як у контрольній – лише на 3 см; потрійний стрибок спортсмени експериментальної групи виконали на 20 см краще, ніж спортсмени контрольної групи, відносно даних до експерименту ця різниця ще більша в контрольній групі – лише 10 см, а в експериментальній – на 40 см більше; кидок набивного м'яча масою 1 кг в експериментальній групі також значно кращий ніж у контрольній – 10,9 м і 13,4 м відповідно.

За результатами тестів, що рекомендовані Міжнародною федерацією тенісу, в контрольних тестах «оцінка подачі» \bar{X} у спортсменів експериментальної групи становила 79,8, а контрольної – 60,6 балів; «оцінка гри по м'ячу, що відскочив (глибина ударів)»: спортсмени контрольної групи отримали 59,9 очка, а експериментальної – 67,5; «оцінка глибини ударів з льоту»: більшу кількість очок виявлено в експериментальній групі 57 – очок, а в контрольній – лише 46; у тесті «оцінка напряму виконання ударів по м'ячу, що відскочив» контрольна група отримала 41,4 очка, експериментальна – 67,2 очки.

Перспективи подальших досліджень мають бути спрямовані на вплив швидкісно-силової підготовленості на рівень змагальної діяльності тенісистів віком 13–14 років.

Література.

1. Актуальні проблеми юнацького спорту: матеріали VI Всеукр. наук.-практ. конф. – Херсон, 2008. – 284 с.
2. Бальсевич В. К. Онтокінезіологія людини. Теорія і практика фізическої культури. – М.: 2000.– 275 с.
3. Бех І. Д. Виховання особистості: у 2 кн. Кн. 2 : Особистісно орієнтований підхід: науково-практичні засади / І. Д. Бех. – К. : Либідь, 2003. – 344 с.
4. Боллетьери Н. Теннісна академія / Н. Боллетьери [пер. с англ.]. – М. : Эксмо, 2003. – 448 с.
5. Ібраїмова М. В. Специфіка соревнователної діяльності теннісистів високої кваліфікації / М. В. Ібраїмова, А. М. Козак., Л. В. Полищук // Слобожан. наук.-спорт. вісн. – 2011. – № 4. – С.63–66.
6. Креспо М. Підготовка юних теннісистів: учебно-методическе посібие для тренерів / М. Креспо, М. Рейд. – Валенсія : изд-во «МФТ», 2013. – 320 с.
7. Chu D. Power tennis training book / D. Chu – 2007. – 79 p.
8. Crespo M. Tennis Psychology / M. Crespo, M. Reid, A. Quinn. – ITF. 2009. – 242 p.
9. Elliot B. Biomechanics of advanced tennis / B. Elliot, M. Reid, M. Crespo. – ITF, 2003. – 220 p.

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ВІДБОРУ БАСКЕТБОЛІСТІВ ДО СТУДЕНТСЬКИХ КОМАНД США

Сухов Владислав

Науковий керівник – Линець М. М., к. пед. наук, професор

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського,
Львів, Україна

Актуальність. Проблема відбору перспективних спортсменів є однією з найактуальніших у сучасній теорії і практиці ігрових видів спорту. Ефективність підготовки багато в чому обумовлена раціональною орієнтацією на індивідуальні задатки і здібності спортсменів при виборі спеціалізації, що вимагає ретельного вивчення проблеми відбору та індивідуалізації змісту підготовки на всіх етапах багаторічного вдосконалення професійної майстерності (J. Billie, 1980; Paul Rowe, 1995; F. Erculj, 2001; В. Платонов, 2004, 2005, 2007; О. Шинкарук, 2004, 2007). Поряд з індивідуальними можливостями гравців на відбір до команд впливають їхні тактичні вміння, здатність кожного гравця оцінювати свої можливості та особливості техніки і тактики інших гравців власної команди та команди суперників (М. Бриль, 1980; Л. Латишкевич, 1997; С. В. Шамардин, 2001; Е. Митова, 2004; Г. Лисенчук, 2004; В. Платонов, 2007; О. Романов, 2009; М. Безмилов, 2010).

Переконали перемоги професіоналів NBA в олімпійських турнірах свідчать про те, що у США склалася досить ефективна система підготовки гравців і їх подальшого закріплення за професійними баскетбольними клубами. Основною базою з підготовки резерву для професійних клубів у США є освітні установи (школи, коледжі, університети). Саме тут відбувається поетапне вдосконалення молодих гравців. Виходячи з цього, актуальним буде вивчення технології відбору Національної асоціації студентського спорту (NCAA) перспективних гравців до університетських баскетбольних команд США.

Мета дослідження - виявити ефективні підходи до розв'язання проблеми відбору баскетболістів до професійних команд.

Завдання дослідження:

1. З'ясувати стан проблеми відбору баскетболістів до професійних команд.
2. Визначити особливості технології відбору баскетболістів до студентських команд США.

Методи дослідження: теоретичного аналізу та узагальнення даних науково-методичної літератури, документальних матеріалів і статистичних даних; порівняння.

Результати дослідження та їх обговорення. Відсутність у США прямого державного управління і фінансування галузі фізичного виховання і спорту сприяла створенню об'єднань, які шляхом організації широкої мережі шкільних і студентських змагань надають можливість спортсменам розвинути та вдосконалити техніко-тактичні вміння, а менеджерам і тренерам

професійних команд Національної баскетбольної асоціації (НБА) отримати перспективних гравців.

Студентський баскетбол у США регулюється органами студентського спорту, включаючи Національну асоціацію студентського спорту (NCAA).

NCAA являє собою розгалужену спортивну лігу, яка поділяється на 3 дивізіони: NCAA Division 1 (близько 350 кращих університетів США, у тому числі Duke, North Carolina University, Kansas University, Kentucky University), NCAA Division 2 (близько 315 університетів), NCAA Division 3 (приблизно 450 університетів). Крім того, у США існують інші ліги студентського спорту: NAIA (National Association of Intercollegiate Athletics (приблизно 250 університетів), NJCAA (National Junior College Athletic Association (440 дворічних коледжів). Слід зауважити, що студентами коледжів стають обдаровані спортсмени, які за академічним рівнем не мали можливості вступити до університетів.

NCAA не є комерційною організацією, між тим її річний дохід оцінюється більш ніж у 850 млн дол., 81 % з якого є дохід від продажу реклами та телевізійних прав, 11 % – дохід від продажу квитків на спортивні змагання. Найбільш прибутковими університетськими програмами NCAA у 2015 р. були: Louisville – 40,6 млн дол., Arizona – 27,5 млн дол., Duke – 27,0 млн дол., Kentucky – 23,7 млн дол., Indiana – 21,9 млн дол. 96 % з отриманого доходу NCAA повертає університетам на відшкодування витрат на виплату стипендій та винагород спортсменів, проведення змагань тощо. Стипендія, яку університет надає перспективному спортсмену, передбачає фінансування витрат спортсмена на навчання, проживання, харчування та ін. Університети NCAA дивізіону 1 виділяють 13 стипендій на рік на чоловічий баскетбол і 15 стипендій – на жіночий (тобто вся команда вчиться на стипендії, плюс 1–3 резервні гравці).

У NCAA є два періоди, коли гравці можуть підписувати з університетами документи про надання спортивної стипендії: перший – період раннього зарахування (Early Signing period) – з середини до кінця листопада (півтора–два тижні); другий період – основний період – з середини квітня до початку навчального року в університетах, які спортсмени обирають для вступу.

Університети здійснюють пошук перспективних спортсменів в американських школах, а також шукають молодих перспективних спортсменів в усьому світі (рекрутинг). Правила NCAA суворо регламентують, в які терміни та яким чином тренери і скаути університетів здійснюють рекрутинг.

NCAA визначає періоди, коли університети допускаються до спілкування з школярами, розділяючи рік на 4 рекрутингові і нерекрутингові періоди (recruiting and non-recruiting periods):

1. Contact period (період спілкування) – університети можуть особисто спілкуватися з школярами та їх сім'ями, запрошувати школярів відвідати заходи університету. Також тренери можуть відвідувати шкільні змагання й особисто переглядати спортсменів.

2. Evaluation period (оцінний період) – у цей час університети можуть лише оцінювати спортивні якості атлета і його академічну успішність, тобто відвідувати шкільні ігри і змагання. Не допускається особисте спілкування тренерів і скаутів університету з гравцем, крім випадків, коли гравець запрошується на університетські заходи до університету, але дозволені телефонні дзвінки і листування.

3. Quiet period (тихий період) – у цей період університети можуть лише запрошувати школярів-спортсменів і їх сім'ї відвідати університет, але університетські тренери не можуть самі відвідувати шкільні змагання.

4. Dead period (мертвий період) – університети можуть спілкуватися з школярами-спортсменами лише по телефону або шляхом листування, інші форми спілкування в цей час не допускаються.

З метою пошуку перспективних гравців тренери університетів відвідують різні великі турніри, спілкуються з тренерами шкільних команд, відвідують шкільні тренування. Школи з сильним баскетболом, такі як Findlayprep або Oak Hill Academy проводять 40–45 офіційних ігор за сезон. Свого часу в команді Oak Hill Academy грали Кармело Ентоні, Раджон Рондо, Кевін Дюрант.

Окрім цього, в шкільному баскетболі після закінчення основного ігрового сезону, який зазвичай триває з листопада до кінця березня, багато гравців проводять додатковий літній баскетбольний сезон (**AAUseason**). Тут гравці грають не за школи, а за команди, які формуються з кращих гравців міста або штату. У такий спосіб тренери університетів отримують можливість подивитися на гравців навесні і влітку.

Деякі школи ще мають Preparatory year, тобто додатковий рік після закінчення школи, де навчаються 19–21-річні спортсмени, які не змогли з будь-яких причин вступити до університетів і бажають ще рік відіграти на шкільному рівні і краще підготуватися до вступу в університет. Спортивні змагання організовуються упродовж сезону окремо між учнями шкіл Preparatory year.

Важлива роль у відборі належить шкільним тренерам, які проводять тестування, безперервно відстежують індивідуальні досягнення спортсменів і рекомендують своїх гравців у ті або інші університети і коледжі. Шкільні тренери беруть участь у складанні рейтингів кращих школярів-баскетболістів за роками навчання (RecruitingDatabase).

Для більшості тренерів головними чинниками під час визначення потенціалу спортсмена є його індивідуальні техніко-тактичні вміння та фізичні дані. Проте не менш важливими є психологічні особливості спортсмена, його мотивація та стійкість до стресу.

Процес відбору шкільних спортсменів університетськими тренерами досить складний і суб'єктивний для кожного університету. Тренер повинен підібрати того гравця, який підходить його команді, тоді як гравець хоче вступити до того університету, де його розвитку приділятиметься достатня увага і звідки у нього будуть максимальні шанси потрапити у професійний спорт.

Проведені нами пошукові дослідження свідчать про те, що формування рейтингового списку кандидатів у НБА відбувається на підставі дослідження результатів виступу в студентських та інших важливих змаганнях, тобто задовго до офіційної (літньої) частини основного заходу драфту із представлення та тестування гравців. Таким чином, ефективності відбору гравців у НБА сприяє розгалужена система багаторічного спостереження за перспективними спортсменами.

Однак, на нашу думку, викладений вище підхід до відбору спортсменів не дозволяє американським фахівцям повністю гарантувати успішність селекційної діяльності, про що свідчить результативність окремих гравців, обраних у числі перших номерів у списку драфту. У цьому контексті перспективним, на нашу думку, є вивчення взаємозв'язків морфометричних показників і показників техніко-тактичних дій новобранців НБА зі студентських команд з результативністю цих гравців у процесі змагальної діяльності в НБА.

Висновки.

1. Проблемі відбору перспективних баскетболістів присвячені численні дослідження.

2. Технологія відбору перспективних гравців до університетських баскетбольних команд США ґрунтується на систематичному багаторічному дослідженні динаміки розвитку індивідуальних техніко-тактичних вмінь і результативності гравців у процесі змагальної діяльності.

3. З'ясування взаємозв'язків між морфометричними та техніко-тактичними показниками підготовленості новобранців НБА зі студентських баскетбольних команд США та показниками успішності їх адаптації до змагальної діяльності в НБА дозволить розширити знання з проблеми комплексного відбору баскетболістів до провідних професійних команд.

Подальше дослідження буде спрямоване на з'ясування взаємозв'язків морфометричних показників та змісту техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих баскетболістів-новобранців НБА з успішністю їхньої адаптації до змагальної діяльності в НБА, виявлення ефективних критеріїв відбору баскетболістів до професійних команд з урахуванням індивідуальних морфометричних особливостей та техніко-тактичних дій гравців.

Література.

1. Бальсевич В. К. Методологические принципы исследований по проблеме спортивного отбора и ориентации / В. К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 1980. – № 1. – С. 31–34.

2. Безмилов М. М. Критерії відбору кваліфікованих баскетболістів у команду: дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.01/ Безмилов Микола Миколайович. – К., 2010. – 202 с.

3. Безмылов Н. Комплексная оценка уровня подготовленности баскетболистов при проведении ежегодной процедуры драфта в профессиональные клубы НБА / Н. Безмылов, О. Шинкарук, Е. Митова //

Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. – Вип. 2. – Житомир, 2016. – С.112–116.

4. Бриль М. С. Исследование индивидуальных способностей детей с целью отбора в детско-юношеские школы (на материале баскетбола) : автореф. дисс. на соискание науч.степени канд. пед. наук / М. С. Бриль. – М., 1968. – 24 с.

5. Гойхман М. Б. Критерии завершающего отбора юных квалифицированных баскетболистов 16–18 лет учащихся специализированного отделения УОР: автореф. дисс. на соискание науч.степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / М. Б. Гойхман. – СПб., 1999. – 20 с.

6. Мацак А., Коссов А. Совершенствование системы отбора юных спортсменов и оценка их перспективности в баскетболе / А. Мацак, А. Коссов // Спорт за рубежом. – 1987. – № 36. – С. 6–13.

7. Simmons Bill. The Book of Basketball: The NBA According to The Sports Guy. – ESP, 2009. – 289 p.

РЕЛЕВАНТНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ИГРЫ В БАСКЕТБОЛ КАК СТРАТЕГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ПРОГНОЗА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Тимощенко Татьяна

старший преподаватель кафедры спортивно-педагогических дисциплин
Белорусский государственный педагогический университет имени М. Танка,
Минск, Республика Беларусь

Актуальность. Предположить успех спортсмена, как и достижение всех участников команды, представляющих страну на мировой спортивной арене не возможно без анализа предыдущих выступлений, а также прогнозирования и перспективного планирования. Однако перспективное планирование для достижения высоких результатов на предстоящий олимпийский цикл предусматривает первоначально выявить динамику изменений многочисленных релевантных показателей соревновательной деятельности каждого спортсмена в отдельности и команд в целом. Собранные результаты аналитической информации соревновательной деятельности советского периода истории сформировали в спортивной науке не только анализ выступлений, но явились предпосылкой для фундамента построения научной методологии прогнозирования в спорте. Новое направление в спортивной науке – прогнозирование, сокращенное название – прогностика, с 1975 года считается открытой по направлению исследований в спорте и физической культуре.

Глобальные проблемы спортивного прогнозирования (соотношения сил на мировой арене, результаты вероятных победителей и т.п.) достаточно хорошо разработаны учеными (В. А. Плахтиенко, С. В. Брянкин, Л. Н. Жданов, 1980; М. С. Бриль, 1986; В. И. Баландин, 1994; В. Н. Платонов, 1997; В. П. Губа, Е. В. Федотова, 2004, Ю. Ф. Курамшин, 2005 и др.) [3, 6].

При изучении многочисленных концепций прогнозирования в спорте, трактовка известного украинского специалиста, председателя международной ассоциации университетов физической культуры и спорта В. Н. Платонова представляется в следующем: «прогнозирование свести к выявлению вероятного развития того конкретного явления, которое в необходимой степени соответствует научному знанию, определяет процесс и достижение заданного эффекта» [5]. Ведущий российский ученый Ю. Ф. Курамшин, подчеркивает, что «прогнозировать спортивное достижение в видах спорта, имеющих метрическую систему измерений, где высокая неопределенность в динамике роста результатов обусловлена множеством факторов, влияние которых не всегда возможно установить и формализовать, является весьма не простой задачей» [3].

Приоритетные решения стратегических задач в достижении высоких спортивных результатов, отведенные спортивному прогнозированию, как одной из функций управления, сводятся к единому процессу совершенствования системы управления учебно-тренировочным процессом и соревновательной деятельностью. С учетом выраженных положительных и

недостоверных факторов прогнозирования в командных спортивных играх выстроить многоуровневый спектр методологии прогнозирования означает сопоставить целый комплекс факторов самой разной природы. Во-первых, выстроить классификацию релевантных показателей соревновательной деятельности в командных спортивных играх, во-вторых, выявить сложную взаимосвязь спортивных показателей на различных этапах многолетней спортивной подготовки. На данный момент, в спортивных играх нет систематизированных подходов к анализу показателей соревновательной деятельности. Отсутствие системно-структурной обработки, объективно измеряемых статистических показателей, оставляет ряд не решенных практических задач, начиная от комплектования игрового состава команды, до определения прогнозируемого итогового результата к основным стартам.

Поэтому актуальность данной темы исследования состоит в изучении теоретико-методических основ прогнозирования соревновательной деятельности по релевантным показателям игры в баскетболе.

Цель исследования – оценка модельных характеристик баскетболистов разной квалификации и разработка в системе управления подготовкой спортсменов-игроков высокой квалификации методологических подходов прогнозистики.

Методы и организация исследования. Для достижения поставленной цели и решения научных задач были изучены истоки и сущность прогностической теории. Используя математические методы, как один из подходов спортивной прогнозистики, на практике исследовалась эффективность и надежность прогноза, где использовались два пути: апостериорный и априорный. Апостериорный подход применялся к результатам выступления женской национальной сборной Республики Беларусь (РБ) на соревнованиях высокого уровня, априорный подход использовался при подготовке белорусской национальной кадетской сборной команды к чемпионату Европы 2016 года.

Результаты исследования и их обсуждение. Задачи методологии прогнозирования – свести к минимуму возможные отклонения прогнозных оценок от реальных. Достоверность прогноза проверяется процедурой верификации, где проверка осуществляется с помощью доказательств, теоретических положений, алгоритмов, программ и процедур, путем их сопоставления с опытными (эталонными или эмпирическими) данными, алгоритмами и программами [1].

Разработка научных основ системы подготовки спортсменов высокой квалификации сводится к созданию моделей (модельных характеристик) или представлений об эталонном спортсмене (команде). Однако, для создания эталонных моделей необходимо уяснить определяющие компоненты модельных характеристик [1].

В качестве одного из направлений дальнейшей разработки теории прогнозирования в спортивных играх, предлагается рассмотреть динамику статистических показателей модельных характеристик соревновательной деятельности в избранных командных видах спорта, на примере баскетбола.

Используемые на сегодняшний день унифицированные компьютерные системы учета игровых показателей в специфических условиях соревнований, как отдельно каждого спортсмена, так и команды в целом, позволяет специалистам-экспертам разрабатывать научно-методологические подходы к прогнозированию.

К релевантным показателям в командных игровых видах спорта можно отнести любой из показателей статистических данных технико-тактических элементов тренировочно-соревновательной деятельности отражающий основные, значимые и своевременные показатели данной игры. Релевантность – (англ. relevant «уместный, относящийся к делу») – смысловое соответствие между информационным запросом и полученным сообщением [2].

Первые научные исследования начали проводиться с выступления белорусской сборной баскетболисток на чемпионате Европы 2011 года. Итоговый результат команды – 9-е место среди 16 сильнейших команд континента. Обработка результатов игры команд, была представлена в виде эталонной модельной характеристики, составленной из числа команд-участниц сильнейшего дивизиона ЧЕ, в котором и выступала белорусская команда. Эталонная модель баскетбольной команды включает 20 технико-тактических показателей (далее – ТТП) игры в баскетбол. В последующем, для построения баскетбольной эталонной модели по ТТП игры, все значимые (основные) показатели объединены под единым понятием «релевантные показатели». Баскетбольная модель релевантных показателей представлена количественными (числовые единицы) и качественными значения (процентные единицы) каждого участника команды и всего коллектива в целом.

На официальном сайте ФИБА (Международная федерация баскетбола) статистико-технические протоколы игры по каждой проведенной встрече в турнире находятся в свободном доступе как во время проведения игры, так и остаются там после [4]. По окончании турнира для каждого возрастного уровня девушек (женщин) и юношей (мужчин), на интернет-странице любой из 46 команд Европы, предоставляется возможность анализа любого из 20 релевантных показателей баскетбола.

Изучить динамику показателей игры каждого игрока и команды, чтобы выявить ключевые моменты (факты) в сопоставлении эффективности игрока к результату в команде, эффективности выступления команды, в сравнении с командой соперника, одна из важнейших задач для специалистов тренерского штаба. В тоже время относительно построения прогнозной информации, перечень релевантных показателей необходимо выбирать с учетом специфичности исследования компонентов модели. Выбор компонентов эталонной модели, как правило, определяется постановкой целями и решением задач обозначенных перед экспертом.

Расчет эталонной модели команд участниц ЧЕ-2011 проводился следующим образом: выбрав восемь сильнейших команд вышедших в 1/8 стадию плей-офф, была построена усредненная модель ТТП, рассчитаны значения стандартных отклонений с указанием доверительных интервалов

значений ТТП (заданный уровень значимости $p \leq 0,05$). В дальнейшем после построения эмпирической модели белорусских баскетболисток было проведено сравнение ее показателей с командными показателями эталонной модели европейских команд-участниц. Выявлено, что большинство релевантных показателей игры белорусской команды оказалось ниже значений доверительных интервалов эталонной модели. Показанный результат (9-е место) на ЧЕ-2011 по баскетболу женской национальной командой РБ подтвердил апостериорный подход прогнозирования в этом исследовании.

Статистические данные релевантных показателей команд и игроков приводятся в виде большого числа таблиц, где отражены числовые значения показателей эффективности таких элементов как броски, подборы, передачи, потери, перехваты, блокшоты, фолы. При обработке полученных результатов вручную тренерам-специалистам не удавалось систематизировать существующие закономерности показателей соревнований в сопоставлении с соперниками. Создание специализированных программных продуктов позволяет значительно повысить релевантность статистической отчетности. В последующем, для удобства хранения информации, систематизации данных, построения моделей и проведения сравнительного анализа использовалась программное обеспечение MsExcel. Этот табличный процессор представляет возможности для анализа данных находящихся в списке:

- обработка списка с помощью формул и статистических макрофункций;
- структурирование рабочих листов;
- консолидация данных;
- составление сводных таблиц;
- построение диаграмм;
- автоматическое подведение итогов.

На первоначальном этапе создается электронный банк данных ТТП предыдущих игр команд-участниц предстоящего турнира. После чего, с помощью созданных программных средств, производится построение усредненной модельной характеристики каждой команды, основываясь на выборке из восьми значимых предыдущих игр (отбор игр осуществляет тренер). Использование большей выборки, хотя и позволит повысить достоверность прогноза, но значительно увеличит объем работы тренерского штаба по поиску и подготовке данных соревновательной деятельности.

Построение и сортировка списка из шестнадцати команд-участниц по прогнозируемому рангу в турнирной таблице осуществляется с применением статистических макрофункций с учетом весовых коэффициентов отдельных показателей к месту в турнирной таблице. Определение значений коэффициентов производится с использованием статистических методов расчета совместно с экспертными оценками опытных тренеров-специалистов. Выборка данных производится из технико-статистических протоколов ранее проведенных турниров, где уже известен рейтинг команд. На основании экспертных оценок эталонной модели и модели собственной команды, а также используя прогнозный рейтинг команд-участниц будущего турнира

выстраиваются планы команды на завоевание определенного места в турнирной таблице.

Отдельно разрабатываются программные средства для создания модельных характеристик ТТП по каждому спортсмену-игроку основного состава команды. В связи с тем, что спортсмены проводят на площадке не только разное время, но и различное количество матчей, для создания модельных характеристик применяются не абсолютные значения каждого выделенного параметра, а относительные, т.е. в пересчете на одну минуту игры. Также при проведении экспертных оценок необходимо учитывать функциональные особенности игроков, разделенных по амплуа: защитник, атакующий защитник, легкий и тяжелый нападающий, центровой. Сравнительный анализ эталонных и проявленных в игре показателей целесообразно проводить между игроками одного игрового амплуа.

Проверка эффективности использования прогнозируемых результатов с применением априорного подхода и компьютерных программ (на базе MsExcel) проводилась в рамках подготовки и участия кадетской сборной Беларуси к ЧЕ-2016 года. Достигнутый запланированный результат команды подтверждается положительной оценкой применения данной методики.

Повышение эффективности и точности прогноза требует создания более совершенных программных продуктов, для чего следует привлекать профессиональных программистов. Это позволит: автоматизировать перенос данных из послематчевых статистических протоколов, создать более удобный реестр базы данных, содержащий все необходимое для расчетов. Для специалистов тренерского штаба и руководства, отвечающего за систему подготовки спортсменов (команды), будет предоставлена дополнительная справочная информация об игроках и командах, как объективный аспект прогнозирования будущего результата.

Выводы.

1. Создание эталонных моделей по релевантным показателям игры в командных игровых видах спорта позволит объективно оценить уровень подготовки всех спортсменов команды, а также формировать составы к предстоящим стартам из сильнейших игроков.

2. Использование достоверной прогнозной информации в учебно-тренировочном процессе позволит повысить эффективность управления системой спортивной подготовки.

3. Теоретико-методические основы прогнозирования по релевантным показателям игры рекомендовать к включению в программу преподавания теории спортивных игр.

Литература.

1. Баландин В. И. Прогнозирование в спорте / В. И. Баландин, Ю. М. Блудов, В. А. Плахтиенко. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 192 с.

2. Комлев Н. Г. Словарь иностранных слов / Н. Г. Комлев – М.: Эксмо, 2008. – 672 с.

3. Курамшин Ю. Ф. Проблемы прогнозирования высших спортивных достижений / Ю. Ф. Курамшин // Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. – 2005. – № 18. – Спб: НГУ им. П. Ф. Лесгафта, 2005. – С. 40–58.

4. Официальный сайт ФИБА (FIBA) [Электронный ресурс] : официальная страница белорусской баскетбольной федерации – Режим доступа: <http://www.fiba.com/pages/eng/fc/FIBA/fibaStru/nfLeag/p/nationalfederationnumber/2186/nfProf.html> – дата доступа:08.08.2016

5. Теория и методика физической культуры: учебник / под ред. Ю. Ф. Курамшина. – 2 изд., испр. – М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.

6. Федотова Е. В. Основы управления многолетней подготовкой юных спортсменов в командных игровых видах спорта / Е. В. Федотова. – М.: СпортАкадемПресс, 2003. – 224 с.

МАРКЕТИНОВІ ІНСТРУМЕНТИ У ПРОФЕСІЙНОМУ СПОРТІ (НА ПРИКЛАДІ ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСІВ У БАСКЕТБОЛІ)

Ясінська Надія

Науковий керівник – Задорожна О. Р., к. фіз. вих.

Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського,
Львів, Україна

Актуальність. Одне із найважливіших завдань спортивного маркетингу полягає у пошуку найефективніших і найперспективніших інструментів. Розвиток інформаційних технологій, серед яких ключове місце посідає мережа Інтернет, стали основою для появи нового напрямку в сучасній концепції маркетингу – Інтернет-маркетингу [2]. Інтернет має унікальні характеристики, які значно відрізняються від характеристик традиційних інструментів спортивного маркетингу [5]. Починаючи з кінця 1990 рр. і до сьогодні технологічні досягнення змінили суть маркетингу в цілому [4].

З розвитком ІТ-технологій для організаторів спортивного бізнесу відкрилися нові можливості з освоєння нового економічного та інформаційного простору, що надається мережею Інтернет [1]. З кожним роком для спортивного бізнесу відкриваються нові широкі перспективи у сфері надання різноманітних послуг у сфері дистанційного продажу вхідних квитків, Інтернет-торгівлі, засобів масової інформації, взаємодії з уболівальниками та спонсорами [1].

На початку 1990 рр. Національна баскетбольна асоціація вийшла на новий рівень завдяки використанню новітніх маркетингових інструментів – Інтернет-ресурсів. На той час ніхто не міг передбачити, що Інтернет стане головним способом спілкування ліги з уболівальниками за допомогою таких сайтів, як Bulls.com, Lakers.com, Kings.com, що увійшли до Всесвітньої мережі [3].

Згодом, соціальні медіа, зокрема соціальні мережі, створили нові форми спілкування між уболівальниками та спортсменами, між командами та спонсорами [2]. Ці маркетингові інструменти дозволяють організаціям підтримувати зв'язок із зацікавленими користувачами, вибудовувати довгострокові відносини з клієнтами, формувати їх лояльність, управляти репутацією компанії, підвищувати продаж і вирішувати багато інших завдань розвитку бізнесу [4].

Просування бренду, марки, продукту через соціальні мережі на сьогодні є світовою тенденцією. Нині спортивні ліги використовують все більше соціальних мереж, таких як Facebook, Twitter, YouTube, Foursquare, Instagram, Pinterest, Google+, блоги і онлайн-чати [4]. Однак, у науково-методичній літературі, присвяченій професійному спорту, підходи до використання Інтернет-ресурсів як основних маркетингових інструментів, на наш погляд, є недостатньо науково-обґрунтованими. Це, своєю чергою, свідчить про актуальність нашого дослідження.

Мета дослідження - визначити напрями використання маркетингових інструментів у професійному спорті (на прикладі Інтернет-ресурсів у баскетболі).

Завдання дослідження:

1. Визначити місце Інтернет-ресурсів у маркетинговій діяльності у професійному спорті (на прикладі баскетболу).
2. Визначити напрями використання маркетингових інструментів (Інтернет-ресурсів) у професійному баскетболі.

Методи та організація дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, документальних матеріалів.

Результати дослідження та їх обговорення. Інтернет-маркетинг – це комплекс галузей, що включають не тільки рекламу, а й методику проведення маркетингових досліджень в Інтернеті, зокрема, вивчення попиту та споживчої аудиторії, освоєння алгоритмів формування і забезпечення високої ефективності рекламних кампаній, способів правильного позиціонування торгової марки на ринку тощо [2]. Завдяки новим розробкам в області мобільної телефонії, Інтернету та цифрових каналів передачі даних, діяльність у сфері онлайн-маркетингу стає більш привабливою і доступною для спортивних організацій. Багато споживачів спортивного продукту демонструють високу ступінь лояльності і готовність споживати продукт, підтримуючи улюблений клуб або асоціацію [1].

Спортивні веб-сайти входять до числа найбільш відвідуваних інтернет-ресурсів. Яскравим прикладом став створений IBM («Блакитний гігант») – офіційний сайт Вімблдонського турніру у 1998 р. Під час його проведення на сайті було зареєстровано 106 млн переглядів [6, 7]. Сьогодні спортивні веб-сайти генерують інтенсивний трафік і викликають величезний інтерес. Значною перевагою багатьох сайтів такого роду є збіг демографічних характеристик середньостатистичного користувача Інтернету і глядачів змагань. У зв'язку з тим, що інформації про спорт, новин і спеціалізованих сайтів стає все більше, споживачі віддають перевагу брендовим спортивним сайтам [6, 7].

Сучасне поняття спортивної інтернет-індустрії об'ємне і багатовимірне, до нього входять цілі комплекси віртуальних ринків та їх інфраструктури. Під ринком електронної комерції у сфері фізичної культури і спорту ми розуміємо всю сукупність відносин з приводу купівлі-продажу у віртуальній реальності – спонсорство, рекламні акції, комерційні угоди, дослідження ринків тощо [2].

Використання спортивними організаціями, клубами, вболівальниками та ЗМІ ринків Інтернет-комерції відбувається в двох ключових напрямках: основний бізнес (Інтернет-магазини спортивних товарів, спортивні телеканали і радіостанції, Інтернет-видавництва спортивного профілю) і допоміжний інструмент існуючого спортивного бізнесу (пошук партнерів, спонсорів по бізнесу, інструменти PR, реклами) [2].

З появою Інтернету процес організації і комунікації із зовнішнім середовищем значно змінився. Будучи засобом передачі інформації до цільових аудиторій і ефективним інструментом впливу на них, Інтернет надав нові

можливості розширення бізнесу, у тому числі за рахунок інтерактивних способів спілкування зі споживачами. Одним із таким засобів спілкування із споживачем стали соціальні мережі [2].

У сучасному суспільстві соціальні мережі відіграють важливу роль, оскільки однією з головних їх особливостей є інтерактивність. Соціальні мережі поступово перетворюються на новітній соціальний інститут з усіма ознаками і специфічними особливостями, притаманними для веб-сервісів, що об'єднують регіони, країни і континенти на одній сторінці сайту [2].

Соціальні мережі дозволяють організаціям підтримувати зв'язок із зацікавленими користувачами, вибудовувати довгострокові відносини зі своїми клієнтами, формувати їх лояльність, управляти репутацією компанії, підвищувати продаж і вирішувати багато інших завдань розвитку бізнесу [2].

Соціальна мережа є відмінним маркетинговим майданчиком для просування послуг. На сторінках у соціальних мережах публікуються різні огляди і коментарі, розміщуються фотографії і відеоролики, презентаційні матеріали, ведеться постійний діалог з відвідувачами за допомогою опитувань [2].

Використання соціальних мереж професійними спортивними командами стрімко зростає [4]. Національна баскетбольна асоціація (NBA) і її команди також занурилася в соціальний світ. Соціальні мережі надають професійним командам і спортсменам більший контроль над випуском спортивних новин. Спортивні журналісти та інший персонал спортивних ЗМІ також використовують ці середовища для охоплення аудиторії. Професійні команди і спортсмени тепер мають можливість обходити традиційні ЗМІ завдяки соціальним мережам [4].

Команди NBA досягли свого успіху завдяки численним соціальним мережам. Для прикладу, у команді Фінікс Санз розробили свій власний соціальний фан-концентратор fans.suns.com, який включає всі їх соціальні взаємодії із ЗМІ в одному місці [4]. Така платформа як Twitter надає аудиторії двосторонній інструмент, який пропонує оновлення щохвилини та генерування взаємодії з аудиторією. Тому багато команд NBA відзначили, що використання Twitter є ефективним у їхній маркетинговій діяльності [4].

Найважливішим аспектом соціальної присутності ЗМІ є зміст і якість контенту у сфері соціальних медіа. Команди NBA вважають, що інформація повинна бути есклюзивною, в різних формах (текст, зображення, відео тощо). Якість контенту дозволяє надавати потрібну інформацію про ту чи іншу команду та виділятися у соціальних мережах. Необхідно включати інформацію, що підкреслює близькість вболівальників до команди. Клуби NBA добилися успіху в забезпеченні якісного контенту за допомогою маркетингових інструментів для інтеграції соціальних мереж [4].

Наприклад, багато команд використовують соціальні мережі YouTube і Instagram для розміщення відео і фотографій. Така інтеграція інструментів забезпечує різний зміст, додатково підвищує взаємодію команди і вболівальників [4].

Twitter особливо популярний у зв'язку з використанням різноманітних хештегів. Для прикладу, команда Сакраменто Кінгз досягла успіху у створенні свого бренду для сезону 2011–2012 навколо хештегу #KingsAllDay. З допомогою цього хештегу вболівальники упродовж сезону могли легко шукати інформацію про улюблену команду. Тим часом, Вашингтон Візардс використовують численні подібні хештеги такі як #WizNets або #WizGrizzlies під час ігор з противниками, для збільшення чисельності зацікавлених сторін [4].

Відома команд Х'юстон Рокетс використала соціальні мережі в автономному режимі. У ніч на 17 лютого 2012 р., команда продала ексклюзивні квитки користувачам Twitter. Володарі цих квитків могли прийти на домашню гру з командою Міннесота Тімбервулвз. Соціальні ЗМІ надають громадськості можливість безпосередню зв'язуватися з командами і гравцями [4].

Соціальні мережі не є новими, проте постійно розвиваються. Очевидно, команди NBA розуміють, що мають певні труднощі в плані моніторингу існуючих платформ. Одним із головних завдань є ефективно підтримувати соціальну присутність у ЗМІ. Більшість команд мають від двох до шести співробітників, які займаються соціальними медіа. Ці фахівці також несуть відповідальність за інші ключові завдання в команді, такі як зв'язок з громадськістю, маркетинг та управління чи редагування сайту. Для прикладу розуміння важливості соціальних мереж, команда Денвер Наггетс звернулася до агентства соціальних засобів масової інформації, щоб їм допомогли із розвитком соціальних мереж [4].

Висновки.

1. Інтернет є одним з інструментів у маркетингу спорту. Його використовують як рекламний канал, інструмент просування, засіб доступу до максимально широкої аудиторії.

2. Використання інтернет-ресурсів, таких як сайти та соціальні мережі, дозволяють професійним клубам та їхнім спортсменам підтримувати зв'язок із вболівальниками, вибудовувати довгострокові відносини зі своїми клієнтами та спонсорами, формувати їх лояльність, управляти репутацією компанії, підвищувати продаж і вирішувати низку завдань для розвитку бізнесу.

3. Бізнес у NBA прагне адаптуватися до соціальних мереж та більше покладатись на них. Команди NBA залежать від висвітлення своїх подій у засобах масової інформації, які в свою чергу забезпечують швидке і економічно ефективно середовище для взаємодії із зацікавленими сторонами.

Література.

1. Золотарьов В. С. Спортивний маркетинг як прогресивна технологія просування / В. С. Золотарьов, Н. П. Скригун // Aktualne problemy nowoczesnych nauk – 2010 : Materialy VI miedzynarodowej naukowo-praktycznej konferencji. – Przemyśl : Nauka i studia, 2010. – Vol. 7. Ekonomiczne nauki. – S. 15–17.
2. Петрик Е. А. Интернет-маркетинг / Е. А. Петрик – М. : Московская финансово-промышленная академия, 2004 – 299 с.

3. Douglas Idugboe. The History of Sports and Marketing – 2012.
4. Mark Wysocki. The Role of Social Media in Sports Communication: An Analysis of NBA Teams' Strategy. – 2012.
5. Галкин В. Маркетинг в спорте [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://vadim-galkin.ru/sport-2/sport/marketing/>. – 2011.
6. Гуськов С. И. Спортивный маркетинг / С. И. Гуськов – К. : Олимп. лит., 1995. – 296 с.
7. Демьянов С. А. Спортивный менеджмент и маркетинг: учебно-методическое пособие / С. А. Демьянов, В. П. Колесникович. – Пинск : ПолесГУ, 2013. – 72 с.

РОЗДІЛ 2

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ НЕОЛІМПІЙСЬКОГО СПОРТУ



ОБҐРУНТУВАННЯ НЕОБХІДНОСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ МЕТОДИКИ РОЗВИТКУ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ДЛЯ ГІМНАСТОК ВІКОМ 7–8 РОКІВ

Андрєєва Валерія

Науковий керівник – Борисова Ю. Ю, к. фіз. вих., доцент

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту, Дніпро,
Україна

Актуальність. Художня гімнастика є одним із наймолодших за віком початку занять видів спорту. Розвиток і вдосконалення гнучкості та швидкісно-силових якостей у цьому виді спорту мають свою специфіку і потребують пильної уваги з двох основних причин.

Перша полягає в тому, що автори низки робіт з теорії і практики спорту констатують наявність негативного взаємовпливу між силовими якостями і гнучкістю [4]. Інші автори, однак, не підтримують цієї точки зору [3].

Аналогічні і часто суперечливі висновки наводяться в інших роботах щодо взаємовпливу швидкості і гнучкості [5], особливо, якщо в процесі розвитку швидкості наявний елемент силового тренування [2].

Друга причина полягає в тому, що швидкісно-силові якості і гнучкість мають однакові сенситивні періоди, тобто вікові періоди, коли відбувається найефективніший розвиток цієї якості [1]. Це виразно видно у віці, що відповідає етапу попередньо-базової підготовки в художній гімнастиці. Поєднання цих причин призводить до досить складної ситуації, коли дві, а то й три частково протидіючих якості необхідно розвивати одночасно.

У зв'язку з вищевикладеним, розвиток швидкісно-силових якостей, коли вправи мають швидкісно-силовий характер і при цьому вимагають максимального або субмаксимального прояву гнучкості, представляється кращим, з точки зору вимог змагальної діяльності, і, одночасно, найменш розробленим, як у теоретичному, так і в практичному сенсі, варіантом розвитку швидкісно-силових якостей взагалі і в художній гімнастиці зокрема.

Мета дослідження – обґрунтувати необхідність впровадження методики розвитку швидкісно-силових якостей для гімнасток віком 7–8 років.

Методи та організація дослідження. Для вирішення завдань дослідження використовувалися такі методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, анкетування та методи математичної статистики.

Опитування тренерів проводилося для визначення необхідності впровадження методики розвитку швидкісно-силових якостей для гімнасток віком 7-8 років. Особливу увагу приділяли відповідям на питання: «Які рухові якості потрібно розвивати?», «Чи вважаєте Ви, що необхідно впроваджувати додаткові засоби для розвитку швидкісно-силових якостей?», «Скільки часу слід приділяти розвитку швидкісно-силових якостей?», «З якого віку необхідно цілеспрямовано розвивати швидкісно-силові якості?» та ін.

Для проведення опитування було розроблено анкету для тренерів. На етапі попередніх досліджень було опитано тренерів з художньої гімнастики ($n = 12$) спортивних шкіл і клубів м. Дніпра.

Результати дослідження та їх обговорення. Більшість тренерів які брали участь в опитуванні, мали стаж роботи понад 20 років, і стаж суддівської практики 10–20 років. За результатами анкетування було виявлено, що більшість тренерів (65 %) вважають, що найкращий період для розвитку швидко-силових якостей припадає на вік 7–9 років, 29 % мають думку, що в 5–7 років, і 6 % тренерів – 9–11 років (рис. 1).

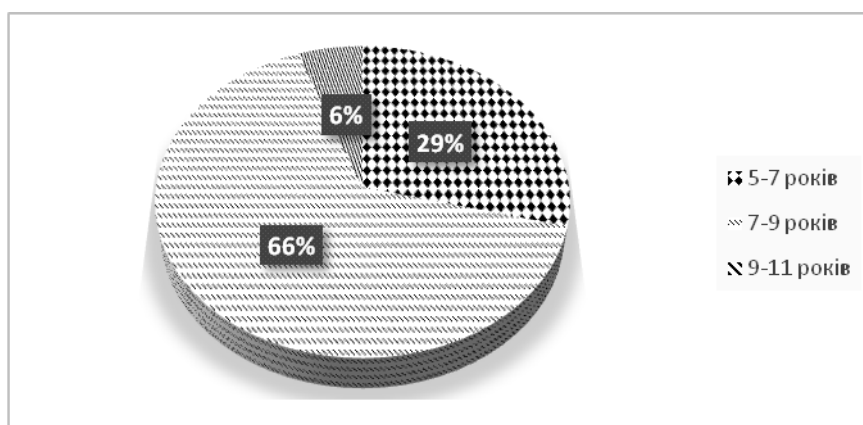


Рисунок 1. Думка тренерів щодо оптимального віку для розвитку швидко-силових якостей

Всі без виключення тренери (100 %) зійшлися на думці, що для художньої гімнастики потрібно розвивати рухові якості.

На питання «Чи вважаєте Ви, що потрібно впроваджувати додаткові засоби для розвитку швидко-силових якостей?» 74 % тренерів відповіли «так», а 26 % – «ні», тому що вони вважають необхідним розвиток гнучкості та координації.

У наступному питанні «Скільки часу слід приділяти розвитку швидко-силових якостей?» також було виявлено розбіжність у відповідях. 53 % респондентів вважають, що розвитку швидко-силових якостей достатньо приділяти увагу три рази на тиждень, 27 % – на кожному занятті, і лише 10 % відповіли, що достатньо одного разу на тиждень.

Особливу увагу було приділено питанню необхідності розроблення додаткових засобів, комплексів вправ для розвитку швидко-силових якостей. У них будуть використовуватися вправи, які одночасно вирішують завдання розвитку якості та опанування й удосконалення техніки виконання елементів художньої гімнастики.

Висновки. Таким чином, для художньої гімнастики важливо розвивати не тільки гнучкість і координацію, а і швидко-силові якості. На думку більшості тренерів, необхідно впроваджувати додаткові засоби для розвитку швидко-силових якостей три рази на тиждень.

Література.

1. Борисова Ю. Ю. Удосконалення методики навчання модальним елементам художньої гімнастики (на прикладі стрибка “жете ан турнан”) / Ю. Ю. Борисова, А. В. Федоряка // Вісн. Чернігів. націон. пед. ун-ту імені Т. Г. Шевченка [Текст]. Т. 1. Вип. 107 – Чернігів: ЧНПУ, 2013. – С. 73–76.

2. Винер И. А. Методика оценки и развития физических способностей у занимающихся художественной гимнастикой : учебное пособие / И. А. Винер, Л. А. Карпенко, В. А. Сивицкий ; Всероссийская федерация художественной гимнастики ; Санкт-Петерб. гос. академия физ. культуры им. П. Ф. Лесгафта. – М. : [б.и.], 2007. – 75 с.

3. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физ. воспитания; теорет.-метод. аспекты спорта и проф.-прим. форм физ. культуры) : учебник для ин-тов физ. культуры / Л. П. Матвеев. – М. : Физ. культура и спорт, 1991. – 542 с.

4. Савенкова, Е. К. Скоростно-силовая подготовка юных спортсменок в некоторых видах гимнастики : автореф. дисс. ... канд. мед. наук / Е. К. Савенкова ; Рос. гос. ун-т физ. культуры, спорта и туризма. – М., 2005. – 24 с.

5. Сибгатулина Ф. Р. Прыжковая подготовка спортсменок в художественной гимнастике: автореф. дисс. на соиск. ученой степени канд. пед. Наук: – 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры». – / Ф. Р. Сибгатулина – Малаховка, 2004 – 20 с.

СТАН РОЗВИТКУ НЕОЛІМПІЙСЬКОГО СПОРТУ В ХАРКІВСЬКІЙ ОБЛАСТІ

Байрамов Руслан

Науковий керівник – Бондар Анастасія к. фіз. вих., доцент

Харківська державна академія фізичної культури,

Харків, Україна

Актуальність. На сьогодні, в усьому світі спорт відіграє важливу роль у підвищенні авторитету кожної держави, він є невід'ємною частиною життя не тільки професійних спортсменів, а й багатьох людей, які обирають здоровий спосіб життя. В Україні щороку набувають популярності неолімпійські та екстремальні види спорту. За даними сайту Міністерства молоді та спорту України, в реєстрі визнаних видів спорту в нашій країні нараховується 110 неолімпійських видів спорту (олімпійських – 56).

За період незалежності України Харківська область почала розвивати багато неолімпійських видів спорту і активно залучати до цього населення. Майже в кожному районі області були і залишаються популярними такі види спорту, як шахи, шашки, гирьовий спорт, а такі види, як таеквондо (ІТФ), футзал, боротьба самбо, армспорт, спортивна аеробіка стрімко набувають популярності завдяки роботі федерацій [2]. За рейтингом Міністерства молоді та спорту України Харківська область упродовж останніх років посідає друге місце з неолімпійських видів спорту (перше місце належить Києву).

Мета дослідження – визначення стану розвитку неолімпійського спорту в Харківській області.

Завдання дослідження:

1. Розглянути динаміку рейтингу Харківської області з армспорту та сумо.
2. Проаналізувати основні показники розвитку неолімпійських видів спорту в Харківській області.

Методи та організація дослідження: аналіз літературних джерел та аналіз документів, що дозволило вивчити наукові публікації, статті, автореферати дисертацій та монографії вітчизняних вчених, проаналізувати нормативні документи, що регламентують розвиток фізичної культури та спорту в нашій країні, та статистичні звіти органів управління з фізичної культури та спорту Харківської області.

Результати дослідження та їх обговорення. Важливу роль у зростанні популярності видів спорту, які не входять до програми Олімпійських ігор, відіграють спортивні федерації та громадська організація «Спортивний комітет України», яка нараховує 42 федерації та 5 асоціацій [4]. Саме федерація створює належні умови для проведення тренувальних занять і навчальних зборів, організовує змагання різного рівня та поширює рекламну інформацію щодо виду спорту для залучення якомога більшої кількості людей до занять.

