

• СПОРТ ІНВАЛІДІВ ТА АДАПТИВНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

• DISABLED SPORTS AND ADAPTIVE PHYSICAL TRAINING

УДК 766.323.2:616.28

**ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ
БАСКЕТОЛІСТІВ З ВАДАМИ СЛУХУ
НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ
БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ****Ольга КАКОВКІНА***Дніпропетровський державний інститут
фізичної культури і спорту, Дніпропетровськ, Україна*

Анотація. Аналіз стану здоров'я, специфічних порушень фізичного та психічного розвитку дітей з вадами слуху дав зомгу виявити знижену рухову активність, точність рухів, здібності до орієнтування у просторі. Актуальним є пошук шляхів удосконалення навчально-тренувального процесу насамперед на підставі урахування нозологічних особливостей юних баскетболістів з порушеннями слуху. Мета: виявити рівень технічної підготовки баскетболістів з порушеннями слуху на етапі спеціалізованої базової підготовки. Методи дослідження: аналітичний аналіз науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, педагогічне тестування, метод математичної статистики. Дослідження проводили із залученням 24 спортсменів обласної дитячої спортивної школи паралімпійського резерву, які спеціалізуються в баскетболі (експериментальна група) та 24 баскетболісти СДЮС-ШОР №5 з баскетболу м. Дніпропетровська (контрольна група). Проведені дослідження вихідного рівня технічної підготовки свідчать про на значне відставання у показниках баскетболістів 13–14 років з порушеннями слуху від баскетболістів без порушень слуху ($p < 0,05$) у тестах: переміщення в захисній стійці, переміщення в захисті 5м*6, ведення м'яча 20 м, відсоток попадання середніх кидків, тест 40 кидків. Встановлено, що показники ігрової діяльності захисників, нападаючих та центрових не схожі за питомою вагою провідних технічних прийомів, зазначимо, що вже у віці 13–14 років відбувається чітке розмежування технічних прийомів та функціональних обов'язків.

Ключові слова: баскетбол, підготовка, слух, порушення, тренувальний процес, кидок.

Постановка проблеми. Техніку в баскетболі постійно вдосконалюють. Основою для цього є безперервний творчий пошук тренерів, спортсменів, а також результати наукових досліджень. Баскетболіст завжди повинен шукати шляхи подальшого поліпшення техніки, оскільки рівнем її володіння визначається майстерність окремого гравця і команди загалом. З ростом спортивної майстерності постійно збільшується кількість досліджуваних прийомів і способів їх виконання, що сприяють розкриттю індивідуальних особливостей спортсмена і найкращого виконання його функцій у команді, підвищується якість виконання технічних прийомів [1].

Різномічне володіння технікою баскетболу – одне з головних завдань навчання баскетболістів. При нинішньому розвитку спортивних досягнень високі показники можливі тільки внаслідок правильної всебічної технічної підготовленості баскетболістів [4].

Зв'язок з науковими планами, темами. Роботу виконано згідно з темою 2.6 «Теоретико-методичні основи удосконалення тренувального процесу та змагальної діяльності в структурі багаторічної підготовки спортсменів» (номер Держреєстрації 0111U001168) Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури та спорту на 2011–2015 рр.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасна політика в Україні намагається створити необхідні умови для занять фізичною культурою і спортом людям із порушенням слухом, що забезпечує реалізацію їхнього права на самореалізацію, самоствердження, демонстрацію сили характеру, волі й духу (Э.Н. Абилова, 1992; Г.Л. Зайцева, 1999; Н.Г. Байкіна, 2003).

Одним із головних напрямів, що сприяє успішній інтеграції, є адаптивна фізична культура та спорт інвалідів, які останнім часом набувають дедалі більшого поширення. У нашій країні цей напрям суспільної діяльності підтримується на державному рівні за допомогою регіональних центрів «Інваспорт», дитячо-юнацьких спортивних шкіл інвалідів, фізкультурно-оздоровчих клубів інвалідів, спеціалізованих шкіл-інтернатів [5].

