

РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА СПОРТСМЕНОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ ОЛИМПИАД (НА МАТЕРИАЛЕ ФУТБОЛА)

Борисова Ольга, Козут Ирина, Ярмоленко Максим

Национальный университет физического воспитания и спорта
Украины, Киев, Украина

Постановка проблемы. В современном мире стремительно развиваются процессы гуманизации общества. В последнее время возрастает количество людей, испытывающих общечеловеческий интерес к проблемам наименее защищенных слоев населения [4, 9]. Среди них лица с инвалидностью, а именно, с отклонениями умственного развития (ОУР). С каждым годом их количество становится все больше.

Адаптивный спорт является одним из эффективных средств социальной интеграции этих лиц. Его концептуальной идеей является интеграция людей с инвалидностью в общество путем тренировочной и соревновательной деятельности [7 – 9, 11, 14, 16]. Современный адаптивный спорт для лиц с ОУР наиболее широко развивается при поддержке Международной организации Специальных Олимпиад.

Данные многочисленных исследований [8, 12, 13, 15] свидетельствуют о том, что футбол является одним из самых популярных видов спорта Специальных Олимпиад как в мире, так и в Украине. Анализ исследовательских работ [3, 4, 6, 7, 11] показал незначительное количество материалов, посвященных совершенствованию процесса подготовки лиц данной нозологической группы, что требует разработки новых инновационных подходов для учебно-тренировочной работы с данным контингентом.

Анализ последних исследований и публикаций. Проанализировав доступную научно-методическую литературу, можно утверждать, что на сегодня вопросы изучения организационно-методических аспектов

тренировочного процесса спортсменов Специальных Олимпиад являются актуальными. Существуют отдельные работы, которые посвящены изучению влияния занятий объединенным футболом на физическое развитие [2, 3, 5, 10, 12, 13], социально-психологическую адаптированность занимающихся с ОУР [1, 8], исследовались методологические аспекты учебно-тренировочной деятельности футболистов 15–17 лет с ОУР [6], однако не было выявлено работ, посвященных вопросам подготовки спортсменов Специальных Олимпиад, учитывающих индивидуальные особенности данной нозологической группы, такие, как: степень ОУР и особенности присутствующих у них заболеваний. В свою очередь, данные факты определяют необходимость проведения исследований относительно совершенствования учебно-тренировочного процесса футболистов Специальных Олимпиад.

Связь работы с планами НИР. Работа выполнена в соответствии с тематическим планом Министерства образования и науки Украины на 2016-2020 гг. по теме 1.7 «Организационно-методические основы развития адаптивного спорта» (номер государственной регистрации 0116U001613).

Цель исследования – повышение эффективности процесса подготовки лиц с отклонениями умственного развития на основе анализа их психоэмоционального состояния в результате внедрения учебной программы Специальных Олимпиад по футболу.

Методы исследований: анализ научно-методической литературы, синтез, абстрагирование, обобщение, аналогия, опрос (беседа), педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, методы математической статистики.

Результаты исследования и их обсуждение. Разработанная учебная программа Специальных Олимпиад по футболу была апробирована в процессе подготовки занимающихся 8 лет с разными степенями ОУР. Данный проект был внедрен на базе специализированной школы-интерната

№15 г. Киева. В эксперименте приняли участие 18 человек с легкой, умеренной и тяжелой степенями ОУР, которые ранее никогда не занимались футболом. В зависимости от степени ОУР спортсмены были разделены на группы по 6 человек. Длительность последовательного эксперимента составила четыре месяца (2 этапа по 8 недель). На первом этапе учебно-тренировочный процесс проходил по существующей программе адаптивной физической культуры для детей с ОУР. В рамках программы учащиеся занимались лечебной физической культурой, физическим воспитанием. На втором этапе тренировочные занятия проходили согласно разработанной 8-недельной учебной программы Специальных Олимпиад по футболу, согласно которой занимающиеся с ОУР должны за этот период времени овладеть основными технико-тактическими элементами игры в футбол. Оценка эффективности программного материала оценивалась по критерию психоэмоционального состояния по методике А. Н. Лутошкина, разработанной для людей с ОУР.