У наукових працях Н. Салтан, О. Салтан зазначено, що з 1920-х років найбільш масовими видами спорту у Харківській області були шахи, шашки та спорт, направлений на військову підготовку (зараз військово-спортивні багатоборства). Харківська губернська рада з фізичної культури мала відомості про 61 шахово-шашковий гурток, у яких нараховувалося 1480 шахістів і 693 шашкістів [3].

Деякі з видів спорту і по сьогодні лідирують за популярністю серед населення. Масовими видами спорту, що не входять до програми Олімпійських ігор, у Харківській області можна вважати боротьбу самбо, шахи, шашки, гирьовий спорт і футзал. Зазначені види спорту представлені в багатьох дитячо-юнацьких спортивних школах області, а такі види спорту, як таеквондо (ІТФ), бодібілдинг, армспорт, спортивна аеробіка та акробатика популярні в спортивних клубах та клубах за місцем проживання [1].

У ході дослідження було порівняно рейтинг Харківської області з таких видів спорту, як армспорт і сумо, тому що результати показників харківських атлетів з армспорту доволі стабільні і за період 2013–2016 рр. область посідає перше місце серед усіх областей нашої країни. Щодо сумо, то Харківська область з п'ятого місця у 2013 р., вже у 2016 р. піднялася на першу сходинку. Це ще раз засвідчує зростання популярності неолімпійських видів спорту серед населення цієї області. Дані щодо сумо та армспорту представлені в рейтингах Міністерства молоді та спорту України та подано на рисунку 1.

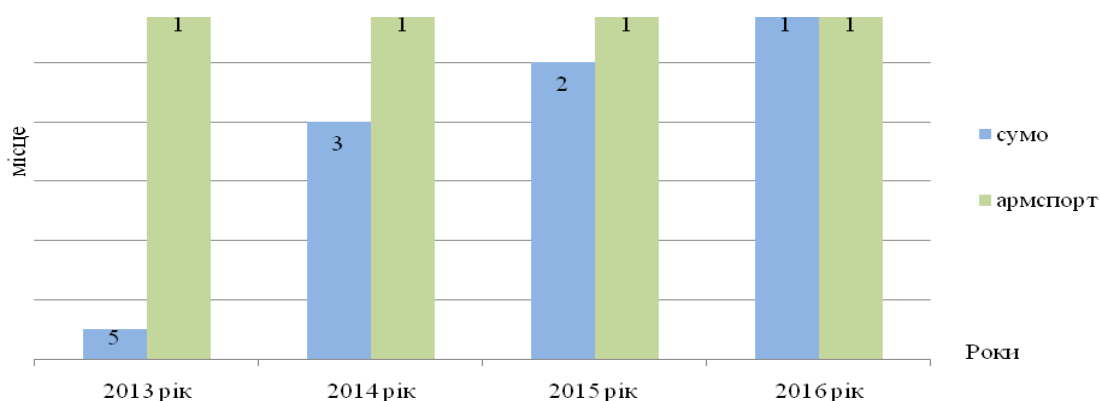


Рисунок 1. Рейтинг Харківської області з армспорту та сумо

Велику роль у розвитку неолімпійського спорту в регіоні відіграє штат фізкультурно-спортивних кадрів, а саме кваліфікованих тренерів. За даними Управління у справах молоді та спорту Харківської обласної державної адміністрації, кількість працівників фізичної культури і спорту, які проводили заняття з неолімпійських видів спорту у 2015 р. становила 461 особу, з них 347 тренерів з вищою спеціальною освітою та 76 тренерів, які проводили заняття не в дитячо-юнацьких спортивних школах, а в спортивних клубах (дані представлено на рис. 2).

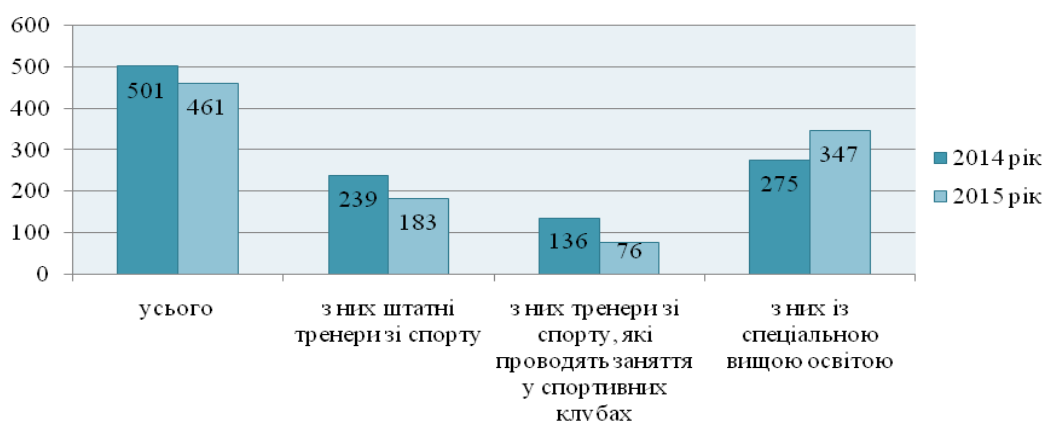


Рисунок 2. Кількість працівників фізичної культури і спорту, які проводять заняття з неолімпійських видів спорту

Цікавим є той факт, що ще в 2014 р. кадровий тренерський склад, який проводив заняття з неолімпійських видів спорту, налічував 501 особу, з них 275 спеціалістів із спеціальною вищою освітою та 136 тренерів, які працюють у спортивних клубах. Вище зазначені дані свідчать, що в 2015 р. зменшилася загальна кількість тренерів по області на 40 осіб порівняно з 2014 р., але кількість спеціалістів зі спеціальною вищою освітою, які проводять заняття, виросло на 72 особи.

Аналіз річних статистичних звітів Харківської області за 2012–2015 рр., показав, що загальна кількість спортсменів, які займаються неолімпійськими видами спорту на території області, змінювалася кожного року. Так з 2012 р. цей показник зменшився на 918 осіб, не зважаючи на те, що помітно збільшилася кількість юних спортсменів, які тренуються в дитячо-юнацьких спортивних школах та вищих навчальних закладах [1] (табл. 1).

Таблиця 1

Показники кількості осіб, які займаються неолімпійськими видами спорту у Харківській області

Рік	Кількість осіб, що займаються неолімпійськими видами спорту в закладах Харківської області			
	У вищих навчальних закладах	У ДЮСШ усіх типів	У спортивних клубах	Всього
2012	5939	7230	5444	18 613
2013	5687	7472	5404	18 563
2014	5064	6935	5360	17 359
2015	6049	7661	3985	17 695

Спортсмени Харківської області завжди приносили в «скарбничку» країни велику кількість медалей з різних видів спорту. Так, на офіційних міжнародних змаганнях з неолімпійських видів спорту спортсмени Харківської області здобули у 2013 р. – 137 медалей, у 2014 – 90 медалей, у 2015 – 154 медалі та у 2016 – 223 медалі [1].

Дослідження показало, що протягом 2012–2016 рр. 9 спортсменів Харківської області з неолімпійських видів спорту отримали звання «Заслужений майстер спорту України», 24 – звання «Майстер спорту України міжнародного класу», 161 – звання «Майстер спорту України», а 3 тренери стали заслуженими тренерами України. Дані за останні п'ять років наведено в таблиці 2.

Таблиця 2

Показники присвоєння спортивних звань у Харківській області

Рік	Майстер спорту України	Майстер спорту України міжнародного класу	Заслужений майстер спорту України	Заслужений тренер України
2012	103	9	2	2
2013	96	10	2	2
2014	122	28	2	–
2015	92	23	4	2
2016	161	24	9	3

Дані з таблиці 2 свідчать про те, що позитивний приріст присвоєння спортивних звань з неолімпійських видів спорту за останні роки спортсменам і тренерам Харківської області, на наш погляд, зумовлений популяризацією неолімпійських видів спорту в регіоні та продуктивною співпрацею державних органів управління з громадськими організаціями.

Висновки.

1. Згідно рейтингів Міністерства молоді та спорту України (2013–2016 рр.) Харківська область протягом 4 років посідає 1 місце з армспорту, а з сумо піднялася з 5 місця (2013 р.) на 1 місце (2016 р.), що свідчить про розвиток і зростання популярності неолімпійських видів спорту у Харківській області.

2. На сьогодні у Харківській області кількість спортсменів, які займаються неолімпійськими видами спорту, становить 17 695 осіб, з них 6049 займаються у вищих навчальних закладах, 7661 – у ДЮСШ усіх типів, 3985 – у спортивних клубах (різної форми власності); кількість працівників фізичної культури і спорту, які проводять заняття з неолімпійських видів спорту, становить 461 особу, з них 347 мають спеціальну вищу освіту; протягом 2016 р. 197 спортсменів отримали почесні спортивні звання з неолімпійських видів спорту, серед них 9 осіб стали заслуженими майстрами спорту України, а 3 – заслуженими тренерами України.

Література.

1. Байрамов Р. Інформація по неолімпійських видах спорту на території Харківської області за 2012–2015 роки // Роль та місце неолімпійських видів спорту у загальній фізичній культурі суспільства : Матеріали круглого столу до Дня кафедри менеджменту фізичної культури (12 грудня 2015 р.). – Харків : ХДАФК, 2015. – С. 21–23.
2. Бондар А. С. Залучення населення до занять неолімпійськими видами спорту у Харківській області / А. С. Бондар, Р. Х. Байрамов // XVI Міжнародна наук.-практ. конф. «Фізична культура, спорт та здоров'я: стан і перспективи в умовах сучасного українського державотворення в контексті 25-річчя Незалежності України» (8–9 грудня 2016 року). – Харків : ХДАФК, 2016. – С. 1331–334.
3. Салтан Н. Розвиток неолімпійських видів спорту на Харківщині у період існування Української РСР / Н. Салтан, О. Салтан // Слобожан. наук.-спорт. вісн. : [наук.-теорет. журн.] – Харків : ХДАФК, 2016. – № 6. – С. 110–114.
4. Спортивний комітет України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.scu.org.ua>.

СУЧАСНІ УЯВЛЕННЯ ПРО ОЗДОРОВЧО-ВИХОВНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЕСТЕТИЧНОЇ ГІМНАСТИКИ

Гулюк Надія

Науковий керівник – Маринич В. Л., к. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Сьогодні одними з найбільш актуальних для суспільства є проблеми, пов'язані зі здоров'ям. Значну роль у їх вирішенні відіграють умови праці та фізичне виховання і спорт, які допомагають збереженню, зміцненню здоров'я й працездатності людей. У світі розвиваються багато видів спорту. Одним з нових і популярних видів спорту є естетична гімнастика. Завдяки заняттям нею діти стають граціозними, гнучкими, вчаться умінням передавати загальний характер музики в танці і надавати рухам цілісності, свободи, витонченості й різної емоційної забарвленості.

У сучасній науці проведено дослідження, присвячені вивченню історії розвитку сучасної естетичної гімнастики (Т. Погребняк, Т. Ленська, 2012), естетико-спортивної складової занять естетичною гімнастикою на етапі початкової спеціалізації (Г. Войнаровська, Н. Войнаровська, Л. Чеханюк, 2014), вдосконаленню технічної підготовленості спортсменок, які займаються естетичною гімнастикою (Я. Шупилова, Н. Долбишева, Ю. Борисова, 2013) та ін.

Однак, попри значну кількість наукових досліджень, недостатньо уваги приділено впливу занять естетичною гімнастикою на здоров'я та виховання дітей та молоді. У зв'язку з цим наукові розробки, що направлені на обґрунтування методів і засобів оздоровчо-виховного спрямування в естетичній гімнастиці в сучасних умовах, є своєчасними і актуальними.

Мета дослідження – обґрунтування оздоровчо-виховного впливу занять естетичною гімнастикою на дітей віком 6–8 років.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати сутність оздоровчої та виховної функції спорту на сучасному етапі розвитку суспільства.
2. Дослідити вплив занять естетичною гімнастикою на формування здоров'я та виховання особистості.
3. Виявити особливості фізичного та психічного розвитку дітей 6–8 років, які займаються естетичною гімнастикою.

Методи та організація дослідження: аналіз спеціальної науково-методичної літератури і матеріалів мережі Інтернет; методи порівняння й зіставлення.

Результати дослідження та їх обговорення. У процесі аналізу науково-методичної літератури з'ясовано, що на сьогодні зростає усвідомлення ролі фізичної культури і спорту як чинників удосконалення природи людини і суспільства. Здоровий спосіб життя в цілому, фізична культура і спорт зокрема, стають соціальним феноменом, що об'єднує силою і національною ідеєю,

сприяє розвитку сильної держави і здорового суспільства [8]. Особливу роль у формуванні особливості спорт відіграє, реалізуючи оздоровчу та виховну функцію, особливо впливаючи на дітей та молодь (рис. 1).

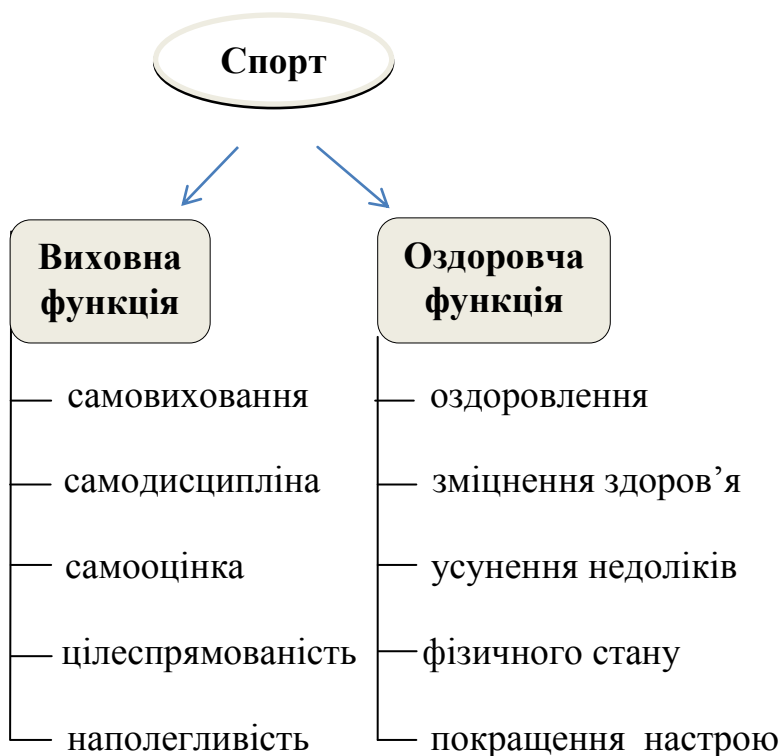


Рисунок 1. Характеристика оздоровчої та виховної функцій спорту

Заняття спортом дозволяють дітям стати сміливими, охайними, товарицькими, виробити правильну поставу тощо [1, 2, 3]. Позитивний вплив від занять спортом має неоціненне значення і дозволяє розвивати і формувати організм дітей. Оздоровчий ефект занять передбачає профілактику травматизму, навчання методам контролю та оцінки організму, формуванню навичок здорового способу життя.

На думку дослідників, заняття естетичною гімнастикою у повній мірі можуть забезпечити цілісний розвиток особистості в майбутньому [3, 5]. Заняття естетичною гімнастикою сприяють зміцненню здоров'я, гармонійному фізичному розвитку, покращенню фізичної і психофізичної підготовленості. На заняттях розвиваються швидкість, швидкісна сила, координованість, гнучкість – фізичні якості, сенситивний період яких припадає на старший дошкільний і молодший шкільний вік. Засобами гімнастики можна формувати соціально важливі якості для дітей. Змагальна діяльність задовольняє дитячі потреби у руховій активності, у самовираженні, самостійності, креативності, комунікативні якості тощо. Гімнастика активізує естетичні емоції дітей. Почуття прекрасного виробляється від ідеальної демонстрації технічної і тактичної майстерності під час виступу [7].

У дослідженні планується оцінити вплив занять естетичною гімнастикою на формування особистості й оздоровлення дівчат віком 6–8 років. Тому важливо з'ясувати особливості їх фізичного розвитку.

Провідні фахівці галузі стверджують, що організм дітей значно відрізняється від організму людей старшого віку. Для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку характерна висока збудливість нервової системи і слабкість гальмівних процесів. Це призводить до недостатньої координації рухів. Тривалий процес збудження неможливий, діти швидко втомлюються, потрібно уникати довгих вказівок і настанов, тривалих і монотонних вправ. Важливо чітко знати, як дозувати навантаження, тому що діти цього віку відрізняються недостатньо розвиненим відчуттям втоми. Діти погано оцінюють зміни внутрішнього середовища організму у разі втоми [4, 5].

З 6-річного віку діти вже можуть зупинити біг у заданих межах, вчасно зловити м'яч і т.п. У них збільшується сила та рухливість нервових процесів. Діти здатні усвідомлено будувати програми рухів і контролювати свої рухи, легше перебудовують програми. У цей період довжина тіла збільшується швидше, ніж маса. Завершується розвиток кісткового скелета. Суглоби рухливі, зв'язковий апарат еластичний, скелет містить велику кількість кісткової тканини. Посилено розвивається і зміцнюється м'язова система [4, 6]. Отже, усі перераховані особливості важливо врахувати на заняттях естетичною гімнастикою для забезпечення позитивного впливу виду спорту на дітей молодшого шкільного віку.

Висновки.

1. У сучасному суспільстві наростає усвідомлення ролі спорту в житті людини і суспільства. Спорт відіграє важливу роль у процесі виховання дітей та молоді, сприяє їх всебічному розвитку, реалізує оздоровчу та виховну функції. Оздоровчий ефект занять передбачає профілактику травматизму, навчання методам контролю та оцінки стану організму, дотримання навичок здорового способу життя. Спорт одночасно є джерелом позитивних емоцій і системою виховання особистості.

2. Естетична гімнастика є відносно новим видом спорту, який відповідає особливостям жіночої моторики, передбачає виконання м'яких, гнучких танцювальних рухів. Для занять естетичною гімнастикою найбільш сприятливим є молодший шкільний вік. Різноманітність фізичних навантажень, їх широкий діапазон дозволяє варіювати ними у процесі тренування. Естетична гімнастика дає значні можливості у корекції рухових якостей дітей молодшого шкільного віку, для зміцнення здоров'я, розвитку фізичних здібностей та підвищення працездатності. Виховання є невід'ємною частиною так як, приваблива сила спорту, високі вимоги до прояву фізичних і психічних сил представляють широкі можливості для цілеспрямованого виховання духовних рис і якостей дитини.

3. Найбільш сприятливим для занять естетичною гімнастикою є молодший шкільний вік. Різноманітність фізичних навантажень, їх широкий діапазон дозволяє варіювати ними у процесі тренування. Важливо забезпечити

дітям достатній обсяг рухової активності, що буде відповідати їхньому віку та індивідуальному стану здоров'я. Заняття має бути емоційним без довгих вказівок, тривалих і монотонних вправ.

Література.

1. Физическая культура студента: учебник / Под ред. В. И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2001. – 448 с.
2. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підруч. [для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 ч. / Б. М. Шиян. – Т. : Навч. книга – Богдан, 2004. – Ч. 1. – 272 с. ; Ч. 2. – 248 с.
3. Круцевич Т. Ю. Теорія і методики фізичного виховання – К. : Олімп. літ., 2012. – №1– 391.
4. Солодков А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – Изд. 4-е, испр. и доп. – М. : Советский спорт, 2012. – 620 с.
5. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. для студ. дошкільн. фак-тів вищ. пед. навч. закладів. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-е вид, перероб. та доп. Суми, 2004. – 428 с.
6. Ареф'єв В. Г. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): навч. посіб. для студентів навч. закл. II–IV рівнів акредитації / В. Г. Ареф'єв, Г. А. Єдинак. – Кам'янець- Подільський : Абетка-НОВА, 2001. – 384 с.
7. Клименко А. И. Регуляция психических функций в единоборствах / А. И. Клименко // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 3. – С. 31–33.
8. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. – К. : Олимп. лит., 2004. – 808 с.

ИСТОРИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ БОДИБИЛДИНГА КАК ВИДА СПОРТА В МЕЖДУНАРОДНОМ СПОРТИВНОМ ДВИЖЕНИИ

Добровольский Леонид

Научный руководитель – Долбышева Н. Г., к. физ. восп., доцент
Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта, Днепр, Украина

Актуальность. Несмотря на то что бодибилдинг является неолимпийским видом спорта, он приобрёл большую популярность в мире. Бодибилдинг – уникальный спорт, который развивает в человеке разные качества, необходимые в обычной жизни, а именно: чувство полного контроля над телом, трудолюбие, умение ставить конкретные цели и достигать их, отслеживать свой прогресс и искать пути решения проблемы, концентрироваться на важных вещах, а самое главное – это дисциплину [1].

Цель исследования – раскрыть особенности развития бодибилдинга (культуризма) как вида спорта в международном спортивном движении.

Методы и организация исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы, хронологические, историко-логические методы.

Результаты исследования и их обсуждение. Культуризм, или бодибилдинг (фр. *culturisme* – культура тела или англ. *bodybuilding* – строительство тела), – это процесс наращивания и развития мускулатуры путем занятий физическими упражнениями с отягощениями и употребления высокоэнергетического питания с повышенным содержанием питательных веществ [3]. С другой стороны, культуризм связан с увеличением объема или качества мышц. Соревновательный культуризм – это спорт, в котором судьи субъективно оценивают мускулатуру позирующих участников на основании объема, эстетичности, пропорций и сбалансированности и определяют культуриста с наиболее совершенным, по их мнению, телом.

Исторически бодибилдинг берет свое начало в XIX в. Считается, что первым культуристом и создателем бодибилдинга как отдельного вида спорта является Евгений Сандов (рис.1). Статуэтки в виде его профиля вручают на международном турнире под названием «Мистер Олимпия».

В 1901 г. в Лондоне Евгений Сандов организовал официальные соревнования по бодибилдингу под названием «Великая конкуренция». На этих соревнованиях и была вручена первая статуэтка в виде его профиля.

В 1904 г. были проведены масштабные соревнования по бодибилдингу, на которых впервые были вручены не только статуэтки, но и денежные призы в размере 500 долларов. С каждым годом денежный приз увеличивался.

Необходимо отметить, что наибольшую популярность бодибилдинг приобрел в 1950–

1960 гг., с появлением турниров «Мистер Вселенная» и «Мистер Америка». Проведение данных турниров способствовало популяризации его как вида



Рисунок 1. Евгений Сандов – основатель бодибилдинга

спорта, не только в Америке, но и во всем мире. В этот период начали выпускать журналы по бодибилдингу «Strength and Health» и «Muscular Development», в которых были изложены методики тренировок, представлены призёры и чемпионы различных турниров.

Самым престижным соревнованием можно назвать турнир «Мистер Олимпия», который берёт начало в 1965 г. Первым победителем этого турнира был Ларри Скотт, спустя один год он повторил результат. Денежный приз на первом турнире в 1965 г. Был равен 1 тыс. долларов и с каждым годом увеличивался. Так, в нынешнем году (2016) он составил 1 115 000 тыс. долларов, его обладателем является Фил Хит, США.

Победителями турнира «Мистер Олимпия» были спортсмены из многих стран. Особого внимания заслуживают многократные победители, такие как Арнольд Шварценнегер имеющий 7 титулов, Ли Хейни – 8 титулов, Дориан Ятс и Фил Хит – по 6 титулов, Ронни Колеман – 8 титулов (табл. 1).

Таблица 1

Турнирная таблица «Мистер Олимпия»

Год проведения	Место проведения	Абсолютный победитель
1965, 1966	Нью-Йорк, США	Ларри Скотт
1967–1969	Нью-Йорк, США	Сержио Олива
1970–1975	Нью-Йорк, США; Париж, Франция; Эссен, Германия; Нью-Йорк, США; Претория, ЮАР	Арнольд Шварценнегер
1976	Коламбус, США	Франко Коломбо
1977–1979	Коламбус, США	Фрэнк Зейн
1980	Сидней, Австралия	Арнольд Шварценнегер
1981	Коламбус, США	Франко Коломбо
1982	Лондон, Великобритания	Крис Дикерсон
1983	Мюнхен, Германия	Самир Баннут
1984–1991	Нью-Йорк, США; Брюссель, Бельгия; Коламбус, США; Гетеборг, Швеция; Лос-Анжелес, США; Рим, Италия; Чикаго, США; Орlando, США;	Ли Хейни
1992–1997	Хельсинки, Финляндия; Атланта, США; Чикаго, США; Лонг Бич, США	Дориан Ятс
1998–2005	Лас-Вегас, США	Ронни Колеман
2006, 2007	Лас-Вегас, США	Джей Катлер
2008	Лас-Вегас, США	Декстер Джексон
2009, 2010	Лас-Вегас, США	Джей Катлер
2011–2016	Лас-Вегас, США	Фил Хит

В XX в. начал развиваться женский бодибилдинг. В 1965 г. проходят первые соревнования среди женщин под названием «Мисс Вселенная», а спустя

15 лет создают турнир для женщин «Миссис Олимпия». До 2000 г. женщины соревновались в единой универсальной весовой категории, которая в последствии была разделена на две: легкую – до 61 кг (до 135 фунтов) и более тяжёлую – больше 61 кг. Однако, с 2004 г. федерация IFBB все же вернулась к единой весовой категории, которая существует и в настоящее время. Лидеры соревнований представлены в табл.2.

Таблица 2

Турнирная таблица «Миссис Олимпия»

Год проведения	Место проведения	Абсолютная чемпионка
1980	Филадельфия, США	Рейчел МакЛиш
1981	Филадельфия, США	Кик Эломаа
1982	Атлантик-Сити, США	Рейчел МакЛиш
1983	Варминстер, США	Карла Дунлап
1984–1989	Нью-Йорк, США	Кори Эверсон
1990–1995	Нью-Йорк, США	Линда Мюрей
1996–1999	Чикаго, США; Нью-Йорк, США; Прага, Чехия	Ким Чижевски-Николлс
2000	Лас-Вегас, США	Валентина Чепига
2001	Лас-Вегас, США	Ирис Кил
2002–2003	Лас-Вегас, США	Линда Мюрей
2004	Лас-Вегас, США	Даяна Каду
2005	Лас-Вегас, США	Яксен Орикюн-Гарция
2006–2014	Лас-Вегас, США	Ирис Кил

Бодибилдинг был включён в программу I–VIII Всемирных игр (с 1981 по 2009 г.). В этих соревнованиях были представлены номинации в шести весовых категориях – легчайшем, легком, полусреднем, среднем, полутяжелом и тяжёлом весе [2, 5].

Вначале 2000-х гг., IFBB подавала заявку в Международный олимпийский комитет с целью ввести бодибилдинг в программу Олимпийских игр, однако эта заявка была отклонена по причинам субъективной оценки спортсменов и присутствия запрещённых препаратов (ААС).

Необходимо отметить, что с 1904 г. бодибилдинг находился под контролем аматорского спортивного союза, а в 1946 г. была создана Международная федерация бодибилдинга (IFBB) братьями Беном и Джо Вейдерами (рис. 2) [4].

В 2006 г. Бен Вейдер, возглавлявший федерацию на протяжении 60 лет



Рисунок 3. Джо и Бен Вейдеры (слева президент федерации)

ушел с поста. В 2006 г. на место президента федерации был избран в международном конгрессе Рафаэль Сантоха.

На сегодняшний день в состав федерации входит 182 члена с 4 континентов и региона Океании. Она является членом (GAISF) и Международной ассоциации Всемирных игр (IWGA). На данное время входит в Конвенцию СпортАккорд и является признанной 90 Национальными олимпийскими комитетами [2].

Выводы.

Бодибилдинг с каждым годом становится все популярней, что подтверждается организацией новых турниров, созданием новых номинации, появлением новых чемпионов.

Литература.

1. Гусев И. Е. Полный курс бодибилдинга / И. Е. Гусев. – Минск : АСТ Харвест, 2002. – 120 с.
2. Долбишева Н. Г. Всесвітні ігри у міжнародному спортивному русі : Навч. посіб. / Н. Г. Долбишева, І. М. Шевляк, І. Т. Скрипченко. – Дніпропетровськ : Інновація, 2016. – 202 с.
3. Стюарт Мак Роберт. Думай! Бодибилдинг без стероидов / Стюарт Мак Роберт. – Саарбрюккер : Уайдерспорт, 1997. – 152 с.
4. IFBB [ofitsiyny site]. – Regime on access : <http://www.ifbb.com/>
5. International World Games Association (IWGA) [ofitsiyny site]. – Regime on access : <http://www.worldgames-iwga.org/>

МИРОВАЯ ЭЛИТА ХАЙДАЙВИНГА

Животовский Артем

Научный руководитель – Микитчик О. С., к. физ. восп., доцент
Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта,
Днепр, Украина

Актуальность. Хайдайвинг (high diving) – прыжки в воду с экстремальных высот – является довольно популярным неолимпийским видом спорта на мировой арене. Следует указать, что предшественником и разновидностью хайдайвинга является клиффдайвинг (cliff diving) – прыжки с естественных вышек – скал. Не смотря на то что мировая федерация хайдайвинга была учреждена еще в 1996 г., на данный момент практически отсутствуют научные исследования, касающиеся построения процесса подготовки в данном виде спорта, анализа системы соревнований и эффективности участия в них спортсменов из разных стран [1].

Цель исследования – определить страны-лидеров в хайдайвинге.

Задачи исследования:

1. Выявить тройку лидеров в мировой серии клиффдайвинга на протяжении 2009–2014 гг.

2. Изучить результаты выступлений спортсменов на чемпионатах и кубках мира по хайдайвингу на протяжении 2009–2016 гг.

Методы и организация исследований: анализ научно-методической литературы и протоколов соревнований; исследования проводились на протяжении 2016 г.

Результаты исследований и их обсуждение. В 2009 г. компания Red Bull GmbH, известный спонсор различных экстремальных соревнований, организовала Мировую серию клиффдайвинга, состоявшую из 8 этапов, на каждом из которых спортсмены совершают серию прыжков с высоты около 27 м. Анализ результатов выступлений спортсменов, занимающихся клиффдайвингом в Мировой серии соревнований на протяжении 2009–2014 гг., показал, что тройку лидеров в данном виде спорта на мировой арене входят [3]:

– Гэри Хант (Великобритания) – четырехкратный чемпион 2010–2012, 2014 г., серебряный призер 2009 г.;

– Орландо Дуке (Колумбия) – чемпион 2009 г., серебряный призер 2010 и 2012 гг., бронзовый призер 2013 г.;

– Артем Сильченко (Россия) – чемпион 2013 г., бронзовый призер 2009–2010 гг., серебряный призер 2011 и 2014 гг.

В 2013 г. состоялся первый чемпионат мира по хайдайвингу в рамках чемпионата мира по водным видам спорта. Мужчины выполняли серию из 5 прыжков с высоты 27 м., женщины – из 3 прыжков с 20 м.

Следует указать, что в мире специально сооруженных вышек правильных высот (27 м для мужчин, 20 м для женщин) практически нет. Поэтому для каждого старта организаторы сооружают временные конструкции, которые

затем разбирают (соответственно, забираться на высоту девятиэтажного дома участникам приходится без лифтов).

Так, например, в Казани вышку построили на реке Казанка. Однако, за несколько дней до старта выяснилось, что собранная конструкция чуть ниже необходимого уровня – пришлось перестраивать. Справились оперативно, в итоге у FINA претензий не было. Кроме того, скорость, с которой спортсмен перемещается в воздухе у мужчин, достигает 95 км/ч, что соответствует по силе удара о воду, как если прыгнуть на асфальт с высоты 13 м. В связи с этим любой вход в воду, кроме как вперёд ногами, запрещён [2].

Анализ выступлений ведущих хайдайверов мира показал, что лидерами в данной дисциплине являются:

- 2016 г. – Оуэн Уэймут (Великобритания) и Женевьева Брэдли (США);
- 2015 г. – Вадим Бабешкин (Россия) и Ирина Шмидбауер (Германия);
- 2014 г. – Илья Щуров (Россия) и Анна Бадер (Германия);
- 2013 г. – Андреас Хулигер (Швейцария);
- 2012 г. – Андреас Хулигер (Швейцария) и Анна Бадер (Германия);
- 2011, 2010 гг. – Блек Алдридж (Великобритания);
- 2009 г. – Блек Алдридж (Великобритания) и Анна Бадер (Германия).

В таблице 1 представлены результаты выступлений спортсменов, занимающихся хайдайвингом на чемпионатах мира 2013 и 2015 гг.

Таблица 1

Результаты выступлений спортсменов, занимающихся хайдайвингом, на чемпионатах мира 2013 и 2015 гг.

Соревнования	Золото	Серебро	Бронза
<i>Мужчины</i>			
Барселона 2013	Орландо Дуке <i>Колумбия</i>	Гэри Хант <i>Великобритания</i>	Джонатан Паредес <i>Мексика</i>
Казань 2015	Гэри Хант <i>Великобритания</i>	Джонатан Паредес <i>Мексика</i>	Артём Сильченко <i>Россия</i>
<i>Женщины</i>			
Барселона 2013	Сесилия Карлтон <i>США</i>	Джинджер Хубер <i>США</i>	Анна Бадер <i>Германия</i>
Казань 2015	Рэчелл Симпсон <i>США</i>	Сесилия Карлтон <i>США</i>	Яна Нестерова <i>Белоруссия</i>

Таким образом, установлено, что среди женщин лидерами в данном виде спорта были спортсменки из США, в то время как у мужчин не наблюдалось такого единства. Чемпионом в 2013 г. стал Орландо Дуке (Колумбия), в 2015 г. – Гэри Хант (Великобритания), который в 2013 г. завоевал серебряную награду.

В тоже время, серебряным призером 2015 г. стал Джонатан Паредес (Мексика), он же – бронзовый призер 2013 г.

В таблице 2 представлен рейтинг стран-участниц чемпионатов мира по хайдайвингу 2013 и 2015 гг.

Таблица 2

**Рейтинг стран-участниц чемпионатов мира
по хайдайвингу в 2013 и 2015 гг.**

Место	Страна	Золото		Серебро		Бронза		Всего	
		2013	2015	2013	2015	2013	2015	2013	2015
1	США	1	1	1	1	0	0	2	2
2	Колумбия	1	1	0	0	0	0	1	1
3	Великобритания	0	0	1	1	0	0	1	1
4	Германия	0	0	0	0	1	1	1	1
	Мексика	0	0	0	0	1	1	1	1
Всего		2	2	2	2	2	2	6	6

Таким образом, установлено, что в тройку бессменных лидеров чемпионатов мира по хайдайвингу в 2013 и 2015 гг. входили США, Колумбия и Великобритания.

В таблице 3 представлены результаты выступлений спортсменов, занимающихся хайдайвингом на кубках мира.

Таблица 3

**Результаты выступлений спортсменов, занимающихся
хайдайвингом, на кубках мира 2014–2016 гг.**

Кубок	Золото	Серебро	Бронза
Казань 2014	Гэри Хант <i>Великобритания</i>	Орландо Дуке <i>Колумбия</i>	Стивен Любу <i>США</i>
Косумель 2015	Артём Сильченко <i>Россия</i>	Джонатан Паредес <i>Мексика</i>	Орландо Дуке <i>Колумбия</i>
ОАЭ 2016	Гэри Хант <i>Великобритания</i>	Джонатан Паредес <i>Мексика</i>	Орландо Дуке <i>Колумбия</i>

Анализ выступлений показал, что, к сожалению, украинские спортсмены не являются лидерами в данном виде спорта. Причиной данной ситуации является: отсутствие материально-технической базы, а также организованных центров подготовки.

Выводы.

Хайдайвинг является новым, достаточно распространенным видом спорта не только в Украине, но и в мировом спорте. Изучение результатов выступлений спортсменов на чемпионатах и кубках мира по хайдайвингу показал, что странами-лидерами являются США, Колумбия и Великобритания.

Перспективы дальнейших исследований заключаются в анализе и обобщении данных о развитии хайдайвинга в Украине.

Литература.

1. Животовский А. Хайдайвинг как неолимпийский вид спорта / А. Животовский, О. Микитчик // «Неолімпійський спорт: історія, проблеми управління та система підготовки спортсменів». Збірник наукових праць та матеріалів II Всеукраїнської студентської науково-методичної конференції. – Дніпропетровськ, 8 квітня 2016. – С. 136–141

2. Что такое хайдайвинг [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rutvet.ru/in-cto-takoe-hay-dayving-video-ekstremalnyh-pryzhkov-7764.html>

3. Word high diving federation [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.whdf.com>

ІНТЕГРАЛЬНА ПІДГОТОВКА ДО ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ БІЛЬЯРДИСТІВ

Перетяцько Ангеліна

Наукові керівники – Борисова О. В., д. фіз. вих., професор,

Нагорна В. О., к. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. У групах підготовки до вищих досягнень забезпечується досягнення вихованцями високих спортивних результатів на всеукраїнських та міжнародних змаганнях, підготовка резерву, кандидатів та основного складу національної збірної команди України. Збереження та підтримання досягнутого рівня спортивної майстерності є головним завданням цього етапу. Передбачається жорстка індивідуалізація всіх сторін підготовки спортсмена; важливе місце посідають біологічні ритми активності (фізичної, психічної, інтелектуальної), що обумовлюють вплив на збереження спортивної працездатності. Єдність фізичного розвитку спортсмена та педагогічного тренувального процесу – головний принцип побудови усієї багаторічної системи спортивної підготовки.

На сучасному етапі конкуренції на змаганнях переваги мають спортсмени з високим рівнем техніко-тактичної, фізичної та психологічної підготовленості.

До більшості концепцій удосконалення підготовки у спорті входить розробка і використання методів діагностики психофізичних здібностей, заснованих на модельних характеристиках найкращих спортсменів. Аналіз науково-методичної літератури й узагальнення передового тренерського досвіду демонструють недостатню увагу фахівців до контролю та комплексної оцінки підготовленості кваліфікованих більярдистів до турнірів шляхом використання їхніх модельних техніко-тактичних та психофізіологічних характеристик.

Мета дослідження – визначення основних складових інтегральної підготовки кваліфікованих більярдистів до змагальної діяльності.

Завдань дослідження:

1. Здійснити аналіз даних науково-методичної літератури, що стосується компонентів інтегральної підготовленості кваліфікованих більярдистів.

2. Визначити чинники психофізіологічної та техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих більярдистів.

3. Визначити основні складові інтегральної підготовки кваліфікованих більярдистів до змагань.

Методи та організація дослідження: огляд, аналіз, систематизація та узагальнення спеціальної науково-методичної літератури, метод експертних оцінок та математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Сучасна змагальна діяльність кваліфікованих спортсменів у спортивних іграх дуже інтенсивна. Висока інтенсивність та великий обсяг змагальної діяльності у сучасних

майстрів обумовлені не тільки необхідністю успішного виступу у різноманітних змаганнях, котрі є потужним засобом стимулювання адаптаційних реакцій, інтегральної підготовки, виступають як фактор об'єднання в єдину систему техніко-тактичних, психічних і фізичних передумов, особистісних якостей і здібностей спортсмена, метою якої є запланований результат [3]. Отже, однією з найважливіших і складних частин навчального і тренувального процесу мають бути змагання.

Підготовка до змагань складається з вивчення умов участі команди; встановлення раціонального режиму тренувань; визначення системи підготовки до матчів з головним суперником; уточнення способів підготовки спортсмена до окремих матчів з конкретним суперником (наприклад, моделювання гри з окремими гравцями). Вивчаючи умови участі у змаганнях, тренер знайомиться з положенням, календарем ігор (їх режимами і послідовністю проведення), з особливостями місць для змагань.

На основі отриманих даних тренер складає режим тренувань, відпочинку і харчування, приділяючи особливу увагу таким чинникам:

- створення оптимальних умов гравцям для відновлення сил перед наступним матчем і, особливо, перед іграми з основними суперниками;
- збереження та, по можливості, підвищення тренуваності гравців;
- забезпечення мобілізаційної готовності гравців до кожної зустрічі.

Особливо важливо встановити раціональний режим під час участі спортсменів у турнірах, в котрих інтервал між календарними іграми, за винятком вихідних днів, не перевищує однієї доби [3].

Завдання передзмагального етапу підготовки – завершення становлення спортивної форми і вдосконалення інтегральної підготовленості гравців. Співвідношення видів підготовки змінюється. Змагальну підготовку впроваджують у тренувальний процес [3].

На фізичну підготовку витрачається 20–25 % часу. Вона спрямована на збереження загальної тренуваності і підсилення її елементів, що найбільш тісно пов'язані з ростом спеціальної тренуваності.

Обсяг технічної підготовки – 30–35 %. Її головна спрямованість – удосконалення індивідуальної майстерності гравців. Тактичній, ігровій і спеціальній підготовці відводиться 45–50 % часу [3, 4].

У психологічній підготовці особливе значення має безпосереднє налаштування гравців на змагання і створення готовності до змагань, на максимальний прояв своїх можливостей [1, 5].

Динаміка навантажень характеризується зменшенням обсягу і подальшим збільшенням інтенсивності до рівня змагальної і навіть вище. Головна спрямованість – адаптація організму гравців до змагальних умов [3].

Інтегральна підготовка є частиною тренування, що відображає ігрову діяльність на змагальному рівні або наближеному до нього. Мета такої діяльності – вдосконалення усіх сторін підготовленості спортсмена відповідно до вимог більярду та об'єднання у єдине ціле усього того, що було набуто окремо у процесі підготовки.

Найбільш повне моделювання цілісних форм тактики, які будуть застосовуватися на даному турнірі, повинні забезпечуватися методикою тактичної підготовки на етапі безпосередньої підготовки до відповідальних змагань [3, 4].

Головним у досягненні найвищого рівня інтегральної підготовленості гравця (поряд з високими вимогами до різних її сторін) є шлях, що полягає у систематичній його участі у змаганнях різного характеру, тобто накопичення спортивно-змагальної практики, який становить практичний фундамент спортивної майстерності спортсмена. Спрямоване використання змагань із метою вдосконалення техніко-тактичної майстерності у змагальних умовах передбачає спеціальну організацію змагальної практики, зокрема:

- формування тактичних установок згідно з індивідуальними планами безпосередньої підготовки до змагань різних рангів, передбачених офіційним календарем;
- організація додаткових зустрічей (контрольних і товариських матчів, турнірних змагань тощо), що за логікою і терміном проведення відповідають складу учасників за загальним рівнем підготовленості;
- проведення тренувальних змагань з тактичною спрямованістю, які разом з підготовчими, контрольними та офіційними за обсягом і якістю повинні становити взаємопов'язані ланки змагальної практики [3].

Управління в процесі спортивної підготовки слід розуміти як одну з найважливіших функцій, що забезпечує підтримання оптимальної структури, реалізацію програм і цілей [3].

Основоположними аспектами управління процесом спортивної підготовки служать різноманітні і постійно змінювані можливості кваліфікованого більярдиста, зміни в той чи інший бік стану його функціональних систем, дані яких надходять від більярдиста за допомогою зворотних зв'язків чотирьох типів:

- дані про стан більярдиста (фізичний та емоціональний);
- дані про поведінку більярдиста (обсяг тренувальної роботи, її виконання, помилки тощо);
- дані термінового тренувального ефекту (величина і характер змін у функціональному стані, викликаних тренувальним навантаженням);
- дані відставленого і кумулятивного тренувального ефекту (зміни у стані тренуваності і підготовленості більярдиста) [2, 4, 5].

Об'єктом управління в спортивній підготовці є поведінка, позиція спортсмена і його стан, що є наслідком застосування всього комплексу впливів у системі спортивної підготовки. Метою управління процесом спортивної підготовки є підвищення ефективності процесу тренування, раціональне покращення стану тренуваності і підготовленості, що допомагає досягненню найвищих спортивних результатів [2, 3].

Певна річ, психічний стан більярдиста перед і під час турніру деякою мірою визначає фактори як успіху, так і поразки. Сучасна спортивна наука дає можливість встановлювати залежність між результативністю і надійністю

змагальної діяльності більярдиста та його психічним станом, що виникає у спортсмена перед або під час проведення змагань.

Зазвичай, за однакового рівня розвитку фізичних та техніко-тактичних можливостей більярдистів передує той, хто краще уміє контролювати свій психічний стан, має здатність до самоконтролю й саморегуляції та психорегуляції, хто морально та емоціонально стійкіший до впливу різних стрес-факторів.

Виникнення психічного стану стресу пов'язане з причинами об'єктивного й суб'єктивного характеру, що є звичайним явищем у спорті. Суб'єктивними причинами можуть бути: турнірні зустрічі, що незабаром відбудуться, недостатній стан підготовленості спортсмена-більярдиста, відчуття відповідальності за кожну зустріч, невпевненість в успіху свого виступу, незадовільне самопочуття, холеричний склад темпераменту, індивідуально-психологічні особливості особистості, попередні досягнення та виступи у змаганнях, ставлення до поразок. Об'єктивними причинами можуть бути: краща підготовленість суперників, рівень організації турнірів, необ'єктивність прийняття рішень судьями, зайва увага тренера до недоліків у змагальній діяльності більярдиста або відсутність його на турнірі, недосконала організація передзмагальної підготовки.

Перед початком зустрічі більярдист входить у певний психічний стан, що проявляється передчуттям, розумінням себе і своєї впевненості, здатністю до контролю психічних процесів прийому та переробки вхідної інформації. Психічний стан, що виникає у процесі тренувальної та змагальної діяльності більярдиста, може викликати різні зміни в організмі та неоднозначно впливати на його гомеостаз [2, 5]. Найбільш поширеними є такі психічні стани:

- страху – може виникнути, коли необхідно виконати небезпечні технічні прийоми (вірогідність травмуватися) та безпосередньо у змаганні проти сильного суперника;
- тривожності – обумовлюється невпевненість в успішності виступу;
- монотонії – «перегорання», відсутність бажання до тренувань, перевтома, розсіяна увага, відчуття байдужості, сонливість;
- психічного перенасичення – виникає як наслідок стану монотонії;
- стресу – з'являється внаслідок важкої ситуації, пов'язаний з амбіціозним ставленням до виконуваної діяльності й супроводжується позитивним впливом на неспецифічні вегетативні й емоційні зміни, пробуджує відчуття відповідальності;
- непевності в успішному виступі – виникає в результаті оцінки більярдистом розвитку подій на турнірі в подальшому [2, 5];
- фрустрації – якому притаманні переживання в ситуації невідповідності бажань наявним можливостям (невідповідність наявної ситуації попередньому задуму) (Н.Д. Левітів, 1967). Г. Сельє назвав фрустрацію «стресом надії, що звалилася».

Висновки.

Ефективність змагального та тренувального процесу в більярді в більшості випадків пов'язана з роботою аналізаторів, рухливістю нервових процесів, що забезпечують диференціацію рухів у часі й просторі. У процесі контролю використовується широкий спектр показників, що характеризують точність відтворення кінетичних і динамічних параметрів рухів, здатність до переробки інформації й своєчасного прийняття рішення, координаційні здібності.

Контроль психічної підготовленості оцінюється особистісними та морально-вольовими якостями, що мають забезпечувати високі спортивні результати; стабільністю виступу на турнірах за участю висококваліфікованих більярдистів; здатністю демонструвати найвищі результати на головних змаганнях; обсягом і концентрацією уваги, що обумовлені специфікою виду спорту у притаманних йому змагальних ситуаціях; спроможністю контролювати рівень психічного збудження перед і в ході турніру; рівнем сприйняття параметрів рухів (кінестетика, візуальне сприйняття), здатністю психіки спортсмена регулювати м'язову координацію, рівнем сприйняття і швидкістю переробки інформації; спроможністю до аналізаторної діяльності, взаємодією сенсорних (чуттєвих) і моторних (рухливих) компонентів психічної діяльності, здатністю передбачати подальший розвиток подій (антиципація у просторі й часі), вмінням приймати рішення на випередження за умов дефіциту часу тощо.

Література.

