

TECHNICAL REMEDIES IN TRAINING OF THE SHOOTERS-SPORTSMENS

SALNICOV OLEXANDR

Zaporozhyes state university

Modern evolution of the sport shooting characterizing to increase of the sport results. Training methodic of the competent shooters require of the further perfection. Important place in the shooting training borrows technical remedies. Use of the urgent information is an important direction of the movement perfection. Appearance of the shooting training and analysis systems in the various countries is a powerful stimulus for an increase of the sport results.

ФЕХТУВАННЯ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ ФІЗКУЛЬТУРНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНОЇ ТА СПОРТИВНОЇ РОБОТИ З НЕПОВНОСПРАВНИМИ

ОЛЕКСАНДР СЕМЕНЮК

Львівський державний інститут фізичної культури

Згідно даних статистичних служб 2 млн. 500 тис. людей в Україні офіційно причислені до осіб з фізичними та розумовими вадами. В той же час, всіма формами фізкультурно-реабілітаційної та спортивної роботи охоплено лише 16,7 тис. чоловік, що становить менше 1% від загальної кількості неповносправних. У переважній більшості випадків інваліди не можуть вести повноцінний спосіб життя через існуючі у суспільстві соціальні і фізичні бар'єри. Активна участь у спортивній діяльності є одним із засобів поліпшення психічної та фізичної адаптації неповносправних до складних умов сучасного життя.

Одним з видів спорту, який істотно впливає на розвиток найбільш важливих для неповносправних (візочників, ампутантів, хворих на опорно-руховий апарат) фізичних якостей, підвищує їх загальний функціональний рівень і фізичну працездатність, є фехтування. Великий майстер фехтування Георг Сільвер у 1599 р. у своїй книзі "Парадокси захисту" писав: "Заняття фехтуванням віддаляє смуток, біль і хвороби, пересилує меланхолію, холеричність і згубну самовпевненість, дає добрий відпочинок, здоров'я і добре життя".

Сучасне фехтування є всебічним, популярним видом спорту, яким займаються діти, молодь, дорослі чоловіки і жінки. Видовищність фехтування і його цінність полягає у тому, що цей вид спорту розвиває не тільки фізичні кондиції через удосконалення рухових здібностей, але й удосконалює психічні процеси, різні властивості уваги (концентрація, довготривалість, вибірковість, переключення), позитивно впливає на функціональні системи організму, розвиває здатність вибору дій в короткі відрізки часу, викликає позитивні емоції.

В останні роки фехтування набуло неабиякої популярності в світі через залучення до занять неповносправних спортсменів. Для них це реальний вид єдиноборства. В умовах, коли відсутня можливість пересуватись по доріжці, все більшого значення набуває рівень техніки володіння зброєю, швидкість, точність. Оскільки поєдинок на візках відбувається на малій відстані, великого значення набуває швидкість та амплітуда рухів озброєної руки і тулуба, швидкість і точність спостереження та прийняття рішень, концентрація та переключення уваги. Фехтувальникам на візках властива зміна ритму рухів, розвідка і передбачення рухів суперника, уміння швидко і раціонально підібрати відповідні дії. Очевидно, що для цього потрібна посилена діяльність систем організму: дихання, циркуляції крові, діяльності м'язів, а також кори головного мозку. Для фехтувальників на візках цей вид спорту має ще й додаткове соціальне, психологічне значення. Спільні тренування, участь у змаганнях дозволяють неповносправним відчути себе пов'язаними і інтегрованими з цілою спільнотою.

Вперше фехтування було включено в програму Параолімпійських ігор у 1960 р. в Римі. На Олімпійських іграх для неповносправних 1988 р., які відбулись в Сеулі, було запроваджено нову систему класифікації у фехтуванні для тих, хто сидить у візку. Остаточний варіант, представлений на Параолімпіаді, мав у своїй основі систему, яка була запропонована Ритою Стром з Німеччини на чемпіонаті Європи в Глазго (1987 р.) і пізніше частково модифікована. Вона розглядає всі питання, пов'язані з інтегрованою класифікацією, що надає спортсменам з різною неповносправністю (ампутантам, полімієлітикам, особам з ДЦП і паралегікам) можливість змагатися разом. Функціональні тести (які виконуються сидячи у візку) складаються з оцінки можливості повороту та нахилу тулуба в різних позах з використанням або без використання зброї. Рухи, які тестуються, повторюють специфічні технічні рухи фехтувальника. Під час виконання тестів оцінка здійснюється в балах (від 0 до 5).