Відомо, що ураження функції слухового аналізатора призводить до низки вторинних відхилень і до затримки в мовному розвитку. Такі порушення призводять до зменшення обсягу одержуваної інформації, що негативно впливає на розвиток пізнавальних процесів і на процес оволодіння усіма видами рухових навичок (Л. С. Выготский, 1965; Н. Г. Морозова, 1973; В. Трофимов, 1980 та ін.)

Для дітей з порушеннями слуху властиві різноманітні порушення у руховій сфері, а саме:

- недостатньо точна координація та впевненість рухів;
- важкість збереження статичної та динамічної рівноваги;
- низький рівень розвитку просторового орієнтування;
- затримання оволодінням руховими навиками;
- подовження часу рухової реакції та реакції за вибором;
- зниження станової сили;
- відставання у стрибучості;
- низький темп рухів;
- погіршення рухової пам'яті;
- нерациональний розподіл фізичних зусиль [6].

Спорт має широкий спектр дії на особу завдяки своїй суті, яка проявляється у прагненні до перемоги, допомагає виховувати цілеспрямованість, чесність, творчість і багато інших позитивних рис. Заняття спортом є одним із проявів загальної і специфічної фізичної дії на організм людини: багаторазове навантаження органів і систем удосконалює їх функції і певні рухові якості. Зокрема баскетбол підвищує орієнтування у просторі, переключення уваги, оперативну пам'ять і мислення, тонке відчуття м'язів, швидкість реакції, можливість швидко перебудовувати акти руху.

Поліпшення загальної фізичної підготовки юнаків у процесі занять спортом з акцентуванням на баскетбол сприяє зміцненню здоров'я, вихованню основних фізичних якостей, підвищенню рівня загальної працездатності. Рухова активність позитивно впливає на життєдіяльність організму, зокрема на збалансованість метаболізму, активізацію вегетативних систем, формування нервових механізмів, управління процесами, розвиток організму загалом [3].

Деякі автори, розглядаючи баскетбол як засіб фізичного виховання, ставили завдання зміцнення здоров'я, поліпшення фізичного розвитку, підвищення життєдіяльності організму дітей, особливо з порушеннями у стані здоров'я [2].

Тенденція до зростання швидкості ігрових дій, активізації дій у захисті підвищила вимоги до технічної оснащеності баскетболістів і якості виконання вживаних ними прийомів. Високі спортивні результати в баскетболі можуть бути показані лише на основі всебічної технічної підготовленості спортсменів.

Технічна підготовка в баскетболі становлять собою педагогічний процес, спрямований на оволодіння спеціалізованими рухами, які забезпечують надійність ігрових дій. Технічну підготовку в баскетболі не можливо розглядати окремо. Вона є ланкою єдиного цілого, в якому технічні прийоми тісно взаємопов'язані з фізичними можливостями баскетболістів. Без оволодіння раціональної техніки в баскетбольних іграх не можливо досягти високих результатів, чим вище технічна підготовленість баскетболіста, тим більше у нього можливостей вести гру різноманітно та гнучко, з урахуванням конкретних умов. У зв'язку з чим виявлення рівня технічної підготовленості, яка відіграє ключову роль в тренувальній та змагальній діяльності баскетболістів з вадами слуху є актуальним.

Протягом останніх років вітчизняні вчені досліджують різні питання щодо спортсменів-дефлімпійців та людей з вадами слуху, зокрема: особливості корекції рухової сфери швидкісно-силовими вправами (Н.С. Бессарабов, 1979); моделі ігрової діяльності з глухими школярами (Х.Є. Гурінович, 2006); корекція рухової сфери у глухих школярів під час орієнтування на

заняттях оздоровчого туризму (Н.Г. Байкіна, П.Ф. Пиптюк, 2012); корекції психофізичного стану (О.В. Покріна, 2006); особливості технічної підготовки спортсменів з порушеннями слуху в різних видах спорту (Д.В. Хуртік, 2012) та ін.