1. Баев С. Ю. Психология бильярда / С. Ю. Баев. - Ришон ле-Цион : МЕДИАЛЛ, 2013. – 112 с.
2. Захарьева Н. Н. Влияние предстартовых состояний на спортивную результативность бильярдистов / Н. Н. Захарьева, Г. В. Барчукова // Теория и практика физической культуры. – 2013. - № 12. – С. 72-74.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения./ В. Н. Платонов - К.: Олимп. лит., 2014. – 624 с.
4. Теорія та методика викладання обраного виду спорту (більярд) : програма нормативної навчальної дисципліни підготовки бакалаврів, напрям підготовки : 6.010202 Спорт / укл. В. О. Нагорна; – К. 2012. – 20 с.
5. Щелинская Я. Э. Контроль психофизиологического состояния спортсменов в бильярдном спорте / Я. Э. Щелинская, В. О. Нагорная // Спорт та сучасне суспільство : збірн. наук. праць молодих учених та матеріалів VI Відкритої студентської конференції 21 лютого 2013р. – К. 2013. – С. 174-177.

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ З ВЕСЛУВАННЯ НА ЧОВНАХ «ДРАКОН»

Серебрянська Діана

Науковий керівник – Долбишева Н. Г., к. фіз. вих., доцент

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту, Дніпро,
Україна

Актуальність. На сьогоднішній день такий вид спорту, як веслування на човнах «Дракон», здійснив неймовірний крок від локального традиційного спорту в Азії до світового виду спорту, який здобуває все більшу популярність у різних країнах світу завдяки своїй видовищності й екзотичності, доступності для всіх вікових груп, а також як новий вид фізичної рекреації, корпоративного спорту та проведення дозвілля. Веслування на драгонботах входить до списку міжнародних видів спорту й отримало офіційне визнання як вид спорту в Україні (Наказ Міністерства молоді та спорту України від 07.02.2001 р. № 261) [5].

Драгонбот (від англ. dragon – дракон, boat – човен) – це велике каное з головою дракона на носі та хвостом на кормі, яке може вміщати від 8 до 50 веслярів і навіть більше, а також барабанщика та стернового. На сьогодні цей вид спорту в Україні популяризують близько 20 клубів, що беруть участь в українських і міжнародних змаганнях з 2005 р. за двома версіями: IDBF (Міжнародної федерації драгонботу) і ICF (Міжнародної федерації каное) [1].

Спортсмени з України є одними з найсильніших конкурентів серед європейських команд у цьому виді спорту, про що свідчить здобуте ними перше місце у неофіційному медальному заліку на Чемпіонаті Європи 2016 р. за версією EDBF (Європейської федерації драгонботу), який відбувся у Римі (Італія) [2].

Хоча веслування на човнах «Дракон» набуває все більшого поширення, а у 2009 р. було включено до програми показових видів спорту на VIII Всесвітніх іграх у м. Гаосюн, однак у відкритому доступі обмаль відомостей про етапи розвитку і становлення цього виду спорту. А літературні джерела та науково-методичні посібники з цього питання в Україні майже відсутні. На основі аналізу та узагальнення даних виявлено необхідність удосконалення нормативно-правової бази, яка регламентує участь спортсменів у всеукраїнських і регіональних змаганнях з драгонботу.

Мета дослідження – дослідити особливості організації проведення регіональних змагань, кубків і чемпіонатів України, а також відбіркових змагань для участі у міжнародних регатах, чемпіонатах Європи та світу.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати історію розвитку і правила проведення змагань на човнах «Дракон» під егідою двох конкуруючих федерацій (ICF та IDBF).
2. Виявити особливості проведення змагань на українських регатах з драгонботу.

Методи та організація дослідження: аналіз науково-методичної та спортивної літератури, даних мережі Інтернет, нормативних документів; синтез, порівняння й аналогії.

Результати дослідження та їх обговорення. Історія розвитку веслування на човнах «дракон» бере свій початок близько 2000 р. тому у Китаї, де дракон мав символічне значення. У стародавньому Китаї човни «Дракони» використовувалися з релігійною метою для задобрювання богів дощу, з тих часів перегони на них стали однією з основних частин китайської культури, символізуючи патріотизм і цілісність народу. У 1976 р. у Гонконзі вперше відбулися Міжнародні змагання, які перетворилися на щорічний фестиваль, який був неофіційним чемпіонатом світу серед клубних екіпажів.

У 1991 р. було сформовано Міжнародну федерацію драгонботу (IDBF). Оскільки техніка веслування на «Драконах» дуже подібна до техніки веслування у каное, то Міжнародна федерація каное (ICF) з 2002 р. також почала проводити змагання на драгонботах під своєю егідою.

Правила міжнародних змагань, які проводяться обома федераціями, мають деякі спільні риси і деякі розбіжності.

Офіційні змагання проводяться у двох типах човнів:

- Д-22 – «Дракон»–стандартний (20 веслярів, 1 барабанщик, 1 стерновий);
- Д-12 – «Дракон»–юніор (10 веслярів, 1 барабанщик, 1 стерновий).

Кількість спортсменів у Д-22 не може бути меншою ніж 18 осіб, крім стернового і барабанщика. Кількість спортсменів у Д-12 не може бути меншою ніж 8 осіб, крім стернового і барабанщика.

Категорії екіпажів:

- відкрита категорія (Open): беруть участь спортсмени без обмеження статі;
- жіноча категорія (Woman): всі члени екіпажу, включаючи стернового та барабанщика, – жінки.
- змішана категорія (Mixed): беруть участь чоловіки та жінки за умови, що кількість спортсменів однієї статі має бути не меншою, ніж 8 осіб в Д-22 і 4 особи – в Д-12.

Змагання за версією ICF проводяться на таких дистанціях: 200 або 250 м, 500 м та 2000 м. За версією IDBF, окрім зазначених вище дистанцій, спортсмени також можуть виступати на дистанції 1000 м, які обов'язково повинні проходити в одному напрямку без поворотів із загального старту. На дистанції у 2000 м відбувається гонка-переслідування, тобто спортсмени стартують один за одним через рівний проміжок часу, з трьома поворотами через кожні 500 м (у два кола).

Відповідно правил ICF веслярі повинні стартувати по 6 доріжках, кожна з яких має від 13,5 до 15 м завширшки. Правила IDBF передбачають такі самі доріжки для чемпіонатів світу, однак у кубках світу та міжнародних регатах допускається наявність одразу 9 доріжок по 10 м завширшки, а для інших регат – щонайменше 3 доріжки від 9 м завширшки [3, 4].

У кожному з трьох класів учасники поділяються на вікові групи. Вікові групи за правилами ICF представлено у таблиці 1, а IDBF – у таблиці 2.

Таблиця 1

**Вікові категорії веслярів за версією
Міжнародної федерації каное ICF**

Відкрита	Juniors 15–18 (юніори 15–18 років)	Seniors (основна відкрита вікова категорія)	Masters 40+ (ветерани, старші 40 років)	Masters 50+ (ветерани, старші 50 років)
Жіноча	Juniors 15–18 (юніори 15–18 років)	Seniors (основна відкрита вікова категорія)	Masters 40+ (ветерани, старші 40 років)	Masters 50+ (ветерани, старші 50 років)
Змішана	Juniors 15–18 (юніори 15–18 років)	Seniors (основна відкрита вікова категорія)	Masters 40+ (ветерани, старші 40 років)	Masters 50+ (ветерани, старші 50 років)

Таблиця 2

**Вікові категорії веслярів за версією
Міжнародної федерації драгонботу IDBF**

Відкрита	Juniors C (юніори 12–14 років)	Juniors B (юніори 12–16 років)	Juniors A (юніор и 12–18 років)	U24 (молод ь до 24 років)	Premier (основна відкрита вікова категорія)	Seniors A (ветерани , старші 40 років)	Seniors B (ветерани , старші 50 років)	Seniors C (ветерани , старші 60 років)
Жіноча	Juniors C (юніори 12–14 років)	Juniors B (юніори 12–16 років)	Juniors A (юніор и 12–18 років)	U24 (молод ь до 24 років)	Premier (основна відкрита вікова категорія)	Seniors A (ветерани , старші 40 років)	Seniors B (ветерани , старші 50 років)	Seniors C (ветерани , старші 60 років)
Змішана	Juniors C (юніори 12–14 років)	Juniors B (юніори 12–16 років)	Juniors A (юніор и 12–18 років)	U24 (молод ь до 24 років)	Premier (основна відкрита вікова категорія)	Seniors A (ветерани , старші 40 років)	Seniors B (ветерани , старші 50 років)	Seniors C (ветерани , старші 60 років)

Слід зазначити, що для барабанщика та стернового віковий ценз не встановлюється.

Чемпіонати світу за версіями обох федерацій ICF та IDBF проходять щорічно, але в такій послідовності: один рік – чемпіонат серед національних команд, наступного року – чемпіонат серед клубних команд. За такою ж схемою щороку проходять і чемпіонати Європи, організовані Європейською федерацією драгонботу (EDBF), правила змагань якої підпорядковуються IDBF.

Човни «Дракон» обов'язково повинні мати такі атрибути: голова дракона на носі човна та хвіст дракона – на кормі. Правилами змагань з драгонботу, як і у веслуванні на байдарках та каное, регламентуються максимальна довжина човна і його мінімальна маса, але у «Драконах» ще враховується мінімальна ширина та мінімальна висота. Заборонено мати будь-які електричні та

електронні пристрої у човні, які дають перевагу над іншими спортсменами, але якщо у байдарках та каное при проходженні дистанції, довшої за 10000 м, дозволено мати закріплену механічну помпу, то у драгонботі категорично забороняється її застосування [3, 4].

Аналізуючи правила проведення міжнародних змагань і співвідносячи їх з українськими змаганнями, можна зробити висновок, що у нас не завжди дотримуються визнаних правил. По-перше, наявна невідповідність розмітки дистанції до міжнародних стандартів (ширина доріжок менша). По-друге, чемпіонати України в різні роки можуть проводитися за версіями різних федерацій. По-третє, відсутні чітко прописані правила стосовно вікових груп учасників. Переглянувши технічні результати українських змагань за останні роки (які, до речі, було дуже важко знайти), ми виявили, що у національних першостях не проводяться перегони на дистанції 1000 м, хоча на міжнародних стартах наші спортсмени беруть участь у змаганнях і на цій дистанції [5].

Висновки.

Змагання з веслування на човнах «Дракон» є видовищним і дуже яскравим дійством, викликають неабиякий інтерес вболівальників і самих спортсменів, а сам вид спорту – доволі самотутній та має традиції, які сягають своїм корінням у давнину. Правила змагань мають свої особливості та відмінності від правил змагань в інших веслувальних видах спорту. Оскільки веслування на човнах «Дракон» є доволі молодим видом спорту, правила змагань у міжнародних федераціях кожні 4 роки дороблюються й удосконалюються. Наявна необхідність чітко відстежувати, систематизувати та вносити корективи до правил змагань в Україні.

Вивчаючи матеріали за тематикою цієї роботи, ми зіткнулися з такою проблемою: в Україні немає оформлених належним чином сайтів, відсутнє заповнення їх статтями на задану тематику, дуже важко знайти звітну документацію по проведенню змагань у загальному доступі, що заважає проаналізувати та виправити помилки в організації проведення змагань, яка на даний момент перебуває на невисокому рівні.

Література.

1. Булгакова Н. Ж. Водные виды спорта: Учебник для студентов высших учебных заведений / Н. Ж. Булгакова. – М : Академия, 2003. – 316 с.
2. Єременко Н. П. Характеристика веслування на човнах «Дракон» як одного із засобів фізичної рекреації [Електронний ресурс] / Н. П. Єременко // Науковий часопис [Націон. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова]. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – 2014. – Вип. 1. – С. 40–46. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2014_1_8
3. International Canoe Federation [Електронний ресурс] // Режим доступу : <http://www.canoeicf.com/>
4. International Dragon Boat Federation [Електронний ресурс] // Режим доступу : <http://www.idbf.org/>
5. Ukrainian Dragon Boat Federation [Електронний ресурс] // Режим доступу : <http://udbf.org/>

ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ МАРКЕТИНГОВОЮ ДІЯЛЬНІСТЮ НЕОЛІМПІЙСЬКОГО СПОРТУ

Середа Н. В., к. фіз. вих., доцент

Харківська державна академія фізичної культури, Харків, Україна

Актуальність. Управління маркетинговою діяльністю представляє собою складне організаційне і соціально-економічне явище. Це довгостроковий процес, що має враховувати можливу зміну маркетингового середовища неолімпійського спорту, появу новітніх закономірностей, принципів і методів, які складають ефективний комплекс маркетингових заходів. Управління маркетинговою діяльністю неолімпійського спорту включає отримання актуальної інформації про стан змін ринкової кон'юнктури, потреб потенційного та наявного споживача, тенденції розвитку макро- та мікросередовища. Отримання даної інформації становить основу для побудови ефективної маркетингової стратегії розвитку неолімпійського спорту, але реалізація запланованих стратегічних заходів передбачає використання відповідного управління маркетинговою діяльністю неолімпійського спорту.

Мета дослідження – охарактеризувати особливості управління маркетинговою діяльністю неолімпійського спорту.

Завдання дослідження:

1. Визначити компоненти маркетингової діяльності неолімпійського спорту.
2. Обґрунтувати організаційну модель управління маркетинговою діяльністю неолімпійського спорту.

Методи та організація дослідження: аналіз літературних джерел та документів, анкетування, системний підхід, організаційне моделювання, методи математичної статистики. Дослідження проводилося в регіональних органах управління у сфері фізичної культури і спорту. Респондентами виступали директори та їх заступники, провідні фахівці.

Результати дослідження та їх обговорення. Маркетингова діяльність є об'єктивною необхідністю для орієнтації в сфері фізичної культури і спорту, врахування ринкового попиту, потреб і вимог споживачів. Вона спрямована на визначення конкретних цілей і шляхів їх досягнення. У сучасному світі послуги фізкультурно-спортивних організацій, повинні мати попит і приносити прибуток. Концепція надання фізкультурно-спортивних послуг починається зі споживання та знайшла своє втілення в маркетингу. Маркетинг як теорія, спосіб мислення потребує уважного наукового вивчення і реалістичного підходу [4].

На наш погляд, необхідно чітко сформулювати принципи, методи, етапи, підходи до організації та функції управління маркетинговою діяльністю туристичного підприємства, що, по суті, є складовими елементами системи. Розроблена модель передбачає взаємозв'язки та розкриває механізм впровадження маркетингу в діяльність ФСО з неолімпійських видів спорту на трьох рівнях: макро-, мезо- та мікросередовище (рис. 1.).

Призначення макросередовища (державний рівень) розкриває сукупність чинників більш широкого порядку, які опосередковано впливають на маркетинг ФСО. До макросередовища відносяться: загальний рівень соціально-економічного розвитку регіону; демографічний рівень регіону; природні та кліматичні умови; рівень розвитку науково-технічного прогресу; культурно-історичне середовище; політико-правове середовище [2, 3, 6].

Мезосередовище (регіональний рівень) складається з різних груп громадськості, що пов'язані з неолімпійськими видами спорту, або виявляють цікавість до діяльності та можуть вплинути на її успішність. Виділяють такі групи мезосередовища: обласні, міські та районні органи управління фізичною культурою і спортом, державні установи; громадські органи управління; фізкультурно-спортивні товариства; засоби масової інформації; вищі навчальні заклади фізкультурного профілю.

Мікросередовище (внутрішній рівень) характеризується внутрішнім середовищем ФСО, від стану якого безпосередньо залежить сталість функціонування та розвиток.

На державному рівні модель передбачає роботу за трьома напрямками: удосконалення нормативно-правової бази; дослідження ринку фізкультурно-спортивних послуг; моніторинг кадрового забезпечення неолімпійського спорту. Потреба в розширенні нормативно-правової бази діяльності спортивних шкіл обумовлена низьким рівнем законодавчої бази. У рамках наведеної моделі вирішення цієї проблеми передбачає необхідність розробки державної програми стратегічного розвитку неолімпійських видів спорту. При дослідженні ринку фізкультурно-спортивних послуг центральний виконавчий орган влади в сфері фізичної культури і спорту вирішує такі завдання: дослідження впливу факторів демографічного та соціально-економічного значення; визначення пріоритетних на перспективних неолімпійських видів спорту. Останній напрям роботи на державному рівні – моніторинг кадрового забезпечення діяльності ФСО у яких культивуються неолімпійські види спорту. Він передбачає обґрунтування доцільності впровадження посади «спортивний маркетинголог» та надання державного замовлення на підготовку таких спеціалістів.

Основні проблеми планування пов'язані з формуванням цілей, структури окремих планів, характеру їх взаємозв'язку, оцінкою вихідних даних, необхідних для планування і визначення загальної організації процесу і рамок планування. Ефективність управління маркетинговою діяльністю неолімпійських видів спорту залежить від розробки його допоміжних систем: маркетингової інформаційної системи, системи організації маркетингу та його контролю. Водночас зазначимо, що практичній реалізації концепції маркетингу у неолімпійському спорті України перешкоджає відсутність досвіду комплексного використання маркетингових інструментів, ігнорування ролі маркетингу в діяльності спортивної організації, недостатність висококваліфікованих кадрів, постійні зміни в ринковій кон'юктурі, низька інформативність щодо прийняття маркетингових рішень, однобічне сприйняття маркетингу як концепції [2].

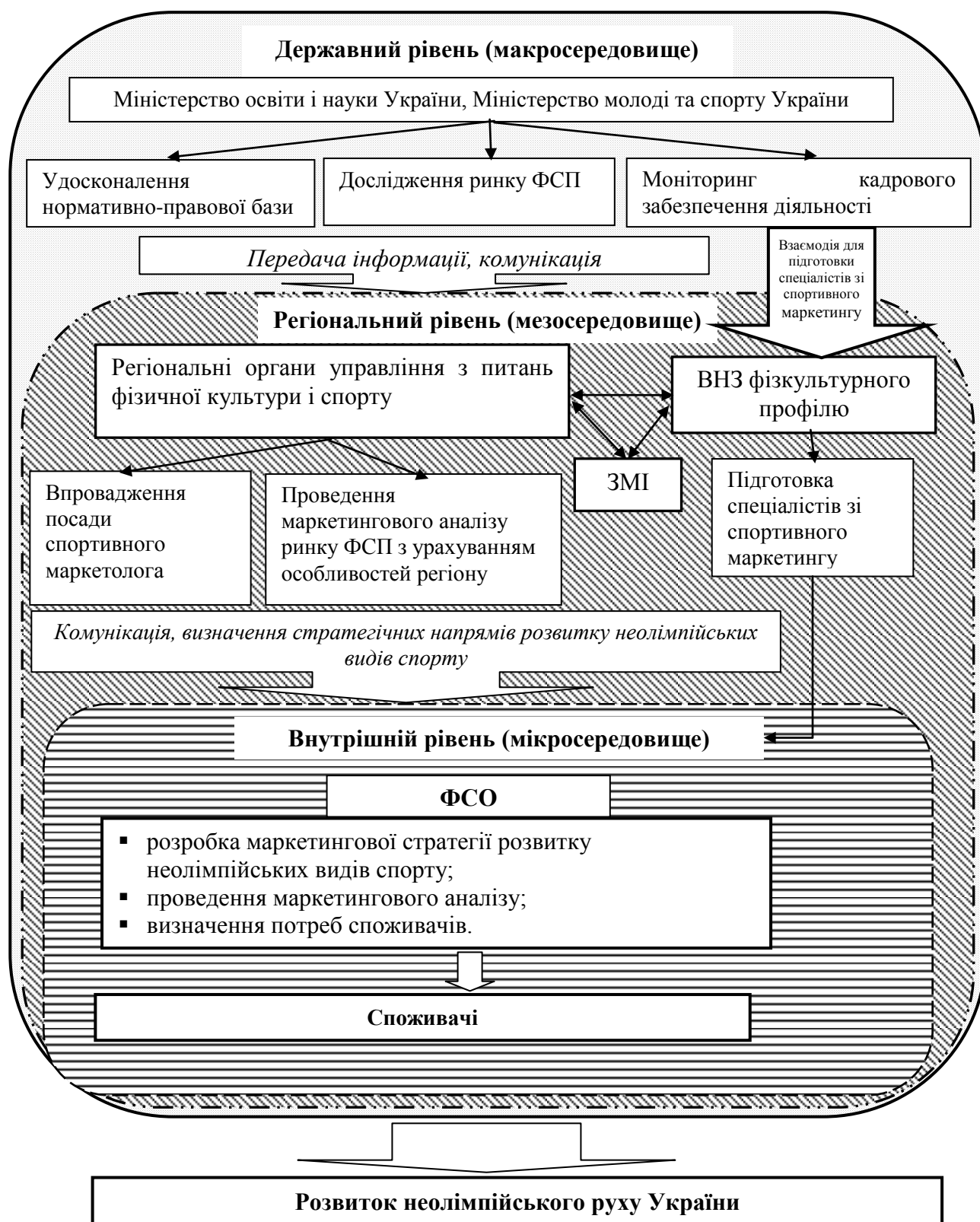


Рисунок 1. Організаційно-управлінська модель використання маркетингу в розвитку неолімпійських видів спорту

Однією з основних умов ефективної реалізації маркетингової діяльності в неолімпійському спорті є організація служби маркетингу. В маркетингово-

орієнтованій організації всі структури, що прямо чи опосередковано займаються управлінням маркетингом мають бути націлені на споживача і працювати спільно на забезпечення його потреб. Від правильного вибору організаційної структури служби маркетингу залежить ефективність роботи організації, досягнення намічених стратегічних і тактичних цілей. Організація маркетингу повинна передбачати побудову організаційної структури управління маркетингом; забезпечення ефективних взаємовідносин з іншими підрозділами фізкультурно-спортивної організації; підбір спеціалістів з маркетингу відповідної кваліфікації та створення умов для їх ефективної роботи; розподіл завдань, прав і відповідальності серед працівників маркетингових служб [6].

Висновки.

Однією з основних умов ефективної реалізації маркетингової діяльності в неолімпійському спорті є організація служби маркетингу. У маркетингово орієнтованій фізкультурно-спортивній організації всі структури, що прямо чи опосередковано займаються управлінням маркетингом, мають бути націлені на клієнта і працювати спільно на забезпечення його потреб. Від правильного вибору організаційної структури служби маркетингу залежить ефективність роботи організації, досягнення намічених стратегічних і тактичних цілей.

Література.

1. Долбишева Н. Г. Ієрархія управління неолімпійського спорту в Україні / Н. Г. Долбишева // Теорія і практика фіз. виховання. – 2012. – С. 393–400.
2. Имас Е. В. Маркетинг в спорте: теория и практика: монография / Е. В. Имас, Ю. П. Мичуда, Е. В. Ярмолюк. – К.: НУФВСУ, изд-во «Олимп. лит.», 2015. – 228 с.
3. Неолімпійський спорт: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фізичного виховання і спорту / [Є. В. Имас, С. Ф. Матвеев, О. В. Борисова та ін.]. – К.: НУФВСУ, вид-во «Олимп. лит.», 2015. – 184 с.
4. Попов О.В. Комплексний маркетинг сфери фізичної культури та спорту в умовах європейської інтеграції регіонального центру рівня / О. В. Попов // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн.]. – Харків: ХДАФК, 2013. – № 5 (38). – С. 196–199.
5. Серєда Н. В. Особливості маркетингової стратегії фізкультурно-спортивних організацій з неолімпійських видів спорту / Н. В. Серєда // Фізична культура, спорт та здоров'я : Матеріали XIV Міжнар. науково-практ. конф., (Харків, 10–12 грудня 2014 р.) [Електронний ресурс]. – Харків : ХДАФК, 2014. – С. 257–259. – Режим доступу: http://hdafk.kharkov.ua/docs/konferences/konf_10_12_2014.pdf.
6. Чаплінський Ю. Б. Модель управління маркетинговою діяльністю туристичного підприємства / Ю. Б. Чаплінський // Вісн. Чернів. торгівельно-екон. інст. – 2011. – Вип. 1(41). – С. 36-42.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ З ВЕЛОСИПЕДНОГО СПОРТУ

Фіщенко Людмила

Науковий керівник – Краснянський К. В., викладач

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Спорт – це змагання, що визначають систему організації, методики і підготовки спортсменів. Вони дозволяють оцінити дієвість організаційних і матеріально-технічних основ підготовки та відбору спортсменів, ефективність системи підготовки фахівців, результативність науково-методичного забезпечення тощо. Сьогодні велосипедний спорт існує в дисциплінах олімпійського та професійного спорту [1]. Їзда на велосипеді по рівній або пересіченій місцевості з подоланням підйомів і схилів різної крутизни і рельєфу залучає до роботи великі групи м'язів і позитивно впливає на розвиток і зміцнення основних функціональних систем організму, в першу чергу на серцево-судинну і нервову системи [2]. Таким чином, процес організації змагань з велоспорту є дуже складним і потребує продуманої і точної реалізації, його ефективність залежить від наявності наукових досліджень у цьому напрямі, що і обумовлює актуальність наших досліджень.

Мета дослідження - аналіз елементів проведення змагань у велоспорті.

Завдання дослідження:

1. Визначити основні елементи організації змагань із велоспорту.
2. Виділити особливості проведення змагань.

Методи та організація дослідження: вивчення та аналіз літературних, документальних матеріалів та інформації мережі Інтернет, синтез і узагальнення, порівняння та аналогії.

Результати дослідження та їх обговорення. Успіх проведення змагань з велоспорту значною мірою залежить від організаційної роботи. Фактично вона починається з опублікування положення про змагання. З цього часу ведеться підготовка учасників у спортивних організаціях; навчально-тренувальна робота планується з урахуванням терміну та програми змагань, комплектується і планується команда.

Відповідальні особи, які здійснюють організацію і проведення змагання, розробляють детальний план роботи [3].

Опанування знань з організації та проведення спортивних змагань є важливим елементом сучасної освіти для спортивних менеджерів та інших спеціалістів у сфері фізичної культури та спорту.

Організація змагань – дуже складний процес який, на думку Е.В. Зуева, включає шість основних елементів (рис. 1), що характерно і для змагань у велоспорті.

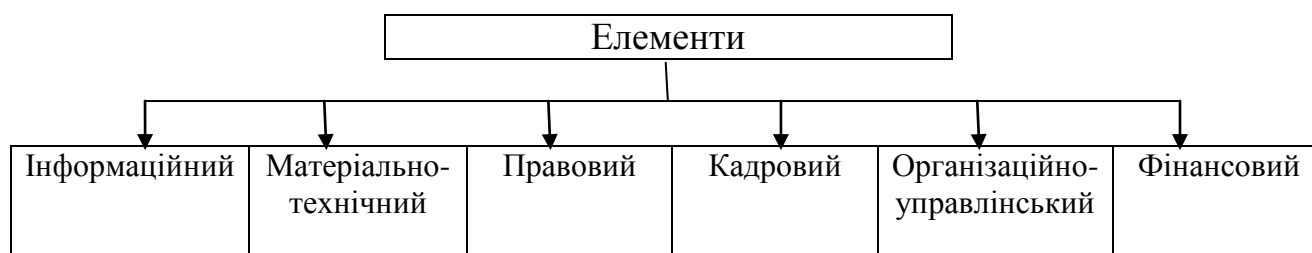


Рисунок 1. Елементи процесу організації змагань

Інформаційний елемент представляє інформацію про використання сучасних інформаційних систем у період проведення та завершення спортивних змагань. У рамках кожного періоду організації спортивного змагання висуваються свої цілі й завдання, розробляються плани їх досягнення, створюються органи управління, які реалізують необхідні документи. Для кожного періоду потрібна певна інформація, існують різні групи споживачів, які потребують цієї інформації (табл. 1).

Наведений перелік не вичерпує всі можливі компоненти інформаційного забезпечення змагань, але дає змогу принципово описати найбільш істотні інформаційні механізми [5].

Організація матеріально-технічного постачання впливає на безперебійність, ритмічність і ефективність проведення змагань з велосипедного спорту. Суддівський інвентар слід починати завчасно готувати, оскільки частину його доводиться робити самостійно [6].

Нестабільність економіки країни минулих років показала недосконалість нормативно-правових засад у спортивній сфері [7]. За останні роки в Україні прийнято і реалізуються закони, а також додатки до них, інші нормативні документи, які формують правову базу галузі.

Як відомо, нормативні правові документи з управління в спорті поділяються на законодавчі та підзаконні акти [8]. За юридичною силою вони не мають рівної дії і однакової сили, тому що сформовані не одним, а цілою системою органів управління. Закони вищого органу державної влади регулюють найбільш важливі відносини у сфері фізичної культури і спорту і володіють основоположними нормативними функціями і юридичними основами по відношенню до інших нормативно-правових актів.

Виходячи з правового устрою країни, органи державної влади в межах своєї компетенції приймають свої законодавчі та нормативно-правові акти, що мають статус правового регулювання змагальної діяльності та забезпечують їх виконання в своїх регіонах.

Система кадрового забезпечення проведення змагань включає підвищення кваліфікації тренерів і лікарів, залучених до підготовки спортсменів України з велоспорту, має бути гнучкою й мобільною під час навчальних занять, супроводжуватися сучасними технологіями та підходами. В умовах обмеженого бюджету вільного часу тренерського складу команд України найбільш оптимальною може бути багаторівнева система підвищення кваліфікації, яка складається з трьох підсистем: постійне самовдосконалення,

участь в організованих формах підвищення кваліфікації (курси та стажування), аналітична й науково-практична діяльність [9].

Таблиця 1

Інформація, яка необхідна на етапі проведення та завершення спортивних змагань

Етап змагання	Зміст інформації
Початок проведення	<ul style="list-style-type: none"> - на сайті: про хід змагання (відображає хід і результати спортивного змагання в режимі реального часу); - для тренерів: включає програму змагань на кожен день, необхідні відомості про спортивні споруди, технічні результати змагань; - для глядачів: програма змагань, технічні результати змагань, час і місце проведення церемонії нагородження; - для ЗМІ: технічні результати змагань, час і місце проведення церемонії нагородження, прес-конференцій, протоколи змагань тощо; - для рекламодавців: (місце, час і порядок розміщення реклами безпосередньо на спортивній споруді та на її території, інші інформаційні матеріали)
Завершення	<ul style="list-style-type: none"> - на сайті: про результати змагання – технічні результати змагань, інформація про учасників змагання, переможців, календар найближчих змагань; - для ЗМІ: підсумкові протоколи змагань, інформація про заключні прес- конференції; - підсумкова інформація: для учасників змагань, керівників команд, тренерів – підсумкові протоколи; - для спонсорів: звіт про змагання, фінансовий звіт, листи подяки; - для вищестоящої федерації: звітні дані про проведення спортивного змагання; - провідної організації: звіти про проведення змагання: загальний і фінансовий звіти

Нові тенденції в освіті, нові методи та технології, які забезпечують досягнення професійної майстерності тренерів і лікарів мають застосовуватися під час планування навчально-розпорядчої документації та в змісті курсів.

Складність організаційно-управлінських аспектів розвитку велоспорту в Україні полягає в тому, що поряд зі зростанням значущості ефективного управління ця проблема продовжує бути однією з найменш вивчених, оскільки основну увагу фахівці приділяли й приділяють проблемі системи підготовки спортсменів [10].

Висновки.

Організація змагань має свої певні особливості оскільки це дуже складний процес, що включає шість основних елементів (інформаційний, матеріально-технічний, правовий, кадровий, організаційно-управлінський, фінансовий). Інформатизація сучасного спорту і змагальна діяльність спортсменів характеризуються впровадженням і масовим поширенням інформаційних та телекомунікаційних технологій. Організація матеріально-технічного постачання впливає на безперебійність, ритмічність і ефективність проведення змагань з велосипедного спорту. За своєю юридичною силою законодавчі та нормативно-правові акти у спортивній галузі не мають рівної дії і однакової сили, тому що сформовані не одним, а цілою системою органів управління. Закони України, додатки до них та інші нормативні документи формують правову базу галузі фізкультури та спорту. Система кадрового забезпечення проведення змагань включає підвищення кваліфікації тренерів і лікарів, залучених до підготовки спортсменів України. Організаційно-управлінські аспекти розвитку велоспорту в Україні є найменш вивченими. Фінансове забезпечення змагань не є завжди досконалим.

Література.

1. Бакалов В. П. Дистанционное обучение : концепция, содержание, управление : учеб. пособие / Бакалов В. П. – М. : Горячая линия – Телеком, 2006. – 107 с.
2. Гуськов С. И. Профессиональный спорт / С. И. Гуськов, Б. Н. Юшко, М. М. Линец, В. Н. Платонов. – Киев: Олимп. лит., 2000. – 391 с.
3. Железняк Ю. Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности у физической культуре і спорту: Учеб. посібник. - М.: Видавничий центр «Академія», 2002.
4. Крапотин А. А. Совершенствование системы повышения квалификации кадров в сфере физической культуры и спорта / А. А. Крапотин // Олімпійський спорт і спорт для всіх. – К. : Олімп. л-ра, 2005. – С. 909
5. Незвецкий Р. Ф. Проблемы и перспективы организации информационного обеспечения спортивных мероприятий / Р. Ф. Незвецкий // Семинар “Спортивная информация как средство общеевропейской интеграции”. – М. : Рос. гос. акад. физ. культуры (РГАФК), 1999.
6. Уловістова Н.В. Нормативно-правове регулювання у сфері фізичної культури і спорту. - М., 2003
7. Филиппов С. С. Информационное обеспечение управления спортивным соревнованием / С. С. Филиппов, В. В. Ермилова // Журнал “Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта”. – 2009. – 2 (48). – С. 83–87
8. Филиппов, С. С. Спортивная федерация: управление, информация: монография / С.С. Филиппов, В.В. Ермилова. – СПб.: Изд-во Политех. ун-та, 2008. – 172 с.

9. Шкретій Ю. М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу / Шкретій Ю. М. – К. : Олімп. л-ра, 2006. – 257 с.

РОЗВИТОК СУДНОМОДЕЛЬНОГО СПОРТУ ЯК ТЕХНІЧНОГО СПОРТУ В СВІТІ ТА УКРАЇНІ

Шитікова Єлизавета

Науковий керівник – Маринич В. Л., к. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. У сучасних умовах розвитку суспільства спорт розглядається як фактор, що сприяє зміцненню здоров'я, всебічному розвитку, формуванню соціально значущих якостей та дає можливості для досягнення високого результату, реалізації своїх можливостей та природних задатків [4].

На сьогодні у світі налічується близько 3500 видів рухової активності, значна частина яких має статус «вид спорту» [5]. В Україні наразі офіційно визнаними є 109 неолімпійських видів спорту. Серед них функціонує група спортивно-технічних, до яких відносять авіамоделльний, автомоделльний, ракетомоделльний, а також судномоделльний спорт.

Останніми роками судномоделльний спорт набирає більшої популярності, порівняно з 1950-ми роками. Його специфікою є сприяння розвитку технічного мислення молоді, виховання працелюбності, терпіння, цілеспрямованості, патріотизму.

Фахівцями проводились дослідження нормативно-правового та організаційно-управлінського забезпечення розвитку фізичної культури і спорту в Україні (В. П. Корж, Ю. О. Павленко, М. В. Дутчак, О. К. Артем'єв, В. П. Карленко, В. О. Дрюков, 2000–2016); теоретико-методологічних, організаційно-управлінських основ розвитку неолімпійського спорту в Україні (Є. В. Імас, 2015–2016; Н. Г. Путятіна, 2007; М. О. Олійник, 2000; С. Ф. Матвєєв, О. В. Борисова 2013), теоретико-методичних основ позашкільної освіти (О. В. Биковська, 2008–2016).

Однак досліджень, де розглядаються аспекти розвитку судномоделльного спорту в Україні проведено недостатньо. Актуальним є дослідження організаційно-методичного забезпечення судномоделльного спорту для його якіснішого розвитку в країні та залучення більшої кількості бажаючих ним займатися.

Мета дослідження – обґрунтування особливостей становлення судномоделльного спорту на міжнародному та національному рівнях.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати місце технічних видів спорту в системі неолімпійського спорту на міжнародній арені.
2. Охарактеризувати розвиток судномоделльного спорту на національному рівні.
3. Розглянути інформаційне, кадрове, нормативно-правове забезпечення судномоделльного спорту в Україні.

Методи та організація дослідження: аналіз науково-методичної літератури та нормативних документів, матеріалів мережі Інтернет, порівняння та зіставлення.

Результати дослідження та їх обговорення. В процесі дослідження з'ясовано, що неолімпійський спорт набув свого інтенсивного розвитку наприкінці ХХ ст. та має суттєвий вплив на міжнародний спортивний рух [5].

Сьогодні увага фахівців галузі фізичної культури і спорту все більше прикута до неолімпійських видів та до міжнародного спортивного руху [1]. За даними літературних джерел, неолімпійські види спорту користуються великою популярністю в багатьох країнах [3]. Серед технічних видів найбільше змагань проводиться з мото- та автоперегонів. Також досить популярними є види спорту, де результат визначається виглядом та поведінкою моделей реальних засобів пересування, у тому числі радіокерованих моделей: авіамоделльний, автомоделльний, ракетомодельний і судномодельний спорт.

Відповідно до класифікації видів спорту, котра об'єднує олімпійські та неолімпійські, до однієї з груп належать види спорту, засновані на порівнянні результатів техніко-конструкторської діяльності спортсмена (авіа-, авто-, судно-, ракетомодельний спорт).

Аналіз історичних даних показав, що поява нових технічних видів спорту, в тому числі судномодельного, пов'язана з розвитком техніки в середині ХІХ ст., вдосконаленням технічного забезпечення і спортивного обладнання. Почали створюватися федерації з технічних видів спорту та проводитися змагання на міжнародному рівні. Однією з перших виникла Міжнародна федерація автомобільного спорту, заснована в 1904 р., а вже в 1912 р. було створено і визнано Міжнародну федерацію мотоциклетного спорту.

Розвиток судномодельного спорту починається у ХХ ст. на базі експериментального судномодельювання, коли в окремих містах Європи (в тому числі і в Україні) відбувалися перші виставки настільних моделей кораблів. У першому Всесоюзному змаганні морських моделістів, що проходив у червні-липні 1940 р., брали участь 233 моделі. Друге Всесоюзне змагання судномоделістів мало відбутися влітку 1941 р., але тоді на заваді стала війна. Це були перші спроби перетворити судномоделізм у самостійний вид спорту. Становлення його мало певну хронологію (табл. 1).

Таблиця 1

Періоди становлення судномодельного спорту

Дата, рік	Подія
1904– 1912	Створення перших міжнародних федерацій з технічних видів спорту (автомобільний, мотоциклетний)
1920-ті	Проведення регулярних виставок та конкурсів моделей вітрильних суден і катерів у країнах Європи
1955	Участь радянських спортсменів у змаганнях міжнародного формату

Продовження таблиці 1

1959	Створення Міжнародної федерації судномодельного спорту (NAVIGA)
1964	Створення Федерації судномодельного спорту СРСР
1965	Перший виступ радянських судномоделістів на чемпіонаті Європи
1975	Організація понад 1 тис. судномодельних лабораторій в СРСР
1991.	Участь українських спортсменів у чемпіонаті світу з судномодельного спорту, м. Брянськ (Російська Федерація)
1992	Створення Федерації судномоделізму та судномодельного спорту України

У 1949 р. на водній станції "Динамо" у Москві Добровільне об'єднання сприяння флоту СРСР проводило перші Всесоюзні змагання судномоделістів. У подальшому вони стали проводитися щорічно. Становлення судномодельного спорту пов'язане з діяльністю таких майстрів: спорту А. С. Целовальнікова, П. Ф. Тарасова, А. Н. Павлова, П. А. Лачугіна, В. В. Нагурного та інших. У 1963 р. судномодельний спорт було включено в Єдину всесоюзну спортивну класифікацію. Тоді само було створено Федерацію судномодельного спорту СРСР.

У 1966 р. Всесоюзна федерація увійшла до Міжнародної Федерації судномодельного спорту – NAVIGA (World Organisation for Modelshipbuilding and Modelshipsport), заснованої у 1959 р. На міжнародному рівні вона займається розробкою правил змагань, класифікацію моделей та порядком проведення змагань.

За кордоном судномодельний спорт активно розвивається у Швеції, Італії, Німеччині, Великобританії, Чехії, Швейцарії, Франції. Неодноразовими чемпіонами та призерами європейських першостей були І. Шустер (Чехія), М. Маринов (Болгарія), Г. Гофман (Німеччина), Г. Мерлотті (Італія), Х. Райнер (Франція), Т. Ольсон (Швеція), І. Абрахам (Венгрія), Р. Берман (Велика Британія) [2].

Із 1960-х років наші спортсмени регулярно беруть участь у чемпіонатах світу з судномодельного спорту і неодноразово займали призові місця. В 1977 р чемпіонат світу проходив у Києві.

У сучасній Україні набувають популярності спортивно-технічні та прикладні види спорту. Згідно зі статистичними даними, кількість осіб, які займаються ними, в 2013 р. зросла на 6% (1720) по відношенню до 2012 р. і становить 30484 людини. Найпопулярнішими серед дітей та підлітків є: військово-спортивне багатоборство – кількість осіб становить 23,9% загальної кількості вихованців, 8,8% молоді займаються пожежно-прикладним спортом, 8,7% – парашутним, 8,1% – автомобільним, 7,8% – авіамоделістичним, 7,1% – радіоспортом, 5,8% – підводним спортом.

Організація та управління судномодельним спортом як неолімпійським видом, здійснюється на міжнародному, регіональному та національному рівнях.

Так, організаційна структура неолімпійського спорту в Україні складається з трьох груп органів і організацій. Це державні органи управління (Комітет з питань сім'ї, молодіжної політики, спорту та туризму та Міністерство молоді та спорту України), громадські організації фізкультурно-спортивної спрямованості (Спортивний комітет України, федерації з неолімпійських видів спорту, фізкультурно-спортивні товариства) та неурядові організації (дитячі, молодіжні, релігійні, політичні тощо) [5].

У процесі історичного становлення судномодельного спорту в Україні склалося так, що спортивно-технічні напрями мають певні відмінності в системі управління та функціонування. Гуртки судномоделізму працюють у системі позашкільної освіти, а системою змагань опікуються Міністерство молоді та спорту України та Федерація судномоделізму та судномодельного спорту України.

Функціонування цього спорту в Україні має забезпечуватись належним інформаційним, кадровим та нормативно-правовим регулюванням.

Він має інформаційне забезпечення, яке здійснюється за рахунок наповнення інформацією сайтів національної федерації, міжнародної федерації, сайтів позашкільної освіти, міністерств тощо. Кадрове забезпечення складається з кваліфікованих кадрів сфери даного виду спорту. Завдяки широкій класифікації за секціями (групами) моделей, в судномодельному спорті присутні спеціалісти в кожному з цих напрямів, які відповідають за питання організаційного, підготовчого та змагального характеру.

Нормативне регулювання судномодельного спорту в Україні забезпечується центральним органом виконавчої влади в галузі освіти за участю інших центральних органів виконавчої влади, у сфері управління яких перебувають позашкільні навчальні заклади. Їхньою метою є формування навчальної програми гуртка, його методичного забезпечення. Нормативними документами в судномодельному спорті є також статут федерації та положення про змагання.

Правове регулювання судномодельного спорту здійснюється в рамках Закону України «Про позашкільну освіту» (гуртки судномоделювання) та Закону України «Про фізичну культуру і спорт» (організація та проведення змагань, функціонування федерації судномоделізму та судномодельного спорту).

Висновки.

Розвиток технічних видів спорту на міжнародному рівні починається з середини XIX ст., а вже на початку XX ст. почали створюватись міжнародні спортивні федерації. Технічні види спорту не входять до програми Всесвітніх Ігор, проте активно функціонують в багатьох країнах. На національному рівні судномодельний спорт розвивається з початку XX ст. На сьогодні технічні види спорту мають свої федерації, які підпорядковуються міжнародним спортивним федераціям та Спортивному комітету України.

Судномодельний спорт як один з технічних видів неолімпійського спорту має специфіку в організаційній та управлінській структурі. Він має досить розвинуте інформаційне забезпечення за межами змагань. Кадрове його забезпечення представлене фахівцями, які розуміються на специфіці даного виду спорту. Нормативно-правове забезпечення визначається Міністерством освіти і науки України та Міністерством молоді та спорту України.

Література.

1. Долбишева Н. Г. Загальні основи неолімпійського спорту як нормативна дисципліна підготовки фахівців зі спорту // Н. Г. Долбишева // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – №10. – С.20-24
2. Курти О. Постройка моделей судов: Энциклопедия судомоделизма. / О Курти. – [сокр. перевод с итал. 2-е изд., стереотип.] – Л.: Судостроение, 1987. – 544 с.
3. Матвеев С. Актуальные проблемы развития неолимпийского спорта / С. Матвеев, О. Борисова, И. Когут и др. // «Probleme actuale perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice», conf. șt. Intern. (2013; Chișinău). Conferința științifică internațională «Probleme actuale perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice» / col. red.: Povestea Lazari [et al.]. – Chișinău: Editura USEFS, 2013. – 393–396 p.
4. Мічуда Ю. П. Функціонування та розвиток сфери фізичної культури і спорту в умовах ринку : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02. / Ю. П. Мічуда. – К., 2008. – 39 с.
5. Неолімпійський спорт: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / [Є. В. Імас, С. Ф. Матвеев, О. В. Борисова та ін.]. – К.: НУФВСУ, вид-во «Олімп. л-ра», 2015. – 184 с.

РОЗДІЛ 3

РОЗВИТОК АДАПТИВНОГО СПОРТУ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ



МОТИВАЦІЙНІ ЧИННИКИ ДО РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ

Байдюк Микола

Науковий керівник – Гакман А. В., к. фіз. вих

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича,
Чернівці, Україна

Актуальність. В Україні, як і в багатьох країнах, за останні 10 років значно зросла частка людей похилого віку. Кожна п'ята особа належить сьогодні до цієї вікової групи. За даними Інституту демографії, в Україні нараховується близько 10–11 млн людей похилого віку.

Зміна соціальних ролей властива людям похилого віку. У свідомості суспільства старість сприймається як період фізичної та інтелектуальної немочі, постійних захворювань; унаслідок неправильних стереотипів наступні покоління побоюються наставання старості.

Клубна форма організації передбачає єдність ідеології та культури, співвіднесення якості життя і здоров'я, наявність просвітництва, освіти, благодійності тощо. Проте підтримка переважно молодих людей в освітньому просторі фітнес-клубу впливає на життєву позицію контингенту людей поважного віку і відповідно створює неможливість отримання оздоровчих послуг дітьми і людьми похилого віку, а також сприяє відсутності організації сімейної клубної роботи і персоналізації послуг.

У програмах фітнес-клубів мало часу відводять педагогічній компоненті, яка є визначальною для досягнення ефективності освітнього процесу. Відповідно до досліджень А. В. Белорусової, О. Андрєєвої [3, 4, 5], недостатньо уваги приділяється створенню позитивної моделі розвитку оздоровчого середовища. Спеціальних програм для збереження здоров'я і стимулювання активної життєвої позиції людей похилого віку поки не запропоновано, надзвичайно рідко впроваджуються інновації, спрямовані на підтримання афективно-емоційної сфери цієї категорії людей. У фітнес-технологіях практично відсутні розробки, що передбачають інтеграцію міждисциплінарних зв'язків, що сприяє саморозвитку особистості людини літнього віку. Зазначені методичні упущення швидше обумовлені тим, що фітнес-програми переважно розраховані на клієнтів молодого і середнього віку, які, на відміну від людей похилого віку, є платоспроможними, а основну мету занять бачать у набутті «красивого тіла». У дослідженнях І. В. Петрова, К. А. Рямова [6,7] відзначається, що низька платоспроможність пенсіонерів є основним обмеженням для відвідування ними фітнес-клубів (кількість людей цієї вікової категорії, що займаються у фітнес-клубах, не перевищує 3–7% від загальної кількості тих хто займається).

Мета дослідження – педагогічно обґрунтувати мотивацію у людей похилого віку до занять рекреаційно-оздоровчою діяльністю і відвідування фітнес-клубів.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукову літературу з поставленого питання;
2. Виявити перешкоди для прояву життєвої активності людей літнього віку, у тому числі для відвідування;
3. Визначити мотиваційні чинники у людей похилого віку, що впливають на заняття рекреаційно-оздоровчою діяльністю.