В процессе исследования было определено психоэмоциональное состояние до и после каждого тренировочного занятия на протяжении 16 недель у занимающихся футболом с тремя степенями ОУР: легкой (рис. 1), умеренной (рис. 2), тяжелой (рис. 3). На протяжении первых восьми недель фиксировалось психоэмоциональное состояние занимающихся, работающих по существующей программе АФК для данной нозологической группы, а на протяжении вторых восьми недель – согласно авторской учебной программы Специальных Олимпиад по футболу. Оценка происходила согласно методике А. Н. Лутошкина, с помощью которой занимающимися с данной патологией необходимо выбрать карточку с одним из цветов, который соответствовал их психоэмоциональному состоянию.

Показатели уровня психоэмоционального состояния лиц с ОУР после проведения занятий за второй период педагогического эксперимента достоверно отличаются от аналогичных показателей первого периода во всех

трех группах. Результаты эксперимента подтверждают эффективность внедренной в тренировочный процесс учебной программы Специальных Олимпиад по футболу, так как прослеживается положительная динамика психоэмоционального состояния после тренировочных занятий на протяжении всех восьми недель у 3 групп испытуемых. Построенный график отображает общую картину психоэмоционального состояния занимающихся каждой тренировочной недели. Также, используя эту методику, возможно установить эмоциональный фон группы лиц с одинаковыми заболеваниями или индивидуально. В ходе исследований отмечается ярко выраженный контраст психоэмоционального состояния до и после тренировочных занятий, что связано с внешними и внутренними факторами, влияющими на настроение и активность лиц с ОУР. Сравнительный анализ динамики психоэмоционального состояния у лиц с легкой степенью ОУР свидетельствует о наиболее значимом приросте на первой (+ 1,39 балла), второй (+ 1,00 балла), третьей (+1,11 балла) и восьмой (+1,17 балла) неделях второго этапа эксперимента (рис. 1).

На данном этапе эксперимента у занимающихся с умеренной степенью ОУР также наблюдались значительные различия в приросте психоэмоционального состояния на второй (+ 1,28 балла), пятой (+ 1,00 балла), шестой (+ 1,06 балла) и восьмой (+ 1,28 балла) неделях (рис. 2). У людей с тяжелой степенью ОУР наиболее значительный прирост психоэмоционального состояния зафиксирован на первой (+ 1,28 балла), второй (+ 1,17 балла), третьей (+ 1,00 балла), шестой (+ 1,11 балла), седьмой (+ 1,00 балла) и восьмой (+ 1,22 балла) неделях второго этапа эксперимента (рис. 3).