Водночас аналіз спеціальної літератури свідчить про майже відсутність уваги фахівців щодо вивчення технічної підготовленості даного контингенту. З огляду на це виявлення рівня технічної підготовленості, яка відіграє ключову роль в тренувальній та змагальній діяльності баскетболістів з вадами слуху є актуальним.

Мета дослідження: виявити рівень технічної підготовленості баскетболістів 13–14 років з порушеннями слуху на етапі спеціалізованої базової підготовки.

Методи дослідження: аналітичний аналіз науково-методичної літератури; педагогічне спостереження; педагогічне тестування; метод математичної статистики.

Організація дослідження: дослідження проводили на базі обласної дитячої спортивної школи параолімпійського резерву та СДЮСШОР №5 з баскетболу м. Дніпропетровська. У ньому взяли участь 48 спортсменів-баскетболістів віком 13–14 років, які були поділені на експериментальну (баскетболісти з порушеннями слуху) та контрольну (баскетболісти без порушень слуху). Своєю чергою спортсмени і в контрольній і експериментальній групах були розділені за ігровими амплуа: захисники, нападаючі та центрові.

Результати дослідження. У сучасному баскетболі прийоми володіння м'ячем виконують на великій швидкості. В умовах активної протидії суперників, коли кожний гравець повинен вміти точно і своєчасно виконувати передачу, спіймати м'яч у різних ситуаціях, миттєво змінити напрям ведення м'яча або виконати кидок у кошик без підготовки. Активізація захисних дій змушує нападаючого з м'ячем збільшувати швидкість виконання ігрового прийому, змінювати їх динаміку та кінематичну структуру пристосовуючись до нових обставин. Саме тому нами були взяті наступні тести: переміщення в захисній стійці (с), переміщення в захисті 5м*6 (с), ведення м'яча 20м (с), відсоток попадання середніх кидків, тест 40 кидків. Дослідження рівня технічної підготовленості юних баскетболістів обох груп виявили достовірні розбіжності у показниках (табл.1).

Середній показник часу виконання тесту «Переміщення в захисній стійці» в експериментальній групі становив $22,5 \pm 0,29$ с, а в контрольній – $19,14 \pm 0,22$ с при ($t=4,73$, $p<0,001$). За ігровими амплуа: захисники з вадами слуху долають задану відстань за $22,43 \pm 0,25$ с, спортсмени без вад слуху – $18,93 \pm 0,17$ с ($t=5,4$, $p<0,01$); нападаючі експериментальної – $21,93 \pm 0,53$ с, контрольної – $18,94 \pm 0,4$ с ($t=3,1$, $p<0,05$); центрові експериментальної групи пробігли за $23,2 \pm 0,49$ с, контрольній – $19,55 \pm 0,37$ с ($t=3,93$, $p<0,01$).

Аналіз показників тесту «Переміщення в захисті 5м*6» свідчить про те, що в експериментальній та контрольній групі існують достовірні розбіжності, як в середньому – $10 \pm 0,09$ с та $8,66 \pm 0,07$ відповідно ($t=3,35$, $p<0,01$), так і за ігровим амплуа, у захисників – $9,56 \pm 0,09$ с та $8,44 \pm 0,08$ с ($t=2,71$, $p<0,05$); нападаючі – $10,23 \pm 0,15$ с та $8,71 \pm 0,16$ с ($t=2,73$, $p<0,05$); центрові – $10,21 \pm 0,15$ с та $8,85 \pm 0,11$ с ($t=2,66$, $p<0,05$) (відповідно в експериментальній та контрольній групах).

Середній показник часу, за який баскетболісти виконували тест «Ведення м'яча 20 м» становить $4,56 \pm 0,04$ с в експериментальній та $3,26 \pm 0,04$ в контрольній групі ($t=4,59$, $p<0,001$). За ігровими амплуа також спостерігалися вірогідні відмінності у захисників – $4,22 \pm 0,04$ с та $3,15 \pm 0,05$ с ($t=3,56$, $p<0,01$); у нападаючих – $5,2 \pm 0,1$ с та $3,3 \pm 0,08$ с ($t=4,47$, $p<0,01$); у центрових – $4,26 \pm 0,03$ с та $3,34 \pm 0,02$ с ($t=4,11$, $p<0,01$) (відповідно в експериментальній та контрольній групах).

