Література

1. Бріскін Ю.А., Передерій А.В., Строкатов В.В. Параолімпійський спорт: Навчаль посібник.– Львів: ўўАралўў, 2001 – 141с.
2. *Баскетбол/ В.М. Корягин, В.М. Мухин, В.А. Боженар, Р.С. Мозола – К.: Вища 1989 – 232с.*
3. *Баскетбол: Учебник для ин-тов физ. культ./Под ред. Ю.М.Портнова. – 3-е из перераб. – М.: Физкультура и спорт, 1988 – 288 с.*
4. *Леонов А.А., Малый А.А. Баскетбол. – К.: Рад. Школа. 1989 – 104с.*
5. *Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спор – Киев: Олимпийская литература, 1997 – С 27 - 44 .*

CARACTERISTIC OF THE COMPONENTS OF COMPETITIVE ACTIVITY PARALIMPIC BASKETBALL

Pityn MARYAN

Lviv State Institute of Physical Culture

In work determines common characteristic of the components of competitive activity paraly basketball.

There is e specific and common component of competitive activities Olympic and Paraly basketball

---

МОДЕЛЬНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НЕПОВНОСПРАВНИХ СПОРТСМЕНІВ У ПЛАВАННІ НА 100 МЕТРІВ ВІЛЬНИМ СТИЛЕМ

Євген ПРИСТУПА, Евгеніуш БОЛЯХ, Войцех СЕЙДЕЛЬ

Вроцлавська академія фізичного виховання, Польща

Змагання з плавання є одним з найбільш медалемістких видів спорту, які вклю у програму Параолімпійських ігор. Із 169 видів змагань з плавання, найбільша їх кіль розігрується в плаванні вільним стилем – 78, у тому числі на дистанції 100 метрів – 3

Аналіз виступів провідних спортсменів на Параолімпійських іграх свідчить суттєве зростання спортивних результатів у практично всіх без винятку старто групах, а також збільшення конкуренції в усіх видах змагань із плавання. Зазнач ситуація зумовлює необхідність пошуку нових, більш ефективних шляхів підвищ результативності змагальної діяльності неповносправних спортсменів. У сучас науковій літературі визначені основні напрями підвищення ефективності підгото кваліфікованих спортсменів [1, 2, 3]. Одним із найбільш ефективних напр підготовки плавців вважається розробка модельних характеристик змагаль діяльності у різних видах змагань із плавання задля оптимізації впливу на тренува

та змагальні навантаження, які максимально враховують реальні параметри результативної діяльності на змаганнях [1].

Планування і реалізація системи підготовки плавців із використанням модельних характеристик змагальної діяльності дасть можливість підвищити рівень спортивної підготованості не лише за рахунок максимального збільшення обсягів та інтенсивності тренувальних навантажень, а також цілеспрямованішого розвитку та вдосконалення чинників забезпечення та реалізації змагальної діяльності, які є відповідальними за максимальний спортивний результат [1].

Метою нашої роботи було дослідження модельних характеристик змагальної діяльності провідних плавців-інвалідів світу в плаванні на 100 метрів вільним стилем.

Методи досліджень. У роботі вивчалися матеріали відеозаписів змагань XI Паралімпійських ігор у плаванні на 100 метрів вільним стилем (чоловіки). Реєструвалися, подальшим математичним опрацюванням, такі параметри змагальної діяльності: час стартового прискорення до 15 метрів, час подолання та середня швидкість кожного двадцятип'ятиметрового відтинку дистанції, кількість (частота) плавальних циклів на дистанції, час повороту (7,5 метрів до повороту і 7,5 метрів після повороту). Всього проаналізовано характеристик змагальної діяльності більш, як 40 спортсменів – переможців та фіналістів змагань із плавання на 100 метрів вільним стилем.

Результати досліджень свідчать, що характеристики змагальної діяльності мають суттєві ($P \leq 0,05$) відмінності, зумовлені у першу чергу стартовою групою спортсменів. Всередині стартової групи зазначені відмінності мають менш виражений характер. Встановлені особливості характеристик змагальної діяльності підтверджують необхідність серйозної диференціації спрямованості, величини та інтенсивності тренувальних навантажень в залежності від стартової групи плавців-інвалідів.