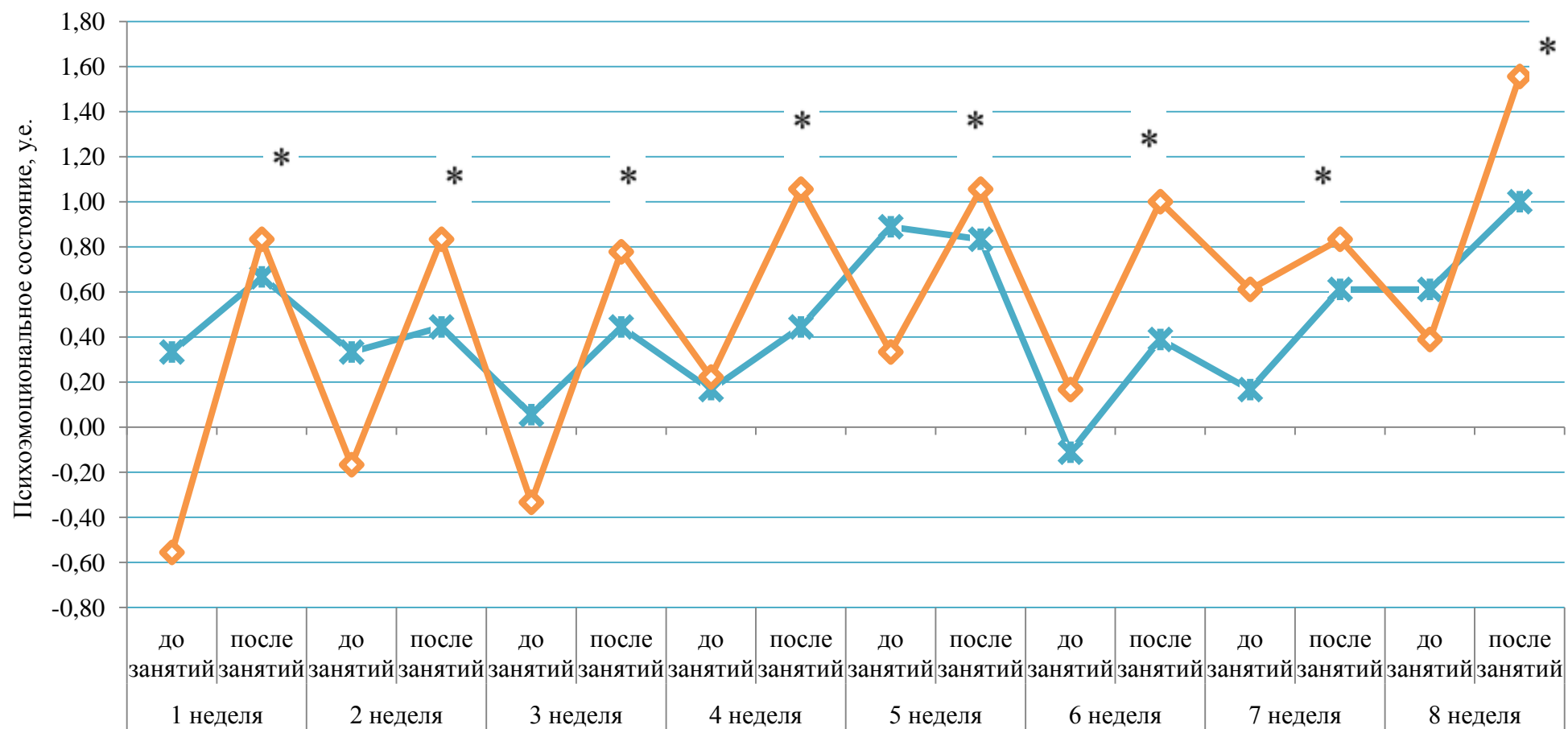


Рис. 1. Динамика психоэмоционального состояния занимающихся с легкой степенью ОУР на протяжении

—x— I этап эксперимента; —◇— II этап эксперимента

Примечание. * – статистически достоверные различия показателей после занятий между I и II этапами эксперимента на уровне $p < 0,05$