Порівняння показників ефективності середніх кидків (за тестом «Відсоток попадання середніх кидків») гравців експериментальної та контрольної групи вказує на достовірну різницю, а саме: у середньому становить $54,87 \pm 1,77$ % та $61,5 \pm 1,24$ % відповідно при ($t=3,82$, $p<0,001$). Розглядаючи результати за ігровими амплуа, зазначимо, що показник захисників експериментальної групи становив $56,27 \pm 2,65$ %, а в контрольній – $64,82 \pm 2,02$ % ($t=3,95$, $p<0,001$), у нападаючих – $54,14 \pm 3,33$ % та $60,42 \pm 2,3$ % відповідно ($t=2,64$, $p<0,05$), у центрових – $54,2 \pm 3,22$ % та $59,27 \pm 1,93$ % ($t=2,23$, $p<0,1$).

Таблиця 1

**Результати дослідження рівня технічної підготовленості баскетболістів 13–14 років
(без порушень та з порушеннями слуху)**

Тести	Захисники		Нападаючі		Центрові		У середньому по групі	
	Е (n=8)	К (n=8)	Е (n=8)	К (n=8)	Е (n=8)	К (n=8)	Е (n=24)	К (n=24)
	x±m	x±m	x±m	x±m	x±m	x±m	x±m	x±m
Переміщення в захисній стійці (с)	22,43± 0,25	18,93± 0,17	21,93± 0,53	18,94± 0,4	23,2± 0,49	19,55± 0,37	22,52± 0,29	19,14± 0,22
	t	p	t	p	t	p	t	p
	5,4	<0,001	3,1	<0,05	3,93	<0,01	4,73	<0,001
Переміщення в захисті 5м*6 (с)	9,56± 0,09	8,44± 0,08	10,23± 0,15	8,71± 0,16	10,21± 0,15	8,85± 0,11	10± 0,09	8,66± 0,07
	t	p	t	p	t	p	t	p
	2,71	<0,05	2,73	<0,05	2,66	<0,05	3,35	<0,01
Ведення м'яча 20м (с)	4,22± 0,04	3,15± 0,05	5,2± 0,1	3,3± 0,08	4,26± 0,03	3,34± 0,02	4,56± 0,04	3,26± 0,04
	t	p	t	p	t	p	t	p
	3,56	<0,01	4,47	<0,01	4,11	<0,01	4,59	<0,01
Відсоток попадання середніх кидків	56,27± 2,65	64,82± 2,02	54,14± 3,33	60,42± 2,3	54,2± 3,22	59,27± 1,93	54,87± 1,77	61,5± 1,24
	t	p	t	p	t	p	t	p
	3,95	<0,01	2,64	<0,05	2,23	<0,1	3,82	<0,001
Тест 40 кидків	21,57± 0,95	24,17± 0,59	20,65± 1,15	24,16± 0,74	19,8± 1,18	23,4± 0,75	20,67± 0,67	23,91± 0,45
	t	p	t	p	t	p	t	p
	2,09	<0,1	2,55	<0,05	2,59	<0,05	3,06	<0,05

Примітки: 1) Е – експериментальна група (баскетболісти з порушеннями слуху);

2) К – контрольна група (баскетболісти без порушень слуху).

Результати порівняння показників середніх кидків (тест 40 кидків) свідчать про те, що показники баскетболістів з вадами слуху 20,67±0,67 відстають від показників баскетболістів без вад слуху – 23,91±0,45 (t=3,06, p<0,05). За ігровими амплуа також спостерігали достовірні відмінності: у захисників – 21,57 ± 0,95 та 24,17 ± 0,75 (t=2,09, p<0,1); у нападаючих – 20,65 ± 1,15 та 24,16 ± 0,74 (t=2,55, p<0,05); у центрових – 19,8 ± 1,18 та 23,4 ± 0,75 (t=2,59, p<0,05) (відповідно в експериментальній та контрольній групах).