Методи та організація дослідження. Для розв'язання вищезазначених завдань використовувався комплекс теоретичних та емпіричних методів дослідження:

- теоретичний аналіз й узагальнення даних науково-методичної літератури й аналіз документальних матеріалів;
- соціологічні методи дослідження;
- педагогічні методи дослідження;
- методи математичної статистики.

Дослідно-експериментальну роботу проводили у фітнес-клубах «Sportlife» і «Титан». Всього у формуючому дослідженні взяло участь 63 людини віком 50–73 роки. Дослідження полягало у формуванні мотивації до рекреаційно-оздоровчої діяльності в учасників дослідження.

На першому етапі здійснювали підготовку й організацію дослідження. Мета даного етапу – систематизація досліджень з проблеми формування мотивації до рекреаційно-оздоровчої діяльності людей похилого віку; визначення завдань, об'єкта, предмета та програми дослідження, добір адекватних методів дослідження. На цьому етапі вивчали літературні джерела, що стосуються стану проблеми.

На другому етапі було проведено інтерпретацію отриманих даних, які дали можливість визначити мотиваційні чинники у людей похилого віку до рекреаційно-оздоровчої діяльності.

Результати дослідження та їх обговорення. Останнім часом розробники політики щодо стимулювання здорового способу життя стали приділяти підвищену увагу до поведінкових факторів, які впливають на прийняття людьми рішення про зміну стилю і способу життя, справедливо вважаючи, що знання таких детермінант і їх облік під час вироблення відповідних заходів державної політики дозволить надати цим заходам більш цілеспрямованого характеру і підвищити їх результативність [3].

Таблиця 1

Фактори, які спонукають людей похилого віку до активізації способу життя

Групи факторів	Характеристика
Внутрішньо-особистісні мотиви	Поліпшення здоров'я (фізичного і психічного), боротьба з захворюваннями, зниження маси тіла, поліпшення загального самопочуття, задоволення від фізичної активності, її змагальний характер
Міжособистісні мотиви	Підтримка сім'ї, колег, друзів, зустрічі з новими людьми, спілкування в процесі тренувань

Продовження таблиці 1

Мотиви, що діють на рівні спільнот	<p>Організаційні стимули: характер програми (колективні заходи, музичний супровід), параметри навколишнього середовища, мотиваційні інтерв'ю.</p> <p>Фінансові стимули: винагорода за участь у програмі, безкоштовні програми або програми з низькою вартістю, волонтерство.</p>
------------------------------------	--

До групи внутрішньо-особистісних мотивів насамперед поліпшення здоров'я. Про це свідчать дані опитувань людей літнього віку різних країн, які взяли участь у різних програмах рухової активності. Серед чинників, що спонукали їх до участі в подібних програмах, більшість респондентів зазначили занепокоєння станом власного здоров'я і виділяли функціональні мотиви, пов'язані з енергією, контролем маси тіла, силою, балансом, а також факторами, обумовленими боротьбою з різними захворюваннями (серцевими недугами, артритом, підвищеним артеріальним тиском, збільшеним рівнем холестерину і раком кишечника) [1].

В окремих дослідженнях було виявлено зворотній причинно-наслідковий зв'язок між станом здоров'я і способом життя. Так, деякі учасники програм рухової активності відзначали, що поліпшення стану здоров'я стимулює їх займатися фізичними вправами, інші, навпаки, говорили про те, що вони стали б фізично активними, якби дозволяло їх здоров'я.

Серед внутрішньо-особистісних мотивів, крім поліпшення стану здоров'я, найчастіше респонденти називали отримання задоволення від занять фізичними вправами, а також змагальний характер .

Наступна група – міжособистісні мотиви. Дослідження показують, що соціальна підтримка членів сім'ї, друзів, колег також є важливим фактором, який мотивує людей займатися фізкультурою і спортом. Причому, нерідко фактор соціальної підтримки ставав другим за значенням після фактора поліпшення здоров'я [1].

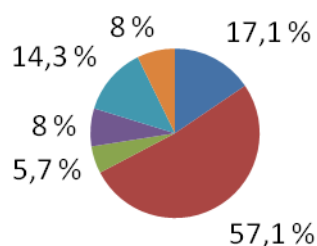
Інша група факторів, що стимулюють людей похилого віку бути фізично активними, – це фактори, що діють на рівні спільнот. Один з них – характер програми. Так, різні дослідження відзначають важливість групових програм рухової активності. Опитування людей цієї вікової категорії, які брали участь у подібних програмах, показали, що одним із стимулів, що спонукали прийняти рішення про участь у груповому заході, стали такі фактори, як можливість знайомства з новими людьми та приємне спілкування в процесі занять [2].

Отже, детермінанти рухової активності осіб старшого віку є досить великими. Як показують дослідження, на багато з них може бути надано позитивний зовнішній вплив як через облаштування навколишнього середовища відповідно до потреб таких людей, так і через організацію відповідних програм з урахуванням виявлених факторів.

Для визначення мотивації людей похилого віку до рекреаційно-оздоровчої діяльності нами було складено опитувальник з 23 питань, про

- ✓ стан здоров'я;
- ✓ рівень рухової активності;
- ✓ кількість занять на тиждень, які відвідують респонденти;
- ✓ фактори, що мотивують до занять оздоровчою діяльністю;
- ✓ умови в яких хотіли б займатися та ін.

Відповіді на питання «Яка ваша домінуюча мотивація?» відображено на рис 1. Основним мотиваційним чинником у цьому віці є «бажання зміцнити здоров'я» (57 %).



Бажання поліпшити фігуру, поставу, схуднути, наростити м'язову масу
 Бажання зміцнити здоров'я
 Бажання рухатися, гратися
 Бажання розвивати фізичні якості
 Прагнення до емоційного розвантаження
 Наслідування відомій людині, родичеві, друзеві

Рисунок 1. Відповіді людей похилого віку на питання «Яка ваша домінуюча мотивація?»

Відповідаючи на питання «В яких умовах Ви б хотіли займатись оздоровчою діяльністю?», респонденти віддали перевагу свіжому повітрю і басейну – 30 % і 36,7 % відповідно (Рис. 2)

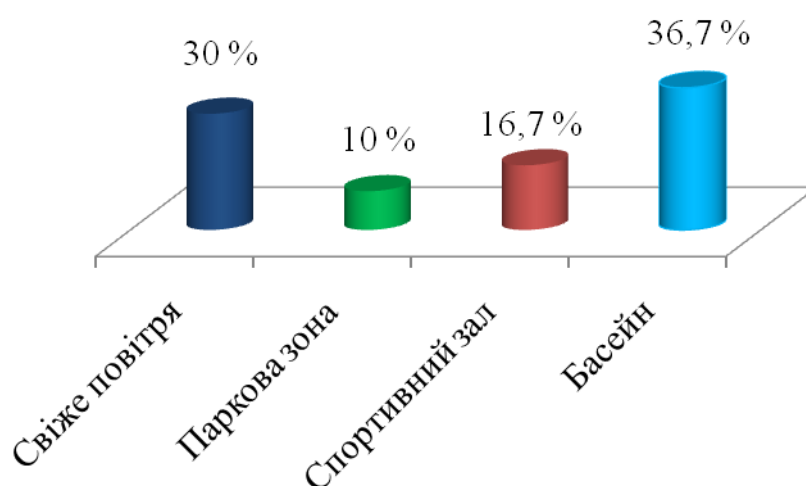


Рисунок 2. «В яких умовах Ви б хотіли займатися рекреаційно-оздоровчою діяльністю?»

Висновки.

1. В Україні, як і в багатьох країнах високого за останні 10 років значно зросла частка людей похилого віку. Кожна п'ята особа сьогодні належить до цієї вікової категорії. За даними Інституту демографії, в Україні нараховується близько 10–11 млн людей похилого віку.

2. Недостатньо уваги приділяється створенню позитивної моделі розвитку оздоровчого середовища. Спеціальних програм для збереження здоров'я і стимулювання активної життєвої позиції людей літнього віку поки не запропоновано, надзвичайно рідко впроваджуються інновації, спрямовані на підтримання їхньої афективно-емоційної сфери. У фітнес-технологіях практично відсутні розробки, що передбачають інтеграцію міждисциплінарних зв'язків, що сприяє саморозвитку особистості людини цієї вікової категорії. Зазначені методичні упущення швидше обумовлені тим, що фітнес-програми розраховані переважно на клієнтів молодого і середнього віку, які, на відміну від людей похилого віку, є платоспроможними, а основну мету занять бачать у набутті «красивого тіла».

3. За даними нашого опитування виявлено, що основним мотивуючим чинником до рекреаційно-оздоровчої діяльності у людей похилого віку є бажання зміцнити здоров'я. Більшість респондентів хотіли б займатися оздоровчою діяльністю на свіжому повітрі або в басейні.

Література.

1. Newson R. S., Kemps E. B. Factors that promote and prevent exercise engagement in older adults. *Journal of Aging and Health*, 2007
2. Nicholson Jr.r. N. R. Social isolation in older adults: an evolutionary concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 2009
3. McDaid D., Park A. L, Matosevic T et al. A Systematic mapping of mechanisms used to fund and pay for mental health services in high income countries, 2014.
4. Андреева О. Чинники, що детермінують рекреаційну активність осіб зрілого віку / О. Андреева, К. Пацалюк // Слобожан. наук.-спорт. вісн.: збірн. наук. статей. – Харків : ХДАФК, 2008. – С. 31–34.
5. Андреева О. Соціально-психологічні чинники, що детермінують рекреаційно-оздоровчу активність осіб різного віку / О. Андреева // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2014. – №3 (106). – С. 25–31.
6. Белорусова А. В. Особенности занятий физическими упражнениями с лицами среднего и пожилого возраста. В кн. Учебник инструктора по лечебной физической культуре: учеб. для ин-тов физ. культ. / Под ред. В. П. Правосудова. – М. : Физкультура и спорт, 1980. – С. 214–216.
7. Петрова І. В. Клуб для людини похилого віку: теорія і практика // Посвіт. – 2000. – № 1. – С. 84-89.
8. Рямов К. А. Физическая культура и проблемы здоровьесбережения людей пожилого возраста // Образование в Уральском регионе: науч. основы: тез. докл. III науч.-практ. конф. Екатеринбург, 11–15 апр. 2005 г. –Екатеринбург : Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2005. – С. 133–134.

ПЕРСПЕКТИВЫ ПРИМЕНЕНИЯ БИОНИЧЕСКОГО ПРОТЕЗИРОВАНИЯ ДЛЯ ЛЮДЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ОПОРНО- ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Бекар Сергей

Научный руководитель – Девятаева О.В., ст. преподаватель

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,
Киев, Украина

Актуальность. Ампутация или потеря конечности очень долгое время являлось, словно приговором для человека. Невозможность продолжать работать или передвигаться самостоятельно приводили к тому, что человек терял возможность выполнять социальные функции в обществе [1, 8]. Однако данные литературы свидетельствуют, что еще во времена Древнего Египта использовались протезы: пальца ноги фараона, деревянные ноги, а также крюки пиратов в XVII–XVIII вв. Это стало предпосылкой в развитии современных протезных систем. Со временем протезы совершенствовались и принимали внешний вид, похожий на настоящую конечность. Сегодня протезы – решение проблем не только реабилитации людей с ампутациями конечностей в повседневной жизни, они активно используются спортсменами в адаптивном спорте. Для спортсменов с ограниченными возможностями протезы являются не только возвращением к прежней жизни, но и инструментом спортивных побед [3].

Анализ литературных источников свидетельствует о развитии современных медицинских технологий, которые в XXI в. привели к созданию первых бионических протезов. Так, в 2010 г. в Лейпциге (Германия) на Всемирном конгрессе ортопедических и реабилитационных технологий общественности был представлен бионический протез руки. Рука, похожая на настоящую внешне и способная производить все те движения, что и обыкновенная рука человека, стала реальным прорывом в реабилитации людей с ампутациями. Применение данных технологий не ограничивается повседневной жизнью человека, а имеет предпосылки реализовать данные системы и в адаптивном спорте [2, 4].

Цель исследования – анализ возможностей использования бионических протезов для людей с нарушениями опорно-двигательного аппарата (ОДА) в повседневной жизни, а также в адаптивном спорте.

Задачи исследования:

1. Изучить принципы работы бионических протезных систем (БПС) на основании анализа литературных источников и материалов сети Интернет.
2. Проанализировать основные характеристики БПС по сравнению с обычными протезами.
3. Выделить преимущества и недостатки применения БПС в адаптивном спорте и повседневной жизни людей с нарушениями ОДА.

Методы и организация исследования: анализ литературных источников и информации сети Интернет; анализ, синтез и обобщение; сравнение и аналогия.

Результаты исследования и их обсуждение. Протезирование – замена утраченных или необратимо поврежденных частей тела искусственными заменителями – протезами. Протезирование представляет собой важный этап процесса социально-трудовой реабилитации человека, утратившего конечности или страдающего заболеваниями опорно-двигательного аппарата [3, 6].

Бионические конечности – самый прогрессивный в настоящее время вид протезов. Электронные приборы изготавливаются из искусственных материалов, но человек может управлять ими с помощью собственной нервной системы, за счет так называемой целевой мышечной реиннервации в сочетании с электромиографией [2, 4].

Принцип работы бионических протезов заключается в том, что после ампутации конечности в организме все равно остаются двигательные нервы, которые ее контролировали. Хирургическим путем остатки нервов можно перешить к небольшому участку какой-нибудь крупной мышцы (данный метод называется реиннервацией). Если речь идет об ампутированной руке, возможна реиннервация к большой грудной мышце. В результате, если человек думает, что надо пошевелить каким либо участком руки, например пальцами, мозг отправляет сигнал участку грудной мышцы, к которой присоединили нерв, ранее иннервировавший мышцы пальца. Сигнал фиксируется электродами, которые отправляют импульс по проводам в процессор внутри бионической руки. Электромиография (ЭМГ) позволяет регистрировать разность электрических потенциалов, возникающих при работе мышцы, которая улавливает движение реиннервированного куска грудной мышцы, передает сигнал к необходимой части протеза, и данный сегмент осуществляет движение [2].

Аналогичным образом осуществляется целевая сенсорная реиннервация. Она нужна для того, чтобы с помощью протеза человек мог чувствовать прикосновение, тепло или давление. Процесс выполняется в обратном порядке – хирург перешивает оставшийся чувствительный нерв к участку кожи на груди, а сенсоры на протезе передают сигнал от прикосновения к этому самому кожному участку [2, 4, 5].

Если сравнить такие протезы с теми, что сейчас применяются спортсменами в спорте, то можно выделить их ключевые особенности [3, 5, 6].

Обычные спортивные протезы обладают следующими качествами:

- 1) узкой специализацией;
- 2) легкостью и прочностью для выдерживания спортивных нагрузок;
- 3) высокой скоростью выполнения движений;
- 4) высокой вариацией подбора разных частей протеза разной направленности для конкретного спортсмена;
- 5) энергетической независимостью (нет элементов питания);

- б) низкой вариацией выполняемых движений (исключительно те, что необходимы в конкретном виде спорта);
- 7) простотой и дешевым производством (по сравнению с БПС).

Бионические протезные системы характеризуются такими свойствами:

- 1) идентичностью спектра выполнения движений с живой конечностью человека;
- 2) внешним видом, максимально приближенным к виду «живой» конечности;
- 3) невысокой скоростью выполнения движений;
- 4) сложностью и высокой стоимостью производства;
- 5) наличием элементов питания, которые необходимо заряжать или заменять;
- б) легкостью и прочностью;
- 7) наличием в системах электронных механизмов и компьютеров, которые облегчают действия.

Данные особенности свидетельствуют, что у каждой группы протезов есть свои преимущества и недостатки. БПС идеально подходят для повседневной жизни и позволяют человеку с ампутацией полностью вернуть утраченные функции конечности. Однако такие протезы необходимо часто обслуживать, они выполняют движения с меньшей скоростью и требуют подзарядки электронных элементов. Спортивные же протезы идеально подходят для спорта: высокая скорость, легкость, прочность и узкая специализация движений, – но сложны для повседневной жизни.

С целью дальнейшего применения БПС в адаптивном спорте необходимо улучшить их основные характеристики и устранить недостатки, которые есть сейчас по сравнению с обычными спортивными протезами. В первую очередь, это проблемы отсутствия нервной чувствительности, поскольку в данный момент БПС не дают возможности человеку ощущать прикосновения или силу сжатия предмета. В этой сфере продвинулся Массачусетский технологический институт, в котором разработали специальные электронные сенсоры, посылающие нейростимулирующие сигналы, которые мозг воспринимает для получения тактильной информации об объекте. Такие сенсоры размещаются на протезе (кончиках пальцев, поверхности ладони и т.д.), а также закрепляются на группах мышц, ближайших к неповрежденным нервным окончаниям, для производства нервных импульсов. Данная технология позволяет человеку получать информацию о окружающем мире с помощью протеза так же, как и настоящей «живой» рукой или ногой.

Однако все равно существуют и проблемы, связанные со скоростью выполнения движений человеком. Благодаря нейростимуляциям, ЭМГ, встроенным микропроцессорам такие протезы способны выполнять спектр движений, практически идентичный с настоящей конечностью. Это, к сожалению, накладывает ограничение на скорость выполнения движений: уловить нервный импульс, отправленный головным мозгом; отсеять именно тот импульс, который предназначался для приведения конечности в движение;

перекодировка его микропроцессорами в электронные сигналы, распознаваемые сервоприводами протеза; и уже само приведения протеза в движение. Все это занимает значительно больше времени и выполняется не с такой высокой скоростью, как это делают спортсмены с обычными спортивными протезами. Решение данной проблемы является очень сложным и критичным вопросом, однако ее устранение позволит говорить о появлении БПС второго поколения, которые станут полноценной заменой утраченной конечности.

Институты и лаборатории Японии, Германии, Швейцарии, Германии, США разрабатывают системы прямой нервной имплантации, благодаря которым станет возможным не просто создания протеза, заменяющего поврежденную конечность, а такого, который станет продолжением человека, полностью подконтрольным его нервной системе. Это позволит не только убрать систему микропроцессоров, которым приходилось распознавать сигналы, перекодировать их, передавать движущим частям, но и освободит внутреннее пространства протеза, позволяя сделать его более легким или использовать данное пространство для установки более совершенный движущих элементов обеспечивающих большую скорость движения. Это также решит отчасти проблему высокой стоимости и сложности производства. Еще один способ решить данную проблему, это использование технологии 3D печати, которая набирает все большую популярность. Данная технология позволит производить все основные элементы конструкции быстро, в большом количестве и с низкой стоимостью материалов, что в конечном итоге снизит общую стоимость протезов.

Также результатом совершенствования данного направления науки стало появление бионических экзоскелетов [7]. При помощи встроенных прибор-контроллеров в рукоять специальных костылей, группы сенсоров в поясничном отделе, вдоль позвоночного столба, а также на шее человек заново может научиться ходить после травм позвоночника и церебрального паралича нижних конечностей, врожденный неврологических заболеваний и т.д. Однако цена на такие системы колеблется от 40 до 80 тыс. долларов, что слишком дорого и для обычного человека, и для спортсмена. Кроме того такие системы позволяют перемещаться только с очень низкой скоростью – 1,8 км. – 1 ч, а запаса аккумулятора хватает только на четыре часа работы. Эти недостатки не позволяют широко их применять в адаптивном спорте, но для медицинских центров реабилитации они смогут стать максимально эффективным средством восстановления людей с проблемами нижних конечностей как в физиологическом, так и психологических аспектах.

Выводы.

Современные разработки информационных технологий позволили сегодня создать бионические протезы, которые можно применять в различных сферах деятельности человека: спорте, повседневной жизни, профессиональной деятельности, но с определенными ограничениями, связанными с конструктивными особенностями. Изучение спортивных и бионических

протезов, сравнение их особенностей и возможностей применения для людей с нарушениями ОДА в адаптивном спорте и повседневной жизни, можно сделать вывод, что каждая группа протезов имеет преимущества и недостатки. Узкоспециализированные спортивные протезы позволяют выполнять большой объем тренировочных и соревновательных нагрузок, но имеют внешний вид, далекий от настоящей конечности. Бионические протезы практически идентичны внешне с реальной конечностью и выполняют тот же объем движений, но не способны выполнять их с той же скоростью и имеют ограничение во времени работы из-за необходимости подзаряда аккумуляторов. Также бионические протезы имеют ряд конструкционных и функциональных недостатков, которые необходимо устранить для возможности применения их в адаптивном спорте. Данные системы имеют очень большой потенциал для развития и совершенствования.

Литература.

1. История развития протезирования [Электронный ресурс] // Режим доступа:<https://geektimes.ru/post/276638/>(дата обращения 15.12.2016)
2. Принципы работы бионических протезов [Электронный ресурс] // Режим доступа:<http://www.popmech.ru/technologies/14790-novyuy-bionicheskiy-protez-rabotaet-pochti-tak-zhe-khorosho-kak-noga/> (дата обращения 15.12.2016)
3. Различные типы протезов, современные разработки [Электронный ресурс] // Режим доступа:<http://yvek.ru>(дата обращения 16.12.2016)
4. Как работают бионические конечности [Электронный ресурс] // Режим доступа:<http://theoryandpractice.ru/posts/2353-kak-rabotayut-bionicheskie-konechnosti>(дата обращения 16.12.2016)
5. Спортивные протезы, виды и их характеристика [Электронный ресурс] // Режим доступа:<http://www.ottobock.ru/prosthetics/lower-limb-prosthetics/sport-prostheses/>(дата обращения 16.12.2016)
6. Прототип бионической ноги работающий напрямую от сигналов головного мозга [Электронный ресурс] // Режим доступа:<http://www.popmech.ru/technologies/14790-novyuy-bionicheskiy-protez-rabotaet-pochti-tak-zhe-khorosho-kak-noga/>(дата обращения 17.12.2016)
7. Бионические экзоскелеты[Электронный ресурс] // Режим sredi-
konkurentov-ekzoskelet-phoenix.html(дата обращения 19.12.2016)
8. Евсеев С. П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры / С. П. Евсеев, С. Ф. Курдыбайло, В. Г. Суляев. – М. : Сов. спорт, 2007. – 317 с.

ОСОБЛИВОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОСІБ З АМПУТАЦІЯМИ У ПАРАЛІМПІЙСЬКОМУ ПАУЕРЛІФТИНГУ

Бовда Ірина

Науковий керівник – Ярмоленко М. А., старший викладач

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Сьогодні спостерігається стрімке зростання кількості людей з інвалідністю. У світі кожна п'ята людина має фізичні чи психічні відхилення. У зв'язку зі збільшенням кількості таких осіб у сучасному суспільстві активізувалися процеси гуманізації стосунків між людьми. Це зумовлює зростання інтересу до проблем найменш соціально захищених верств населення, серед яких люди з інвалідністю посідають одне з перших місць [1].

Спорт сприяє соціалізації таких осіб і адаптації до повноцінного життя. Сучасний адаптивний спорт у структурі міжнародного спортивного руху представлений трьома напрямками: паралімпійським, дефлімпійським та Спеціальними Олімпіадами. Залучення людей з інвалідністю до силових видів спорту, у тому числі параолімпійського пауерліфтингу, сприяє розвитку впевненості у собі, змушує поважати себе та оточуючих, вчить самостійності, загартовує організм, допомагає в подоланні психологічних бар'єрів, дарує здорові емоції тощо. Пауерліфтинг відіграє важливу роль у соціальній інтеграції людей з інвалідністю. Він дозволяє розвивати не тільки фізичні якості, а і психічні [5].

Останніми роками за результатами аналізу науково-методичної літератури, оцінці змагальної діяльності приділяється найпильніша увага. Будучи найважливішим інтегруючим показником усього процесу підготовки спортсменів, змагальна діяльність стала виділятися в самостійну область вивчення. Досягнення рекордних результатів в умовах змагання визначається як мета підготовки спортсменів, однак сам спортивний результат розглядається фахівцями як сума окремих його складових. Виявлення найбільш значущих параметрів змагальної діяльності з урахуванням класифікаційних ознак, визначення кількісних значень і взаємозв'язків цих параметрів між собою, пояснення цих залежностей та їх зв'язку з певними аспектами підготовленості спортсменів - далеко не повний перелік питань оцінки змагальної діяльності спортсменів-паралімпійців високої кваліфікації.

Аналіз науково-методичної літератури щодо особливостей змагальної діяльності пауерліфтерів в адаптивному спорті свідчить про наявність невеликої кількості наукових робіт, що й визначило актуальність даної теми.

Мета дослідження - оптимізувати змагальний процес осіб з ампутаціями в пауерліфтингу шляхом аналізу специфіки змагань і розроблення рекомендацій щодо покращення їх проведення.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наявні нозологічні класи осіб з ампутаціями в паралімпійському пауерліфтингу.

2. Визначити характеристики змагальної діяльності пауерліфтерів з ампутаціями в адаптивному спорті.

3. Запропонувати шляхи покращення змагальної діяльності у паралімпійському пауерліфтингу.

Методи та організація дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, документальних матеріалів, матеріалів мережі Інтернет, педагогічне спостереження, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. У змаганнях з пауерліфтингу серед людей з інвалідністю беруть участь спортсмени з такими порушеннями: з ампутаціями; з церебральним паралічем; з порушеннями спинного мозку; с з іншими порушеннями опорно-рухового апарату.

Відповідно до медичної класифікації спортсменів з ампутаціями у паралімпійському пауерліфтингу поділяють на такі нозологічні класи:

A1 – з двобічною ампутацією стегна (незалежно від довжини кукси);

A2 – з однібічною ампутацією стегна; з однібічною ампутацією стегна у поєднанні з ампутацією стопи іншої ноги за Пироговим; з однібічною ампутацією стегна у поєднанні з ампутацією стопи іншої ноги на різному рівні; з однібічною ампутацією стегна у поєднанні з ампутацією гомілки іншої ноги;

A3 – з двобічною ампутацією гомілки; з однібічною ампутацією гомілки у поєднанні з ампутацією стопи іншої ноги за Пироговим; з двобічною ампутацією стопи за Пироговим. Основний принцип віднесення до даного класу – втрата двох опор, навіть якщо зберігся один колінний суглоб;

A4 – з однібічною ампутацією гомілки; з однібічною ампутацією гомілки у поєднанні з ампутацією стопи іншої ноги; з двобічною ампутацією стопи за Пироговим.

Аналіз документальних джерел дозволив встановити, що класифікація спортсменів з ампутаціями у пауерліфтингу має свою специфіку. З метою дефініції вагової категорії осіб з такими порушеннями підраховують їх вагу, що дорівнює сумі маси тіла та умовної маси ампутованої кінцівки (1/54 маси тіла при ампутації біля надп'яtkово-гомілкового суглоба, 1/36 - при ампутації нижче коліна, 1/18 – при ампутації при вище коліна, 1/9 - при ампутації біля стегна) [4].

Упродовж деякого проміжку часу (1996-2000 рр.) змагання серед інвалідів проводилися в рамках чемпіонатів світу IPF з жиму штанги лежачи, проте Міжнародний паралімпійський комітет (International Paralympic Committee, IPC) прийняв рішення про самостійний шлях розвитку, і та з 2001 р. IPF не проводить такі змагання [3]. Спортсмени змагаються тільки в жимі штанги лежачи. Поділ на групи відбувається згідно з ваговими категоріями, статтю і віком спортсменів.

Незважаючи на проблеми зі здоров'ям, спортсмени-інваліди змагаються на межі фізичних і психічних можливостей організму, показуючи при цьому феноменальні результати і встановлюючи рекорди, які іноді навіть перевищують показники здорових спортсменів [2]. Порівняльний аналіз рекордів світу у жимі штанги лежачи серед чоловіків і жінок з ампутаціями, що

zareestrowani IPC, i zdorovih sportmeniv (IPF) pokazav, sho stanom na 2016 r. pokazniki rekordiv dlia zdorovih visci, prote v deyakih vahovih kategoriyah sportsmeni z amputacijami perevershuyut svoih koleg. Prichomu rekordi IPF vstanovlyuvalisi sportsmenami z vikoristanniam spetsialnogo ekipiruvannya, sho dopomagae pokazuvati rezul'tat na 20-30 kg bil'shii, ni zh bez n'ogo.

Golovnuu vidminnistiu v organizacii zmagalnoyi diyal'nosti zdorovih sportmeniv ta osib z amputacijami e te, sho tilo i nohi povinni buti spetsialno zafiksovani na lavci, a ce takozh negativno vplivaе na i'khi rezul'tati. Sportmeniv danoї nozologichnoyi grupi fiksuuyut spetsialnim remenem z metoju zbil'shennya oporu pid chas zhimu shtanagi lezhachi [3].

Пауерліфтинг – один з найпопулярніших видів спорту серед осіб з ампутаціями. Одним із критеріїв класифікації осіб цієї нозологічної групи є розподіл спортсменів на вагові категорії: 48, 52, 56, 60, 67,5, 75, 82,5, 90, 100 кг та +100 кг у чоловіків; 40, 44, 48, 52, 56, 60, 67,5, 75, 82,5 та +82,5 кг у жінок. Класичний пауерліфтинг серед чоловіків представлений такими ваговими категоріями: 110, 125, +125 кг; та серед жінок: 90, +90 кг.

Z metoju udoskonalennya organizacii ta realizacii zmagalnoyi diyal'nosti u пауерліфтингу на основі аналізу науково-методичної літератури та власних спостережень нами запропоновано такі практичні рекомендації:

1. Максимальна орієнтація на наявні індивідуальні задатки і здібності осіб з ампутаціями при визначенні раціональної структури змагальної діяльності.

2. Постійне зростання обсягу змагальної практики як ефективного засобу соціальної інтеграції таких спортсменів, які спеціалізуються в пауерліфтингу, sho takozh e передумовою підвищення ефективності їх спортивної підготовки.

3. Прагнення до досягнення суворо збалансованої системи змагальних навантажень та відпочинку з використанням специфічних засобів відновлення, стимулювання працездатності і мобілізації функціональних резервів.

4. Побудова системи підготовки до головних змагань з урахуванням індивідуальних особливостей організму людей цієї нозологічної групи.

5. Орієнтація організаційно-методичного забезпечення на досягнення оптимальної структури змагальної діяльності.

6. Оперативна корекція на основі постійного вивчення та врахування індивідуального підходу при зміні загальних тенденцій розвитку змагальної діяльності у пауерліфтингу - правил змагань і умов їх проведення, використання сучасного інвентарю та обладнання, розширення календаря змагань, зростання значущості різних змагань.

Висновки.

1. Аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, документальних матеріалів, матеріалів мережі Інтернет дозволили встановити, sho u паралімпійському пауерліфтингу існує чотири нозологічних класи учасників, a мінімальний критерій допуску до змагань визначається ампутацією надп'ятково-гомількового суглоба.

2. У ході дослідження встановлено, sho popri очевидні обмежені можливості, спортсмени цієї нозологічної групи демонструють надзвичайно

високий рівень розвитку м'язової сили, який іноді перевищує показники здорових спортсменів. Аналіз результатів дослідження показав, що у здорових спортсменів і спортсменів з ампутаціями змагальна діяльність не має суттєвих відмінностей.

3. Для вирішення проблем, які виникають при організації та реалізації змагальної діяльності у паралімпійському пауерліфтингу як засобі соціальної інтеграції осіб з інвалідністю в Україні, нами були розроблено практичні рекомендації для тренерів і спортсменів.

Перспективи подальших досліджень: поглиблене вивчення тренувальної діяльності в пауерліфтингу серед спортсменів з ампутаціями, що дозволить виявити помилки та вдосконалити процес підготовки спортсменів з інвалідністю.

Література.

1. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура : учебное пособие / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. – М., 2000. – 240 с.
2. Навчальна програма Спеціальних Олімпіад з футболу / М. А. Ярмоленко, С. Ф. Матвеев, І. О. Когут, Є. В. Гончаренко – К. : Тонар, 2016. – 109 с.
3. Стеценко А. І. Особенности развития пауэрлифтинга в системе адаптивного спорта / А. І. Стеценко // Активная физическая культура. - 2013. - №4. - С. 10.
4. Чудная Р. В. Адаптивная физическая культура / Р. В. Чудная. – К., 2000. – 358 с.
5. Шапкова Л. В. Частные методики адаптивной физической культуры : учебное пособие / Л. В. Шапкова. – М. : Советский спорт, 2003. – 464 с.

СТАН РОЗВИТКУ АДАПТИВНОГО СПОРТУ В УКРАЇНІ

Бородіна Тетяна, Пацура Віталій

Наукові керівники – Нагорна В.О., к. фіз. вих., доцент,

Мершавка В.М., викладач

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Хоча для України поняття «адаптивний спорт» досить молоде, та вже встигло стати повноцінною складовою фізичної культури і частиною загальної культури нашого суспільства. Адаптивний спорт розвивається та функціонує під впливом соціально-культурних, ідеологічних, соціально-політичних, соціально-економічних та особистісних чинників [2].

З огляду на соціально-політичну ситуацію в нашій країні адаптивний спорт виступає як один із пріоритетних гарантів для можливості вирішення нагальних національних проблем у різних напрямках реалізації – як загальне оздоровлення осіб з інвалідністю, подолання невпевненості у власних силах і перемога над своєю «неповноцінністю», так і досягнення максимального спортивного результату, демонстрація найвищих людських можливостей на національних та міжнародних змаганнях [1].

Найвищою сходинкою адаптивного спорту є Паралімпійські та Дефлімпійські ігри, де спортсмени демонструють свої найкращі результати в обраному виді спорту. В останні роки ці змагання відзначаються значним загостренням конкурентної боротьби, зростає кількість країн, представники котрих отримують нагороди, досягають значних результатів національні команди, які раніше не перемагали, у лідери у неофіційному командному заліку виходять нові країни [1,2].

Мета дослідження - визначення стану розвитку адаптивного спорту в Україні за результатами виступів спортсменів на головних міжнародних змаганнях.

Завдання дослідження:

1. На основі даних науково-методичної літератури визначити стан розвитку адаптивного спорту в Україні.
2. Здійснити аналіз статистичних даних, що стосуються стану розвитку адаптивного спорту в Україні.
3. Проаналізувати результати виступів українських спортсменів-інвалідів на міжнародних змаганнях за останні роки.

Методи та організація дослідження: аналіз та узагальнення спеціальної науково-методичної літератури, контент-аналіз статистичних даних, опитування, педагогічні методи, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Аналіз щорічних статистичних даних, що свідчить про кількість інвалідів, які займаються різними формами фізкультурно-реабілітаційної і спортивної роботи в Україні, дозволив визначити, що останні п'ять років понад 50 тис. інвалідів залучені до адаптивного спорту. Серед них культивується понад 30 видів спорту: серед осіб

з вадами слуху - 26, вадами зору - 17, ураженнями опорно-рухового апарату – 26, відхиленнями розумового і фізичного розвитку - 20.

Серед 20 тис. інвалідів, які займаються в спортивних секціях і дитячо-юнацьких спортивних школах інвалідів (ДЮСШ); 7145 осіб – з вадами слуху, 3363 спортсмени – з вадами зору, 6714 – з ураженнями опорно-рухового апарату і наслідками ДЦП та 4255 – з відхиленнями розумового і фізичного розвитку.

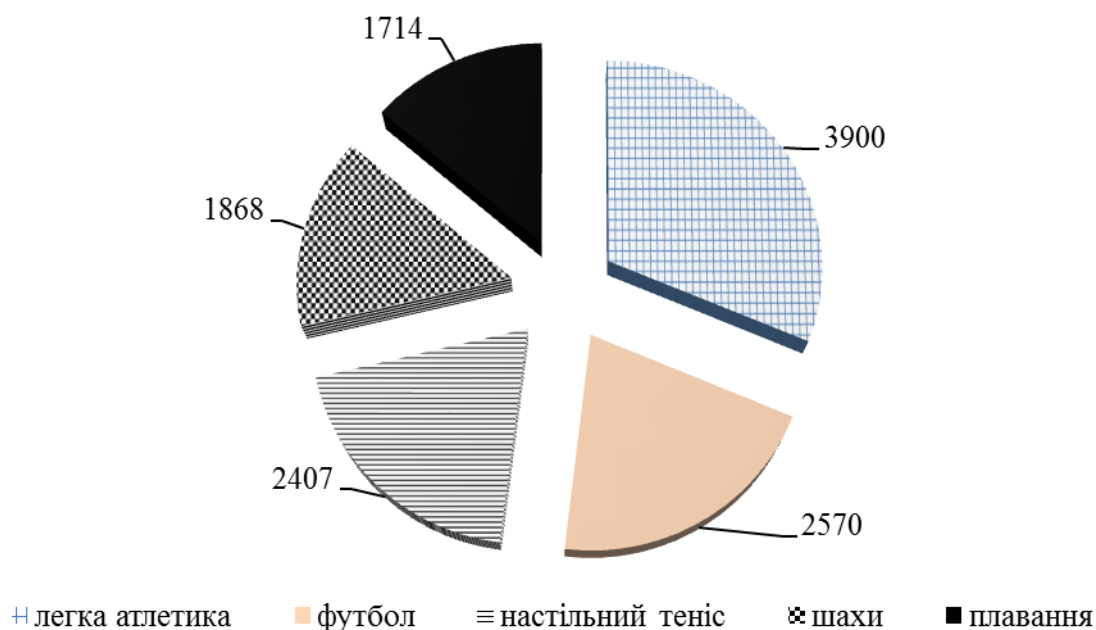


Рисунок 1. Популярні види спорту серед спортсменів, які мають різні групи інвалідності, кількість осіб

В Україні кожного року проводяться понад 250 чемпіонатів, першостей та кубків із 19 видів спорту серед інвалідів з вадами зору, слуху, опорно-рухового апарату та інтелекту. Та показовими для оцінки рівня розвитку адаптивного спорту в Україні є результати виступів дефлімпійської національної збірної команди [3].

У Мельбурні 2005 р. українська збірна команда була представлена 94 спортсменами та 21 тренером. Українські дефлімпійці змагалися у дев'яти видах спорту, серед яких: легка атлетика, жіночий та чоловічий волейбол, баскетбол, теніс настільний, спортивне орієнтування, стрільба кульова, плавання, боротьба греко-римська та вільна. Вперше на такому високому міжнародному спортивному рівні спортсмени виступали у пляжному волейболі. Як результат - українські дефлімпійці вибороли 51 нагороду: 20 золотих, 17 срібних і 14 бронзових медалей, встановили чотири рекорди світу. За підсумками XX Дефлімпійських ігор збірна команда України – найсильніша на планеті: у неофіційному заліку вона стала першою серед 85 країн-учасниць. Медалі отримали представники з 16 областей та міста Києва.

Найбільша кількість нагород у спортсменів м. Києва, Харківської та Одеської областей.

Свій внесок до медальної скарбнички зробила збірна команда з тенісу настільного - 4 медалі: 1 золота, 2 срібних та 1 бронзова. У боротьбі греко-римській національна збірна команда виборола 3 медалі: 1 срібна та 2 бронзових.

На XIII Паралімпійських іграх в Пекіні параолімпійська збірна команда України, у складі якої було 126 спортсменів, змагаючись в 11 видах спорту (легка атлетика, плавання, фехтування на візках, стрільба з лука, футбол ДЦП, стрільба кульова, веслування академічне, пауерліфтинг, теніс настільний, волейбол сидячи (жінки), дзюдо), завоювали стійку четверту позицію в загальному командному заліку, отримавши 74 медалі: 24 золотих, 18 срібних та 32 бронзових.

Дефлімпійські ігри, що проходили з 5 по 15 вересня 2009 р., приймали понад 4000 спортсменів-інвалідів з вадами слуху із 81 країни світу, котрі змагались у 20 видах спорту. Дефлімпійці України у тенісі настільному здобули дві срібні нагороди: у парних та командних змаганнях.

У Бразилії в 2016 р. національна паралімпійська збірна команда України виступила найкраще: 117 медалей, 41 - золота. Такі високі результати свідчать про значне покращення загального стану розвитку адаптивного спорту в Україні та перспективи якісно-кількісного росту навчально-тренувальних та реабілітаційних баз і професійних спеціалістів.

Висновки.

За останні п'ять років понад 50 тис. інвалідів займаються різними видами адаптивного спорту, найпопулярнішими серед яких є легка атлетика, футбол, теніс настільний, шахи та плавання.

Позитивною оцінкою стану розвитку адаптивного спорту в Україні є результати виступів дефлімпійської національної збірної команди у 2016 р. в Бразилії: 117 медалей, 41 - золота.

Література.

1. Бріскін Ю. А. Вступ до теорії спорту інвалідів: [навч. посіб. для студ. ВНЗ фіз., виховання і спорту] / Юрій Бріскін, Аліна Передерій. – Л.: Априорі, 2008. – 68 с.,
2. Бріскін Ю. А. Спорт інвалідів : [підруч. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту] / Ю. А. Бріскін. – К. : Олімп. л-ра, 2006. – 263 с.
3. Сайт Міністерства молоді та спорту України: [Електронний ресурс] / Режим доступу до сайту: [http:// dsmsu.gov.ua/index/ua](http://dsmsu.gov.ua/index/ua).

ПРОБЛЕМИ ОРГАНІЗАЦІЇ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ОСІБ ІЗ СИНДРОМОМ МАРТИНА-БЕЛЛА

Висоцький Олександр

Науковий керівник – Кротивницька Т. А., к. фіз. вих., доцент
Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Синдром Мартіна-Белла (або синдром ламкої Х-хромосоми) – це генетичне захворювання, пов'язане з порушенням інтелекту, впливає на розвиток людини, особливо на її поведінку та здатність до навчання та освоєння нових навичок. Окрім того, він може вплинути на комунікаційні здібності, зовнішність, чутливість до шуму, світла та на інші подразники, які здорова людина майже не помічає [3].

Оскільки хвороба об'єктивно обумовлена на генетичному рівні, вона невиліковна. Але для зменшення прояву її симптомів застосовують як лікування спеціальними препаратами (антисудомні, антидепресанти, стимулятори та нейролептики), так і організують спеціальні заходи, спрямовані на покращення самопочуття природним шляхом (заняття руховою активністю, прогулянки, інтелектуальні вправи тощо) [4].

У зв'язку з цим виникла необхідність у вивченні особливостей організації і проведення занять адаптивною фізичною культурою з особами, які мають синдром Мартіна-Белла.

Мета дослідження - обґрунтувати доцільність використання фізичної культури при захворюванні осіб синдромом Мартіна-Белла.

Завдання дослідження:

1. Дослідити фізіологічні особливості розвитку осіб хворих на синдром Мартіна-Белла.
2. Розкрити можливості занять фізичною культурою осіб з синдромом Мартіна-Белла.
3. Надати практичні рекомендації до організації занять фізичною культурою.

Методи та організація дослідження. Під час дослідження було проаналізовано спеціальну науково-методичну літературу, що дозволило сформулювати загальне уявлення про проблему. Роль автора полягає в пошуку, аналізі, синтезі, узагальненні наукових даних та розробці методичних рекомендацій.

Результати дослідження та їх обговорення. Синдром Мартіна-Белла виникає в результаті мутації гена FMR1 (Fragile Mental Retardation 1), який знаходиться у Х-хромосомі. У здорової людини цей ген відповідає за синтез білка, що має назву Fragile X Mental Retardation Protein або FMRP. Зазначений білок виконує функцію створення та підтримання зв'язків між клітинами в мозку та нервовій системі (розвиток аксонів та формування синапсів). Внаслідок мутації він або не виробляється взагалі, або синтезується в невеликій кількості, що призводить до появи симптомів синдрому Мартіна-Белла [2].

Статистика поширення захворювання свідчить, що приблизно 1 з 4000 чоловіків та 1 з 8000 жінок мають синдром Мартіна-Белла. Але мутація цього гена зустрічається значно частіше: у 1 з 2590 жінок та у 1 з 2000 чоловіків [3]. Таким чином, можна зробити висновок, що мутація не обов'язково викликає появу симптомів синдрому Мартіна-Белла. Іноді організм здатний виробляти FMRP попри мутацію, прояв синдрому Мартіна-Белла буде залежати від того, скільки цього білка організм зможе виробляти та яку кількість клітин уражено.

Варто зазначити, що організм жінок зазвичай здатний виробляти хоча б якусь кількість білка FMRP. Завдяки тому, що жінки мають дві X-хромосоми, він синтезується в їхньому організмі в більшій кількості, ніж у чоловіків. У зв'язку з цим синдром Мартіна-Белла у них значно менш виражений [2].

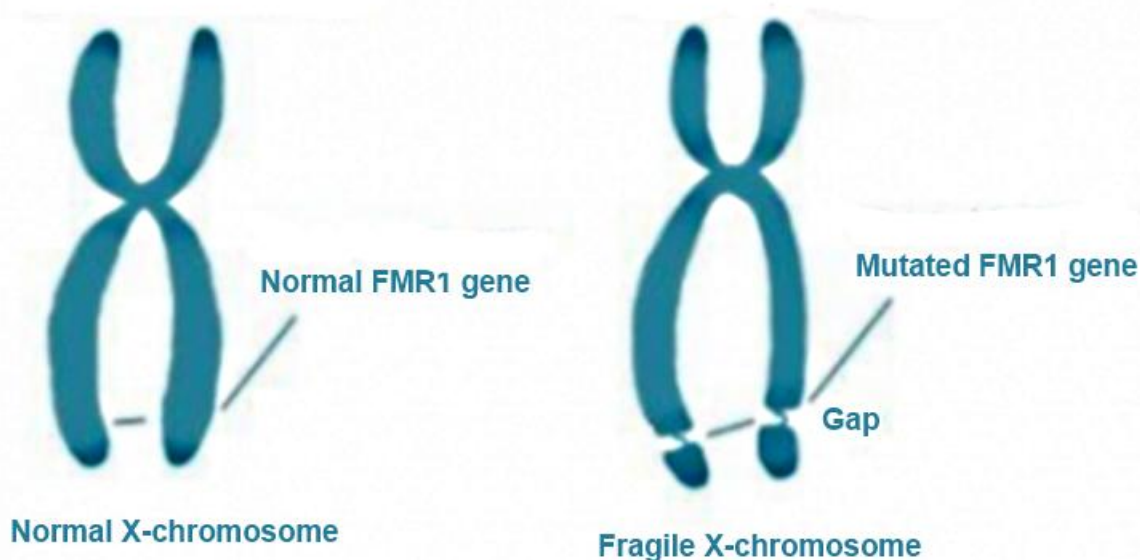


Рисунок 1. X-хромосома (нормальна та “ламка”) [6]

На рисунку 1 зображено X-хромосому здорової людини (ліворуч) та X-хромосому особи, яка має синдром Мартіна-Белла. В нижній частині X-хромосоми, що зазнала мутації, можна побачити звуження в структурі ніжок [2, 8].

До зовнішніх проявів хвороби можна віднести такі особливості: хлопчики народжуються з більшою масою тіла (3,5 – 4 кг); наявність інтелектуального порушення за відсутності ендокринної патології; велика голова з високим і широким лобом; довгасте обличчя зі збільшеним підборіддям; трохи пласка середня частина обличчя; тупий, трохи загнутий ніс; великі вуха, іноді відстовбурчені; кисті і стопи широкі; дистальні фаланги пальців також широкі; занадто рухливі суглоби; шкіра дуже еластична; світле волосся. При захворюванні необов'язкова наявність усіх симптомів, частіше зустрічається кілька з наведених [4].

Неврологічна симптоматика подібна до тієї, що зустрічається у всіх осіб з вадами інтелекту (м'язова гіпотонія, порушення координаційних здібностей).

Також можуть зустрічатися окорухові, пірамідальні (параліч, патологічні рефлексії) та екстрапірамідні порушення (зайві спонтанні рухи, тощо) [2].

Головними симптомами синдрому Мартіна-Белла є вади інтелекту та своєрідна форма спілкування: мовлення прискорене, плутане, може нагадувати бурмотіння. Через це можуть проявлятися агресивність, часта зміна настрою, надмірна емоційність, затримання реакцій. Нерідко відмічається шизофреноподібний розлад поведінки, який включає підстрибування, плескання в долоні, кругові повороти, струшування кистями, біг по колу, різні гримаси тощо. Окрім того, у таких дітей можуть зустрічатися ранні ознаки дитячого аутизму [4].