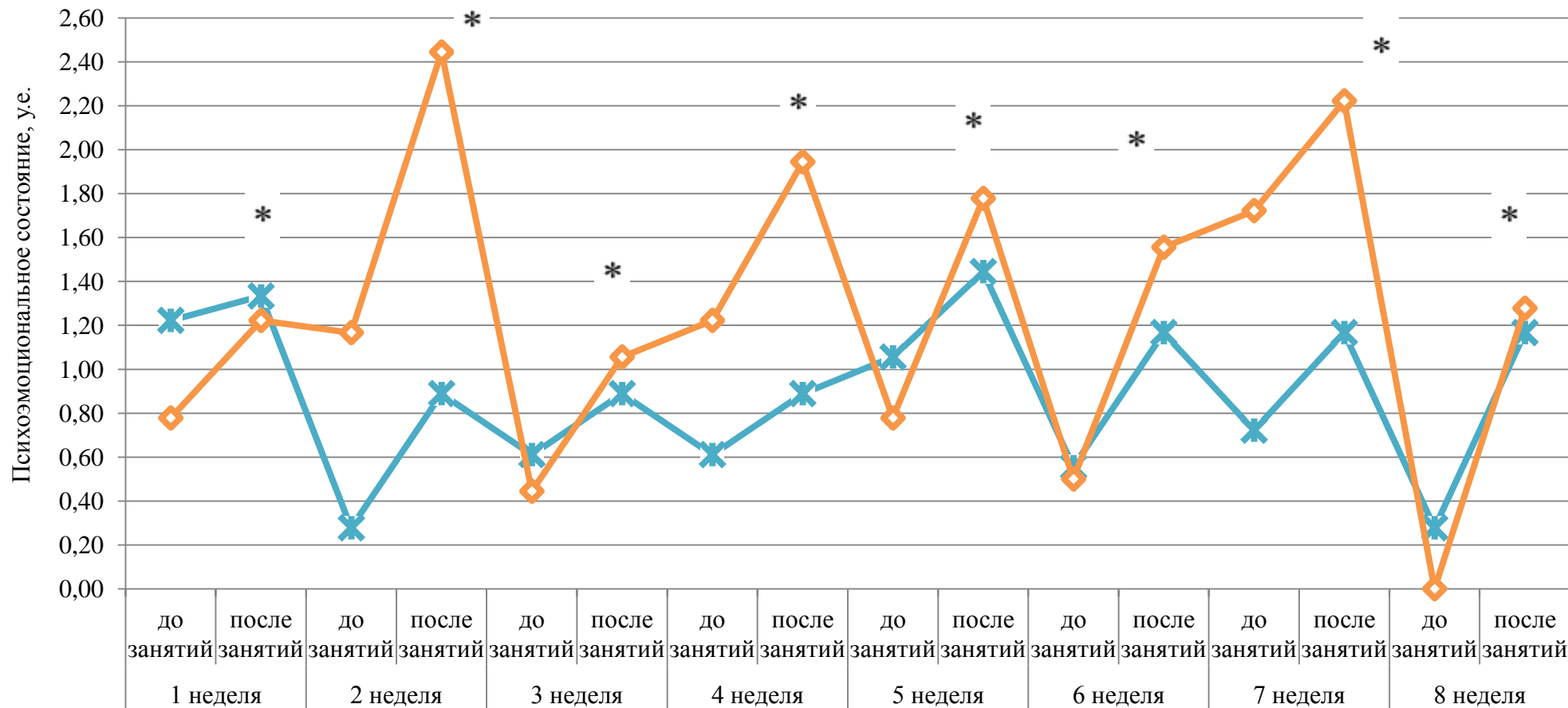


Рис. 2. Динамика психоэмоционального состояния занимающихся с умеренной степенью ОУР на протяжении эксперимента до и после тренировочных занятий (n=6):

—x— I этап эксперимента; —◇— II этап эксперимента

Примечание. * – статистически достоверные различия показателей после занятий между I и II этапами эксперимента на уровне $p < 0,05$