Висновки:

1. Аналіз науково-методичної літератури дав змогу встановити, що заняття спортом, зокрема баскетболом, мають величезне значення для соціалізації та інтеграції дитини у суспільстві. Заняття спортом допомагають підліткам з вадами слуху стати активними, а головне корисними членами суспільства, реалізувати себе у житті.

2. Отримані в ході дослідження дані свідчать про відставання баскетболістів з порушеннями слуху від здорових однолітків у рівні технічної підготовленості, а саме: середні кидки (тест 40 кидків) у баскетболістів з вадами слуху 20,67±0,67, а без вад слуху – 23,91±0,45 (p<0,05); середні кидки (за тестом «Відсоток попадання середніх кидків») 54,87± 1,77 % та

61,5±1,24 % відповідно при ($p<0,001$); виконання тесту «Ведення м'яча 20 м» становить 4,56±0,04 с в експериментальній та 3,26±0,04 в контрольній групі ($p<0,001$); середній показник часу виконання тесту «Переміщення в захисній стійці» в експериментальній групі достовірно нижче, ніж в контрольній – 22,5±0,29 с та 19,14±0,22 с відповідно ($p<0,001$). Аналіз показників тесту «Переміщення в захисті 5м*6» свідчить про достовірне відставання баскетболістів з вадами слуху ($p<0,01$) від здорових спортсменів.

У перспективі подальших досліджень ми плануємо розроблення спеціальної програми, спрямованої на підвищення рівня технічної підготовленості баскетболістів з вадами слуху, яка буде враховувати особливості, що впливають на рухову активність даних спортсменів.

Список літератури

1. *Зашук С. Г.* Баскетбол в физическом воспитании студентов нефизкультурных вузов / С. Г. Зашук, Т. В. Ивчатова // Проблемы физического воспитания і спорту. – 2010. – №5. – С. 69–72.
2. *Ильнич В. И.* Физическая культура студента: учебник / под ред. В. И. Ильнича. – М.: Гардарики, 2000. – 448 с.
3. *Ківернік О.* Організаційні особливості процесу фізичного виховання у вищих навчальних закладах України / О. Ківернік, С. Городянський, М. Пітін // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2008. – № 1/2. – С. 20-22.
4. *Попрошаев А. В.* Преимущества секционной формы организации учебного процесса по дисциплине «Физическое воспитание» / Попрошаев А. В., Мунтян В. С. // Физическое воспитание студентов. – 2011. – №4. – С. 67–71.
5. *Приступа Е.* Особенности системы спортивных соревнований инвалидов / Евгений Приступа // Наука в олимпийском спорте. – 2002. – №2. – С. 36–41.
6. *Чудная Р. В.* Адаптивное физическое воспитание / Р. В. Чудная. – К., 2000. – С.137–155.

ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛИСТОВ С НАРУШЕНИЯМИ СЛУХА НА ЭТАПЕ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ БАЗОВОЙ ПОДГОТОВКИ

Ольга КАКОВКИНА

*Днепропетровский государственный институт
физической культуры и спорта,
Днепропетровск, Украина*

Аннотация. Анализ состояния здоровья, специфических нарушений физического и психического развития детей с нарушениями слуха позволил выявить сниженную двигательную активность, точность движений, способность к ориентированию в пространстве. Актуальным является поиск путей совершенствования учебно-тренировочного процесса, прежде всего на основании учета нозологических особенностей юных баскетболистов с нарушениями слуха. Цель: определить уровень технической подготовки баскетболистов с нарушениями слуха на этапе специализированной базовой подготовки. Методы исследования: аналитический анализ научно-методической литературы, педагогические наблюдения, педагогическое тестирование, метод математической статистики. Исследование проводили с привлечением 24 спортсменов областной детской спортивной школы паралимпийского резерва, которые специализируются в баскетболе (экспериментальная группа) и 24 баскетболиста СДЮСШОР