У зв'язку з тим, що ламкість Х-хромосоми можна зустріти лише у середовищі з дефіцитом фолатів, у науковців, які досліджували причини розвитку цієї хвороби, виникло припущення про дефіцит фолієвої кислоти в патогенезі самого захворювання. Це привело до спроб лікувати інтелектуальні вади фолатами. Ефект від такого лікування був більше виражений у дітей ніж у дорослих, покращень з боку інтелектуального розвитку не спостерігалось, проте змінилася поведінка: зменшились гіперактивність, агресивність, підвищилась увага, покращились координаційні здібності та навички спілкування [2, 7, 9].

Як свідчать сучасні дослідження [2, 7], заняття руховою активністю є дієвим засобом у терапії осіб із синдромом Мартіна-Белла. За дотримання всіх правил та рекомендацій, урахування індивідуальних особливостей осіб, які займаються, позитивний вплив від фізичної культури має комплексний характер. Спостерігаються такі позитивні зміни: покращення координаційних здібностей, контролю поведінки, тону м'язів, уваги, соціальних навичок, настрою та загального стану здоров'я; зменшення частоти судом, прояву аутизму, зайвої рухливості суглобів, чутливості до світла, звуків, дотиків; корекція порушеної постави та зайвої ваги (за її наявності).

Для збільшення ефективності занять руховою активністю та зменшення можливого негативного впливу необхідно враховувати ознаки хвороби та дотримуватись рекомендацій (табл. 1).

Таблиця 1

Рекомендації до занять фізичною культурою особами з синдромом Мартіна-Белла (за даними [1, 5])

<i>Ознаки хвороби</i>	<i>Методичні рекомендації</i>
Дратівливість та прояви аутизму	До початку занять сформувати зацікавленість, сфокусувати увагу на тренері, познайомитися. Тільки після встановлення контакту та формування дружнього ставлення до тренера можна переходити до самого заняття
Порушення інтелектуального розвитку	Для освоєння нового руху потрібно більше часу, тому для найкращого ефекту необхідно якомога зрозуміліше пояснити рух, за необхідності показати особисто або за допомогою картинок чи відеозапису та перейти до виконання тільки після повного розуміння того, що необхідно зробити

Продовження таблиці 1

Гіперактивність, неуважність та зниження здатності до концентрації уваги	Формування зацікавленості у заняттях. Виконання спеціальних вправ: на розвиток концентрації уваги; для дихання; на розслаблення; переключення уваги, для підтримання зацікавленості. Заняття мають бути не дуже тривалими, тому що їх ефективність буде зменшуватися
Знижений тонус м'язів та низький рівень координаційних здібностей	Підбирати вправи, що відповідають можливостям осіб, які займаються, та поступово підвищувати їх рівень складності. Для кращого освоєння руху можна поділити його на частини та використовувати підвідні вправи
Надмірна рухливість у суглобах	Для зміцнення зв'язок доцільно використовувати вправи з власною вагою, на окремі частини тіла. Треба виключити вправи, що викликають біль, рухливі ігри тощо
Судоми	Використовувати вправи для розвитку гнучкості, на розслаблення м'язів, стретчинг тощо
Чутливість до світла, звуку, дотиків	Заняття мають проходити в сприятливих умовах. Якщо необхідно знизити чутливість до зовнішніх факторів, слід поступово зменшувати комфортність умов, у яких проходять заняття

Висновки.

1. Синдром Мартіна-Белла (або синдром ламкої Х-хромосоми) може проявлятися по-різному. Частіше зустрічається у чоловіків і більш негативний вплив має саме на них. Хвороба невиліковна, має зовнішні прояви, викликає порушення інтелекту, впливає на розвиток людини, її поведінку, комунікаційні здібності та здатність до навчання і освоєння нових навичок. Прийом спеціальних препаратів, рухова активність покращують стан людини з синдромом Мартіна-Белла.

2. Використання рухової активності має великий терапевтичний ефект, оскільки впливає як на рівень здоров'я в цілому, так і нівелює певні особливості, притаманні цій хворобі, на комунікаційні і навчальні здібності особи з синдромом Мартіна-Белла.

3. Відповідно до ознак хвороби було надано рекомендації до організації занять осіб із синдромом Мартіна-Белла.

Література.

1. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура: Учеб. пособие / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. – М. : Советский спорт, 2000. – 240 с.

2. Зукин В. Д. Клинико-генетический анализ синдрома "ломкой" Х-хромосомы: автореф. дис...канд. мед. наук / В. Д. Зукин – К. ; 1991. – 19с.

3. Козлова С. Наследственные синдромы и медико-генетическое консультирование / С. Козлова, Н. Демикова, Е. Семанова, О. Блинникова. – М.: Практика, 1996. – 318с.

4. Куприянова Т. А. Синдром Мартина-Белл (умственная отсталость с ломкой Х-хромосомой) / Т. А. Куприянова // Журнал невропатологии и психиатрии. – 1991. – Т. 91 – Вып. 8. – С. 115–125.

5. Лелеченко І. О. Коригуючі вправи хворим ДЦП / І. О. Лелеченко. // Концепції підготовки спеціалістів фіз. культури в Україні: мат. II Всеукр. наук.-практ. конф. – К.: Луцьк, 1996. – 427 с.
6. Синдром ломкой или фрагментированной X хромосомы [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://pro-medica.ru/mother-i-infant/post-natal/882-sindrom-lomkoj-ili-fragmentirovannoj-kh-khromosomy> - Загл. с экрана.
7. Синдром Мартіна-Белла [Електронний ресурс] – Режим доступу: https://ru.wikipedia.org/wiki/Синдром_Мартина_–_Белл – Назва з екрану.
8. Bassell G. J. Fragile X syndrome: loss of local mRNA regulation alters synaptic development and function / G. J. Bassell, S. T. Warren // *Neuron* 60 (2): (2008). 201–14. DOI:10.1016/j.neuron.2008.10.004. PMID 18957214
9. Hagerman R. J. Advances in the treatment of fragile X syndrome / R. J. Hagerman, E. Berry-Kravis, W. E. Kaufmann et al. // *Pediatrics* 123 (1): (2009). 378–90. DOI:10.1542/peds.2008-0317. PMID 19117905

ЗАНЯТТЯ АДАПТИВНИМ СПОРТОМ ЯК ЗАСІБ РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСІБ ІЗ ВАДАМИ ЗОРУ

Вольвах Таїсія

Науковий керівник – Козут І.О., д. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Важливим завданням України як європейської демократичної держави є створення умов для повноцінної самореалізації й життєдіяльності своїх громадян. Особливе місце у житті суспільства займають люди з інвалідністю, оскільки через обмеженість можливостей потребують особливої уваги і підтримки. Доведено, що рухова активність сприяє формуванню в осіб з інвалідністю, зокрема в осіб із вадами зору, комплексу морально-вольових якостей: дисциплінованості, організованості, ініціативності, рішучості, сміливості, наполегливості, витримки, стійкості, цілеспрямованості, здорового суперництва, адекватного ставлення до себе, подолання відчуття неповноцінності тощо [2–4]. Отже питання підвищення ефективності тренувального процесу осіб із вадами зору потребують ґрунтовного дослідження для розробки відповідних методичних рекомендацій.

Мета дослідження – визначення основних реабілітаційних заходів, що сприятимуть підвищенню ефективності тренувального процесу осіб з вадами зору.

Завдання дослідження:

1. Визначити особливості розвитку осіб із вадами зору.
2. Визначити засоби тренувального процесу та найбільш ефективні види спортивного навантаження для осіб із вадами зору.
3. З'ясувати найбільш ефективні методи тренувального процесу осіб із вадами зору.

Результати дослідження та їх обговорення. Сліпота – двостороння невиліковна повна відсутність зору. Практична сліпота говорить про збереження світловідчуття на рівні відмінності світла і темряви, що дозволяє поррахувати пальці руки близько до обличчя, розрізняти контури, силуети і кольори предметів безпосередньо перед очима. До сліпоти призводить багато причин: уроджені дефекти структур ока, інфекційні захворювання, запалення і травми очей. Для тренера важливе значення має час порушення зорової функції: вроджена сліпота чи втрата зору у певному віці [4].

Відсутність зору призводить до зниження мотивації дізнаватись про навколишній світ, до редукції безумовного орієнтування пошукового рефлексу та загальної загальмованості. Уже в грудних дітей у зв'язку з відсутністю стимулів до хапальних рухів, потягувань, повзання і вставання сліпота призводить до пасивності і малорухливості. Значно (на 2–3-му році) затримується вертикальне положення тіла та оволодіння ходьбою. Зниження світосприйняття негативно впливає на весь навчально-тренувальний процес: звужується обсяг уваги, можливість її переключення і стійкість, що заважає

розширенню діапазону вражень і дій. Таким чином, чим пізніше за віком людина втрачає зір, тим більший у неї запас уявлень і легше формуються і відтворюються образи, швидше відбувається оволодіння новими знаннями [1, 2].

При вадах зору люди відводять велику роль в орієнтації «звуковому фону» простору, зміни в якому сигналізують їм про зміни обставин, а також «шостому» чуттю, котре трактується нині як теплове світосприйняття.

Особи з вадами зору відстають у фізичному розвитку: за масою і довжиною тіла, життєвою ємністю легенів, обхватом грудної клітки та іншими антропометричними показниками (при цьому динаміка фізичного розвитку не порушується). При сліпоті часто мають місце хвороби серцево-судинної і дихальної систем, опорно-рухового апарату (викривлення хребта, плоскостопість тощо), порушення метаболізму. Частіше причиною зниження функціональних спроможностей таких людей є низька рухова активність і детренованість організму. Найбільше при сліпоті страждають функція рівноваги, швидкість, відчуття ритму, координація, точність рухів, спостерігається затримка розвитку статичної витривалості, значно відстають сила та швидкісно-силові якості. Знижена здатність диференціювання та відтворення просторових та часових характеристик руху [6].

Виконання фізичних вправ сприяє поліпшенню функціонування всіх систем і структур організму, створення нових його властивостей, що лежать в основі компенсаторних можливостей людини, а також збереженню залишкового зору. Слід пам'ятати, що реабілітація сліпих та слабозорих неоднакова, вона визначається специфікою збереження функціонування органа зору. Якщо для людей з вадами зору при здійсненні фізичної реабілітації актуальним є збереження залишкового зору, то для незрячого її ліквідація вторинних наслідків сліпоти. Мала фізична активність, обережність у рухах у процесі життєдіяльності – все це може призвести до атрофії м'язового апарату і, як наслідок, порушення діяльності органів людського організму, а на психологічному рівні – до прогресивного погіршення загального психічного фону, підвищення апатичності, депресій. Принципи фізичної реабілітації осіб з вадами зору повинні сприяти: оволодінню навичками орієнтування в просторі, зміцненню здоров'я, підвищенню рівня фізичного стану, корекції фізичного розвитку, ліквідації скутості в рухах, тренування координаційної точності в рухах, вихованню відчуття ритму і рівноваги; запобіганню порушень постави.

При патології органу зору в адаптивній фізичній культурі особливу увагу приділяють питанню допуску до занять фізичними вправами, який отримують особи з патологією, при якій відсутній ризик погіршення функції зору від фізичного навантаження. Дані особи не потребують особливих обмежень при заняттях фізичною культурою. Деякі люди можуть мати такі вади зору, що передбачають повну заборону або значні обмеження у виконанні певних фізичних вправ. При формуванні тренувальної групи, яка складається з осіб з вадами зору, офтальмолог та тренер мають обов'язково враховувати певні показники (рис 1.).

Реабілітація осіб із вадами зору має два напрями: загальний і спеціальний. Вона націлена на вдосконалення неушкоджених сенсорних реакцій (тактильних, слухових тощо), покращення концентрації уваги, збільшення обсягу сенсорних уявлень, розвиток мислення, пам'яті (образної та слухової), уявлення, творчих можливостей тощо.

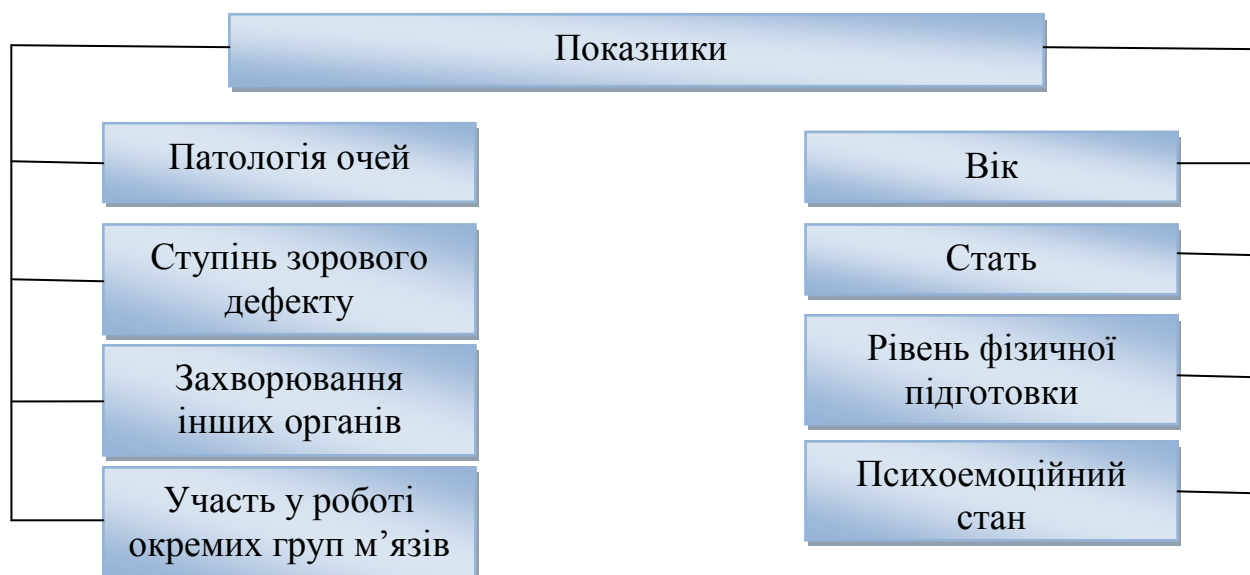


Рисунок 1. Показники, котрі враховують під час формування груп для занять адаптивною фізичною культурою та спортом

Спортивне навантаження необхідне для медико-соціальної реабілітації осіб з вадами зору, їхнього фізичного, психічного і соціального розвитку.

Засобами тренувального процесу є: вправи для хребта, дихальні вправи, ритмічна гімнастика, рухливі ігри, аеробіка, вправи на розслаблення, плавання, вправи для очей, боротьба, гімнастика, волейбол, танці, голбол, торбол, міні-футбол та ін.

У реабілітації осіб з вадами зору значну роль відіграє матеріально-технічне забезпечення – спеціальне тифлотехнічне. Це сукупність тифологічних приладів і пристосувань, які допомагають незрячим людям оволодівати рухами тіла. До яких належать тактильні і вібраційні дисплеї, візуальні дисплеї для тих, хто слабко бачить, полісенсорні діагностичні пристрої, аудіовізуальні прилади та апарати тощо. Тифологічні пристрої забезпечують безпеку під час занять та покращують орієнтування [5].

Серед багатьох видів спортивного навантаження існують найбільш ефективні для реабілітації осіб з вадами зору. Одним із таких видів є аеробне навантаження, при якому обмеження виникають у комбінації з іншими типами навантажень (наприклад, зі струсом тіла). Проте вважається, що при використанні аеробних навантажень особам з вадами зору необхідно враховувати особливості офтальмопатології. Нестача кисню може викликати тканевий ацидоз та погіршити стан нервово-зорового апарату.

Статичний характер вправ теж дещо небезпечний для осіб з гемодинамічними порушеннями нервово-зорового апарату. Науковці довели [6], що раннє офтальмоскопічне ураження пігментного епітелію й харіокапілярного шару з порушенням гемодинаміки та показниками біоелектричної активності сітківки потребує дуже вибіркового допуску до призначення вправ статичного характеру спортсменам з такими захворюваннями сенсорної системи, як дегенеративна міопія та тапеторетинальна абіотрофія [4].

Навантаження зі струсом тіла або голови призводять до підвищеного вертикального прискорення зони орбіти. Такий характер навантаження може бути фактором ризику розвитку небезпечних захворювань, таких як відшарування сітківки у спортсменів з дегенеративною міопією, ускладнення у хворих на периферичну дистрофію. Але в даних випадках допуск до навантаження можливий лише за індивідуальними показниками.

Навантаження на покращення координації мають особливе значення для осіб з вадами зору. Вони тренують формування зв'язку в ЦНС і периферичній скелетній м'язовій системі, в рамках зосередженого рухового процесу. Вправи на гнучкість, пластичність покращать рухову активність у суглобах, вправи на розтягування забезпечують максимальне подовження м'язів-антагоністів. Прості і ціленаправлені вправи на координацію та гнучкість можуть використовуватись при важких ураженнях зорового апарату.

Також, одним з важливих пунктів у реабілітації є точна оцінка тренером рухів, які виконує спортсмен. Спеціально для цього використовують різні методики (рис. 2) [4].

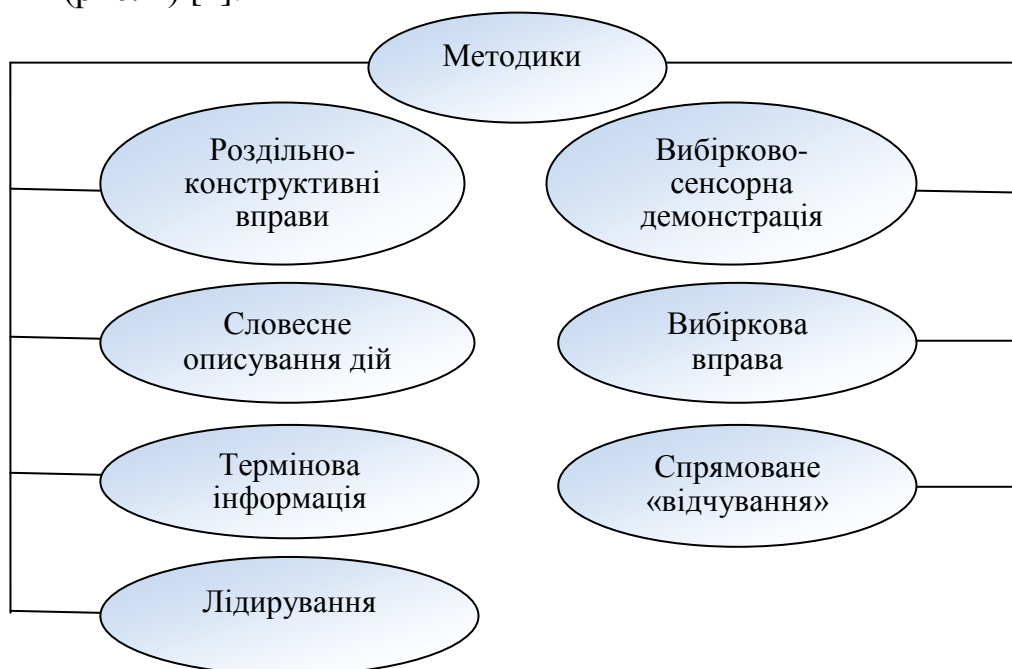


Рисунок 2. Методики тренувального процесу осіб із вадами зору

Найефективнішими є метод спрямованого «відчуження» та метод роздільно-конструктивної вправи. Перший метод у простіших випадках виражається

зосередження уваги того, кого навчають, на сприйнятті сигналів від м'язово-зв'язкового апарату у крайніх точках амплітуди рухів. У процесі тренування вдосконалюють пропріорецепцію. Так, рекомендується повторювати пояснення та показ правильного виконання вправ 4–8 разів, після чого вислухати 2–3 відповіді тих, кого навчають, про виконання вправ. Після цього тренер пояснює положення окремих частин тіла у вправі, а ті, кого навчають, виконуючи її, визначають і оцінюють точність рухів. Після закріплення рухової техніки переходять до вдосконалення навички в ускладнених умовах.

Висновки.

1. Аналіз спеціальної науково-методичної літератури показав, що особи з вадами зору мають певні відхилення в розвитку організму. Вони відстають у фізичному розвитку за масою та довжиною тіла, життєвою ємністю легень, обхватом грудної клітки та іншими антропометричними показниками. У них існують порушення функції рівноваги, відчуття ритму, координації, спостерігається затримка у розвитку статичної витривалості та швидкісно-силових якостей.

2. Серед багатьох видів спортивного навантаження найбільш ефективним є аеробне, оскільки при його використанні мінімізується негативний вплив на прогресування офтальмологічних патологій. Завдяки однорідним стабільним рухам тіла при аеробному навантаженні особи із вадами зору мають можливість займатись спортом без загрози своєму здоров'ю.

3. Для правильного сприйняття тренувань особам з вадами зору необхідно створити певні умови, такі як достатній кут розташування об'єктів, їхню величину, контрастність, яскравість, необхідне освітлення тощо. Тренер повинен чітко формулювати свої вказівки та зосереджувати увагу на тому як м'язово-силовий апарат сприймає навантаження. Цей метод – спрямованого «відчування» є одним з ефективних методів тренування осіб із вадами зору.

Література.

1. Григоренко В.Г. Теория и методика физического воспитания инвалидов: в 2-х ч. / В. Г. Григоренко, Б. В. Сермеев. – Одесса, 1991. – 170 с.
2. Історичні, організаційні та соціальні аспекти розвитку спорту інвалідів: [навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту з Грифом МОН] / [С. Ф. Матвеев, Ю. А. Бріскін, І. О. Когут та ін.] – К. : Асконіт, 2011. – 250 с.
3. Когут І. О. Соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури в Україні [Текст] : монографія / І. О. Когут. – Львів : СПОЛОМ, 2015. – 284 с.
4. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання / Т. Ю. Круцевич. – К.: «Олімп. л-ра», 2012. – Т. 2. – С. 287–292.
5. Самбикин Л.Б. Игры для слепых детей/Л. Б. Самбикин. – М.: Всерос. общество слепых, 1979. – 320 с.
6. Толмачев Р.А. Адаптивная физическая культура слепых и слабовидящих / Р. А. Толмачев. – М.: Сов. спорт, 2004. – С.30–56.

ВОЛЕЙБОЛ СИДЯЧИ У СИСТЕМІ ПАРАЛІМПІЙСЬКОГО СПОРТУ

Грицик Софія

Науковий керівник – Дев'ятаєва О.В., ст. викладач

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Активний розвиток на початку ХХІ ст. волейболу сидячи як одного із видів адаптивного спорту, який представляє на міжнародній спортивній арені людей з порушенням опорно-рухового апарату, формує вагоме соціально значуще питання сьогодення. Рівень його популяризації на фоні інших видів спорту, досягнення та наукове зацікавлення розвитком олімпійського спорту, зростання громадського значення адаптивного спорту в цілому актуалізують розгляд даного різновиду змагальної діяльності, включеного до програм Паралімпійських ігор.

Мета дослідження – аналіз розвитку волейболу сидячи як виду паралімпійського спорту з часу з'явлення до сьогодення.

Завдання дослідження:

1. Розглянути виникнення волейболу сидячи як спортивної дисципліни в світі та становлення виду спорту в програмі Паралімпійських ігор.

2. Проаналізувати спільні та відмінні риси у правилах волейболу сидячи на відміну від класичного волейболу.

3. Виділити ключові засади класифікації спортсменів з обмеженими можливостями в волейболі сидячи.

Методи та організація дослідження: дослідження на основі узагальнення матеріалів Всесвітньої організації волейболу для інвалідів, спеціальної наукової літератури та інших матеріалів мережі Інтернет.

Результати дослідження та їх обговорення. Волейбол сидячи – різновид класичного волейболу для спортсменів з ураженнями опорно-рухової системи. Він пройшов шлях від простої спортивної дисципліни до представництва на міжнародній паралімпійській арені.

Історія волейболу сидячи своїм корінням сягає в середину ХХ ст., коли в 1953 р. у Нідерландах був утворений перший спортивний клуб для інвалідів [1]. Вид спорту був придуманий у 1956 р. в Амстердамі голландцями Таммом Ван Дер Схерією та Антоном Алберсом [2]. У тому ж році Данський Спортивний Комітет ввів нову спортивну дисципліну, названу «волейболом сидячи», яка поєднувала у собі правила волейболу, сітболу та фістболу. Слід зазначити, що до цього багато в чому схожі сітбол і фістбол існували у скандинавських країнах, а також в Німеччині та Нідерландах. Але широкого поширення вони не отримали, на відміну від волейболу сидячи, який став популярний, в першу чергу, серед спортсменів з ураженнями опорно-рухового апарату [4]. З тих пір волейбол в положенні сидячи розвинувся в одну з найбільших спортивних дисциплін, що практикуються в Нідерландах на змаганнях людей з обмеженими

можливостями, а також і «здорових» гравців-волейболістів з травмою щиколотки або коліна.

Популярність сітбола і фістбол серед спортсменів з обмеженими можливостями протягом довгого часу була стримуючим фактором на шляху міжнародного визнання волейболу сидячи. Міжнародні змагання проходили вже з 1967 р., але лише в 1978 р. Міжнародна спортивна організація інвалідів (International Sports Organisation for the Disabled, ISOD) включила волейбол сидячи в свою програму. У 1979 р. в Гарлемі був проведений міжнародний турнір за єдиними, розробленим в Нідерландах, правилами гри. Голландець Пітер Йон став першим президентом створеної в 1980 р. Всесвітньою організації волейболу для інвалідів (World Organisation Volleyball for Disabled, WOVD).

З 1980 р. волейбол сидячи представлений як паралімпійський спорт за участю семи чоловічих команд в іграх в Аннемі [4]. У 1981 р. в Бонні відбувся перший офіційний чемпіонат Європи з волейболу сидячи за участю десяти команд. З 1983 р. розігруються чемпіонати світу для чоловічих команд і з 1993 р. – для жіночих. У 2004 р. жіночий волейбол сидячи дебютував на Паралімпійських іграх. Даний вид спорту призначений для людей, які з найрізноманітніших причин не можуть грати у повний зріст. Сьогодні ця гра користується величезною популярністю у спортсменів з порушеннями опорно-рухового апарату і здорових людей з травмами кінцівок або хребта.

Розвиток цього виду спорту на міжнародному рівні можна назвати бурхливим. У всьому світі створювалися реабілітаційні клініки і щорічно проводились Всесвітні, Європейські та регіональні чемпіонати. Волейбол сидячи – це динамічна спортивна гра, в якій, як і в традиційному волейболі грають команди, що складаються з шести гравців основного складу та шести запасних.

Правила гри схожі на правила класичного волейболу. Але є невеликі відмінності, обумовлені особливостями спортсменів з обмеженими можливостями, для яких був створений цей вид спорту. Розміри майданчика у волейболі сидячи 10 x 6 м., розділені сіткою (площа корду однієї з команд 5 на 6 метрів). Розміри сітки 7 x 0,8 м. Висота сітки від підлоги у чоловіків 115 см, у жінок 105 см. Основна площа сітки визначається антенами та обмежувальними стрічками. Довжина аутів 6 м. з боку лицьової лінії, 3 м. з боку бічних ліній. Задня лінія атаки знаходиться в 2 м. від центральної лінії.

Основні відмінності від правил класичного волейболу такі:

- гравці передньої лінії приймаючої сторони мають право блокувати подачу;
- в момент торкання м'яча (особливо на передній лінії) гравець не має права відривати точку опори, тобто сідниці, від підлоги.

Всі інші правила: рахунок, заміни, переходи, перерви, вихід гравця «ліберо» і т.д., відповідають правилам класичного волейболу [8].

Початок ХХІ ст. позначений активною розробкою класифікації спортсменів даного виду спорту. Система класифікації WOVD націлена на

визначення придатності спортсмена до змагань з волейболу сидячи та волейболу стоячи, а також на присвоєння спортсмену відповідного класу. В цілому система класифікації WOVD відповідає правилам класифікації Міжнародного паролімпійського комітету (МПК). Класифікаційний Кодекс і Міжнародні Стандарти МПК, затвердженні Генеральною Асамблеєю МПК в листопаді 2007 р., є базовими документами для правил з медичної та функціональної класифікації WOVD.

Метою системи класифікації WOVD є мінімізація впливу інвалідності спортсменів на результат змагань. Система націлена на розподілення спортсменів за класами залежно від ступеня впливу їх інвалідності на спеціальні ключові фактори успіху в волейболі сидячи та волейболі стоячи. В результаті класифікації під час санкціонованих змагань WOVD спортсмену встановлюють відповідний міжнародний класифікаційний статус. Міжнародні класифікатори WOVD відповідають за застосування цих правил класифікації.

Придатними для волейболу сидячи і волейболу стоячи WOVD є такі типи інвалідності: ампутації, ураження м'язової сили, обмеження руху суглобів, порушення рівноваги і координації, а також захворювання, що мають ортопедичну або неврологічну природу [5].

Для успішної роботи зі спортсменами з обмеженими можливостями, тренери повинні знати не тільки характеристики конкретного порушення, а і те, як це впливає на навчальний процес. Викладачам та тренерам треба мати альтернативні стратегії в випадку, якщо звичайні методи не спрацьовують, а також шукати джерела інформації, щоб вирішити питання ефективної роботи зі спортсменами з обмеженими фізичними можливостями. Сьогодні існує потреба в розробці більш кваліфікованих спеціалістів з підготовки волейболістів-паралімпійців. Роль тренерів з волейболу для спортсменів з вадами полягає у розвитку їх фізичної і рухової придатності, основних рухових навичок, знань правил і стратегій обраної спортивної діяльності.

Сучасні рекомендації щодо підготовки таких спортсменів особливу увагу акцентують на персональному підході до кожного. Тренер обов'язково повинен перевірити історію хвороби спортсмена, приймаючи спортсмена до участі у змагальній діяльності з означеного виду спорту. Крім того, якщо спортсмен використовує будь-які ліки, тренер має це знати. В тренувальних таборах відповідну інформацію треба передати керівникам закладів. Важливе значення для тренерів при проведенні підготовки волейболістів з вадами має робота з іншими фахівцями: зв'язок з іншими професіоналами, в основному з фахівцями із спеціальної освіти, фізіотерапевтами та лікарями.

У волейболі сидячи грають за певними правилами і стратегією. Вивчення стратегії та застосування навичок спортсмени навчаються безпосередньо в основах навчання гри. Під час гри тренери часто зосереджуються на тому, як гравці виконують навички, але акцент має бути зроблений на стратегії. Стратегія має вирішальне значення, коли робити щось для досягнення поставленої мети. Постійне перебування в ігровому просторі забезпечує

удосконалення координації, що дуже важливо для спортсменів з особливими потребами [4].

Волейбол сидячи популярний у всьому світі. Серед чоловічих команд найсильнішими в світі є команди Боснії і Герцеговини, Ірану, Німеччини, Хорватії, Росії, Китаю та Фінляндії, серед жіночих – команди Голландії, Словенії, Китаю, Японії, США та Литви.

Висновки.

Волейбол сидячи сьогодні є одним з найпопулярніших видів спорту для людей з порушеннями опорно-рухового апарату, травмами кінцівок, хребта, або для тих, які з різних причин не можуть грати в повний зріст. Правила гри схожі з правилами класичного волейболу, але є невеликі відмінності, обумовлені особливостями спортсменів з обмеженими можливостями, для яких і був створений цей вид спорту. Метою системи класифікації спортсменів в волейболі сидячи є мінімізація впливу інвалідності на результат змагань. Система класифікації націлена на розподілення спортсменів за класами залежно від ступеня впливу їх інвалідності на спеціальні ключові фактори успіху в волейболі сидячи. В результаті класифікації, під час санкціонованих змагань спортсмену встановлюють відповідний міжнародний класифікаційний статус, завдяки якому спортсмен зможе брати участь у змаганнях у подальшому.

Література.

1. Махов А. С. Периоды становления и развития адаптивного спорта / А. С. Махов, О. Н. Степанова // Адаптивная физ. культура. – 2013. – № 2 (54). – С. 4–7.
2. Игра для сильных духом [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://omskregion.info/news/9170-igra_dlya_silnx_dухом/
3. Паралимпиада-2016: Медальный зачет <http://112.ua/statji/paralimpiada-2016-medalnuy-zachet-den-1-337376.html>
4. Vute R. Teaching and coaching Volleyball for the Disabled / R. Vute // Foundation Course Handbook. – Ljubljana, 2009. – 59 p.
5. Идрисова Г. З. Свод правил по медицинской и функциональной классификации в волейболе сидя (Руководство по классификации) / Г. З. Идрисова, А. В. Сухов. – М., 2013. – 29 с.
6. Sitting Volleyball [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://learnenglish.britishcouncil.org>
7. Official rules sitting volleyball [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.wovd.com/>

ОСОБЛИВОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ БІЛЬЯРДИСТІВ З ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ

Дорошенко Марія, Котляр Анна

Науковий керівник – Нагорна В. О., к. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Спорт інвалідів часто ототожнюють з лікувальною фізичною культурою, фізичною реабілітацією, адаптивним фізичним вихованням. Проте для спорту інвалідів характерним є специфічна змагальна діяльність.

Більярд – це спортивна гра, яка потребує високого рівня прояву координаційних якостей, техніко-тактичної підготовленості. Пул – єдиний з видів більярду, який дозволяє систематично проводити змагання для осіб з травмами опорно-рухового апарату на рівні національних турнірів, Чемпіонатів Європи та Світу. Пул став одним із засобів адаптивного спорту для великої групи людей з травмами опорно-рухового апарату у всьому світі, створюючи умови для задоволення їх потреб як членів суспільства у самореалізації та реалізації своїх можливостей в умовах змагальної діяльності.

Українські спортсмени досі не здобували призових місць на чемпіонатах Європи та світу серед більярдистів на інвалідних візках, оскільки досвід підготовки гравців високого рівня в пулі не великий. Однак, саме в нашій країні вперше в історії більярду було сформовано групи спортсменів з вадами опорно-рухового апарату, які займалися за спеціальною програмою підготовки з пулу.

Мета дослідження – обґрунтування особливостей змагальної діяльності більярдистів з порушеннями опорно-рухового апарату.

Завдання дослідження:

1. За даними спеціальної літератури виявити основні відмінності змагальної діяльності більярдистів з порушеннями опорно-рухового апарату.

2. Оцінити рівень техніко-тактичної підготовленості висококваліфікованих більярдистів з порушеннями опорно-рухового апарату на чемпіонаті Європи.

3. Порівняти рівень техніко-тактичної підготовленості висококваліфікованих більярдистів і спортсменів з порушеннями опорно-рухового апарату на чемпіонаті Європи 2016 р.

Методи та організація дослідження. Для вирішення поставлених завдань було проведено аналіз та узагальнення спеціальної науково-методичної літератури, опитування, застосовані педагогічні методи, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Міжнародна Сток-Мандевільська федерація спорту інвалідів на візках (МСФІСМ) визнана Всесвітньою асоціацією пул-бильярда (ВАПБ), яка є керівним органом організацій лузного більярду і керує всіма міжнародними змаганнями з лузного

більярду серед інвалідів на інвалідних візках. Всі загальні правила проведення змагань дійсні. Виняток становлять наступні поправки.

У більярдному спорті існують 3 категорії спортсменів на інвалідних візках:

1. Гравці з недієздатною кистю або рукою, які не можуть зробити функціональний кистьовий упор або тримати його при виконанні удару.

2. Гравці, які можуть зробити і тримати кистьовий упор, але у них немає стійкості і рівноваги, у зв'язку з відсутністю функціональних м'язів тулуба. Ці гравці самі підтримують себе біля столу за допомогою руки виконуючої упор.

3. Інші гравці, які мають рівновагу від доброго до нормального рівня, відповідають критеріям гравців з мінімальною інвалідністю. Мінімальна інвалідність - це той рівень інвалідності, який не дає можливості гравцю виконувати удар стоячи.

Під час нанесення удару гравці повинні сидіти на поручні або в інвалідній колясці.

Нога гравця не повинна розміщуватися на підлозі. Якщо нога або підніжка коляски торкається підлоги, то це розглядається як порушення. Гравці І групи (категорії) можуть звернутися за допомогою до судді при використанні машинки, інвентарю тощо.

Дозволено стягувати ременями ноги нижче від колін, щоб утримувати ступні ніг на підніжці. Забороняється стягувати ременями тулуб вище за талію, за винятком медичних причин, що береться до уваги з класифікаційною метою.

За регламентом проведення змагань чемпіонат Європи серед спортсменів на інвалідних візках з 4 офіційних дисциплін пулу представлені трьома. Матч проходить до такої ж кількості виграних партій, як на чемпіонаті Європи серед жінок. Тобто спортсмени з вадами ОРА змагаються між собою до меншої кількості переможних партій у кожній дисципліні, ніж спортсмени на чемпіонаті Європи серед чоловіків, де кількість учасників майже в десять разів більша.

У дослідженні взяли участь 8 кращих спортсменів з вадами ОРА, які дійшли до чверть фіналу чемпіонату Європи 2016 у дисципліні «дев'ятка» (група № 1), та 8 кращих спортсменів на чемпіонаті Європи серед чоловіків з пулу 2016 р.

Техніко-тактичні показники під час ігор у чверть фіналах заносили у спеціальні протоколи для спортсменів обох груп. У групі № 1, до якої увійшли спортсмени з травмами хребта і спинного мозку на інвалідних візках, за допомогою контент-аналізу протоколів техніко-тактичних показників ігрової діяльності було визначено середні значення оцінки техніки виконання базових видів ударів (73 %), ефективності тактичних дій (78 %) та відсотку результативності (76 %). У групі № 2 було визначено наступні середні значення оцінки техніки виконання базових видів ударів – 94%, ефективності тактичних дій – 92% та відсотку результативності – 94 %.

Висновки.

Систематичні тренувальні заняття, участь у змаганнях не тільки підвищують адаптацію інвалідів до умов життя, які змінилися, розширюють їх функціональні можливості, допомагають оздоровленню організму, але й сприяють виробленню координації в діяльності опорно-рухового апарату, кардіореспіраторної, травної систем, сприятливо діють на психіку інвалідів, мобілізують їх волю до боротьби з хворобою, повертають людям почуття соціальної повноцінності.

Пул вимагає розвитку таких фізичних якостей: координаційних здібностей, підвищення рівня загальної фізичної підготовленості, функціональних можливостей та інтелектуальних здібностей. У змаганнях з пулу спортсмени на інвалідних візках можуть виступати на рівні з іншими більярдистами. Та все ж існують вагомівідмінності змагальній діяльності спортсменів високого класу та більярдистами з вадами ОРА, як в організації та регламенті змагань, так і в техніко-тактичних показниках підготовленості.

Серед 16 кращих спортсменів чемпіонату Європи з пулу 2016 р., у 8 більярдистів з травмами хребта і спинного мозку на інвалідних візках було визначено середні значення оцінки техніки виконання базових видів ударів (73 %), ефективності тактичних дій (78 %) та відсотку результативності (76 %). У спортсменів без інвалідності було визначено наступні середні значення оцінки техніки виконання базових видів ударів – 94%, ефективності тактичних дій – 92% та відсотку результативності – 94%.

Література.

1. Гавриков К. В. Диагностика состояния опорно-двигательного аппарата: проблемы и пути решения / К. В. Гавриков // Волгоградская ГАФК: сборник материалов Международной научно-практической конференции (26 – 28 июня 2008 г.). – Волгоград, 2008. – С. 31–32.
2. Горбанюк С. О. Фізична реабілітація при порушеннях опорно-рухового апарату // методичні рекомендації 3-4 курсів денної форми навчання / Міжнародний економіко-гуманітарний університет ім. С. Дем'янчука. – 2-ге вид., зі змінами і доп. – Рівне: Тетіс, 2006. – 124 с.
3. Нагорна В. О. Использование бильярда как средства решения проблемы социальной, бытовой и профессиональной реабилитации для больных с травмами позвоночника и спинного мозга / В. О. Нагорная // Материалы IV Международной научной конференции студентов и молодых ученых «Актуальные вопросы спортивной медицины, лечебной физической культуры, физиотерапии и курортологии» – М., 2005. – С. 23–24.
4. Сунагатова Л. В. Влияние адаптивного спорта на социальную адаптацию инвалидов // Молодой ученый. — 2012. — №12. — С. 603-607.

НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС ЯК ЗАСІБ СОЦІАЛЬНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДЛЯ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ

Дорошенко Марія

Науковий керівник – Нагорна В.О., к.фіз.вих., доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Інвалідність як соціальне явище є проблемою кожної держави. Рівень івалідизації в Україні становить більше ніж 2,8 млн. осіб, тобто майже 6,1 % від загальної кількості населення. На превеликий жаль, кількість інвалідів в Україні щорічно зростає. Майже 80% людей з інвалідністю – це працездатні люди. Кількість дітей з інвалідністю перевищує 167 тис. осіб, це 2% від всього дитячого населення.

Щороку близько 700 інвалідів залучені до занять фізкультурно-спортивною реабілітацією, з них 300 осіб беруть участь у реабілітаційно-спортивних зборах для інвалідів, майже 100 осіб беруть участь у всеукраїнських оздоровчих таборах, близько 100 осіб беруть участь у таборах фізкультурно-спортивної реабілітації інвалідів.

Мета дослідження – узагальнення статистичних даних та визначення пріоритетних напрямів використання настільного тенісу як засобу соціальної реабілітації для осіб з інвалідністю в Україні.

Завдання дослідження:

1. На основі аналізу даних науково-методичної літератури визначити пріоритетні види спортивних ігор, які використовуються як засоби соціальної реабілітації для осіб з інвалідністю в Україні.

2. Здійснити аналіз статистичних даних щодо визначення пріоритетних напрямів в використанні настільного тенісу як засобу соціальної реабілітації для осіб з інвалідністю в Україні.

3. Розробити практичні рекомендації щодо шляхів вирішення проблем використання настільного тенісу як засобу соціальної реабілітації для осіб з інвалідністю в Україні.

Методи та організація дослідження. Для вирішення поставлених завдань було проведено аналіз та узагальнення спеціальної науково-методичної літератури, опитування, застосовані педагогічні методи, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. В Україні в спеціалізованих спортивних організаціях для інвалідів в усіх регіонах фізкультурно-спортивною роботою охоплено майже 5 084 тис. дітей-інвалідів: з вадами слуху – 2327 осіб; з вадами зору – 578 осіб; з ураженнями опорно-рухового апарату – 1462 особи та з вадами розумового і фізичного розвитку – 717 осіб.

Згідно з останніми статистичними даними, у всіх регіонах України функціонують 24 дитячо-юнацьких спортивні школи для інвалідів. Також у 9 областях, завдяки методичній та організаційній допомозі регіональних центрів з фізичної культури і спорту інвалідів «Інваспорт», при дитячо-юнацьких

спортивних школах функціонують додатково 24 відділення для дітей-інвалідів. Фізкультурно-спортивну та реабілітаційну роботу в дитячо-юнацьких спортивних школах для інвалідів здійснює 171 штатний тренер.

Станом на 2016 р. за статистичними даними серед спортсменів, які мають інвалідність 12 920 чоловік, спортивними іграми займаються 6587 осіб. Пріоритетні види спортивних ігор для спортсменів-інвалідів: настільний теніс, волейбол, баскетбол, бадмінтон, більярдний спорт, шахи, шашки, футбол. Достатньо високий відсоток спортсменів (25,5 %) з різними нозологіями інвалідності обирають саме настільний теніс, як основний вид тренувальної та змагальної діяльності (рис. 1). Одне з очевидних пояснень пріоритетного вибору настільного тенісу, як засобу соціальної реабілітації, це високий якісно-кількісний показник кадрового забезпечення спеціалістів, які проводять тренувальні заняття (рис. 2).

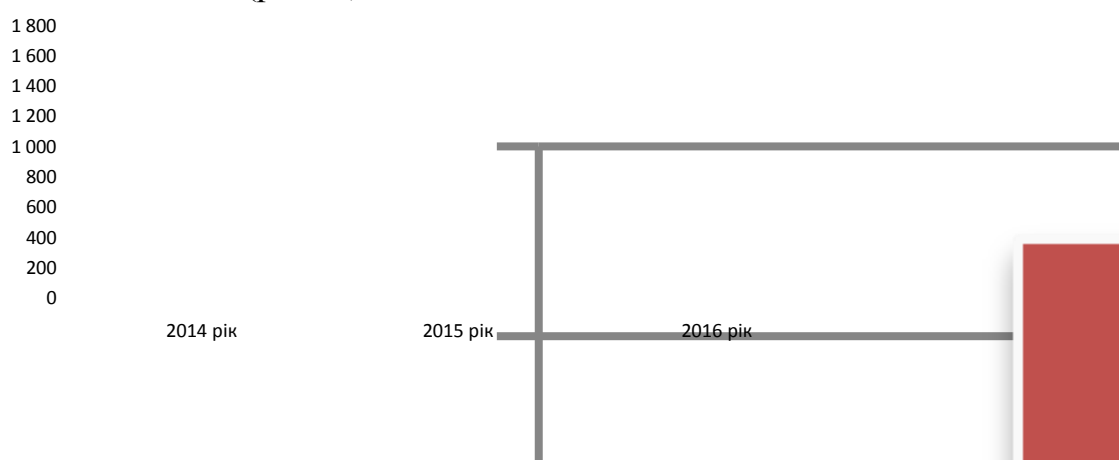


Рисунок 2. Кількість спортсменів-інвалідів, які займаються настільним тенісом

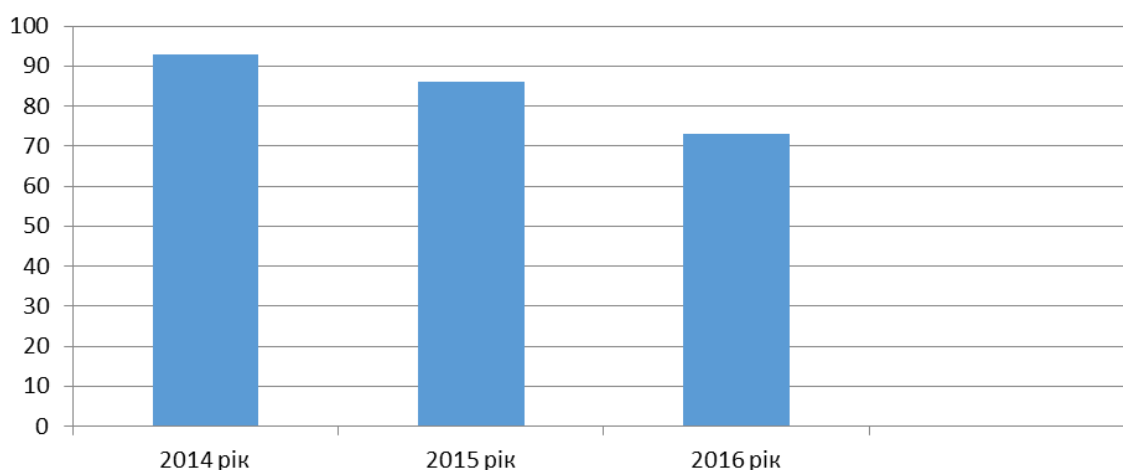


Рисунок 3. Кількість тренерів з настільного тенісу, які працювали зі спортсменами-інвалідами у 2014 – 2016 рр.

Методом експертних оцінок та опитування самих спортсменів з інвалідністю, нами були визначено основні проблемні питання сфери фізичної культури і спорту інвалідів:

Недостатній рівень проведеної роботи органами місцевої влади щодо збільшення кількості осіб з інвалідністю, залучених до активних занять фізичною культурою і спортом.

Не достатній рівень соціального захисту осіб, які постраждали внаслідок воєнного протистояння на Сході України, зокрема, один з найефективніших заходів з адаптації людей з інвалідністю до життя у суспільстві – фізкультурно-спортивна реабілітація.

У більшості федерацій спортивних ігор низький якісно-кількісний показник кадрового забезпечення спеціалістами, які можуть проводити тренувальні заняття для осіб з інвалідністю.

Тенденції до зниження, як показників кадрового забезпечення спеціалістами, які можуть проводити тренувальні заняття для осіб з інвалідністю, так і самих спортсменів, при очевидному збільшенні кількості осіб з інвалідністю в Україні за останні роки.