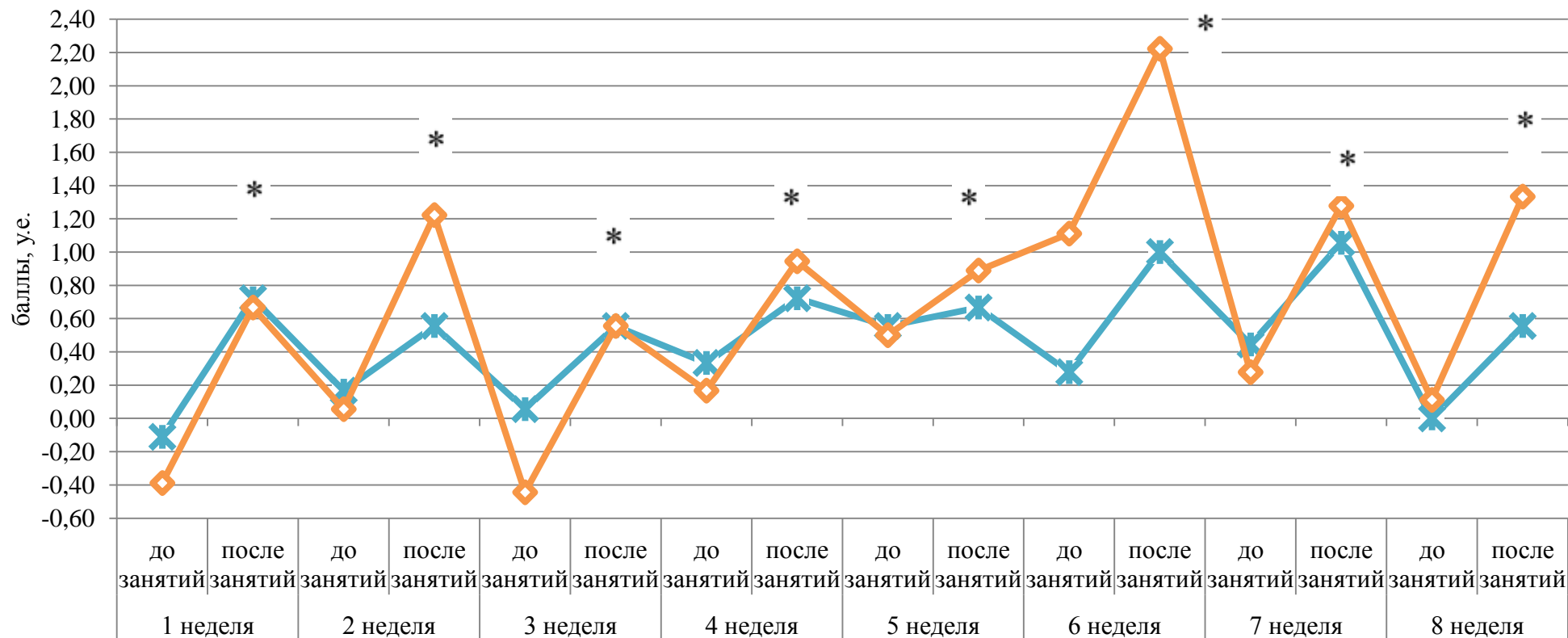


Рис. 3. Динамика психоэмоционального состояния занимающихся с тяжелой степенью ОУР на протяжении

—x— I этап эксперимента; —◇— II этап эксперимента

Примечание. * – статистически достоверные различия показателей после занятий между I и II этапами эксперимента на уровне $p < 0,05$

Анализ данных позволил выявить общие способы повышения психоэмоционального состояния у занимающихся с ОУР. К ним относятся: проведения занятий в игровой форме; привлечение здоровых сверстников к участию в учебно-тренировочном процессе; использование поощрения, похвалы, стимулирования и других методов педагогического воздействия на личность. В то же время изменение эмоционального состояния занимающихся с легкой степенью ОУР было незначительным на 7 неделе (+0,22 балла) эксперимента. Это связано с проведением контрольных тестов, направленных на оценку владения технико-тактическими элементами игры в футбол и правилами соревнований, а также возникшими мелкими конфликтными ситуациями между участниками учебно-тренировочного процесса. Таким образом, следует учитывать, что рациональное построение учебно-тренировочного процесса не только положительно влияет на развитие физических навыков и совершенствование уровня спортивного мастерства, но и, как отмечают тренеры Специальных Олимпиад, на повышение уровня собственного достоинства, значимости, самооценки, настроения, что способствует более быстрой и качественной их социальной интеграции.

Выводы:

Эффективность внедрения разработанной учебной программы Специальных Олимпиад по футболу в тренировочный процесс лиц с разными степенями отклонений умственного развития в рамках специального коррекционного учебного заведения доказана положительными изменениями психоэмоционального состояния занимающихся футболом.

Анализ психоэмоционального состояния у лиц с легкой степенью ОУР показал высокий прирост на первой (+ 1,39 балла), второй (+ 1,00 балла), третьей (+1,11 балла) и восьмой (+1,17 балла) неделях второго этапа эксперимента, также, на этом этапе эксперимента у лиц с умеренной степенью отклонения умственного развития наблюдался большой прирост психоэмоционального состояния на второй (+ 1,28 балла), пятой (+ 1,00 балла), шестой (+ 1,06 балла) и восьмой (+ 1,28 балла) неделях.

Существенное повышение показателей психоэмоционального состояния у людей с тяжелой степенью отклонений умственного развития было на первой (+ 1,28 балла), второй (+ 1,17 балла), третьей (+ 1,00 балла), шестой (+ 1,11 балла), седьмой (+ 1,00 балла) и восьмой (+ 1,22 балла) неделях второго этапа эксперимента.