№5 по баскетболу г. Днепропетровска (контрольная группа). Результаты исследования исходного уровня технической подготовки показали значительное отставание баскетболистов 13–14 лет с нарушениями слуха от здоровых спортсменов ($p < 0,05$) в показателях тестов: перемещение в защитной стойке, перемещение в защите 5м*6, ведение мяча 20 м, процент попадания средних бросков, тест 40 бросков. Установлено, что показатели игровой деятельности защитников, нападающих, центровых не схожи по удельному весу ведущих технических приемов, можно отметить, что уже в возрасте 13–14 лет происходит четкое разграничение игровых и функциональных обязанностей.

Ключевые слова: баскетбол, подготовка, слух, нарушение, тренировочный процесс, бросок.

TECHNICAL TRAINING FEATURES OF BASKETBALL PLAYERS WITH HEARING IMPAIRMENTS DURING SPECIALIZED BASE PREPARATION

Olga KAKOVKINA

*Dnipropetrovsk State Institute of Physical Culture and Sports,
Dnipropetrovsk, Ukraine*

Abstract. Analysis of health status, specific violations of physical and mental development of children with hearing impairments revealed decreased motor activity, movement accuracy, the ability to navigate in space. The search for ways to improve the training process, primarily on the basis of accounting nosological features of young basketball players with hearing impairment is an urgent question. Objective: To determine the level of technical training of basketball players with hearing impairments at the stage of specialized base preparation. Methods: analytical analysis of library resources, pedagogic observations, pedagogic testing, the method of mathematical statistics. The study conducted has involved 24 athletes from regional children's sports school of Paralympic reserve specializing in basketball (experimental group) and 24 basketball players from Dnipropetrovsk sports junior school N5 (control group). The obtained data of technical training level showed significant indices lag basketball players aged 13–14 with hearing impairment from healthy athletes ($p < 0.05$) in terms of tests: move to a defensive position, move to protect 5m * 6, dribbling 20m, average percentage of hits shots, 40 shots test. It was found that performance indices of gaming activities of defenders, forwards, and central players similar to specific leading techniques, it may be noted that in the age of 13–14 years there is a clear distinction between gaming and duties.

Keywords: basketball, training, hearing, impairment, training process, shot.

References

1. Zashchuk S. H., Yvchatova T. V. Basketbol v fizycheskom vospytanny studentov nefyzkul'turnykh vuzov [Basket-ball is in physical education of students of unathletic institutes of higher]. // Problemy fizychnoho vykhovannya i sportu. 2010. №5. S. 69–72. (Rus.)
2. Yl'ynych V.Y. Fizycheskaya kul'tura studenta [Physical culture of student]. M. : Hardaryky, 2000. 448 s. (Rus.)
3. Kivernik O. Orhanizatsiyni osoblyvosti protsesu fizychnoho vykhovannya u vyshchykh navchal'nykh zakladakh Ukrainy [Organizational features of process of P.E are in higher educational establishments of Ukraine]. Slobozhans'kyu naukovu-sportyvnyy visnyk. 2008. № 1–2. S. 20–22. (Ukr.)

4. *Poproshaev A. V., Muntyan V. S.* Preymushchestva sektsyonnoy formi orhanyzatsyy uchenoho protsessa po dystsyplyne «Fyzicheskoe vospytanye» [Benefits sectional formi organization scientist process discipline "Physical Education"]. Kh. : KhOVNOKU-KhDADM, 2011. №4. S. 67–71. (Rus.)

5. *Prystupa E.* Osobennosti systemy sportyvnykh sorevnovanyu unvalydiv [System features sports competitions disabled] // Nauka v olymпыyskom sporte. 2002. №2. S. 36–41. (Rus.)

6. *Chudnaya R. V.* Adaptivnoe fizyicheskoe vospytanye [Adapted Physical Education]. K., 2000. S.137–155. (Rus.)

Стаття надійшла до редколегії 13.06.2014