Практичні рекомендації щодо шляхів вирішення проблем використання настільного тенісу як засобу соціальної реабілітації для осіб з інвалідністю в Україні:

залучення до заходів фізкультурно-спортивної реабілітації українських воїнів, які отримали поранення під час виконання бойових завдань в зоні АТО, яке розпочав Національний комітет спорту інвалідів України спільно з Українським центром з фізичної культури і спорту інвалідів «Інваспорт»;

збільшення фінансування, необхідного для забезпечення функціонування регіональних центрів з фізичної культури і спорту інвалідів «Інваспорт» та інших закладів системи «Інваспорт», в тому числі фінансування, передбаченого на навчально-тренувальну роботу, створення необхідної матеріально-технічної бази для занять настільним тенісом у цих закладах;

сприяння функціонуванню діючих та утворення нових районних та міських центрів з фізичної культури і спорту інвалідів, фізкультурно-спортивних та фізкультурно-реабілітаційних клубів з базами для занять настільним тенісом для інвалідів;

вдосконалення механізму залучення дітей з інвалідністю до занять фізичною культурою і спортом;

здійснення заходів щодо забезпечення збереження мережі дитячо-юнацьких спортивних шкіл для інвалідів та сприяння відкриттю відділень для дітей-інвалідів при дитячо-юнацьких спортивних школах;

сприяння створенню безперешкодного доступу для інвалідів до об'єктів фізкультурно-спортивного та реабілітаційного призначення;

забезпечення вищими навчальними закладами випуску спеціалістів-тренерів для роботи у мережах дитячо-юнацьких спортивних шкіл для інвалідів та для груп дітей-інвалідів при дитячо-юнацьких спортивних школах;

забезпечення достатнього рівня фінансування для діяльності національних збірних команд України з видів спорту інвалідів;

забезпечення формування складу штатних збірних команд України серед спортсменів-інвалідів спортсменами-інструкторами високої спортивної майстерності та тренерами високопрофесійної кваліфікації;

забезпечення організації та проведення на високому рівні всеукраїнських спортивних змагань серед інвалідів;

здійснення заходів щодо поліпшення житлово-побутових умов спортсменам-інвалідам – членам збірних команд та кандидатам на участь у Паралімпійських та Дефлімпійських іграх та їх тренерам.

Висновки.

В Україні 12 920 спортсменів, які мають інвалідність, спортивними іграми займаються 6587 осіб, серед яких близько 1680 спортсмени обрали настільний теніс, як пріоритетний вид тренувальної та змагальної діяльності, тобто як основний засіб соціальної реабілітації. При цьому, спостерігаються тенденції до зниження, як показників кадрового забезпечення спеціалістами, які можуть проводити тренувальні заняття з настільного тенісу для осіб з інвалідністю, так і самих спортсменів, при очевидному збільшенні кількості осіб з інвалідністю в Україні за останні роки. Для вирішення проблем, які виникають при використанні настільного тенісу як засобу соціальної реабілітації для осіб з інвалідністю в Україні, нами було розроблено практичні рекомендації.

Література.

1. Горбанюк С. О. Фізична реабілітація при порушеннях опорно-рухового апарату /С. Ю. Горбанюк// метод. рекомендації 3-4 курсів денної форми навчання / Міжнародний економіко-гуманітарний університет ім. С. Дем'янчука. – 2-ге вид., зі змінами і допов. – Рівне : Тетіс, 2006. – 124 с.

2. Нагорна В. О. Использование бильярда как средства решения проблемы социальной, бытовой и профессиональной реабилитации для больных с травмами позвоночника и спинного мозга /В. О. Нагорная// Материалы IV Международной научной конференции студентов и молодых ученых «Актуальные вопросы спортивной медицины, лечебной физической культуры, физиотерапии и курортологии» – М., 2005. – С. 23–24.

3. Нагорная В., Бейдж М., Дорошенко М. Бильярд как средство социальной реабилитации для лиц с повреждениями позвоночника и спинного мозга / В. Нагорная, М. Бейдж, М. Дорошенко // Материалы Международного научного конгресса: «Спорт. Олимпизм. Здоровье». - Т. II / Кишинев, 5 - 8 октября. 2016 г. – 660 с. – С 522–526.

4. Сайт Міністерства молоді та спорту України: [Електронний ресурс] / Режим доступу до сайту : [http:// dsmsu.gov.ua/index/ua](http://dsmsu.gov.ua/index/ua)

ТЕХНІЧНА ПІДГОТОВКА СПОРТСМЕНІВ З ПОРУШЕННЯМИ СЛУХУ В РІЗНИХ ВИДАХ СПОРТУ

Ковтун Альона

Науковий керівник – Маринич В. Л., к. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Фізичне виховання і заняття спортом – найпотужніший засіб, який сприяє не тільки вихованню, зміцненню здоров'я, але і становленню соціальної адаптації, що вкрай важливо для осіб з інвалідністю в процесі самостійних систематичних тренувань та підготовки їх до активної і самостійної трудової діяльності. На сьогодні істотно підвищилася актуальність проблеми вдосконалення систем спортивного тренування спортсменів з інвалідністю, в тому числі з порушенням слуху. До того ж, протягом останніх років серед найсильніших спортсменів світу з ослабленим слухом значно зросла щільність результатів і загострилася конкуренція. У зв'язку з цим актуальними є дослідження, спрямовані на пошук шляхів підвищення результатів спортсменів з урахуванням систематизації спортивної підготовки і створення моделей техніки, які будуть ефективні для осіб з порушеннями слуху.

Мета дослідження – обґрунтування методів підвищення рівня технічної підготовки спортсменів з вадами слуху в різних видах спорту.

Методи та організація дослідження: вивчення і аналіз спеціальної та науково-педагогічної літератури, порівняння та зіставлення.

Результати досліджень та їх обговорення. В останні роки значно зросла увага до надання людям з інвалідністю можливостей для заняття спортом. В даний час в світовій спільноті склалося кілька напрямів функціонування адаптивного спорту, який модифікований або створений для задоволення особливих потреб осіб з відхиленням у стані здоров'я [2]. Найбільшого поширення і визнання світової громадськості отримали три напрями: паралімпійський, дефлімпійський і Спеціальних олімпіад [4]. Адаптивним спортом займаються п'ять основних категорій осіб з інвалідністю: з ураженням опорно-рухового апарату, зору, слуху, інтелекту та особи, які перенесли операції з приводу пересадки внутрішніх органів. З усіх вищезазначених категорій найбільший досвід з організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи мають люди з ураженням органів слуху [9]. Саме тому цю категорію спортсменів ми розглянемо більш детально.

Міжнародний спортивний рух людей з інвалідністю виник в 1924 р. після проведення перших Всесвітніх ігор глухих. Глухі спортсмени не беруть участь в Паралімпійських іграх, а проводять Дефлімпійські, тому що відносять себе до культурномовної меншості без фізичних і психічних порушень [5, 7].

Змагання серед атлетів з вадами слуху проводять за правилами, затвердженими Міжнародними спортивними федераціями. Виняток становлять

деякі зміни технічного характеру, пов'язані зі специфікою даного контингенту, що займаються (Башкіров, 2000; Бріскін, 2007).

Спортивні змагання, які входять в програму комплексних міжнародних змагань серед осіб з порушеннями слуху, представлені таблиця 1 [3].

Таблиця 1

Основні види адаптивного спорту для осіб з порушенням слуху

Група видів спорту	Види спорту
Олімпійські	Баскетбол, боулінг, бадмінтон, боротьба греко-римська, боротьба вільна, велосипедний спорт, волейбол, водне поло, гандбол, легка атлетика, спортивне орієнтування, плавання, настільний теніс, стрільба, теніс, футбол, хокей, лижі
Види спорту, що не входять в програму Олімпіади глухих	Армрестлінг, шахи, шашки

Технічна підготовка спортсменів з вадами слуху має свої особливості. Для таких людей характерні наступні порушення в руховій області, які необхідно враховувати при організації занять адаптаційної спрямованості:

- недостатньо точні координація і впевненість у рухах;
- відносна сповільненість при оволодінні руховими навичками;
- складність збереження статичної і динамічної рівноваги;
- низький рівень розвитку орієнтування у просторі;
- повільна швидкість виконання окремих рухів;
- низький рівень розвитку рухових якостей (особливо сили, спритності, витривалості);
- знижена швидкість зворотної реакції;
- нечітке зняття гальмівного впливу кори головного мозку [5].

У порівнянні з однолітками, що добре чують, юнаки з вадами слуху мають нижчий рівень розвитку основних фізичних якостей, які вимагають подальшого вдосконалення. Також слід зазначити, що система фізичного виховання у школах для слабочуючих, яка традиційно склалася, не забезпечує необхідного рівня розвитку фізичних якостей і не забезпечує належним чином процес фізичної реабілітації та соціальної адаптації людей з вадами слуху школярів [5, 6, 8].

Так, при освоєнні технічної підготовки в роботі зі слабкочуючими спортсменами необхідно дотримуватися принципу пріоритетності і послідовності (від простого до складного). У процесі застосування вправ треба використовувати принцип багаторазового повторення одного і того самого прийому.

В процесі аналізу науково-методичної літератури виокремлено особливості технічної підготовки спортсменів в різних видах спорту, а саме в настільному тенісі, баскетболі, дзюдо, лижних гонках.

Наприклад, при оволодінні технікою гри в настільний теніс необхідно дотримуватися певної послідовності.

1. Розучування правильної хватки, жонгливання м'ячем, імітація зрізу справа і зліва, відпрацювання цих елементів близько до тренувальної стінки, освоєння техніки переміщення.

2. Удосконалення зрізок і накатів на столі в різних напрямках і поєдинках, засвоєння подач праворуч і ліворуч без обертання, закріплення техніки переміщення біля столу.

3. Оволодіння зрізками справа і зліва, подача зі складним обертанням, розучування техніко-тактичних комбінацій, вдосконалення накатів справа і зліва по підрізуванню.

4. Засвоєння топ-спини праворуч і ліворуч, подальше вдосконалення раніше засвоєних технічних прийомів і техніко-тактичних комбінацій.

5. Закріплення і подальше вдосконалення техніки і тактики гри в ігрових вправах, іграх на рахунок, змаганнях.

З метою кращого формування у слабкочуючих учнів уявлення про характер досліджуваного руху під час переходу до освоєння техніки ударів слід використовувати наочність: навчальні фільми, перегляд змагань з настільного тенісу, проведення спільних занять з настільного тенісу за участю спортсменів з вадами слуху та їх здоровими однолітками шляхом використання змагального методу [8, 9, 10].

При освоєнні технічних прийомів в настільному тенісі на початковому етапі навчання краще застосовувати імітаційні вправи і вправи на тренажерах. Імітаційні вправи допомагають правильно засвоїти структуру руху в цілому і окремих його фаз [8].

Розглянемо особливості технічної підготовки баскетболістів. Техніка баскетболу має два великі розділи: техніка нападу і техніка захисту. Дії в нападі включають техніку пересування і техніку володіння м'ячем, а техніка захисту – пересування, відбирання м'яча і протидія.

На початковому етапі навчання спортсменів з порушенням слуху необхідно:

- а) прищепити правильні навички ігрових дій гри;
- б) виховати навички виконання ігрових дій, що складаються з прийомів;
- в) навчити застосовувати вивчені прийоми та ігрові дії в найпростіших умовах гри [1].

З цією метою необхідно підбирати вправи для індивідуального вдосконалення таких дій, як передача і ловіння м'яча, ведення і кидки м'яча у кошик (Ельфимова, 2006). Для глухих дітей потрібна демонстрація прийомів, яка доповнюється демонстрацією наочних посібників (плакатів, фільмів, схем і т. д.). Вивчення елементів техніки необхідно починати стоячи на місці з подальшим виконанням його при ходьбі і бігу, удосконалювати в різних змінах смуги, давати додаткові завдання перед виконанням рухових дій. Для кращого засвоєння можна проводити ігри з баскетболу разом зі здоровими дітьми [1].

Також відзначається ефективність спільного навчально-тренувального процесу в дзюдо за трьома напрямками.

1. Спільне проведення навчально-тренувальних занять (за загальною програмою) дзюдоїстів – здорових і з порушеннями слуху. Але цей напрям був менш ефективним, тому що при навчанні техніко-тактичних дій і вдосконаленні в них спортсмени з порушенням слуху механічно копіюють прийоми без логічного осмислення, яке необхідно для більш успішного освоєння рухової дії. Також ці спортсмени швидше втомлюються, і через настання фізичного і психічного стомлення їм не вистачає часу на відновлення.

2. Паралельне проведення навчально-тренувальних занять, з поділом по групах: фізично здорових дзюдоїстів і з порушеннями слуху. Дана організація процесу дозволяє знизити інтенсивність тренувального навантаження, більш докладно пояснити цілі та завдання певних завдань. Спортсмени з вадами слуху, спостерігаючи за виконанням прийомів фізично здоровими дзюдоїстами, оцінюють швидкість і техніку проведення кидків, а також вчаться долати втому. Дзюдоїсти з відхиленнями слуху прагнуть відповідати рівню фізичної та техніко-тактичної підготовленості фізично здорових дзюдоїстів.

3. Проведення навчально-тренувальних занять спортсменів з вадами слуху за спеціальною програмою із залученням фізично здорових дзюдоїстів. Цей напрям виявився найбільш ефективним. Даний процес підготовки організований і спланований з урахуванням фізичних, розумових і психічних особливостей спортсменів з порушеннями слухового апарату. Процес навчання і вдосконалення відпрацювання прийомів здійснюється на фізично здорових дзюдоїстах, які стежать за правильною технікою виконання рухів. В результаті цього у тренера з'являється більше часу для індивідуальної роботи з кожним, хто займається [7, 9, 10].

У лижних гонках також є свої особливості при підготовці спортсменів з порушеннями слуху. В науковій літературі описаний метод, де практично на кожному занятті проводиться відеозйомка техніки лижників-гонщиків з порушеннями слуху при пересуванні на лижах взимку або на лижороллерах влітку [8]. Після цього проводяться збори, і тренер кожному спортсмену вказує на його помилки в техніці. Також на кожному занятті велика увага приділяється імітаційним вправам, спрямованим на розвиток стійкості і рівноваги, необхідних при пересуванні на лижах. Як було відзначено головними тренерами дефлімпійської збірної команди України з лижних гонок Г. А. Глазко і А. Ю. Глухих, необхідний індивідуальний підхід до кожного спортсмена, що враховує його відхилення у стані здоров'я, а також залучення здорових спортсменів для показу елементів техніки пересування на лижах.

Висновки.

Аналіз спеціальної та науково-методичної літератури показав, що стрімкий розвиток адаптивного спорту позитивно впливає на соціальну адаптацію в суспільстві людей з обмеженими можливостями.

При розгляді технічної підготовки спортсменів з вадами слуху в окремих видах спорту було виявлено певні особливості: навчання нових рухових дій або

технічних елементів необхідно здійснювати від простого до складного з багаторазовими повтореннями, і супроводжувати показом фільмів, схем і т.п. Також треба враховувати стан здоров'я кожного спортсмена, їх фізичний і психічний стан індивідуально. Ефективно впливає на підготовку спортсменів з вадами слуху навчально-тренувальний процес, який передбачає проведення занять з залученням фізично здорових спортсменів.

Література.

1. Байкина Н. Г. Диагностика и коррекция двигательной сферы у лиц с нарушениями слуха / Н. Г. Байкина. – Запорожье: ЗГУ, 2003 – 232 с.
2. Винник Д. П. Адаптивное физическое воспитание и спорт / Д. П. Винник. – К.: Олимп. лит., 2010 – 608 с.
3. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова М. – Сов. спорт, 2000 – 240 с.
4. Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры / С. П. Евсеев. – М.: Советский спорт, 2005. – 296 с.
5. Евсеев С. П. Теория и организация адаптивной физической культуры / С. П. Евсеев. – М.: Сов. спорт, 2009. – 448 с.
6. Історичні, організаційні та соціальні аспекти розвитку спорту інвалідів : навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту / С. Ф. Матвеев, Ю. А. Бріскін, І. О. Когут [та ін.]. – К. : Асконіт, 2011. – 250 с.
7. Кадочкин А. Н. Эффективность совместных учебно-тренировочных занятий физически здоровых дзюдоистов и спортсменов с нарушениями слуха \ А. Н. Кадочкин, Р. В. Валеев, Л. Е. Савиных // Теория и практика физ. культуры, 2011, № 8, С. 86 – 88.
8. Колишкін О. В. Адаптивне фізичне виховання слабочуючих учнів спеціальної школи / О. В. Колишкін. – Суми, 2003, 156 с.
9. Мишарина С. Н. Шелков О.М, Евсеев С.П. Особенности подготовки элитных спортсменов в паралимпийских видах спорта / С. Н. Мишарина О. М Шелков, С. П. Евсеев – СПб: Спорт и здоровье, 2005. – С. 188-189.
10. Осколкова Е. А. Роль адаптивного физического воспитания в системе профессиональной адаптации инвалидов с нарушением слуха \ Е. А. Осколкова, Н. О. Рубцова // Теория и практика физ. культуры 2008. – № 1 – С. 14.

РОЛЬ ХАРЧУВАННЯ ПРИ ПІДГОТОВЦІ СПОРТСМЕНІВ З ІНВАЛІДНІСТЮ

Маслов Андрій

Науковий керівник – Козут І. О., д. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. З плином часу заняття спортом набирає все більшої популярності та охоплює все ширшу категорію людей. Серед них особливої уваги потребують люди з вадами зору. Для них інтенсивні навантаження можуть бути шкідливими і навіть погіршити стан здоров'я. При даній патології важливим є правильно підібраний раціон харчування, застосування додаткових знань і вправ. На сучасному етапі розробляються спеціальні програми для смартфонів, однією з яких є “glassesoff”[12]. Вона дозволяє покращити зір за допомогою вправ для очей і є зручною у використанні. У роботі приділено увагу важливості ролі якісного харчування для відновлення зору, покращення загального стану спортсменів та їх спортивних результатів. Ця проблема потребує подальшого вивчення для розроблення більш чітких рекомендацій для осіб з інвалідністю.

Мета дослідження – підвищення ефективності тренувальних програм шляхом підбору раціону харчування спортсменів з вадами зору.

Завдання дослідження:

1. Визначити найефективніші чинники для адаптації зору спортсменів.
2. Скорегувати раціон харчування відповідно до потреб спортсменів з вадами зору.
3. Розкрити роль харчування у відновленні зору.

Методи та організація дослідження: анамнез, клінічні та математичні методи дослідження, теоретичний аналіз і узагальнення літературних видань та інтернет-джерел.

Результати дослідження та їх обговорення. У сучасному паралімпійському спорті роль раціонального харчування є важливою у процесі тренування необхідно, щоб раціон забезпечував потреби організму в енергії, поживних речовинах, вітамінах і мікроелементах.

Спортивне харчування спрямоване на корекцію параметрів гомеостазу та реактивності організму. Потреби спортсменів у нутрієнтах помітно відрізняються від потреб осіб, які не зазнають впливу інтенсивних фізичних навантажень. У спортсменів збільшується потреба організму у вітамінах і мікроелементах, а їх недостатність суттєво знижує фізичну працездатність, силу та витривалість [4, 6].

Для спортсменів з вадами зору, насамперед, необхідне вживання продуктів, що містять вітаміни А, Е, С та мікроелементи Se, Zn [7]. Їх потреба може корелювати залежно від віку, статі, інтенсивності навантажень, індивідуальних особливостей організму [4]. Нормалізація балансу харчування опосередковано впливає на нормалізацію зору за рахунок поліпшення функцій

нервової та кровоносної систем. Стан очей та гострота зору також залежить від роботи кишечника. У разі порушення його функцій їжа перетравлюється та засвоюється неправильно, погіршується всмоктування вітамінів, перш за все вітамінів А і D, що впливає на загальний стан людини, так і стан органу зору зокрема[7]. Слід звернути увагу, що вживання вітамінів у дозах, які суттєво перевищують фізіологічну потребу, може призводити до небажаних ефектів, а в деяких випадках, до серйозних патологічних розладів. Особливо небезпечним є передозування вітамінів D та А [3, 5]. Слід звернути увагу на термічне оброблення, якість, умови та тривалість зберігання продуктів, оскільки ці фактори можуть суттєво знизити вміст корисних елементів (рис. 1). Треба розуміти, що вітаміни та мікроелементи краще засвоюються в різні проміжки часу: жиророзчинні вітаміни – зранку, мікроелементи – ввечері [6].

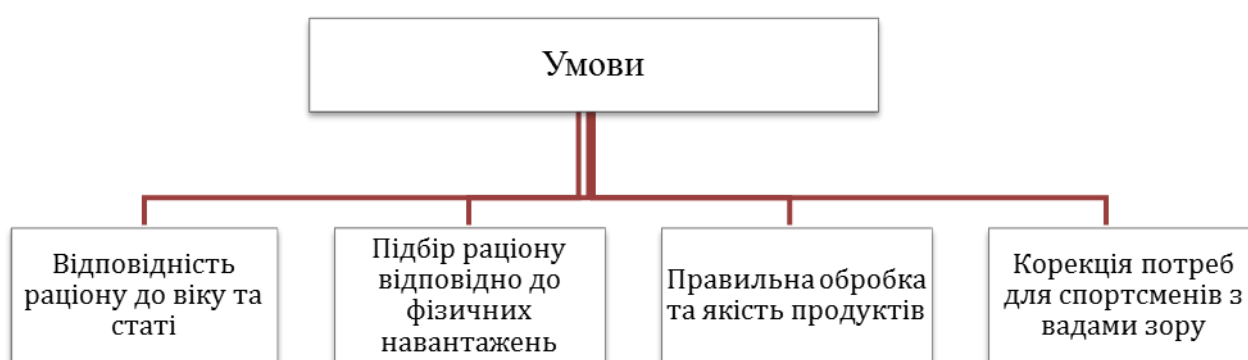


Рисунок 1. Умови забезпечення адаптивного харчування для спортсменів з вадами зору.

В дослідженні харчового раціону брали участь спортсмени класів В2 і В3: до класу В2 належать спортсмени, що можуть бачити рухи руками на відстані до 2 м; В3 – від 2 до 6 м. Поле зору спортсменів знаходиться в діапазоні від 5 до 20 градусів. Спортсмени групи В1, які мають проблеми з світлочутливістю, до групи дослідження не входили [2].

Під час фізичних навантажень в організмі додатково утворюються вільні радикали, тому необхідною є більша кількість антиоксидантів для їх нейтралізації. Вітаміни А, Е, С та мікроелемент Se є головними антиоксидантами в організмі людини. Разом з цинком вони є найважливішими компонентами для відновлення зору. Саме тому спортсменам з вадами зору особливу увагу слід звертати на достатню кількість у раціоні продуктів з вмістом цих нутрієнтів [6].

Вітамін А (ретинол) - належить до жиророзчинних вітамінів. В організмі він підтримує процеси розмноження і росту клітин, імунний статус, грає важливу роль в окисно-відновних реакціях, синтезі життєво необхідних речовин для функціонування органів зору [6]. Вітамін А відіграє вирішальну роль у процесах світлової та темної адаптації. Він бере участь у синтезі зорових пігментів сітківки ока – родопсину і йодопсину, які регулюють адаптацію ока до світла й темряви, а також впливає на колірний зір [3]. Крім

того, вітамін А сприяє зволоженню рогівки ока, а при його дефіциті виникає небезпека запалення слизової оболонки ока – кон'юнктивіту, і навіть хронічної сухості очей – ксерофтальмії [5]. Антиоксидантна дія ретинолу виявляється також у тому, що він значно посилює антиоксидантну дію вітаміну Е [3]. Отже, вітамін А бере участь у процесах відновлення будь-якої функції очей. Також для спортсменів він може бути ергогенним [8, 9].

Вітамін Е – антиоксидант, який локалізується здебільшого в мембранах клітин і субклітинних органелах [3]. Завдяки своїм властивостям дезактивувати активні радикали він запобігає окисленню ненасичених ліпідів і мембран, захищаючи їх від руйнування в умовах фізичних навантажень [1]. Він необхідний для регенерації тканин, забезпечує нормальне згортання крові, зміцнює стінки судин, запобігає їх підвищеній ламкості та проникності [5].

Вітамін С – посилює антиоксидантну дію селену, стабілізує вітамін Е, який легко руйнується, а вітамін Е в свою чергу посилює антиоксидантну дію вітаміну С [5]. Він прискорює відновлення зорових пігментів у сітківці, бере участь у регенерації тканин, у процесах синтезу колагену, кателохамінів, нормалізує проникність капілярів, регулює вуглеводний обмін, має протизапальну дію, поліпшує здатність організму засвоювати кальцій, виводить токсини, захищає організм від інфекцій [3, 5].

Мікроелемент Zn міститься в сітківці, судинній оболонці та райдужці, а також у більше ніж у 200 ферментах і в структурі гормонів виличкової залози, активує синтез і фізіологічну дію інсуліну, бере участь у процесах кровотворення, регулює функції нервової системи, нормалізує процеси травлення та прискорює окислення жирів [5, 10]. Спільно з вітаміном А впливає на гостроту зору, смакове сприйняття та нюх [6].

Мікроелемент Se – сильний антиоксидант, який захищає внутрішньоклітинні структури тканин ока від дії вільних радикалів, посилює імунітет, активує вітамін Е, запобігає м'язовій дистрофії серця, нейтралізує токсини, стимулює синтез гемоглобіну, входить до складу більшості гормонів, ферментів і деяких білків, стабілізує роботу нервової та ендокринної систем [5,10]. В умовах дефіциту селену відбувається погіршення зору.

Для спортсменів у процесі тренувань і змагань важливо швидко відновлюватися за рахунок споживання якісних продуктів харчування. Користь дієти полягає у тому, що у ній збалансовані як прооксиданти, так і інші необхідні сполуки. Крім того, у продуктах необхідні елементи містяться в природних комбінаціях і діють найефективніше.

Для оцінки можливості забезпечити організм необхідними нутрієнтами було досліджено вміст вітамінів та мікроелементів у харчових продуктах і вітамінних комплексах (табл. 1). У ній відображено вміст необхідних нутрієнтів у харчових продуктах, вітамінному комплексі для очей “Лютеїн-комплекс”, комплексі для спортсменів “Animal pak” та середня добова потреба для дорослої людини рекомендована МОЗ України. Ураховуючи дані таблиці, можна з впевненістю констатувати, що застосування додаткових комплексів вітамінів не є ефективнішим та обов'язковим, ніж правильно підібраний

індивідуальний раціон харчування. Добову потребу організму спортсмена з патологією органів зору можна компенсувати за рахунок корекції харчового раціону.

Таблиця 1

Порівняльний аналіз вмісту вітамінів і мікроелементів у харчових продуктах і вітамінних комплексах

Назва вітаміну	Вміст вітаміну у натуральних продуктах харчування, у 100 г	Вміст вітаміну у “Лютеїн-комплексі”	Вміст вітаміну у комплексі вітамінів “Animal pak”	Середня добова потреба вітаміну
А – ретинол (в рослинах каротин)	Печінка куряча – 12 мг, печінка яловича – 8,2 мг, калина – 2,5 мг, часник – 2,4 мг, масло вершкове – 0,59, капуста броколі – 0,39 мг	1 100 000 мкг	9900 мкг	1000 мкг
Е – токоферол	Обліпіха – 5 мг, шипшина – 3,8 мг, волоський горіх – 2,6 мг, шпинат – 2,5 мг, судак – 1,8 мг, вівсянка – 1,7 мг	15 мг	0,3 мг	15 мг
С – аскарбінова кислота	Шипшина – 1000 мг, солодкий перець – 250 мг, чорна смородина / обліпіха – 200 мг, апельсин – 60 мг, шпинат – 55 мг	100 мг	1000 мг	70 – 80 мг
Se – селен	Печінка індича – 71 мкг, печінка качина – 68 мкг, восьминіг – 44,8 мкг, яйце – 31,7 мкг, кукурудза – 30 мкг, рис – 28,5 мкг, квасоля – 24,8 мкг, ячна крупа – 22,1 мкг	15 мкг	50 мкг	50 – 70 мкг
Zn – цинк	Печінка куряча – 6,6 мг, кедрові горіхи – 4,28 мг, арахіс – 3,27 мг, яловичина – 3,24 мг, квасоля – 3,21 мг, горох – 3,18 мг, свинина – 3 мг, пшениця – 2,8 мг, гречка – 2,77 мг, вівсянка – 2,68 мг	5 мг	30 мг	12 – 15 мг

Висновки. В умовах фізичного навантаження надзвичайно важливо відновлювати гомеостаз організму за рахунок повноцінного харчування та режиму дня. Також необхідно домогтися поліпшення функцій організму спортсменів з інвалідністю за рахунок правильно підбраного раціону та дотримання режиму харчування. Порівнюючи вміст вітамінів і мікроелементів

у харчових продуктах та вітамінних комплексах, можна дійти висновку, що найбільш оптимальним способом компенсації добових потреб необхідних нутрієнтів є здорове харчування.

Знаючи функції вітамінів і мікроелементів, що входять до складу продуктів, можна скорегувати раціон відповідно до потреб кожної людини. Правильно підібравши харчовий раціону можна не тільки покращити загальний стан і фізичну витривалість, а й поліпшити зір і захистити очі від впливу негативних факторів, що виникають внаслідок фізичних навантажень. Загальні вітамінні комплекси для спортсменів та спеціальні для зору не призначені для постійного використання, їх призначають курсами для відновлення дефіциту необхідних елементів в організмі. Вживання вітамінів і мікроелементів у високих дозах створює додаткове навантаження на внутрішні органи, оскільки вони не засвоюються повністю. Тому постійне вживання препаратів не рекомендовано і може призвести до небажаних наслідків.

У тяжких умовах постійної конкуренції між спортсменами за найкращий результат тренерам і спортсменам необхідно чітко розуміти роль раціонального харчування і приділяти йому належну увагу. Насамперед цей фактор допоможе покращити рівень здоров'я спортсмена з вадами зору, що неодмінно сприятиме досягненню нових рекордів і перемог.

Література.

1. Гаубер-Швенк Г., Харчування dtv-Atlas: пер. з нім. / Г. Гаубер – Швенк, М. Швенк. – К. : Знання-Прес, 2004. – 183 с.
2. Історичні, організаційні та соціальні аспекти розвитку спорту інвалідів: [навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту з Грифом МОН] / [С. Ф. Матвеев, Ю. А. Бріскін, І. О. Когут та ін.] – К. : Асконіт, 2011. – 250 с.
3. Морозкина Т. С. Витамины: краткое руководство для врачей и студентов мед., фармацевт. и биол. спец. – Т. С. Морозкина, А. Г. Мойсеенок. – Минск : ООО «Асар», 2002. – 112 с.
4. Роземблум К.А. Харчування спортсменів : Посібник для професійної роботи з фізично підготовленими людьми / за загальною редакцією К.А.Роземблум. – К.: Олімпійська література, 2014. – 535 с.
5. Смирнов В. А. Витамины и коферменты: учебное пособие. / В. А. Смирнов, Ю. Н. Климочкин. – Ч. 2. – Самара : Самар. гос. техн. ун-т, 2008. – 91 с.
6. Сокрут В. М. Спортивна медицина : підручник для студентів і лікарів / за заг. ред. В. М. Сокрута. – Донецьк : «Каштан», 2013. – 472 с.
7. Стрельникова Н. Еда, которая лечит зрение. – СПб. : Изд. «Веды», 2010. – 288 с. – (Образ жизни – здоровье).
8. Oslon J. A. Vitamin A, retinoids, and carotenoids / J. A. Oslon, M. Shike, M. E. Shils, eds. // Modern Nutrition in Health and Disease. – 8th ed. – Philadelphia, Penn: Lea & Febiger; 1994: 287 – 307.
9. Stacewicz-Sapuntzakis M. Vitamin A and carotenoids. / J. A. Driskell, I. Wolinsky. eds. // Sports Nutrition. – Boca Raton, Fla: CRC Press; 1997: 101 – 109.

10. <http://edaplus.info/>
11. http://www.moz.gov.ua/ua/portal/dn_19991118_272.html
12. <http://www.glassesoff.com/>

ЭТИЧЕСКИЕ ТРУДНОСТИ РАЗВИТИЯ АДАПТИВНОГО СПОРТА В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

Мирошниченко Богдан

Научный руководитель – Козут И. А., д. физ. восп., доцент

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,
Киев, Украина

Актуальность. На сегодняшний день, Паралимпийские игры – это самые популярные соревнования для людей с инвалидностью. Отстранение от участия в Играх одной из ведущих команд в полном составе сопровождалось выявлением фактов, порочащих принципы олимпизма. Установлено, что ведущие спортсмены США и России принимают допинг и это покрывается спортивными чиновниками. Однако на современном этапе развития адаптивного спорта возникают новые тенденции, обусловленные социально-экономическими и политическими обстоятельствами развития общества, что и определяет актуальность работы. В результате анализа литературы выявлено значительное количество публикаций, посвященных проблемам применения двойных стандартов Всемирным антидопинговым агентством, проблеме допинга в современном спорте и реализации направлений борьбы с ними [5, 7, 8]; изучены особенности деятельности адаптивного спорта и тенденции его развития [3, 4].

Цель исследования – анализ этических проблем развития современного адаптивного спорта на примере Паралимпийских игр 2016 года в Рио-де-Жанейро.

Задачи исследования:

1. Проанализировать деятельность Всемирного антидопингового агентства (ВАДА) в отношении дисциплинарных наказаний и допинг-контроля.
2. Определить перспективы развития паралимпийского спорта в условиях политической борьбы.
3. Охарактеризовать психологическое влияние отстранения паралимпийской команды России на общественное мнение.

Методы и организация исследования: методы теоретического исследования – логический, системный, когнитивный; математической статистики; анализ печатных и электронных источников.

Результаты исследования и их обсуждение. При первом взгляде на любое явление и перед тем как составить о нем определенное мнение, чтобы в последующем принимать по нему какие-то решения, важно обратиться к своду нравственных законов и определить, противоречат ли они каким-то пунктам. Так, братья Кличко пообещали матери никогда не драться друг против друга и выполнили свое обещание [1].

Борьба с допингом имеет исключительно положительный характер, так как дает надежду на будущее здоровое поколение, а резонансные события, происходящие в спортивной жизни, способны повлиять на тренеров, и на спортсменов в их отношении к употреблению запрещенных препаратов.

Вследствие отстранения сборной команды Российской Федерации от участия в Паралимпийских играх, с 8 по 9 сентября прошли Открытые Всероссийские соревнования по видам спорта, включенным в программу Паралимпийских игр. В соревнованиях приняли участие все 266 российских спортсменов, завоевавших квоты на участие в XV летних Паралимпийских играх в Рио-де-Жанейро. В ходе соревнований российские паралимпийцы показали 25 результатов, превышающих мировые рекорды: 12 в плавании, 12 в легкой атлетике и 1 в пулевой стрельбе [2].

Национальная сборная команда Российской Федерации была исключена из числа участников Паралимпийских игр решением Международного паралимпийского комитета. Основанием стал доклад ВАДА и собственно расследование, проведенное комиссией во главе с Ричардом Маклареном. В нем отмечается, что российские спортсмены имели возможность принимать допинг и одновременно участвовать во всех соревнованиях.

Началось с того, что две российские легкоатлетки снялись в немецком фильме, где они подробно рассказали о процедурах применения запрещенных препаратов и методиках их сокрытия. Так, из их слов следует, что существует технология подмены допинговых проб, а также возможность скрыть нарушения в биологическом паспорте спортсмена посредством материального обогащения функционеров Всероссийской федерации легкой атлетики. Полученные сведения вызвали резонанс в мире: ВАДА создала комиссию, которая изучала достоверность информации.

В результате проверки было выявлено, что имела место системная работа, направленная на оптимизацию анализов российских спортсменов под требуемые нормы. Большую часть сведений по этому делу предоставил Григорий Родченков – экс-глава московской антидопинговой лаборатории. В докладе присутствует информация о коктейле Родченкова, который он прописывал спортсменам. Смесь состояла из трех стероидов в комбинации с алкогольными напитками (для мужчин – с виски, для женщин – с мартини) в пропорции один к одному. Перед тем как его выпить, коктейль необходимо было держать под языком, поскольку допинг быстрее впитывается через слюнные железы, а срок его выведения – сокращается [9].

Механизм подмены проб во время зимних Олимпийских игр 2014 г. в Сочи имел засекреченный характер. Операция по фальсификации результатов допинг-контроля заранее планировалась и тщательно готовилась. В антидопинговый центр был внедрен сотрудник ФСБ. Он занимался проблемой вскрытия закрытых емкостей для хранения анализов. Было объявлено, что этот человек находится здесь «для защиты лаборатории». За несколько недель до зимних Олимпийских игр Григорию Родченкову была продемонстрирована прежде запечатанная бутылочка, которая была открыта, а ее крышечка с уникальным номером не была повреждена [10]. Непосредственно в Сочи, ночью, в лаборатории антидопингового центра работала команда специалистов. Штатный слесарь-водопроводчик, по совместительству офицер ФСБ – Евгений Блохин, осуществлял подмену образцов анализов. Затем, убедившись, что

освещение выключено, Родченков с коллегой производили «зачистку». Содержимое старых проб выливалось, бутылочки мылись, сушились фильтровальной бумагой и наполнялись «чистым» реагентом. Команда работала до рассвета.

С целью проверки показаний Родченкова, ВАДА случайным образом отобрала 11 контейнеров с анализами российских спортсменов из 95, упомянутых в списках на подмену проб и попавших на хранение в Лозанну. На всех 11 образцах обнаружили царапины на внутренней стороне крышки, что свидетельствует «о возможной подмене мочи». Согласно заключению, царапины на российских образцах были «незаметны для нетренированного глаза, но ясно видны под микроскопом».

Что же касается паралимпийского спорта и его причастности к этому прецеденту, то в докладе Макларена говорилось о 35 положительных допинг-пробах, взятых у российских паралимпийцев и бесследно исчезнувших в период с 2011 по 2015 гг. За что и отстранили всю сборную команду.

Проникновение допинга в адаптивный спорт свидетельствует о смещении акцента с социальной инклюзии на удовлетворение эгоистических амбиций чиновников и тренеров. Эти инициативы – кощунственны, потому как могут привести к вторичной инвалидности спортсменов и без того имеющих проблемы в развитии.

Суд немецкого города Бонн, где расположена штаб-квартира Международного паралимпийского комитета (IPC), отклонил иск десяти российских паралимпийцев с просьбой допустить их к участию в Паралимпиаде в Рио-де-Жанейро. Затем Верховный суд федеральной земли в Дюссельдорфе (Германия), рассматривавший апелляцию 94 российских атлетов на решение Земельного суда Бонна об отказе в принятии срочных временных мер по допуску на Паралимпийские игры в Рио-де-Жанейро, принял решение апелляцию отклонить [6].

Решение было принято и исполнено. Это привело к снижению конкуренции во всех видах спорта. Спортсмены, которые готовились к Паралимпийским играм, не смогли принять в них участие. Такое урегулирование ситуации, учитывая ограниченность спортивной жизни в некоторых паралимпийских классах, отобрало мечту всей жизни у сотен атлетов. На протяжении последнего десятилетия сборная команда России показывала высокие результаты на международных соревнованиях в частности на Паралимпийских играх (табл. 1).

После отстранения российских спортсменов, освободившиеся лицензии оказались довольно востребованы. Они были перераспределены между другими странами-участницами. Больше всех дополнительных квот досталось команде США – 22, Украине – 17, Австралии – 9, по 7 – Великобритании и Канаде. Команда Азербайджана отказалась от дополнительной квоты, так как они считают недопуск паралимпийцев несправедливым по отношению к спортсменам с инвалидностью.

Таблица 1

**Результаты выступления сборной команды Российской Федерации
на летних Паралимпийских играх**

Год	Медали			Всего	Место в общекомандном зачете
	золото	серебро	бронза		
1996	9	7	11	27	16
2000	12	11	12	35	14
2004	16	8	17	41	11
2008	18	23	22	63	8
2012	36	38	28	102	2

Российский телеканал Матч-ТВ отказался от трансляции Паралимпийских игр в Бразилии. Вместо этого он показал соревнования, прошедшие в Подмосковье. Болельщики не увидели состязания спортсменов на международной арене, но они наверняка усвоили, что несмотря на обстоятельства, важно оставаться стойким и сильным духом. Спортсмены на этих соревнованиях показали высочайшую психологическую подготовку и, невзирая на изоляцию, продемонстрировали волю к победе и силу характера.

Возможно, своим решением Международный паралимпийский комитет нарушил свойственную ему социально-гуманистическую функцию на 1/6 части суши. В тоже время, отсутствие рычагов воздействия, направленных на профилактику и воздержание от допинга, требует скорейшего их изобретения и внедрения в практику. Необходим нравственный рост и просвещение участников спортивной индустрии. Дисквалификация работает только на последнем этапе наказания спортсмена за нарушение антидопингового законодательства, а необходимо работать на опережение, заранее предупреждать возможность применения запрещенных веществ.

Выводы.

1. Отстранение паралимпийской сборной команды России от Паралимпийских игр, с учетом фактов нарушения антидопингового кодекса – объективно и сомнению не подлежит.

2. В условиях политической борьбы, при изменении экономического и социального строя, перспективы развития паралимпийского спорта зависят от принятия решений, направленных на поддержание гуманизма в обществе. Борьба с допингом должна носить повсеместный характер.

3. Дисциплинарные санкции, направленные на контроль, позволяют установлению правильных предпосылок к дальнейшим действиям участников спортивного движения. Наказание способствует выработке социально

приемлемой модели поведения, побуждает к внутренним положительным изменениям.

Литература.

1. Виталий Кличко: «Я никогда не буду драться с братом – ради нашей мамы». – [Электронный ресурс] // Режим доступа : <https://regnum.ru/news/sport/1466330.html>

2. Завершены открытые всероссийские соревнования по видам спорта, включенным в программу Паралимпийских игр. – [Электронный ресурс] // Режим доступа : http://paralymp.ru/press_center/news/sport-ru/zaversheny_otkrytye_vserossiyskie_sorevnovaniya_po_vidam_sporta_vklyuchennym_v_programmu_paralimpiys/

3. Когут І. О. Соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури в Україні : монографія / І. О. Когут. – Львів : СПОЛОМ, 2015. – 284 с.

4. Матвеев С. Адаптивный спорт и олимпийское движение / С. Матвеев, И. Когут, Л. Шульга // Наука в олимпийском спорте. – 2006. – 1. – С. 10–13.

5. Платонов В.Н. Допинг и борьба с ним в современном спорте: взгляд на проблему // Спорт. медицина. – 2003. – №1. – с.43–64.

6. Суд Бонна отклонил иск десяти российских паралимпийцев на недопуск в Рио. – [Электронный ресурс] // Режим доступа : <https://russian.rt.com/article/319698-sud-bonna-otklonil-isk-10-rossiiskih-paralimpiicev>

7. Хотц А. «Допинг и этика». // Наука в олимпийском спорте. – 1999. – №2. – С. 11–15.

8. Шмитт П. Этика. Образование. Средства информации. // Наука в олимпийском спорте. – 1999. – №2. – С. 13–18.

9. 10 фактов, которые нужно знать о докладе Ричарда Макларена. – [Электронный ресурс] // Режим доступа : <http://www.kp.ru/daily/26558.4/3574550/>

10. The New York Times: Как на Олимпиаде в Сочи работала тайная допинговая лаборатория. – [Электронный ресурс] // Режим доступа : <https://openrussia.org/post/view/14989/>

АНАЛИЗ СОСТАВА КОМАНД В БАСКЕТБОЛЕ НА КОЛЯСКАХ ПО ФУНКЦИОНАЛЬНЫМ КЛАССАМ ИГРОКОВ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ

Мишин Максим

Харьковская государственная академия физической культуры,
Харьков, Украина

Актуальность. Функциональная классификация в спорте инвалидов имеет огромное гуманистическое, морально-этическое и спортивное значение, которая осуществляется в соответствии с необходимостью обеспечения всем спортсменам равных возможностей достижения высокого спортивного результата и максимальной реализации собственных возможностей [1]. Распределение на функциональные классы в каждом виде спорта определяется классификационной системой, базирующейся на функциональных возможностях спортсменов к выполнению основных задач соревновательной деятельности [5].

Согласно правил по баскетболу на колясках, функциональная классификация игроков, позволяет обеспечить баланс команды и объективно определить победителя [2, 4].

Цель системы классификации игроков – позволить людям с поражением опорно-двигательного аппарата участвовать в соревнованиях по баскетболу на колясках. Процесс классификации основан на оценке возможных действий спортсмена в соревновательной деятельности.

Тренер и игроки должны понять систему классификации и функциональных возможностей, на которых она базируется, чтобы осознать ее основные положения [6, 8].

Поэтому тренер, работающий с баскетболистами на колясках, должен постепенно учиться разбираться в функциональных способностях игроков, стремиться к получению знаний и опыта в отношении тяжелых заболеваний и функциональной классификации [3, 7].

Цель исследования – проанализировать составы команд в баскетболе на колясках по функциональным классам игроков на современном этапе.

Задачи исследования:

1. На основе анализа научно-методической литературы изучить значение функциональной классификации в баскетболе на колясках.
2. Выявить особенности комплектования команд в баскетболе на колясках в зависимости от функциональных классов игроков.

Методы и организация исследования: анализ научно-методической литературы, изучение технических протоколов, методы математической статистики.

Был проведен анализ функциональных классов 189 игроков, которые принимали участие в чемпионате мира 2014 г. по баскетболу на колясках.

Результаты исследования и их обсуждение. В соревнованиях по баскетболу на колясках принимают участие спортсмены, имеющее

повреждение позвоночника или спинномозговые травмы, различные повреждения или разные степени ампутаций нижних конечностей, и очень редко спортсмены, имеющие повреждения одной из верхних конечностей.

Функциональная классификация выделяет восемь классов игроков. Ее особенность заключается в системе классификационных баллов игроков, согласно которой спортсменам, в зависимости от тяжести травмы и степени поражений, присваивается функциональный балл от 1 (наибольшее поражение) до 4,5 (минимальные поражения).

Общее количество баллов пяти игроков, которые находятся на площадке во время игры, не должно превышать лимит в 14 баллов. Превышение этого лимита приводит к техническому фолу для команды, нарушившей регламент, и карается согласно правил по баскетболу на колясках [4].

Благодаря системе функциональной классификации, технические положения игры максимально соответствуют интересам игроков и их команд, на основе правила балансирования команды, которое уравнивает физический потенциал каждой из команд, и требует наличия в ее составе игроков, представляющих различные степени физических поражений. Таким образом, в составе команды обязаны играть спортсмены всех степеней поражений.

Для выявления особенностей комплектования команд был проведен анализ протоколов игр чемпионата мира 2014 г. среди мужчин, проходившего под эгидой международной федерации баскетбола на колясках (IWBF). В чемпионате мира приняло участие 189 спортсменов, среди которых представители функционального класса 1–1,5 составило 47 игроков, 2–2,5 – 41 игрок, 3–3,5 – 46 игроков, 4–4,5 – 55 игроков (рис. 1).