Перспективы дальнейших исследований связаны с разработкой научно-обоснованной системы многолетней подготовки спортсменов Специальных Олимпиад с учетом степени отклонения умственного развития, особенностей заболевания, уровня физической подготовленности, социальных навыков и взаимоотношений в коллективе.

Список использованных источников:

1. Імас Є., Борисова О., Когут І. Особливості змісту професійної підготовки фахівців сфери фізичної культури та спорту щодо роботи з особами з інвалідністю / Євгеній Імас, Ольга Борисова, Ірина Когут// Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2016. - № 3 (35) – С.17-25.
2. Костюкевич В.М. Основи науково-дослідної роботи магістрантів та аспірантів у вищих навчальних закладах (спеціальність: 017 Фізична культура і спорт), навчальний посібник. / М.В. Костюкевич, В.І. Воронова, О.А. Шинкарук, О.В. Борисова; за заг.ред.. В.М. Костюкевича. – Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. – 554 с.
3. Литош Н. Л. Спортивная подготовка в мини-футболе юношей 11–16 лет с нарушением интеллекта / Н. Л. Литош, Е. П. Парыгин // Адаптивная физ. культура. – 2010. – № 4. – С. 45–47.
4. Матвеев С. Актуальні проблеми підготовки спортсменів-футболістів до Спеціальних Олімпіад / Сергій Матвеев, Максим Ярмоленко, Євген Гончаренко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2015. – №4. – С. 71–74.
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. Никифоров Д. Е. Спортивная подготовка футболистов 15–17 лет с нарушением интеллекта в условиях специализированного учреждения: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Никифоров Дмитрий Евгеньевич; Рос. гос. социал. университет. – Москва, 2012. – 139 с.

7. Павлось О. Результати експериментальної перевірки авторської тренувальної програми з баскетболу для спортсменів із вадами інтелекту / О. Павлось // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини / ред. Є. Приступа ; МОНУ, ЛДУФК. – Львів, 2014. – Вип. 18, Т. 1. – С. 187–192.

8. Передерій А. В. Соціальна спрямованість системи підготовки спортсменів за програмами Спеціальних Олімпіад / А. В. Передерій, І. В. Габрильчук // Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту та туризму : V Міжнародна наук.-практ. конф. : тези доповідей (Запоріжжя, 10–11 жовтня 2013 р.) / ред. В. М. Огаренко; Класичний приватний університет. – Запоріжжя, 2013. – С. 172–173.

9. Частные методики адаптивной физической культуры : учебник для студ. высш. и средн. проф. учеб. заведений по специальностям 022500 – Физ. культ. для лиц с отклонениями в состоянии здоровья (адаптивная физ. культура) и 0323 // Адаптивная физ. культура / ред. Л. В. Шапкина. – Москва : Сов. спорт, 2009. – 608 с.

10. Ярмоленко М. Методические особенности проведения тренировочных занятий в рамках программы Специальных Олимпиад / Максим Ярмоленко // Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. – 2016. – №1. – С. 94–98.

11. 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.

12. Coaching that Inspires : [Electronic resource] // Be a Special Olympics

Coach. – 2009. Access mode: <http://www.specialolympics.org/coaches.aspx> (Date of the application: 14.11.2016).

13. Kohut I. Social aspects of teaching and training Special Olympics football in Ukraine / I. Kohut, M. Iarmolenko // Slobozhanskyi herald of science and sport: [scientific and theoretical journal]. – Kharkiv : KSAPC, 2015. – № 2(46). – P. 72–77.

14. Sherrill C. Young People with Disability in Physical Education/ Physical Activity/Sport In and Out of Schools Technical Report for the World Health Organization : ICSSPE [Electronic resource]. – Access mode : <http://www.icsspe.org/portal/download/YOUNGPEOPLE.pdf>. (Date of the application: 15.04.2017).

15. Unified gives us a chance. An evaluation of Special Olympics Youth Unified Sports Programme in Europe/Eurasia / [Irina Kogut, Evgeniy Goncharenko and al.] – Ireland: University of Ulster, 2010. – 96 p.