У ході досліджень встановлено, що найбільш суттєвими параметрами змагальної діяльності, які в значною мірою впливають на спортивний результат, є час та швидкість подолання останнього двадцятип'ятиметрового відтинку дистанції – практично у всіх стартових групах зазначені характеристики у переможців були кращими від аналогічних параметрів інших фіналістів.

Розроблені в ході математичного аналізу модельні характеристики змагальної діяльності у плаванні вільним стилем на 100 метрів, окрім зазначених, можуть вирішувати завдання оптимізації параметрів фізичного (цілеспрямований розвиток сили, бистрості, швидкісної витривалості тощо), технічного (вдосконалення складових технічної підготованості – старт, стартовий розгін, поворот, плавання на дистанції тощо) та тактичного (вибір та реалізація тактичного варіанту змагальної діяльності в залежності від етапу змагань, рівня інтегральної підготованості власної та суперників, мети змагань тощо) підготаувння.

Розробка та реалізація модельних характеристик змагальної діяльності сприяли суттєвому підвищенню ефективності системи підготовки провідних плавців – інвалідів.

Література

1. *Келлер В.С., Платонов В.М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. – Львів: УСА. – 1993. – 270 с.*
2. *Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – К.: Олимпийская литература. – 1997. – 583 с.*
3. *Приступа Е. Особенности системы спортивных соревнований инвалидов // Наука в олимпийском спорте (специальный выпуск). – 2002. – № 2. – С.36-41.*

THE MODEL CHARACTERISTIC OF THE SWIMMING MATCH AT 100 M FREESTYLE OF THE INVALIDS

Evgen PRYSTUPA , Evgeniush BOLACH, Woiceh SEIDEL

Вроцлавська академія фізичного виховання, Польща

The article studies the model parameters of the swimming match at 100 m freestyle of the invalids. It determines the main parameter is the velocity of the surmounting of the last 25 meters.

КОМПЛЕКСНЕ ВІДНОВЛЕННЯ НЕПОВНОСПРАВНИХ ВАЖКОАТЛЕТІВ З ЦЕРЕБРАЛЬНИМ ПАРАЛІЧЕМ В ПРОЦЕСІ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ

Тетяна ПРИСТУПА, Євген ПРИСТУПА

Вроцлавська академія фізичного виховання, Польща

Система спортивної підготовки в процесуальному аспекті складається з тренування, змагань та відновлення [1, 2]. Домінуючу роль на встановлення змісту, структури, характеру фізичних навантажень у підготовці важкоатлетів з церебральним паралічем відіграють, з одного боку – особливості змагальної діяльності, а з другого – рівень психофізичних можливостей спортсменів. Згідно із правилами змагань з важкої атлетики для неповносправних, у змаганнях на міжнародному рівні у десяти вагових категоріях на рівні беруть участь представники чотирьох медичних груп інвалідів – ампутанти, параплегіки, спортсмени з різними захворюваннями органів руху та інваліди з церебральним паралічем. Однак, аналіз результатів виступів провідних атлетів світу свідчить, що представники медичної групи з церебральним паралічем практично не мають шансів на рівні змагатися з представниками інших медичних груп. Зазначене зумовлюється особливостями цього захворювання, яке характеризується значними порушеннями функцій опорно-рухового апарату, головними з яких є: патологія м'язового тонусу, значно обмежені можливості статичної і динамічної рівноваги у різноманітних положеннях, знижені можливості виконання різноманітних рухів, необхідних у повсякденному житті [3]. У зв'язку з таким положенням у деяких країнах світу (зокрема у Польщі) змагання з важкої атлетики для інвалідів проводяться у двох стартових групах – в одній змагаються між собою представники трьох медичних груп (ампутанти, параплегіки та спортсмени з 5-ої медичної групи з різними захворюваннями апарату руху), а в другій – представники 6-ої медичної групи з церебральним паралічем.

У зв'язку із істотним зростанням інтенсивності та обсягів навантаження у тренуванні неповносправних важкоатлетів [2], суттєвої ваги набуває проблема адекватного застосування засобів та методів відновлення. Відомо, що раціональне застосування реституційних процедур складає один із резервів підвищення