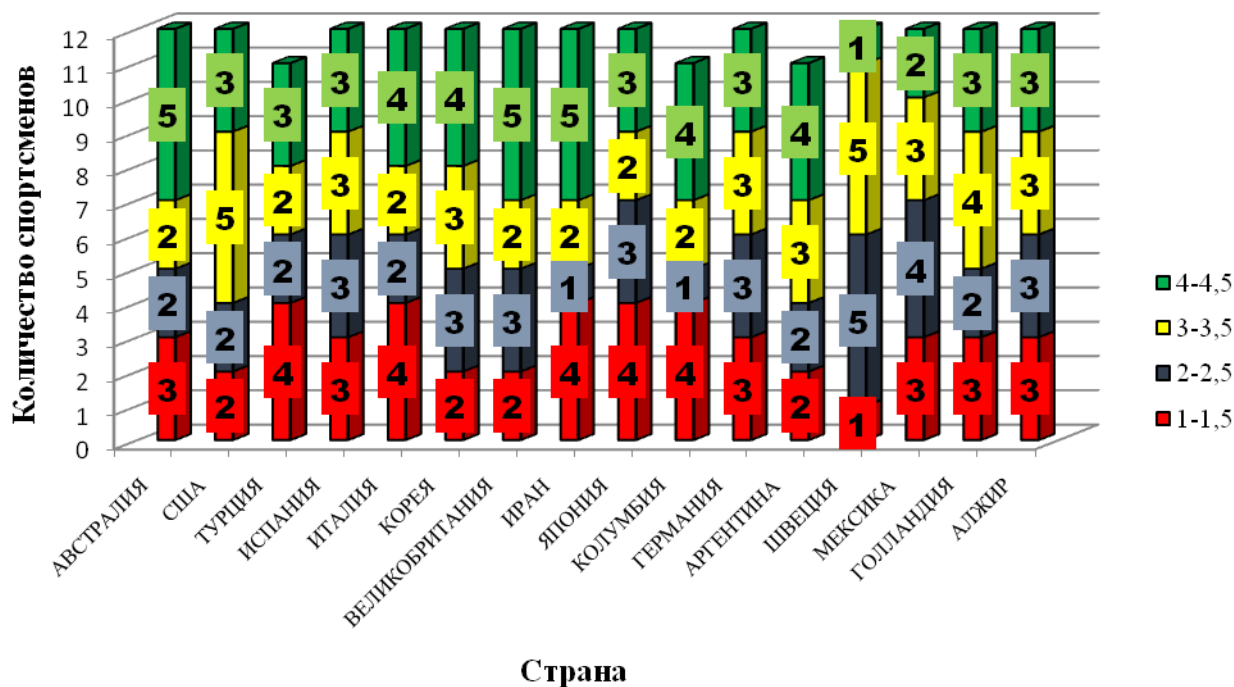


Рисунок 1. Количество игроков разных функциональных классов в составе национальных команд, участвовавших в чемпионате мира.

Анализ количества игроков в составе национальных команд, участвовавших в чемпионате мира (рис. 1), показал, что во всех командах представлены игроки всех функциональных классов. Однако их количество в каждой сборной имеет определенные отличия. Так, в 5 командах представлено по 5 спортсменов одного функционального класса: в командах Австралии, Великобритании и Ирана это игроки класса 4–4.5, а в команде США – игроки класса 3–3.5. При этом в сборной Швеции сделан акцент на игроков сразу двух функциональных классов 2–2.5 и 3–3.5, представленных по 5 игроков, с минимальным представительством, в количестве 1 спортсмена, в классе 1–1.5 и 4–4.5. Также по 1 спортсмену одного функционального класса (2–2.5) наблюдается в командах Ирана и Колумбии. В то же время в сборной Колумбии, как и в сборной Италии, упор сделан на функциональные классы 1–1.5 и 4–4.5, которые представлены по 4 игрока в каждом классе. Более ровным составом игроков, без доминирования одного из классов, были представлены сборные Турции, Кореи, Японии, Голландии, Аргентины и Мексики. Одинаковое количество игроков, по 3 спортсмена каждого функционального класса, представлено только в командах Испании, Германии и Алжира.

Всего на чемпионате мира по баскетболу на колясках среди мужчин приняло участие 25 % игроков функционального класса 1–1,5, 22 % – функционального класса 2–2,5, 24 % – класса 3–3,5 и 29 % спортсменов – 4–4,5 (рис. 2).

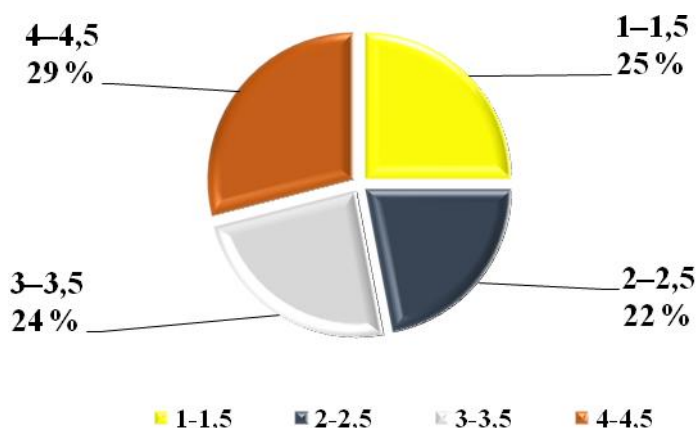


Рисунок 2. Процентное соотношение игроков разных функциональных классов, принимавших участие в чемпионате мира.

Выводы.

1. Благодаря системе функциональной классификации в баскетболе на колясках технические положения игры максимально соответствуют интересам игроков и их команд.

2. Функциональная классификация баскетбола на колясках требует наличия в составе команды игроков, представляющих различные степени физических поражений.

3. Отличия в составах команд игроков разных функциональных классов связано с уровнем подготовленности и тренированности спортсменов, а также применением командой различных тактических схем.

Литература.

1. Брискин Ю. Идеи олимпизма в спорте инвалидов / Ю. Брискин, А. Передерий // Наука в олимпийском спорте. – К. Олимп. лит., 2007. – № 2. – С. 137–141.
2. Классификационная система по баскетболу на колясках // пер. и изд. Укр. федерации спорта инвалидов ПОРА. – 40 с.
3. Мишин М. В. Особенности и проблемы подготовки в баскетболе на колясках / М. В. Мишин // Баскетбол: історія, сучасність, перспективи : матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної інтернет-конференції (м. Дніпро, 20-21 грудня) [Електронний ресурс]. – Дніпро : ДДІФКіС, 2016. – С. 198–201.
4. Официальные правила по баскетболу на колясках // пер. и изд. Укр. Федерации спорта инвалидов ПОРА. – К., 2003. – 102 с.
5. Передерий А. Общая характеристика классификации в спорте инвалидов / А. Передерий, О. Борисова, Ю. Брискин // Наука в олимпийском спорте. – К., Олимп. лит., 2006. – № 1. – С. 50–54.
6. Пітин М. Класифікаційні відмінності спортсменів у баскетболі на візках / М. Пітин // Сучасні проблеми розвитку теорії і методики спортивних і рухливих ігор : зб. наук. ст. – Л., 2006. – Вип. 1. – С. 43–49.
7. Labanowich S. Wheelchair Basketball / S. Labanowich. – New York : River Front Books, 1998. – 48 p.
8. Molik B. Relationship between functional classification levels and anaerobic performance of wheelchair basketball athletes / B. Molik, J. Laskin, A. Kosmol, K. Skučas, U. Bida // Research Quarterly for Exercise and Sport. – 2010. – Vol. 81, № 1. – P. 69–73. – ISSN 0270–1367.

ЧИННИКИ УСПІШНОСТІ ВИСТУПІВ УКРАЇНСЬКИХ СПОРТСМЕНІВ НА МІЖНАРОДНИХ ЗМАГАННЯХ (НА ПРИКЛАДІ ОЛІМПІЙЦІВ ТА ПАРАЛІМПІЙЦІВ)

Науменко Марина

Науковий керівник – Козут І. О., д. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання та спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Сучасний світ всебічно розвивається, а спорт є саме тим соціальним явищем, що забезпечує світовий прогрес. Серед основних напрямів спорту найчастіше виокремлюють: професійний, олімпійський, неолімпійський й адаптивний спорт. Кожен з них розвивається за своїм спрямуванням, але в межах міжнародного спортивного руху.

Аналіз останніх наукових публікацій та досліджень, звітів міжнародних і національних організацій щодо виступів українських спортсменів на Паралімпійських та Олімпійських іграх та особливостей підготовки до них свідчить, що тема дослідження є досить актуальною, оскільки вона окреслює перспективи подальшого розвитку спортивного руху в Україні та визначає чинники (мотиваційні, побутові, соціальні, матеріально-технічні тощо), що впливають на розвиток спорту [1, 7, 8, 9, 10].

Мета дослідження – визначення перспектив розвитку спорту в Україні шляхом аналізу чинників, що впливають на успішність виступів українських спортсменів на міжнародних змаганнях.

Завдання дослідження:

1. Виділити чинники, що забезпечують успішність виступів українських спортсменів на Паралімпійських іграх.

2. Окреслити чинники, що забезпечують успішність виступів українських спортсменів на Олімпійських іграх.

Методи та організація дослідження: аналіз науково-методичної літератури та джерел мережі Інтернет; спостереження; порівняння, зіставлення та аналогія.

Результати дослідження та їх обговорення. Аналіз науково-методичної літератури та матеріалів мережі Інтернет дозволив виділити найсуттєвіші чинники, які можуть впливати на підготовку паралімпійців, а особливо на їх виступи на змаганнях. Головним чинником, що забезпечує успішність досягнення спортивного результату, є участь держави, яка керує та створює для цього умови, – у представництвах Міністерства молоді та спорту України та Комітету з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти та науки України. У міжнародному паралімпійському русі Україну представляє Національний комітет спорту інвалідів України, що виконує функції Національного паралімпійського комітету. Він об'єднує чотири національні федерації спорту інвалідів з вадами зору, слуху, опорно-рухового апарату та інтелекту. У 1993 р. було створено Український Центр фізичної культури і спорту інвалідів «Інваспорт» і його 27 регіональних відділень, що разом забезпечують впровадження в життя державної політики з питань фізичної культури і спорту осіб з інвалідністю.

Другим чинником можна назвати всебічне забезпечення функціонування адаптивного спорту. Однією з таких складових є організаційне забезпечення, у межах якого вирішуються питання зі створення умов для: занять осіб з інвалідністю фізичною культурою і спортом; відкриття та забезпечення в дитячо-юнацьких спортивних школах відділень для дітей з інвалідністю; відкриття підрозділів регіональних центрів фізичної культури і спорту для осіб з інвалідністю «Інваспорт». Також слід пам'ятати, що подібна діяльність потребує чинного фінансового забезпечення, яке полягає у: фінансуванні заходів фізкультурно-спортивної реабілітації осіб з інвалідністю та витрат з підготовки й участі Національної збірної команди України у Паралімпійських та Дефлімпійських іграх; фінансовій підтримці розвитку Західного реабілітаційно-спортивного центру НКСІУ; виплаті стипендій видатним паралімпійцям і дефлімпійцям та їх тренерам; спонсорській допомозі для підготовки та участі спортсменів України у змаганнях різного рівня [7, 10]. Стосовно фінансового забезпечення слід згадати, що з метою стимулювання успішних виступів наших атлетів на міжнародній спортивній арені Президентом України регулярно призначаються стипендії переможцям і призерам [13].

Слід зазначити, що за наявності фінансування паралімпійського руху можливо створити якісну матеріально-технічну базу. Задля цього необхідно, щоб держава шляхом законодавчого впливу запровадила розробку проєктів фізкультурно-оздоровчих і спортивних споруд, що адаптовані до потреб осіб з інвалідністю, а також створила спортивні центри для реабілітації спортсменів з інвалідністю і допомагала їм та їх тренерам у вирішенні соціально-побутових проблем [5].

З метою ефективної діяльності паралімпійського спорту необхідно забезпечити його правовою базою, яка була б спрямована на розроблення і внесення змін у законодавство шляхом створення економічно вигідної системи закупівлі за державні кошти та меценатів спортивного екіпірування, інвентарю, медичних засобів, а найголовніше – яка б захищала права спортсменів з інвалідністю та саму систему адаптивного спорту. Для того, щоб виступи українців були успішними на Іграх, потрібно мати висококваліфіковане кадрове забезпечення, яке можна отримати шляхом підготовки у різних спеціалізованих закладах інструкторів та тренерів, у тому числі серед осіб з інвалідністю, які краще розуміють процес підготовки з точки зору внутрішнього об'єктивного ставлення до нього. Це необхідно для того, щоб процес підготовки відбувався адаптовано до потреб спортсменів, які належать до певних нозологічних груп, а не за загальноприйнятою системою підготовки олімпійців, які функціонально більш стійко переносять запропоновані їм фізичні та психо-емоційні навантаження.

Задля збільшення кількості осіб з інвалідністю, які займаються спортом, необхідне поширення інформації у ЗМІ про можливість і важливість таких занять. Також необхідно, щоб спортивні події у паралімпійському спорті (змагання, процес підготовки, новини тощо) демонструвалися на рівні з інформацією про олімпійський спорт. Тобто важливо, щоб люди звикали до цього явища сьогодення, сприймали його адекватно і вболівали за

паралімпійців, як зазвичай вони вболівають за олімпійців. У цьому й полягають основні функції інформаційного забезпечення [2, 8].

Розглядаючи чинники, що забезпечують успішність виступів спортсменів-олімпійців, з'ясовано, що більшість із них такі ж, як і в паралімпійському спорті, якщо, звісно, не враховувати їх адаптаційної спрямованості. Очевидно, це пов'язано з тим, що всі фундаментальні принципи побудови тренувального процесу та керування паралімпійським спортом були запозичені з олімпійського.

Однак слід пам'ятати, що процес впливу фізичних навантажень на організм спортсмена не проходить без участі вищої нервової діяльності, тобто атлет витримує ще й психічне навантаження.

Отже, процес досягнення спортивних результатів визначається чотирма групами чинників (рис. 1) [3, 4, 11]. Представлені показники мають важливе значення задля оцінки та прогнозування спортивних досягнень спортсменів.



Рисунок 1. Чинники, що впливають на успішність виступів спортсменів

У результаті аналізу чинників, що впливають на успішність виступів спортсменів, з'ясовано, що чітко спрогнозувати спортивний результат складно, оскільки необхідно враховувати низку різноманітних факторів зовнішнього впливу. Задля оцінки ефективності виступів українських спортсменів на Паралімпійських та Олімпійських іграх необхідно порівняти їх успіхи під час виступів на Іграх в обох напрямках спорту (табл. 1) [6, 12].

Таблиця 1

**Порівняльна характеристика успішності виступів українських спортсменів у період 1996–2016 рр.
(за матеріалами НКЗ Паралімпійських і Олімпійських ігор)**

Рік і місце проведення	Кількість нагород							
	Місце	Золото	Срібло	Бронза	Місце	Золото	Срібло	Бронза
I	Зимові Паралімпійські ігри				Зимові Олімпійські ігри			
1998 – Нагано (Японія)	14	3	2	4	18	0	1	0
2002 – Солт-Лейк-Сіті (США)	18	0	6	6	–	0	0	0
2006 – Турин (Італія)	3	7	9	9	25	0	0	2
2010 – Ванкувер (Канада)	5	5	8	6	–	0	0	0
2014 – Сочі (Росія)	4	5	9	11	20	1	0	1
Усього медалей		20	34	36		1	1	3
II	Літні Паралімпійські ігри				Ігри Олімпіад			
1996 – Атланта (США)	44	1	4	2	9	9	2	12
2000 – Сідней (Австралія)	35	3	20	14	21	3	10	10
2004 – Афіни (Греція)	6	24	12	19	12	9	5	9
2008 – Пекін (КНР)	4	24	18	32	11	7	5	15
2012 – Лондон (Велика Британія)	4	32	24	28	14	6	5	9
2016 – Ріо-де-Жанейро (Бразилія)	3	41	37	39	31	2	5	4
Усього медалей		125	115	134		36	32	59

Отже, аналіз успішності виступів українських спортсменів свідчить, що тенденції до розвитку паралімпійського спорту високі, що визначається кількістю нагород і місцем у неофіційному командному заліку (НКЗ), а от в олімпійському спорті можна помітити певний регрес успішності виступів. Тому слід визначити аспекти, що можуть так суттєво впливати на обидва напрями.

Також слід проаналізувати ключові чинники, що вплинули на приріст результатів у паралімпійському спорті. Одним із них є особиста мотивація осіб

з інвалідністю до занять спортом, що є їх шансом на краще життя. Поруч із цим йде бажання спортсменів з інвалідністю бути на рівні зі здоровими людьми, тобто соціально інтегруватися в суспільство. Їх прагнення до саморозвитку завдяки придбанню життєвого досвіду та позитивної самооцінки дозволяє їм досягати поставленої мети найрізноманітнішими шляхами. До таких шляхів можна віднести наявність, хоча б часткову, умов для тренувань та участі у змаганнях, а також забезпечення умов для занять популярними видами спорту у країні.

У свою чергу, олімпійський спорт, що функціонував задовго до появи паралімпійського, мав певні тенденції до розвитку. А в період, коли він втрачав свою популярність, у ньому відбувалися різні суттєві реорганізаційні зміни (комерціалізація та професіоналізація спорту), що дозволяли виходити на новий щабель розвитку. Проте на даний момент в Україні результати виступів олімпійців мають негативну динаміку [9]. Ця тенденція може бути пов'язана з тим, що досягати високих результатів в олімпійському спорті з кожним роком стає все складніше. На території України наявна недостатня кількість центрів спортивної підготовки із недостатньою кількістю висококваліфікованих кадрів, які б могли використовувати у процесі своєї підготовки останні розробки та методики. І, як наслідок, виникає неможливість створення гідної конкуренції країнам, що краще розвинені у цьому напрямі.

Водночас, є й інша причина успішності виступів паралімпійців. Достатньо відомою та поширеною є інформація про те, що існують спортсмени-олімпійці, які навмисно дезінформують про дещо завищений рівень наявних у них відхилень (порушення фізичного розвитку, зору та інтелекту), що дозволяє їм брати участь у змаганнях серед осіб з інвалідністю [9]. Унаслідок цього виникає тенденція переходу таких спортсменів в адаптивний спорт, що дає їм можливість легшим шляхом досягати вершин Олімпу та отримувати медалі.

Висновки.

1. Досліджуючи чинники успішності виступів українських спортсменів у паралімпійському та олімпійському спорті, з'ясовано, що більшість із них є ідентичними. Це пов'язано з існуючою структурою паралімпійського спорту, яка базується на олімпійській, притримується основних ідей та принципів олімпізму, але є самостійною та адаптованою до потреб і можливостей паралімпійців.

2. Проаналізувавши чинники успішності виступів паралімпійців та олімпійців, було визначено, що вони пов'язані як із внутрішніми, так і з зовнішніми факторами впливу. Варто зазначити, що олімпійський спорт, маючи понад сторічну історію існування, зазнавав як визначних, так і менш значущих періодів розвитку. Водночас паралімпійський спорт, який взяв за основу олімпійську модель розвитку, є відносно молодим і саме тому постійно еволюціонує.

Перспективи подальших досліджень. Аналіз науково-методичної літератури країн, що на сьогодні мають більший ступінь розвитку як

спортивного, так і загального науково-технічного прогресу, дозволить впроваджувати кращі практики у систему реалізації спорту в Україні, тим самим поліпшуючи його сучасний стан і забезпечуючи його розвиток у майбутньому. Також слід з'ясувати важелі, що керують особами, які свідомо намагаються показати свій більший рівень відхилення за певною нозологією за його відсутності.

Література.

1. Бріскін Ю. А. Класифікаційна стратегія Паралімпійського спорту / Ю. А. Бріскін, А. В. Передерій // Оздоровча і спортивна робота з неповносправними : зб. наук. ст. – Л., 2004. – С. 22–29.

2. Бріскін Ю. А. Паралімпійська класифікація як лімітуючий фактор досягнення спортивного результату (на прикладі легкої атлетики) / Ю. А. Бріскін, А. В. Передерій, С. В. Блінова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2004. – № 13. – С. 11–20.

3. Віскатова Т. Психологічна підготовка спортсменів збірних команд, які тренуються за програмою паралімпійського спорту / Тетяна Віскатова // Оздоровча і спортивна робота з неповносправними : зб. наук. ст. – Л., 2003. – Вип. 1. – С. 28–31.

4. Групи факторів спортивних досягнень [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <https://fkis.ru/page/1/177.html>

5. Довгенько Ю. Матеріально-технічна база як фактор розвитку олімпійського та параолімпійського спорту / Ю. Довгенько // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2004. – Вип. 8, т. 4. – С. 131–135.

6. Загальний медальний залік Олімпійських ігор [Електронний ресурс]. – Режим доступу : https://uk.wikipedia.org/wiki/Загальний_медальний_залік_Олімпійських_ігор

7. Когут І. О. Соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури в Україні : монографія / І. О. Когут. – Львів : СПОЛОМ, 2015. – 284 с.

8. Литвиненко А. Методологические проблемы подготовки в паралимпийском спорте / А. Литвиненко // Олимпийский спорт и спорт для всех : тез. докл. V Междунар. науч. конгр. – Минск, 2001. – С. 158.

9. Матвеев С. Адаптивный спорт и олимпийское движение / С. Матвеев, И. Когут, Л. Шульга // Наука в олимпийском спорте. – 2006. – № 1. – С. 9–14.

10. Муніципальна система управління розвитком адаптивного спорту [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://studbooks.net/727953/turizm/printsip_nauchno_obosnovannyh_podhodov_adekvatnosti_sistemy_upravleniya

11. Психологічні фактори впливу [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://chromosome2009.org/factory-vlyajushhye-na-sostojanye-sportsmena-vo-vremja-sorevnovanyj/>

12. Таблиця медалей Паралімпійських ігор [Електронний ресурс]. – Режим доступу : https://uk.wikipedia.org/wiki/Таблиця_медалей_Паралімпійських_ігор

13. Указ Президента України № 549/2016 «Про призначення державних стипендій чемпіонам і призерам Олімпійських, Паралімпійських та Дефлімпійських ігор» [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.president.gov.ua/documents/5492016-20902>

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ВІЗОЧНИКІВ-АМПУТАНТІВ У БОДИБІЛДИНГУ

Недужий Владислав

Науковий керівник – Ярмоленко М. А., старший викладач

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Сьогодні розвиток спорту серед візочників-ампутантів в Україні перебуває на досить високому рівні. Українські спортсмени неодноразово займали призові місця на Паралімпійських іграх, чемпіонатах світу, чемпіонатах Європи. Одним з найпопулярніших видів спорту у нашій країні для людей цієї категорії є фехтування, шахи, волейбол, настільний теніс [1].

На останніх Всесвітніх іграх 2009 р. у Гаосюні (Тайвань) наші спортсмени з бодибілдінгу завоювали 5 медалей – 3 золотих, 1 срібну і 1 бронзову. На Паралімпійських Іграх 2016 р. у Ріо-де-Жанейро українська збірна посіла III загальне місце, завоювавши 117 медалей – 41 золоту, 37 срібних і 39 бронзових. В українських паралімпійців є величезний потенціал для подальших спортивних звершень, однак на сьогодні існує досить багато невирішених актуальних проблем, пов'язаних з їх підготовкою до змагань.

Багато спортивних організацій зі статусом клубу або асоціації не мають обладнаних майданчиків, вільного та безперешкодного доступу до тренажерів, а також тренерів для реалізації фізкультурно-спортивної діяльності. Особливу увагу слід приділяти удосконаленню навчально-тренувального процесу даного контингенту у зв'язку з невеликою кількістю наукових досліджень у цьому напрямі, необхідністю покращення поінформованості кадрової складової, застосування адекватного організаційно-методичного забезпечення занять спортом осіб з інвалідністю, яке сприяє їх соціальній адаптації, а не фізичному та розумовому перевантаженню. Також однією з головних проблем є відсутність в Україні вищих або спеціальних навчальних закладів, що здійснюють підготовку тренерів для спортивно-педагогічної роботи з даної категорією осіб. Тому процес організації та реалізації тренувального процесу найчастіше проводиться інтуїтивно, без чіткої науково та практично обґрунтованої системи.

Аналіз літературних джерел [2, 3, 4] показав, що існує достатня кількість доказових наукових робіт, присвячених проблемам організації тренувального процесу в класичному бодибілдінгу для здорових осіб. Однак нами було виявлено невелику кількість наукових досліджень, які спрямовані на вирішення питань удосконалення організаційно-методичного забезпечення візочників-ампутантів, що й визначило актуальність теми досліджень.

Мета дослідження - оптимізація тренувального процесу візочників-ампутантів у бодибілдінгу шляхом аналізу та систематизації їх організаційно-методичного забезпечення.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати проблеми організації тренувальних занять зі спортсменами з інвалідністю.
2. Виявити особливості організаційного забезпечення візочників-ампутантів у бодибілдингу.
3. Окреслити шляхи вдосконалення методичного супроводу осіб даної нозологічної групи у бодибілдингу.

Методи та організація дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, документальних матеріалів, матеріалів мережі Інтернет, педагогічне спостереження, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. На сьогодні Україна є однією з небагатьох країн світу, де створено державну систему управління адаптивним спортом. Аналіз науково-методичної літератури показав, що до її складу входять Український центр з фізичної культури і спорту інвалідів «Інваспорт» і центри паралімпійської та дефлімпійської підготовки та реабілітації інвалідів. На державному рівні затверджено програми підтримки та розвитку адаптивного спорту, низку постанов і указів щодо розвитку адаптивного спорту.

Однак в адаптивному спорті існує низка проблем, які сповільнюють темпи його подальшого розвитку. Це морально-етичні проблеми, проблеми зміщення акценту з адаптивної спрямованості на досягнення рекордів та завоювання медалей, невисока популярність змагань і проблеми їх організації, проблеми організаційно-методичного і матеріально-технічного забезпечення, ставлення суспільства до людей з інвалідністю і готовність прийняти їх у свої ряди [5].

До основних проблем організації тренувальних занять зі спортсменами з інвалідністю можна віднести: морально-етичні проблеми, проблеми організаційно-методичного і матеріально-технічного забезпечення, відсутність вищих навчальних закладів, які здійснюють підготовку тренерів, ставлення здорових людей до осіб з інвалідністю.

До першої групи проблем належать проблеми, пов'язані з принципом справедливості: застосування допінгу, розподіл спортсменів на класифікаційні групи, залучення незначної кількості людей з інвалідністю до занять спортом, нехтування потребами осіб з інвалідністю.

Друга група проблем пов'язана з відсутністю єдиного центру управління різними напрямками адаптивного спорту, що ускладнює процеси тренувального процесу і підготовки до змагань. Це проблеми транспортного забезпечення, підготовки місць для проживання й участі спортсменів у змаганнях, також відсутність доступу для спортсменів-візочників до спортивних клубів і наявності тренажерів, які мають бути спеціально адаптованими для осіб даної нозологічної групи.

Наявність третьої групи проблем пов'язана з тим, що в Україні немає вищих навчальних закладів, які здійснюють підготовку кваліфікованих тренерів

з адаптивного спорту, що створює одну з найбільш актуальних проблем у даному напрямку.

Четверта група проблем спричинена тим, що більшість здорових людей ставляться негативно до осіб з інвалідністю і це призводить до того, що вони закриваються в собі, не хочуть займатися спортом і бояться приниження. Ставлення здорових людей до осіб з інвалідністю відображає цивілізованість суспільства і рівень загальної культури у державі.

З метою реалізації організаційного забезпечення візочників-ампутантів у бодибілдінгу необхідно створювати спортивні зали оснащені: пандусами та ліфтами.

Необхідно створити єдиний центр, який би регулював різні напрямки підготовки візочників-ампутантів, залучав кваліфікованих тренерів, забезпечував комфортні умови пересування і транспортні засоби, щоб дістатися до місця проведення змагань. На законодавчому рівні існують перспективи у вигляді створення та реалізації законодавчих актів, які регулюють питання створення однакових умов організації тренувального процесу наряду зі здоровими людьми.

З метою реалізації методичного супроводу візочників-ампутантів у бодибілдінгу нами розроблено наступні рекомендації:

1. Створювати у вищих навчальних закладах напрямки з підготовки кваліфікованих тренерів для організації тренувального процесу візочників-ампутантів у бодибілдінгу, особливо у вищих навчальних закладах спортивного спрямування.

2. Забезпечувати вищі навчальні заклади кваліфікованими викладачами для підготовки тренерів, які на високому професійному та педагогічному рівні викладатимуть та будуть орієнтуватися у питаннях спортивного тренування, корекційної педагогіки, спеціальної психології тощо.

3. Розробляти науково-обґрунтовані та практично апробовані методики спортивного тренування для візочників-ампутантів у бодибілдінгу.

4. Планувати тренувальні навантаження з урахуванням індивідуальних особливостей і потреб візочників-ампутантів.

5. Видавати науково-обґрунтовану методичну літературу з особливостей організації фізкультурно-спортивної діяльності зазначеного контингенту у даному виді спорту.

Висновки.

У ході досліджень було проаналізовано різні літературні джерела з підготовки спортсменів, переглянуто велику кількість методик з підготовки бодибілдерів і виявлено, що існує невелика кількість робіт з підготовки візочників-ампутантів у бодибілдінгу. Також проаналізовано основні проблеми організації тренувальних занять людей з інвалідністю. Було виявлено, що поряд з позитивною тенденцією розвитку в Україні адаптивного спорту існує низка негативних проблем, до яких належать: морально-етичні проблеми, проблеми організаційно-методичного і матеріально-технічного забезпечення, відсутність вищих навчальних закладів, які здійснюють підготовку тренерів, ставлення

здорових людей до осіб з інвалідністю, застосування допінгу, розподіл спортсменів на класифікаційні групи, залучення незначної кількості людей з інвалідністю до заняття спортом, нехтування потребами осіб з інвалідністю, відсутність єдиного центру управління різними напрямками адаптивного спорту.

Було виявлено та окреслено шляхи удосконалення організаційного і методичного забезпечення візочників-ампутантів у бодибілдингу, врахування та реалізація яких у тренувальному процесі дозволить покращити показники спортивної діяльності та результати участі у змаганнях.

Література.

1. Історичні, організаційні та соціальні аспекти розвитку спорту інвалідів : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / [С. Ф. Матвеев, Ю. А. Бріскін, І. О. Когут та ін.]. – К. : Асконіт, 2011. – 250 с.

2. Комарова Н. М. Інвалідність як соціальна проблема сучасного українського суспільства / Н. М. Комарова, Р. Я. Левін, О. В. Вакуленко // Український соціум. – 2003. – № 1 (2). – С. 38–45.

3. Олешко В. Г. Підготовка спортсменів у силових видах спорту. - К. : ДІА, 2011. – 154 с.

4. Пітенко С. Л. Побудова програм тренувальних занять у бодибілдингу залежно від будови тіла спортсменів / С. Л. Пітенко, І. О. Капко // Педагогіка, психологія та медико – біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць за ред. С. С. Єрмакова. – Х. : ХДАДМ (XXIII), 2005. – С. 61 – 66.

5. Ярмоленко М. Организационно-методические условия учебно-тренировочной деятельности футболистов специальных олимпиад / Максим Ярмоленко, Евгений Гончаренко, Сергей Матвеев // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2015.– № 3. – С. 175–179.

ПОБУДОВА ТАКТИЧНОГО ПРОХОДЖЕННЯ ДИСТАНЦІЇ 12 КМ В ЛИЖНИХ ГОНКАХ СЕРЕД ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ

Нужна Дарина

Науковий керівник – Козут І. О., д. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Зимові Паралімпійські ігри проводяться з 1976 р. На сучасному етапі розвитку паралімпійського спорту не існує обґрунтованих методів підготовки спортсменів з інвалідністю. Однак стрімке зростання результатів і конкуренція на світовій арені у більшості зимових видів спорту, зокрема у лижних перегонах, вимагають пошуку нових шляхів вдосконалення тренувального процесу спортсменів з інвалідністю. Відомо, що ефективність керування тренувальним процесом тісно пов'язана з використанням різних моделей, підґрунтям яких є моделювання – побудова, вивчення і використання моделей для визначення її уточнення характеристик, а також оптимізації спортивної підготовки та участі в змаганнях [1].

У спортивній науці стала очевидною необхідність вивчення змагальної діяльності спортсменів з інвалідністю для розроблення вимог до побудови тренувального процесу і створення моделей. Тому, поряд з аналізом спортивних результатів, широкого застосування набули дослідження характеру змагальної діяльності, в основу яких покладено перегляд проходження дистанції з подальшою оцінкою ефективності діяльності спортсменів під час гонки [4, 5]. Довжина дистанцій у лижних перегонах може сягати від 1 тис. м до 20 км. Сьогодні немає цілісного уявлення про структуру та провідні фактори змагальної діяльності на багатьох дистанціях у лижному спорті. Вивчивши структуру змагальної діяльності лижних гонок, можна будувати тактичні варіанти проходження лижної дистанції, що дозволить підвищити спортивний результат.

Тактична майстерність є одним із провідних факторів у процесі спортивного вдосконалення, яка залежить від багатьох екзогенних та ендогенних чинників, серед яких виділяють рівень змагань, кваліфікацію спортсмена, функціональні та резервні можливості його організму, якість спортивного інвентарю, змащення лиж, а також уміння використовувати моделі тактичної підготовленості. Важливим аспектом вдосконалення спортивного результату є тактично правильне проходження змагальної дистанції. Загальновизнано [1, 2, 3, 4], що правильний розподіл сил на дистанції значною мірою визначає спортивний результат, саме тому вивчення цього питання і стало предметом нашого дослідження.

Мета дослідження – підвищення успішності виступів на змаганнях спортсменок на візках на дистанції 12 км у лижних гонках, шляхом визначення інформативних характеристик, що впливають на досягнення спортивних результатів.

Завдання дослідження:

1. Вивчити сучасний стан проблеми моделювання змагальної діяльності спортсменів на основі аналізу науково-методичної літератури.

2. Дослідити основні показники тактики змагальної діяльності на дистанції 12 км у лижних гонках серед спортсменок на візках.

3. Визначити оптимальні тактичні варіанти проходження лижної дистанції 12 км спортсменками на візках.

Методи та організація дослідження: аналіз науково-методичної та спеціальної літератури; аналіз професійних протоколів змагань; педагогічне спостереження змагальної діяльності спортсменів з інвалідністю; педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

Результати досліджень та їх обговорення. Аналіз літературних джерел свідчить, що на з моменту започаткування паралімпійського спорту і донині проведено недостатньо досліджень, які присвячені вивченню особливостей підготовки спортсменів з інвалідністю.

В основу проведення дослідження щодо визначення тактики проходження лижної дистанції на 12 км спортсменок на візках було покладено досвід провідних фахівців, які досліджували виступи висококваліфікованих спортсменів в олімпійському спорті.

У дослідженнях проаналізовано результати 16 учасниць зимових Паралімпійських ігор у Сочі в 2014 р. серед спортсменок на візках на дистанції 12 км. Для ефективного аналізу подолання дистанції на різних ділянках, а також моделювання, спортсменок було розділено на дві групи.

Для аналізу змагальної діяльності дистанцію 12 км було поділена на чотири відрізки по 3 км – для окремого аналізу кожного відрізка і співставлення різниці швидкості.

Під час аналізу змагальної діяльності було досліджено такі показники: швидкість на 1–4 відрізках по 3 км, м/с; різниця швидкості на різних ділянках траси, м/с; швидкість лідера гонки м/с (табл. 1).

Таблиця 1

**Динаміка середньої швидкості на дистанції 12 км
серед спортсменок на візках**

Місця	Середня швидкість, м/с				Різниця швидкості, м/с		
	3 км	6 км	9 км	12 км	6 км	9 км	12 км
1–8 місце	5,10	5,04	4,98	4,93	↓0,06	↓0,12	↓0,17
9–16 місце	4,81	4,72	4,63	4,57	↓0,29	↓0,38	↓0,47
X	4,95	4,88	4,80	4,75	↓0,07	↓0,15	↓0,20
Лідер гонки	5,31	5,27	5,20	6,91	↓0,04	↓0,11	↑1,6

Примітка: ↓ – зниження швидкості; ↑ – підвищення швидкості;

Аналіз отриманих результатів дозволяє зазначити, що середня дистанційна швидкість лідера становить від 5 до 5,83 м/с.

У першій групі швидкість на другому відрізку більша від першого відрізка на 0,06 м/с, на інших двох відрізках швидкість також зменшується: на третьому – на 0,12 м/с, на четвертому – на 0,17 м/с, про що свідчить роздільний старт і неможливість конкурувати між собою.

Аналогічна картина спостерігається у другій групі, де відмічається поступове зниження швидкості – відповідно, 0,29, 0,38, 0,47 м/с.

Аналізуючи середню швидкість проходження дистанції разом першої і другої групи, зазначимо, що співвідношення середньої швидкості до швидкості на першому відрізку коливається: 6 км – 0,07 м/с; 9 км – 0,15 м/с; 12 км – 0,20 м/с.

Лідером групи на дистанції 12 км була спортсменка збірної України Павленко Людмила. Аналізуючи її середню швидкість (табл. 1), можна дійти висновку, що порівняно з іншими спортсменками вона продемонструвала найкращу швидкість на останньому відрізку – 6,91 м/с, на першому відрізку – 5,31 м/с, на другому та третьому відрізках зниження швидкості порівняно з швидкістю на першому відрізку відповідно – 5,27, 5,20 м/с.

Так, у спортсменок на різних відрізках дистанції було відмічено 3 зони відхилення швидкості від максимальної. Найбільше зниження швидкості у всієї групи спостерігалось на останньому відрізку – середньому від 0,17 до 0,47 м/с.

За результатами аналізу розподілу сил на дистанції 12 км, моделлю можна визнати тактику, при якій найкраща швидкість найсильнішої спортсменки досягалась на останньому відрізку. Найнижча швидкість визначалась на 3 відрізку, нижча від максимальної на 1,5 м/с.

Висновки.

1. За результатами аналізу динаміки швидкості спортсменок на візках на зимових Паралімпійських іграх, ефективним варіантом проходження лижної дистанції 12 км можна визнати тактику, при якій найвища швидкість найсильнішою спортсменкою досягається на фінальному відрізку – 6,91 м/с, найнижча швидкість переважає на другому і третьому відрізках – 5,27, і 5,20 м/с.

2. Аналізуючи тактику проходження дистанції 12 км спортсменками на візках, слід відмітити, що на сьогодні тренери досить ефективно будують тренувальний процес. Вони акцентують свою увагу на фізичній підготовленості спортсменів для здобуття високих спортивних результатів. Проте потребує вдосконалення їх тактична підготовка, вони не вміють аналізувати і планувати дистанцію. Під час проведення дослідження з групою з 16 спортсменів, тільки в однієї спортсменки було виявлено правильне тактичне проходження дистанції, яка стала переможницею зимових Паралімпійських ігор.

Література.

1. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2014. – 808с.

2. Головачев А. И. Количественная оценка тактической подготовленности лыжников–гонщиков высокой квалификации / А. И. Головачев, В. Л. Уткин. В кн. : Лыжный спорт: сб. статей 1–4, 1985 – С. 36–39.

3. Мулик В. Сравнительный анализ соревновательной деятельности на различных дистанциях лыжных гонок / В. Мулик, Г. Хохлов // Наука в олимп. спорте. – 2004. – С.31–38.

4. Особенности прохождения различных по рельефу участков дистанций в лыжных гонках // Педагогика, психология и медико–биологические проблемы физического воспитания и спорта: сб. науч. раб. – 2005. – № 1. – С.18–22.

5. Хохлов Г. Г. Исследование взаимосвязи между скоростью передвижения на отдельных отрезках дистанции и результатом в соревнованиях по спринту в лыжных гонках / Г. Г. Хохлов // Слобожан. науч.–спорт. вестн. – 2001. – № 1. – С. 35–37.

ВПЛИВ МОТИВАЦІЇ НА СПОРТИВНУ ДІЯЛЬНІСТЬ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ

Рибак Дмитро

Науковий керівник — Козут І.О., д. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Спорт для людей з інвалідністю – це стимул особистого самоствердження та звичайно ефективний засіб інтеграції у суспільство. Успішні виступи на змаганнях суттєво підвищують соціальний статус спортсменів з інвалідністю, розширюють життєві перспективи, дозволяють відчувати потребу суспільства у своїй діяльності. Щоб досягти поставленої мети, потрібно мати високий рівень мотивації. Вона спонукає до дії, підтримує у складні моменти, а також надихає на шляху до успіху. Процес мотивації дуже складний та тривалий. Становлення спортсмена неможливе без цілеспрямованого формування мотивів спортивної діяльності [2, 3, 5].

Значна кількість науковців досліджували вплив мотивації, зокрема мотивацію осіб з інвалідністю до занять фізичною культурою та спортом [3, 5]. Науковці досліджують як мотивацію до занять адаптивним спортом у цілому, так і стосовно окремих його видів та нозологічних груп спортсменів, справедливо вважаючи, що особливості спортивної спеціалізації та специфіка захворювань можуть значною мірою обумовлювати вибір різних мотивів або їх груп. У зв'язку з цим значний інтерес являє питання вивчення мотивації, як у тренувальній, так і в змагальній діяльності спортсменів з інвалідністю [3].

Мета дослідження: дослідити вплив мотивації на спортивну діяльність осіб з інвалідністю.

Завдання дослідження:

1. Дослідити базові положення мотивації осіб з інвалідністю до занять спортом.
2. Обґрунтувати позитивний вплив мотивації на осіб з інвалідністю.

Методи та організація дослідження: аналіз даних науково-методичної літератури, мережі Інтернет, синтез та узагальнення.

Результати дослідження та їх обговорення. Інвалідність як соціальне явище притаманна кожній державі. На сьогодні її рівень серед мешканців планети становить понад 1 млрд осіб або 15 %. В Україні нараховується 2 788 226 осіб або 6,1 % від загальної кількості населення держави. Незважаючи на успіхи медицини, їх число повільно зростає. Через наявність проблем зі здоров'ям особи з інвалідністю потребують значної уваги з боку державних і громадських установ та застосування до них спеціальних заходів, спрямованих на забезпечення повноцінної участі осіб з інвалідністю в житті соціуму [4].

Важливе місце в житті осіб з інвалідністю займає фізична культура та спорт. Заняття спортом для них є ключовим видом реабілітації, вони спрямовані на підвищення рухової активності, покращення фізичного та

психічного стану, оздоровлення, підвищення функціональних можливостей організму, формування компенсаторних функцій організму та позитивної мотивації до суспільної адаптації.

Значне місце у будь-якій діяльності людини, а тим більше осіб з інвалідністю, відіграє мотивація. Вона спонукає і регулює психічну та фізичну активність людини в умовах спортивної підготовки, відіграє одну із найбільш важливих ролей у досягненні результатів. Спортивна діяльність відрізняється від інших видів діяльності людини (ігрової, навчальної, трудової, спілкування) передусім наявністю високого рівня мотивації, яка є потужним фактором, що мобілізує спортсмена на здійснення щоденних багаторічних фізичних та психічних навантажень в умовах напруженої діяльності. Глибоке усвідомлення регулятивних механізмів мотивації і емоцій спортивної діяльності дозволяє спортсмену максимально мобілізувати і реалізувати свої потенційні можливості та здібності [3, 7].

Для початку занять спортом особам з інвалідністю потрібний достатньо високий рівень мотивації, який підштовхує спортсмена переступити рівень комфорту та почати переживати всі відчуття та емоції, які виникають під час занять фізичною культурою та спортом. Сила та стійкість мотивації визначаються можливостями людини задовольнити себе в конкретному виді спортивної діяльності, а рівень спеціальних умінь, знань та навичок обумовлює її можливості. У сфері спортивної діяльності мотивація відіграє важливу роль, та впливає на ступінь прояву можливостей спортсмена, у зв'язку з цим стає зрозумілим, що між мотивацією та успіхом проявляється принцип зворотного зв'язку. Твердження про те, що «чим вища мотивація – тим успішнішим буде спортсмен» не є правдивою. Підвищена мотивація посилює напруження та хвилювання. З одного боку, вона може додатково стимулювати спортсмена, а з іншого – призвести його до «перегоряння» [6]. Мотивація виконує у структурі спортивної діяльності наступні функції (рис.1).

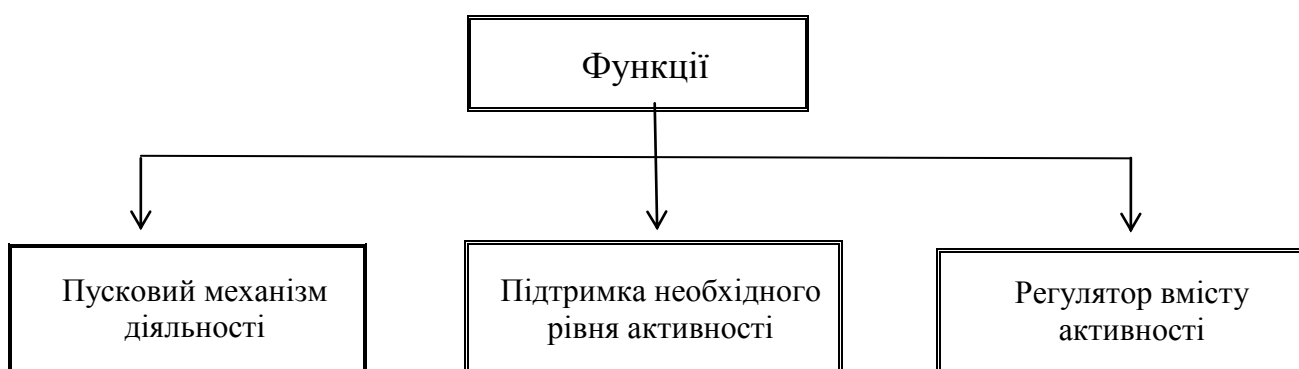


Рисунок 1. Функції мотивації в спорті

Мотивація є одним із найбільш суттєвих факторів досягнення успіху для осіб з інвалідністю. Однак при цьому необхідно враховувати, що для досягнення мети в конкретному виді діяльності спортсмен повинен мати найбільш сильний мотив, який може реалізуватися в даних умовах. У зв'язку з

цим у суспільстві склалась така ситуація, коли матеріальні цінності стали займати провідне місце в житті осіб з інвалідністю. І це не могло не вплинути як на діяльність спортсменів, так і на особливості спортивної мотивації. Матеріальна орієнтація може виступати іноді як домінуюча і її слід розглядати як несприятливий сигнал. Мотивація людини є складовою частиною її характеру, вона формується протягом усього життя, а у спорті залежить як від внутрішніх причин (темперамент, риси характеру), так і зовнішніх (вплив батьків, педагогів, тренерів). Мотив не тільки визначає поведінку спортсмена, а і обумовлює кінцевий результат його діяльності [1, 5].

У дослідженнях мотивації спортивної діяльності виділяють два напрями. Перший – визначає причини, чому спортсмени вибирають один вид діяльності, вплив різних мотивів, потреб та цінностей. В іншому пояснюється, чому спортсмени працюють з різним ступенем інтенсивності. Мотиви виступають як мобілізуюча та направляюча енергія діяльності. Мотивація спортсмена тісно взаємопов'язана з усім комплексом складових сучасної системи підготовки: організацією і матеріально-технічним забезпеченням, ефективністю техніко-тактичної, фізичної та психологічної підготовки. Недоліки в будь-якому із зазначених та багатьох інших компонентах системи підготовки негативно позначаються на силі мотивації спортсменів. Діяльність спортсменів з інвалідністю обумовлена не просто одним мотивом, а системою спонукаючих мотивів. За даними спеціальної літератури, протягом спортивної кар'єри роль окремих мотивів у стимулюванні активності спортсмена змінюється, і для кожного етапу спортивної кар'єри характерні свої домінуючі мотиви [7].

Висновки.

У результаті аналізу даних науково-методичної літератури можна зробити узагальнення, що мотивація відіграє важливу роль у спортивній діяльності осіб з інвалідністю, спонукає і регулює фізичну і психічну активність людини в умовах спортивної підготовки. Блок мотивації утворюють: мотиви, потреби та цілі спортивної діяльності, її спрямованість, сила, стійкість обумовлені характером виду спорту та ставленням спортсмена до нього. Мотивація також визначає ступінь прояву можливостей спортсмена. У зв'язку з цим слід зазначити, що між мотивацією та успіхом у спортивній діяльності проявляється чітка взаємозалежність.

Література.

1. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, – 2011 – 512 с.
2. Когут І. О. Соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури в Україні : монографія / І. О. Когут. – Львів : СПОЛОМ, 2015. – 284 с.
3. Макина. Л. Р. Анализ мотивации и самооценки личности легкоатлетов с нарушением зрения / Л. Р. Макина. // Адаптивная физическая культура. – 2012. – №: 1. – С. 38–39.
4. Національна доповідь про становище осіб з інвалідністю в Україні . – [Електронний ресурс] // Режим доступу: // http://www.vmurol.com.ua/upload/Suprovid_navchannya/Kor_materiali/nac_dopovidi/2013.doc

5. Пелих О. Ю. Формування мотивації до фізкультурно-спортивної діяльності у школярів з порушенням інтелекту на заняттях адаптивною фізичною культурою / О. Ю. Пелих. – СПб, 2011. – 168 с.