16. Zwolinska D. Social support of mentalli retarded persons / D. Zwolinska, R. Podstawski, D. Nowosielska-Swadzba, M. Jendrysek // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2015. – № 1. – P. 78–84.

Аннотация. В статье представлена оценка эффективности программного материала учебно-тренировочной деятельности согласно авторской программы Специальных Олимпиад по футболу. Выявлены положительные изменения психоэмоционального состояния занимающихся футболом. Полученные в процессе педагогического эксперимента данные подтвердили эффективность разработанной учебно-тренировочной программы по футболу, так как, на II этапе последовательного эксперимента наблюдались достоверные различия ($p < 0,05$) психоэмоционального состояния у вышеуказанной категории лиц. Установлено, что вопросы организации и проведения тренировочных занятий

для людей с подобными проблемами должны контролироваться не только проверкой уровня физической и технической подготовленности, а и оценкой социальных навыков, взаимоотношений в коллективе и уровня психоэмоционального состояния.

Ключевые слова: Специальные Олимпиады, футболисты с отклонениями умственного развития, учебно-тренировочный процесс, результативность, психоэмоциональное состояние.

Анотація. У статті представлена оцінка ефективності програмного матеріалу навчально-тренувальної діяльності згідно авторської програми Спеціальних Олімпіад з футболу. Виявлено позитивні зміни психоемоційного стану футболістів. Отримані в процесі педагогічного експерименту дані підтвердили ефективність розробленої навчально-тренувальної програми по футболу, так як, на II етапі послідовного експерименту спостерігалися достовірні розбіжності ($p < 0,05$) психоемоційного стану у вищевказаній категорії осіб. Встановлено, що питання організації і проведення тренувальних занять для людей з подібними проблемами повинні контролюватися не тільки перевіркою рівня фізичної та технічної підготовленості, а й оцінкою соціальних навичок, взаємовідносин в колективі і рівня психоемоційного стану.

Ключові слова: Спеціальні Олімпіади, футболісти з вадами розумового розвитку, навчально-тренувальний процес, результативність, психоемоційний стан.

Abstract. The article presents an assessment of training program material effectiveness according to the author's program of the Special Olympics footballers. There were defined the positive changes in the psychoemotional state of footballers. The data was obtained in the process of the pedagogical experiment, which confirmed the effectiveness of football training program, since, there were significant differences ($p < 0.05$) in the psychoemotional state in the above-mentioned category of persons at the second stage of consecutive experiment. It is established that the issues of organizing and conducting training sessions for people with similar problems should be controlled not only by checking the level of physical and

technical preparedness, but also by assessing social skills, teamwork and level of psychoemotional state.

Keywords: Special Olympics, football players with mental disabilities, training process, effectiveness, psycho-emotional condition.

АВТОРСЬКА ДОВІДКА

“Фізична культура, спорт та здоров'я нації”

Прізвище Когут

Ім'я Ірина

По батькові Олександрівна

Місце роботи Національний університет фізичного виховання та спорту України

Посада професор кафедри професійного, не олімпійського та адаптивного спорту

Науковий ступінь доктор наук з фізичного виховання та спорту

Вчене звання доцент

ВУЗ в якому працює автор на даний час Національний університет фізичного виховання та спорту України

Номер відділення “Київ (42 відділення)”

Мобільний телефон 067-265-45-62, kogut_irina@ukr.net;

АВТОРСЬКА ДОВІДКА

“Фізична культура, спорт та здоров'я нації”

Прізвище Ярмоленко

Ім'я Максим

По батькові Анатолійович

Місце роботи Національний університет фізичного виховання та спорту України

Посада старший викладач кафедри професійного, неолімпійського та адаптивного спорту

Науковий ступінь кандидат наук з фізичного виховання і спорту

Вчене звання –

ВУЗ в якому працює автор на даний час Національний університет фізичного виховання та спорту України

Номер відділення “Київ (42 відділення)”

Мобільний телефон 093-270-55-92, muxyar@gmail.com