6. Спортивна мотивація і її структура. – [Електронний ресурс] // Режим доступу : http://stud.com.ua/25601/psihologiya/sportivna_motivatsiya_struktura

7. Яковлев Б. П. Мотивация и эмоции в спортивной деятельности / Б. П. Яковлев. – М.: Сов. спорт, 2014. – 312 с.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИОННОЙ СТРУКТУРЫ В АДАПТИВНОМ СПОРТЕ

Фисенко Екатерина., Токаренко Владислав

Научный руководитель – Козут И. А., д. физ. восп., доцент

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,
Киев, Украина

Актуальность. Сегодня украинские спортсмены занимают лидирующие позиции в мировом рейтинге адаптивного спорта. В результате этого возникает интерес организации тренировочного и соревновательного процесса наших спортсменов. Проанализировав данные литературных источников мы выяснили, что существуют отличительные особенности в организационно-управленческой структуре олимпийского и адаптивного спорта. Изучение этих особенностей поспособствует определению перспективных направлений совершенствования не только организационной структуры, но и всего адаптивного спорта.

Цель исследования – сформировать представление о существующей модели организационной структуры адаптивного спорта на международном и национальном уровнях и выявить перспективные направления для ее совершенствования.

Задачи исследования:

1. Проанализировать научно-методическую литературу по теме исследования.
2. Провести сравнительный анализ организационных структур олимпийского и адаптивного спорта.
3. Определить направления совершенствования организационной структуры в адаптивном спорте.

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ научно-методической литературы и материалов сети Интернет позволил выявить характерные особенности организационной структуры адаптивного спорта как на национальном, так и на международном уровнях [1, 2, 5, 6]. Формирование спортивного движения людей с инвалидностью в Украине берет свое начало с 1989 г. Именно в это время стали создаваться физкультурно-спортивные и оздоровительные клубы для таких людей. В последующем эти общественные объединения стали основой для создания национальных спортивных федераций людей с разными видами поражений: опорно-двигательного аппарата, нарушениями зрения, слуха и умственного развития. В 1992 г. эти четыре федерации объединились в единую структуру – Национальный комитет спорта инвалидов Украины (НКСИУ) под руководством Валерия Сушкевича.

Общественность людей с инвалидностью активно боролась за признание социальной значимости физкультурно-спортивного движения и необходимости соответствующей государственной поддержки. Стремительный всплеск массового адаптивного спорта состоялся, когда в Украине была основана деятельность пока еще единственной в мире государственной системы

управления физической культурой и спортом людей с инвалидностью. В 1993 г. решением Правительства Украины были созданы Украинский центр по физической культуре и спорту инвалидов «Инваспорт» и его 27 региональных центров. Сегодня НКСИУ представляет Украину в международном паралимпийском и дефлимпийском движении и выполняет функции Национального паралимпийского комитета и Национального дефлимпийского комитета. По оценкам Международного паралимпийского комитета, темпы развития паралимпийского движения в Украине являются наивысшими в Европе за последнее время [3].

Сочетание деятельности НКСИУ и государственной системы «Инваспорт» стало существенным фактором развития физической культуры и спорта людей с инвалидностью в нашем государстве (рис. 1) [7].



Рисунок. 1. Структура системы физической культуры и спорта людей с инвалидностью

Сегодня в Украине действуют 25 региональных центров «Инваспорт», 80 отделений функционирует в разных областях страны, 148 физкультурно-спортивных и оздоровительных клубов инвалидов, 24 ДЮСШИ. Больше 50 тыс. людей с инвалидностью и 22 тыс. детей школьного возраста, посещают физкультурно-реабилитационные группы и спортивные секции по 20 видам спорта. Ежегодно в Украине проводятся свыше 250 чемпионатов, первенств и кубков по 19 видам спорта среди спортсменов с нарушениями зрения, слуха, опорно-двигательного аппарата и умственного развития [3].

В процессе исследования организационных структур олимпийского и адаптивного спорта были изучены различные составляющие элементы в каждом из представленных направлений спорта (табл. 1).

Таблица 1

Сравнительная характеристика организационных структур и их элементов в олимпийском и адаптивном спорте

Категория	Адаптивный спорт			Олимпийский спорт
	Паралимпийский	Дефлимпийский	Специальные Олимпиады	
Международный уровень управления	Международный паралимпийский комитет	Международный спортивный комитет глухих	Международная организация Специальных Олимпиад	Международный олимпийский комитет
Национальный уровень управления	НКСИУ	НКСИУ	Специальные Олимпиады Украины	НОК Украины
Высший руководящий орган	Генеральная ассамблея	Конгресс	Конгресс	Сессия
Регулярность сборов	Два раза в год	Один раз в год	Один раз в два года	Один раз в год
Международные соревнования	Паралимпийские игры	Дефлимпийские игры	Всемирные игры СО	Олимпийские игры
Количество видов спорта в программе Игр	22* + 5**	21* + 5**	24* + 6**	28* + 7**

Примечания:

* – Летние виды спорта.

** – Зимние виды спорта.

Таким образом, анализ данных таблицы 1 свидетельствует о том, что каждое из направлений спорта и их подразделов имеет самостоятельную организационную структуру для ведения управленческой и регулирующей деятельности. Разумеется, что на национальном уровне подразделения адаптивного спорта могут иметь общий руководящий орган, который осуществляет деятельность по указанным выше направлениям.

Следует также отметить, что одним из основных направлений деятельности международных организаций в адаптивном и олимпийском спорте является проведение международных комплексных соревнований. Как видно из данных таблицы 1, каждое из направлений имеет определенное количество видов спорта в программе Игр, причем как летних, так и зимних. В процессе структурных реорганизаций изменяется и программа Игр.

В тоже время стоит учитывать, что на международном уровне была создана Международная олимпийская академия для содействия развитию и укреплению международного спортивного движения в мире, духовного взаимообогащения людей, обмена ценностями национальных культур под эгидой идей и принципов олимпизма [4]. У нас в стране успешно функционирует

Олимпийская академия Украины, которая была создана 20 сентября 1991 г. В свою очередь, создание Паралимпийской академии Украины и Дефлимпийской академии Украины как самостоятельных общественных организацией под эгидой НКСИУ, Инваспорта и СОУ будет способствовать развитию адаптивного спорта.

Выводы.

Исследуя данные научно-методической литературы и источников сети Интернет, мы выяснили, что организационная структура адаптивного спорта имеет потенциал для совершенствования деятельности по популяризации паралимпийского, дефлимпийского движения и Специальных Олимпиад. Так, эффективным структурным преобразованием может быть создание организации на подобие ОАУ, которая занималась бы развитием, представительством в мировом сообществе и популяризацией на национальном уровне адаптивного спорта.

Литература.

1. Брискин, Ю. А. Адаптивный спорт / С. П. Евсеев, А. В. Передерий, Ю. А. Брискин. – М. : Сов. спорт, 2010 . – 159 с.
2. Винник Дж. П. Адаптивное физическое воспитание и спорт / под ред. Дж. П. Винника ; пер. с англ. И. Андреев. – К. : Олимп. лит., 2010. – 608 с.
3. История создания паралимпийского движения в Украине. – [Электронный ресурс] // Режим доступа : http://invasport.lg.ua/index.php?do=static&page=paralimpic_luhansk
4. Олимпийская академия Украины. – [Электронный ресурс] // Режим доступа : <http://noc-ukr.org/about/structures/academy/>
5. Паралимпийское движение в Украине. – [Электронный ресурс] // Режим доступа : http://www.2014.paralympic.org.ua/index.php?option=com_content&task=view&id=7&Itemid=36
6. Развитие инвалидного спорта в Украине. – [Электронный ресурс] // Режим доступа : http://www.rusnauka.com/1_NIO_2013/Sport/2_124311.doc.htm
7. Структура системы физической культуры и спорта инвалидов в Украине. – [Электронный ресурс] // Режим доступа : <http://dsmsu.gov.ua/media/2012/05/15/27/stryktyra.pdf>

ЗНАЧУЩІСТЬ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ ДЛЯ СОЦІАЛЬНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ З УРАЖЕННЯМ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ (НА ПРИКЛАДІ ФЕХТУВАННЯ НА ВІЗКАХ)

Цимбота Марія

Науковий керівник – Ярмоленко М. А., старший викладач

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Наукові дослідження в галузі спортивної підготовки осіб з інвалідністю стали з'являтися порівняно недавно, і тільки з 1980-х років їх кількість значно зросла. Найбільш доступними та популярними видами спорту в Україні для людей з ураженням опорно-рухового апарату є фехтування, шахи, волейбол, настільний теніс [1, 4].

На сучасному етапі розвитку суспільства особливого значення набуває проблема соціальної інтеграції людей з інвалідністю [2, 5, 6]. Дослідження останніх років свідчать про те, що не тільки в нашій державі, а й за кордоном постійно зростає кількість таких осіб [2, 3]. Адаптивна фізична культура та адаптивний спорт сприяють повному розкриттю фізичних можливостей, дозволяють переживати почуття радості, повноти життя. Автори [1, 2, 5] стверджують, що людина, яка має відхилення в фізичному та розумовому розвитку, за допомогою спорту отримує можливість самореалізуватися, вдосконалюватися як особистість, розширити соціальні контакти.

Аналіз науково-методичної літератури показав, що існує невелика кількість досліджень, що присвячені вивченню впливу тренувального процесу фехтувальників на візках з ураженням опорно-рухового апарату на показники їх соціальної інтеграції. Згідно вищезазначеного, тема наукового дослідження є досить актуальною та своєчасною.

Мета дослідження - підвищення рівня соціальної інтеграції осіб з інвалідністю шляхом аналізу значущості видів спортивної підготовки фехтувальників на візках з ураженням опорно-рухового апарату та розроблення практичних рекомендації щодо її оптимізації.

Завдання дослідження:

4. Проаналізувати роль та місце спортивної підготовки для осіб з інвалідністю.

5. Розкрити вплив видів спортивної підготовки візочників-ампутантів у фехтуванні на показники їх соціальної інтеграції.

6. Розробити шляхи удосконалення показників соціальної інтеграції осіб даної нозологічної групи, які займаються фехтуванням на візках.

Методи та організація дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, документальних матеріалів, матеріалів мережі Інтернет, педагогічне спостереження, опитування тренерів, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Зростання кількості людей з інвалідністю є світовою тенденцією. Всього у світі налічується близько

650 млн. офіційно зареєстрованих інвалідів. За даними ВООЗ (Всесвітня організація охорони здоров'я) особи з інвалідністю становлять близько 10 % населення планети. Незважаючи на величезні успіхи сучасної медицини, спостерігається тенденція до повільного, але послідовного збільшення їх кількості, особливо серед дітей. На сьогодні у США нараховується 54 млн осіб з інвалідністю (19 %), у Китаї - 60 млн (5 %), а в Україні – 2,5 млн (6 %).

Протягом багатьох років у нашій країні існувала думка, що поняття «інвалід», «фізична активність», і «спорт» несумісні, а засоби фізичної культури рекомендувалися тільки окремим особам з інвалідністю як недовготривалі заходи, що доповнювали фізіотерапевтичні та медикаментозні призначення лікарів. Фізична культура і спорт не розглядалися як ефективний засіб соціальної інтеграції осіб з інвалідністю, підтримання їх розумових і фізичних можливостей. Лише в 1990-ті роки було відзначено серйозні зміни у ставленні суспільства до осіб з інвалідністю в Україні. У зв'язку з цим виникала проблема вивчення адаптивної фізичної культури й адаптивного спорту як чинника соціальної інтеграції даного контингенту у суспільстві. Вони спрямовані на соціальну реабілітацію та адаптацію людей з інвалідністю, подолання психологічних бар'єрів, що перешкоджають відчуттю повноцінного життя, а також свідомості та необхідності особистого внеску в соціальний розвиток суспільства. Встановлено, що адаптивний спорт сприяє самоактуалізації та реалізації здібностей осіб з інвалідністю; заохоченню потреб у комунікативній діяльності і в соціалізації; формуванню спортивної, духовної та соціальної культури таких осіб, їх залученню до суспільного досвіду, освоєнню мобілізаційних, технологічних, інтелектуальних та інших цінностей фізичної культури. Адаптивний спорт має два напрямки: рекреаційно-оздоровчий спорт і спорт вищих досягнень. Перше реалізується в школі як позакласні заняття в секціях з обраного виду спорту у двох формах: тренувальні заняття та змагання. Другий напрямок реалізується в спортивних і фізкультурно-оздоровчих клубах, громадських об'єднаннях осіб з інвалідністю, спортивних і фізкультурно-оздоровчих школах. Практика підтверджує, що, якщо для здорових людей рухова активність - звичайна потреба, реалізована повсякденно, то для осіб з інвалідністю фізичні вправи є ефективним засобом фізичної, психічної, соціальної адаптації. Фізичні вправи, будучи могутнім засобом впливу на організм, розширюють діапазон можливостей, передусім рухової сфери, порушеної стійким дефектом. Можна навести безліч прикладів з практики, коли за допомогою фізичних вправ і спеціально організованого спортивного тренування вдалося виправити велику кількість наявних дефектів.

Сам по собі термін «залучення» в спорті тісно пов'язаний із соціальною інтеграцією, тому що під час спілкування відбувається освоєння та набуття досвіду, збереження і передача його іншим. Особливо яскраво соціальна інтеграція реалізується в адаптивному спорті, який можна розглядати як форму соціальної активності, у процесі якої створюються такі соціальні цінності: перемога, авторитет, видовище, співпереживання, емпатія тощо. Адаптивний спорт - специфічна сфера стосунків і почуттів, яка захоплює, зосереджує увагу

на новому, переключає психічну діяльність від повсякденних проблем цієї категорії осіб, створює розрядку, зміну емоцій і настроя.

Для вивчення компонентів забезпечення підготовки візочників-ампутантів та визначення її переважної спрямованості, що визначає успішність соціальної інтеграції фехтувальників на візках, було проведено опитування у вигляді анкетування. У ньому взяли участь провідні тренери (7 осіб), які спеціалізуються в паралімпійському фехтуванні. Сутність питань, поставлених в анкеті, була зведена до визначення змісту та спрямованості процесу підготовки в паралімпійському фехтуванні. Аналізуючи результати анкетування з проблеми значущості сторін підготовки, що визначають успішність соціальної інтеграції фехтувальників на візках, було виявлено, що на перше місце тренери поставили технічну підготовку. Це пов'язано з тим, що технічна підготовленість фехтувальників на візках характеризується точністю просторово-часових параметрів рухів і їх варіативністю, цільовою точністю, складом прийомів нападу, маневрування рухів зброєю, оволодіння якими забезпечує достатній рівень соціально-побутової незалежності у повсякденному житті.

На друге місце більше 30 % опитаних тренерів поставили фізичну підготовку. Для того щоб виграти турнір, фехтувальнику-візочнику необхідний високий рівень розвитку фізичних якостей, функціональних можливостей органів і систем організму. У процесі фізичної підготовки приділяти увагу вмінню спортсменів з порушенням опорно-рухового апарату розслабляти м'язи-антагоністи, зменшуючи тим самим навантаження на функціонуючі м'язи і збільшуючи обсяг виконуваної роботи. Важливо, щоб тонус м'язів плечових суглобів не превалював над тонусом м'язів передпліччя та кисті. Отже, фізичну підготовку фехтувальників з ураженням опорно-рухового апарату необхідно розглядати як основу для засвоєння техніко-тактичної майстерності, а її спрямованість повинна сприяти розвитку соціалізації, компенсаторних фізичних якостей, зміцненню м'язового корсету, м'язових груп, які необхідні для незалежної діяльності у побуті.

На третє місце понад 28,6 % тренерів поставили психологічну підготовку. До особливостей роботи зі спортсменами з інвалідністю можна віднести її спрямованість на соціально-психологічну адаптацію. У нашій країні організація життєдіяльності соціуму практично не орієнтована на рівноправність здорової людини і людини з обмеженими можливостями. Ця проблема спричинює соціальну і психологічну ізоляцію людей. Безсумнівно, такий стан накладає свій відбиток і на осіб з порушенням опорно-рухового апарату, які займаються фехтуванням. Регулярні заняття фехтуванням на візках хоча і сприяють соціально-психологічній адаптації спортсменів, але психологічна дезадаптація і відчуття неповноцінності сидить глибоко в свідомості і може проявлятися в екстремальних умовах змагальної діяльності під впливом різних перешкод. Бесіди з тренерами і спостереження в процесі міжнародних змагань виявили, що українські фехтувальники долають величезний психологічний дискомфорт, на відміну від спортсменів інших країн. Це ймовірно пов'язано з тим, що в

розвинених країнах Європи і світу поділ суспільства на осіб з інвалідністю і здорових не настільки виражений. У зв'язку з цим, тренери вважають, що в процесі спортивної підготовки необхідно приділяти увагу психологічній підготовці, що дозволить нашим спортсменам результативно виступати і на міжнародних змаганнях.

Найменш значущою (четверте місце) тренери вважають тактичну підготовку. Це пов'язано з тим, що у фехтуванні на візках порівняно зі спортивним фехтуванням не так часто вдаються до темпових різновидів комбінацій, а в більшості випадків застосовується позиційна підготовка дій, що супроводжується швидкоплинністю і недостатньою різноманітністю засобів підготовки. Більшу частину ведення боїв становлять обумовлені дії, засновані на простих рухових реакціях. Особливості засобів ведення поєдинку вимагають високого рівня технічної і фізичної підготовленості. На перше місце тренери поставили координаційні та швидко-силові якості, які найбільшою мірою вирішують завдання соціальної інтеграції (табл. 1).

Таблиця 1

**Провідні фізичні якості, які сприяють соціальній інтеграції
фехтувальників на візках**

Фізичні якості та їх різновиди	%	Ранг
Силові якості	0	4
Швидко-силові якості	42,85	1
Координаційні здібності	42,85	1
Гнучкість	0	4
Витривалість	14,3	3
Швидкісні здібності	0	

З метою покращення показників соціальної інтеграції осіб даної нозологічної групи у фехтуванні на візках нами запропоновано такі практичні рекомендації: регулярне проведення змагань; створення умов для спільної участі в тренувальному процесі здорових спортсменів та членів сім'ї; надання допомоги в створенні клубів для осіб з інвалідністю, у тому числі для дітей та їх батьків; організація умов для всебічного розвитку особистості; розроблення та використання спеціалізованого інвентарю та обладнання; підготовка, перепідготовка та підвищення кваліфікації тренерів, викладачів і фахівців з адаптивної фізичної культури; розроблення та видання спеціалізованих методик і програм; адаптація спортивної інфраструктури до потреб таких осіб; створення умов доступу (територіальна і транспортна доступність фізкультурних центрів і спортивних споруд); пропаганда та підвищення мотивації у фехтувальників на візках до занять фізичною культурою і спортом; оптимальне дозування навантажень відповідно до індивідуальних можливостей даного контингенту.

Висновки.

Аналіз результатів досліджень дозволив встановити, що фізичні вправи є дієвим засобом соціальної інтеграції осіб з інвалідністю. Адаптивний спорт забезпечує формування й удосконалення необхідних умінь і навичок у поєднанні з розвитком фізичних якостей та вихованням волевих і моральних якостей. Під час спортивного тренування здійснюється загальна і спеціальна підготовка людини, що сприяє різносторонньому розвитку, збагаченню знаннями, вміннями і навичками. Під впливом тренувальних занять і змагань люди з інвалідністю удосконалюють фізичні, розумові, соціальні та духовні можливості; зміцнюють сімейні взаємини. В результаті безпосередньої участі зазначених осіб у спортивних заходах відбувається об'єднання суспільства в цілому.

Результати дослідження показують, що найбільш значущими видами спортивної підготовки у фехтуванні для спортсменів з ураженням опорно-рухового апарату є технічна і фізична. Вони є фундаментом для формування соціальної інтеграції зазначеного контингенту. Згідно думки фахівців з паралімпійського фехтування провідними фізичними якостями задля досягнення високого рівня соціальної інтеграції осіб з ураженням опорно-рухового апарату є швидкісно-силові якості, координаційні здібності, а також витривалість.

Сьогоднішня проблема використання спортивно-фізкультурної діяльності в інтересах соціальної інтеграції людей з інвалідністю полягає в тому, щоб знайти такі види спортивної діяльності, такі форми її організації, які були б придатні для них та відповідали не тільки їх фізичному, а й психічному стану і дозволяли б максимально повно та ефективно реалізувати величезний потенціал цієї діяльності. Врахування тренерами та спортивними функціонерами розроблених практичних рекомендацій дозволить підвищити рівень спортивної підготовленості та соціальної інтеграції осіб з ураженням опорно-рухового апарату у фехтуванні на візках.

Література.

1. Історичні, організаційні та соціальні аспекти розвитку спорту інвалідів : навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту / С. Ф. Матвеєв, Ю. А. Бріскін, І. О. Когут [та ін.]. – К. : Асконіт, 2011. – 250 с.
2. Каленик Е. Н. Технологія організації адаптивно-спортивної внеурочної діяльності в спеціальній школі / Е. Н. Каленик // Адаптивна фіз. культура. – 2012. – № 2. – С. 39–42.
3. Когут І. О. Соціальні аспекти навчально-тренувальної діяльності футболістів Спеціальних Олімпіад в Україні / І. О. Когут, М. А. Ярмоленко // Слобожан. Наук.-спорт. вісн. – Харків, 2015. – № 2 (46). – С. 85–90.
4. Косівська С. В. Методичні основи розвитку рухового інтелекту в дітей-сиріт 3–6 років у процесі підготовки до шкільного навчання засобами фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.02 / Сюзанна Вячеславівна Косівська ; МОНМСУ, Харківська ДАФК. – Харків, 2013. – 22 с.

5. Навчальна програма Спеціальних Олімпіад з футболу / М. А. Ярмоленко, С. Ф. Матвеев, І. О. Когут, Є. В. Гончаренко – К. : Тонар, 2016. – 109 с.
6. Сунагатова Л. В. Влияние адаптивного спорта на социальную адаптацию инвалидов / Л. В. Сунагатова, У. А. Марченкова // Молодой ученый. - 2012. - №12. - С. 603-607.

ІСТОРІЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ КАРАТЕ ДЛЯ СПОРТСМЕНІВ З ІНВАЛІДНІСТЮ

Чебанова Катерина

Наукові керівники – Когут І. О., д. фіз. вих, доцент;

Маринич В. Л., к. фіз. вих.

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Сучасне спортивне карате – це японська система бойових мистецтв, національний феномен, який у своєму розвитку пройшов адаптацію в різних країнах та перетворився в надбання всього світу. Сьогодні карате є частиною загальної фізичної культури, залишаючись в той же час однією з найефективніших систем рукопашного бою. Навчаючись карате, будь-яка людина може опанувати різноманітні прийоми нападу і захисту, вдосконалити техніку їх виконання. Однак найважливішим є виховання моральних якостей і сили волі. У статуті Всесвітньої федерації карате (ВКФ) і статутах інших організацій підкреслюється, що спортсмени не пропагують дискримінацію, що заснована на етнічній, расовій, національній, політичній, філософській, релігійній, статевій, віковій або іншій приналежності, і визнають, що всі люди мають рівні права на фізичний, духовний, розумовий, моральний та соціальний розвиток, у тому числі й особи з інвалідністю. Головною метою ВКФ є досягнення дружби і миру між народами різних країн, гуманізація суспільства, можливість представлення карате в програмі Олімпійських і Паралімпійських ігор.

Наразі карате розвивається за чотирьома основними напрямками: духовний та моральний розвиток спортсменів; фізична культура й оздоровлення; спорт; мистецтво самооборони.

Фахівцями, які займаються дослідженнями у сфері фізичної культури і спорту, вивчалися теорія та методика східних видів єдиноборств (В. Г. Саєнко, 2008; Є. В. Горбенко, 2013), навчально-тренувальний процес у карате (М. Накаяма, 2001), гуманістичні ідеї розвитку сучасного спорту (І. О. Когут, 2015; З. І. Кузнецова, 2006) та ін. Проте в доступній літературі не виявлено робіт, що досліджують питання виникнення та розвитку карате для спортсменів з інвалідністю. Необхідність соціальної інтеграції людей з інвалідністю, гуманізації суспільства, можливість представлення карате в програмі Паралімпійських ігор і відсутність програмного забезпечення зумовлюють актуальність теми.

Мета дослідження – визначення особливостей розвитку карате для спортсменів з інвалідністю задля його популяризації.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати сучасний стан розвитку карате для людей з інвалідністю в різних країнах світу.
2. Розкрити сутність та особливості тренувального процесу каратистів з інвалідністю.

Методи та організація дослідження: аналіз наукової літератури і матеріалів мережі Інтернет; метод порівняння й зіставлення; метод систематизації; історичний метод.

Результати дослідження та їх обговорення. На сучасному етапі розвитку спортивне карате охоплює декілька видів змагань і безліч спортивних дисциплін, однією з яких є карате на візках. Поки що це не окремий вид спорту, а тільки складова карате ВКФ. Однак, спортсмени з інвалідністю з усього світу беруть участь у змаганнях, проходячи саме такий шлях підготовки, як і спортсмени, які не мають вад розвитку. Система підготовки в карате для спортсменів з інвалідністю в кожній країні має свої особливості й етапи розвитку.

Карате на візках з'явилося у Німеччині, яка стала першим членом ВКФ, що почав розвивати карате для людей з інвалідністю. Федерація карате Німеччини відкрила окремий департамент, який називався «Карате для людей з інвалідністю». З 2007 р. у Німеччині почали проводитися змагання з карате для людей на візках. Федерація карате Чорногорії також виявила зацікавленість у цьому виді змагань і, відповідно, створила свій департамент з аналогічною назвою «Карате для людей з інвалідністю». Водночас, Сербія, Боснія та Герцеговина, Словенія та Люксембург виявили бажання співпрацювати з ВКФ і створили у своїх країнах умови для розвитку карате на візках [1].

У січні 2014 р. у Харкові пройшов 4-й Міжнародний турнір «KharikovOpen CUP» з карате, версія ВКФ. У рамках цього турніру було організовано перші в Україні змагання з карате серед спортсменів з порушеннями опорно-рухового апарату, які пересуваються на візках. У цих змаганнях взяли участь дві спортсменки з Києва та Маріуполя, які до цього виступали лише у показових змаганнях та мали досвід підготовки на спортивно-реабілітаційних зборах з карате в Євпаторії та Карпатах.

Комітет спорту людей з інвалідністю є постійно діючою структурою Всеукраїнської громадської організації «Українська Федерація Карате», що створений з метою сприяння широкому розвитку карате за версією ВКФ серед осіб з інвалідністю і підвищення ролі карате ВКФ у їх всебічному та гармонійному розвитку. Основною метою федерації ВКФ є консолідація карате для людей з інвалідністю у Національних федераціях на персональному та інституційному рівнях [2].

Ернест Ерко Калас – голова комісії «Карате для людей з інвалідністю» ВКФ, посол з інтеграції олімпійських видів спорту Німеччини – у своїй промові зазначив, що створення цієї комісії у ВКФ сприятиме кращому сприйняттю карате у суспільстві загалом, завдяки чому у карате буде більше шансів стати паралімпійським видом спорту.

Надання карате статусу паралімпійського виду спорту матиме свої результати. Вагомим наслідком можна вважати зростання популярності карате у засобах масової інформації. На сьогодні «ринкова вартість» спорту головним чином вимірюється його присутністю у засобах масової інформації, і це має великий вплив на всі інші аспекти його розвитку.

Аналізуючи програми змагань у карате, в яких можуть брати участь спортсмени з інвалідністю, визначено, що для візочників є доступним лише ката. Цей різновид карате характеризується виконанням суворо регламентованих рухів під час поєдинку з уявним супротивником. Ката – це бій з тінню і важлива дисципліна в будь-якому стилі карате, тому що це квінтесенція бойового мистецтва.

Змагання з ката для осіб з інвалідністю, як спортивної дисципліни, відповідно до офіційних правил ВКФ мають таку класифікацію:

1. Ката для спортсменів, що пересуваються на візках.
2. Ката для осіб з розумовими вадами.
3. Ката для осіб з ампутованими кінцівками (категорія включає спортсменів, у яких відсутній щонайменше один суглоб кінцівки):

- а) група 1: А2 + А4;
- б) група 2: А6 + А7 + А8;
- в) група 3: А9.

4. Церебральний параліч: С7 + С8 (табл. 1).

Таблиця 1

Класифікація спортсменів з інвалідністю, які змагаються в ката

Клас	Вид пошкодження
A2	Однобічна ампутація над/через колінний суглоб (АК)
A4	Однобічна ампутація під коліном, але через/над надп'ястково-гомільковий суглоб (ВК)
A6	Однобічна ампутація над/через ліктьовий суглоб (АЕ)
A7	Двобічна ампутація нижче ліктьового суглобу, але по/над зап'ястковим суглобом (ВЕ)
A8	Однобічна ампутація нижче ліктьового суглобу, але по/над зап'ястковим суглобом (ВЕ)
A9	Поєднання ампутацій верхніх і нижніх кінцівок
C7	Геміплегія: клас для осіб, які можуть вільно ходити без допоміжних засобів, але часто кульгають через спастичність у нозі; добре функціонує неуражена сторона тіла
C8	Мінімальний параліч, диплегія: клас для осіб з мінімальними ураженнями верхніх і нижніх кінцівок

Спортсмени з інвалідністю в карате бачать не тільки можливість захистити себе, але й розуміють, що заняття цим видом спорту позитивно впливає на організм. В одному зі своїх інтерв'ю голова Маріупольської молодіжної організації людей з інвалідністю «Промінь світла» Олена Молоданова зазначила, що правильно організовані тренувальні заняття з карате впливають на розвиток і зміцнення кістково-зв'язкового апарату, м'язової системи, на формування правильної постави, розвиваючи при цьому неабияку реакцію [4]. Аналіз науково-методичної літератури та практичного досвіду

дозволяє виокремити основні напрями позитивного впливу тренувальних занять на осіб з інвалідністю (рис. 1).

У процесі підготовки каратистів з інвалідністю особлива увага приділяється духовному і моральному розвитку людини. Вважається, що в основу всіх бойових мистецтв покладено філософію добра, миру і спокою. У традиціях єдиноборств різних країн існував кодекс честі, порушити який було найбільшою ганьбою. Зміцнюючи тіло, карате, тим самим, впливає і на свідомість. Опановуючи бойові мистецтва, людина знаходить спокій, починає раціонально мислити, ясно бачити суть речей, стає менш агресивною. Карате виховує характер, загартовує волю, сприяє подальшому всебічному самовдосконаленню.

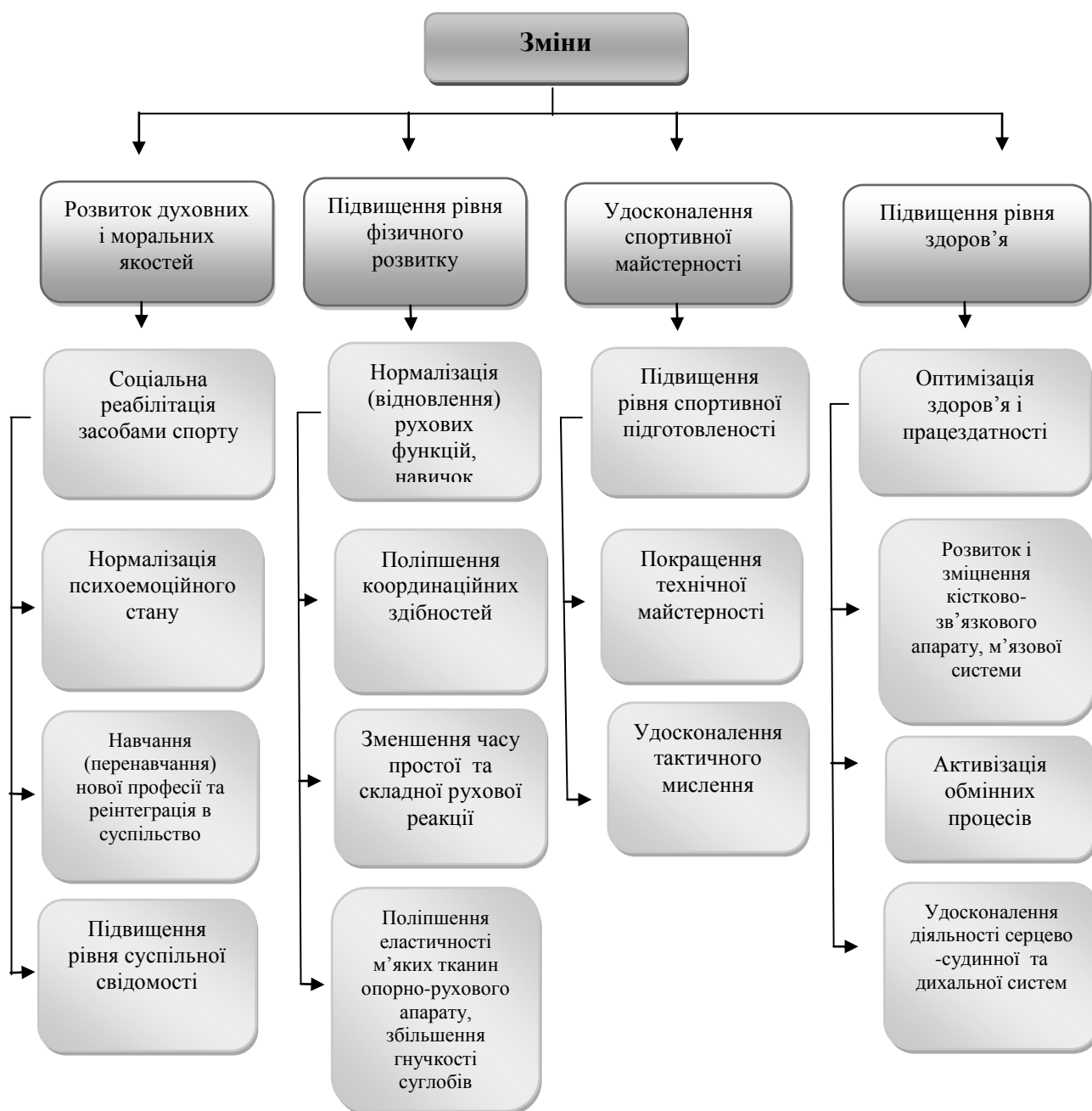


Рисунок 1. Позитивні зміни в осіб з інвалідністю, що відбуваються внаслідок занять карате

Заняття єдиноборствами сприяє вихованню моральних якостей людини: гідній поведінці в суспільстві, вмінню правильно триматися в будь-яких умовах і дотримуватися етичних норм. Слід зазначити і таку рису карате, як неодмінна повага до старших і наставників [3, 5].

Для сучасного карате характерна ще одна особливість: заняття не слід перетворювати на самоціль. Це лише засіб здійснення інших завдань і ефективний інструмент самовдосконалення. Досвід, який людина отримує внаслідок занять єдиноборствами, має бути спрямований не лише на особисте зростання, але і виявитися корисним для всього суспільства.

Практикуючи карате, люди з інвалідністю займаються фізичною культурою і системою оздоровлення.

Загально визнано, що одним із кращих способів поліпшення стану здоров'я та підвищення рівня фізичної підготовленості є заняття карате.

Сьогодні регулярна практика карате стала дієвим способом зміцнення фізичного і психічного здоров'я. Карате допомагає розвинути основні якості, що властиві як здоровим, так і спортсменам з інвалідністю: гнучкість, міцність м'язів, збалансоване дихання, чітку координацію рухів.

Для цієї мети застосовуються унікальні вправи, комплекси і методики. В основу системи фізичного розвитку карате покладено відомий принцип контрасту, боротьби і єдності двох протилежних елементів – «ян» та «інь». Це – чергування м'якого і жорсткого, повільного і швидкого, слабкого і сильного, спокійного і напруженого, інтуїтивного і раціонального, пасивного та активного, зовнішнього і внутрішнього.

Крім того, розроблені в карате методики і вправи дозволяють не тільки розвивати витривалість, блискавичну реакцію і бойові навички, але і зберігати все це протягом тривалого часу, бути постійно готовим до бою.

Практикувати мистецтво карате можна кожній людині незалежно від віку, кваліфікації, статі, стану здоров'я. При цьому головним є неухильне прагнення вдосконалюватися.

Висновки.

1. Підґрунтям створення карате для осіб з інвалідністю стала реорганізація організаційно-управлінської системи карате ВКФ, внаслідок якої створено комісію «Карате для людей з інвалідністю», що на сьогодні є підставою для розвитку змагань з карате для спортсменів з інвалідністю на національному та міжнародному рівнях.

2. Карате ВКФ – це вид спорту, що у своїй структурі розвиває карате для людей з інвалідністю. Його сучасний розвиток має позитивний вплив на розширення функціональних можливостей людей з інвалідністю, а також на їх соціальну інтеграцію. Спортсмени з інвалідністю, практикуючи карате, вдосконалюють практичні навички, здобуті в ході підготовки до змагальної діяльності, підвищують рівень здоров'я та ступінь інтеграції в суспільстві.

Література.

1. Історія інваспорту // «Ramas» Регіональна асоціація бойових мистецтв та спорту. – Режим доступу : <http://www.ramas.in.ua/> (Дата звертання: 29.12.16)
2. Карате для людей з інвалідністю // Українська федерація карате. – Режим доступу : <http://wkf.com.ua/> (Дата звертання: 28.12.16)
3. Когут І. О. Соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури в Україні [Текст] : монографія / І. О. Когут. – Львів : СПОЛОМ, 2015. – 284 с.
4. Українська спортсменка переможниця 4th AL-ANLI DUBAI OPEN 2015 / Карате України. – Режим доступу : <http://karate.com.ua/> (Дата звертання: 27.12.16)
5. Чебанова К. В., Маринич В. Л. Гармонія тілесного і духовного розвитку особистості в карате (на прикладі українських шкіл) / К. В. Чебанова, В. Л. Маринич / Спорт та сучасне суспільство: Матеріали ІХ Всеукраїнської студентської наукової конференції 26 лютого 2016 р. / НУФВСУ. – К. : Олімп. літ., 2016. – С. 140–143.

КОНЦЕПЦІЯ РОЗВИТКУ АДАПТИВНОГО СПОРТУ В УКРАЇНІ

Шклярук Євгенія, Юр Владислав

Наукові керівники – Шутова С.Є., к. фіз. вих., доцент,

Нагорна В.О., к. фіз. вих., доцент

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

Актуальність. Світова статистика свідчить, що кожен десятий житель Землі має інвалідність, а люди з інвалідністю є в кожній четвертій родині. Війни, інфекційні та спадкові захворювання, екологічні катастрофи, злочинність, алкоголізм і наркоманія, нещасні випадки, вроджені вади, травми – все це призводить до збільшення числа осіб з інвалідністю. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, понад 1 млрд людей, близько 15% населення світу, мають якусь форму інвалідності. В Україні їх близько 4 млн [1].

За останні роки в Україні збільшилась кількість людей з інвалідністю, набутого у ході бойових дій. Цим людям стає складно адаптуватися й інтегрувати в сучасне суспільство, сучасний стан якого вимагає гуманізації всіх аспектів його життя, тому треба приділяти особливу увагу тим, хто має відхилення розумового і фізичного розвитку. Кількість інвалідів зростає швидкими темпами, тому на сьогодні актуальним є питанням розробки концепції розвитку адаптивного спорту та процес інтеграції, адаптації у суспільство осіб з обмеженими можливостями засобами фізичної культури.

Концепція адаптивного спорту – інтеграція неповносправних в суспільне життя через використання засобів спорту. Адаптивний спорт як соціально значуща галузь, передбачає можливість досягнення поставленої мети на різних результативних рівнях: загальне оздоровлення, подолання невпевненості у власних силах і перемога над своєю „неповноцінністю” досягнення максимального спортивного результату, встановлення рекорду, демонстрація найвищих людських можливостей [5].

Поряд із такими шляхами соціальної адаптації, як підвищення матеріального забезпечення, працевлаштування, освіта, побут, одним із дієвих є залучення їх до систематичних занять адаптивною фізичною культурою і адаптивним спортом. Це дозволить їм набути рухових, комунікативних умінь і навичок, зміцнити здоров'я, збільшити рухову активність, сприятиме формуванню рис характеру і статусу в суспільстві. Адаптивна фізична культура і спорт одні з найкращих засобів, які сприяють поверненню людей з особливими потребами до повноцінного життя [2].

Мета дослідження – обґрунтування концепції розвитку адаптивного спорту в Україні як інтеграції інвалідів в суспільне життя через використання засобів спортивних ігор.

Завдання дослідження:

1. Здійснити аналіз літературних даних про розвиток адаптивного спорту та інтеграції інвалідів в суспільне життя через використання засобів спортивних ігор
2. Визначити статистичні закономірності інтеграції інвалідів у суспільне життя через використання засобів спортивних ігор.
3. Розробити практичні рекомендації для залучення людей з особливими потребами до занять спортивними іграми.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, документальних матеріалів, матеріалів мережі Інтернет, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Аналіз літературних даних провідних фахівців України з адаптивного спорту дозволив підтвердити значущість інтеграції інвалідів у суспільне життя через використання засобів спортивних ігор.

За класифікаційними нормами та вимогами єдиної спортивної класифікації України з видів спорту інвалідів з ураженням опорно-рухового апарату, вадами зору, слуху, відхиленнями розумового і фізичного розвитку до видів спорту інвалідів з ураженнями опорно-рухового апарату відносять баскетбол на візках, більярдний спорт, волейбол сидячи, теніс настільний; до видів спорту інвалідів з вадами слуху – баскетбол, більярдний спорт, волейбол, теніс, теніс настільний; до видів спорту інвалідів з відхиленнями розумового і фізичного розвитку – теніс настільний. Але всього в Україні для людей визначено 46 видів спорту.

За даними Міністерства молоді і спорту України, в 2015 р. всіма видами спорту займалися 1112823 особи, з них 12920 неповносправних, з яких 2681 – спортивними іграми (рис.1). У 2013 р. 3907 осіб з особливими потребами займалися спортивними іграми.

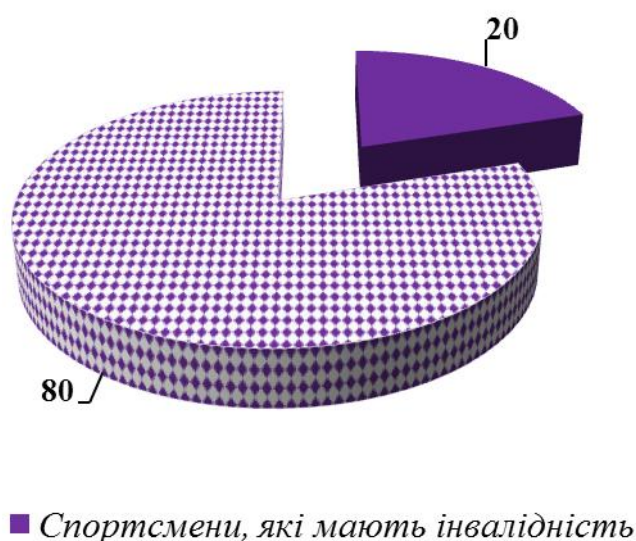


Рисунок 1. Показники кількості осіб, які займаються спортивними іграми,

%

Результати аналізу документальних даних Міністерства молоді і спорту України за 2013-2015 рр. дозволили встановити, що спостерігається тенденція до зменшення осіб з особливими потребами, які займаються спортивними іграми, наприклад, баскетболом на візках у 2013р. займалося 60 осіб, у 2014 р. – 41, а в 2015 р. – 8; настільним тенісом у 2013 р. – 1734, у 2014 р. – 1563 і в 2015 р. – 1255. Але в тенісі та регбі на візках спостерігається збільшення кількості людей які займаються (табл.1).

Таблиця 1

Особи з інвалідністю, які залучені до занять спортивними іграми

Вид спорту	Кількість осіб, які займаються спортом, рік		
	2013	2014	2015
Баскетбол	696	484	426
Баскетбол на візках	60	41	8
Більярдний спорт	367	376	158
Волейбол	955	356	707
Волейбол сидячи	72	59	61
Регбі на візках	0	18	16
Теніс	15	15	27
Теніс на візках	8	9	23
Теніс настільний	1 734	1563	1 255

Головними причинами зменшення кількості осіб з особливими потребами, які займаються спортивними іграми є недостатня їх інформованість про можливість заняттям спортом, відсутність кваліфікованих тренерів, які могли б займатися з ними, відсутність в гуртках, клубах, секціях спеціалізованого матеріально-технічного забезпечення, недостатнє дослідження організованих форм заняття спортом, та брак науково-методичної літератури. Усвідомлення спеціальних умов, які б дозволили їм приділяти більше уваги вдосконаленню форм і режимів їхньої адаптивної рухової і соціальної активності є визначальним у розвитку фізичних і моральних якостей.

Виходячи зі сказаного, а також їх необхідності оптимізації процесу соціальної адаптації та інтеграції неповносправних у суспільстві, науково-теоретичного обґрунтування подальшого розвитку адаптивної фізичної активності інвалідів в Україні, актуальною є проблема розробки концептуальної моделі використання адаптивної фізичної культури у процесі їх соціальної інтеграції та адаптації.

Нині адаптивний спорт інтенсивно досліджується, що передбачає наукове обґрунтування широкого спектра проблем: нормативно-правового забезпечення

навчально-тренувальної та змагальної діяльності; управління навантаженням і відпочинком; фармакологічної підтримки спортсменів-інвалідів у періоди граничного і близько граничного фізичного і психічного напруження; нетрадиційних засобів і методів відновлення; соціалізації та комунікативної діяльності; техніко-конструкторської підготовки як нового виду спортивної підготовки тощо.

Нами були розроблені практичні рекомендації для залучення якомога більшого числа людей з відхиленням фізичного і розумового розвитку до занять спортивними іграми:

- створення груп, секцій, клубів для осіб з особливими потребами за місцем проживання;
- організація спортивно-масових заходів для неповносправних;
- інформування населення про групи, секції клуби для осіб з відхиленням розумового і фізичного розвитку;
- створення оптимальних умов для відвідування спортивних залів, стадіонів людьми обмеженими можливостями;
- підготовка кваліфікованих фахівців для спортивної роботи з неповносправними;
- розробка науково-обґрунтованої методики спортивної підготовки та тренування;
- створення нормативно-правової бази розвитку адаптивної фізичної культури і спорту.

Висновки.

У ході теоретичних досліджень виявлено тенденцію до зменшення кількості осіб з особливими потребами, які займаються спортивними іграми, проаналізовано проблеми розвитку адаптивного спорту на сучасному етапі та визначено основні перспективні напрями його розвитку. Необхідно наголосити на тому, що залучення до адаптивного спорту якомога більшої кількості людей з інвалідністю сприяє їх адаптації та інтеграції у суспільство, забезпечуючи створення дійсно повноцінної та активної нації.

Література.

1. Брискин Ю. А. Адаптивный спорт / Ю. А. Брискин, С. П. Евсеев, А. В. Передерий. – М. : Сов. спорт, 2010. – 316 с.
2. Бріскін Ю. А. Вступ до теорії спорту інвалідів : [навч. посіб. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту] / Юрій Бріскін, Аліна Передерій. – Львів : Апріорі, 2008. – 68 с.
3. Евсеев С. П. Адаптивная физическая культура : учебн. пособие / С. П. Евсеев, Л. В. Шапкова. – М.: Сов. спорт, 2000. — 240 с.
4. Шляхи удосконалення фізкультурно-спортивної роботи з інвалідами в Україні / [С. Матвеев, І. Когут, Л. Радченко та ін.] // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004.
5. Матвеев С. Ф. Історичні, організаційні та соціальні аспекти розвитку спорту інвалідів: навч. посіб. для студ. ВНЗ фіз. вих. і спорту / С. Ф. Матвеев, Ю. А. Бріскін, І. О. Когут. — К.: Асконіт, 2011. — 250 с.

6. Нагорная В. Бильярд как средство социальной реабилитации для лиц с повреждением позвоночника и спинного мозга / В. Нагорная, М. Бейдж, М. Дорошенко // Мат. Междунар. научн. конгр.: «Спорт. Олимпизм. Здоровье». – Кишинев. – 660 с. – С. 522–526.

**Спорт та сучасне суспільство: матеріали X Міжнародної
наукової інтернет-конференції, 3 березня 2017 р., Київ,
Національний університет фізичного виховання та спорту
України**

**Редакція: Полуцька Т. В.
Отрох Н. М.
Конєва Е. П.**