Змагання фехтувальників-візочників входили до програм усіх Параолімпійських ігор починаючи з 1960 р. Щорічно проводяться чемпіонати світу, чемпіонати Європи, Кубки світу. Офіційні міжнародні змагання відбуваються систематично 7-8 разів на рік. У них беруть участь більш ніж 80 спортсменів з 20 країн світу. Фехтування на візках є однією з 18 дисциплін, в яких будуть розіграні медалі на Параолімпійських іграх в Австралії в 2000 році. 80 фехтувальників-візочників будуть боротися за медалі в особистих та командних змаганнях. Їх змагання будуть тривати 5 днів. Додамо, що оригінальним талісманом ігор є звірок на візочку на ім'я Ліззі, котрий символізує один із видів австралійських ящірок, відомих своєю витривалістю, непоступливістю і волею до існування.

Проведення міжнародних змагань відбувається за регламентом, прийнятим Міжнародним

Комітетом фехтування на візках (IWFC) і затвердженим Світовою Федерацією Спорту паралегіків в Сток-Мандевілі (ISMWSF). Слід зазначити, то більшість пунктів ідентичні з фехтуванням повносправних спортсменів. Прикладом є регламент, установлений Міжнародною Федерацією Фехтування (FIE). Проте деякі пункти регламенту діють так, щоб вони відповідали специфічним вимогам адаптації дисципліни до можливостей неповносправних. Для вступу в Міжнародний Комітет фехтування на візках потрібна наявність в країні не менше 3 клубів фехтувальників-візочників.

В Україні фехтування серед неповносправних поки що не знайшло великого числа своїх прихильників, оскільки спортивні організації інвалідів були засновані недавно і в більшості своїй працюють ізольовано від міжнародних спортивних організацій.

Для розвитку фізкультурно-реабілітаційної та спортивної роботи серед інвалідів в Україні створена певна інфраструктура, в якій, на наш погляд, повинно знайтись місце і для фехтування на візках. В 25 областях, Києві та Севастополі створені центри інвалідного спорту "Інваспорт", діє Всеукраїнський центр "Інваспорт". Крім того, є 56 регіональних відділень у великих містах України, працює 48 фізкультурно-оздоровчих клубів інвалідів у 17 областях. Функціонує 17 спеціалізованих дитячо-юнацьких реабілітаційно-спортивних шкіл (СДЮОРШ). Роботу з інвалідами проводять понад 600 фізкультурних працівників, причому їх кількість порівняно з 1994 роком зросла на 146 фахівців. В центрах "Інваспорту" культивуються 19 видів спорту. Таким чином, на Україні є необхідні організаційні засади для успішного розвитку фехтування серед інвалідів.

Після проведення у Львові, під егідою Міжнародного центру (RESPO DS-DI), Всеукраїнського семінару "Рекреаційний спорт для інвалідів" з'явилась можливість започаткувати роботу серед неповносправних на Україні. За ініціативою викладачів кафедри фехтування, боксу та східних единоборств ЛДДФК впродовж 1998-99 років було сформовано групу фехтувальників-візочників. На даний час вона налічує 11 осіб різного віку (від 14 до 42 років) та різних категорій захворювань. Допомогу в організації занять надали Львівське обласне відділення Українського фонду "Реабілітація інвалідів", обласний центр "Інваспорт", дитячо-юнацька спортивна школа №2 міськвн. Організаційно-методичне та матеріально-технічне забезпечення взяли на себе федерація фехтування Львівщини та кафедра фехтування ЛДДФК. За 2 роки накопичено певний досвід роботи та напрацьовано методичний матеріал.

До найбільш актуальних завдань розвитку фехтування на візках на теперішній час можна віднести:

1. Розширення географії міст та клубів, в яких культивують фехтування на візках, та проведення Всеукраїнських змагань. Розробка нормативів для виконання спортивних розрядів та звань.
2. Організація Всеукраїнської асоціації фехтувальників на візках та вступ в Міжнародний Комітет фехтування на візках.
3. Організація науково-методичного та матеріально-технічного забезпечення підготовки фехтувальників-візочників.
4. Участь в міжнародних змаганнях та Паралімпійських іграх.

ЛІТЕРАТУРА

1. Копій О. Характеристика роботи Українського центру "Інваспорт" та особливості його діяльності на Львівщині. // Збірник науково-методичних статей "Молодіжні проблеми в Україні: стан та шляхи вирішення". 1997 р
2. Фехтування для тих, хто сидить у візку. /Правила змагань/. RESPO DS-DI, укладач Вовканич А.С. 1999р.

FENCING IS A WAY OF PHYSICAL - REHABILITATING AND SPORT WORK WITH THE DEFECTIVE PEOPLE OLEKSANDR SEMENUK

L'viv State Institute of Physical Culture

First in the article is put the question with the aim of development of fencing in Ukraine among the invalids, which is wide-spread in civilized countries all over the world. The organized possibilities and actual tasks of development of fencing at the carnages in Ukraine are considered.

ВДОСКОНАЛЕННЯ МЕТОДИКИ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ ІНВАЛІДІВ З ДИТЯЧО ЦЕРЕБРАЛЬНИМ ПАРАЛІЧЕМ З УРАХУВАННЯМ ОСОБЛИВОСТЕЙ РУХОВОЇ ПАМ'ЯТІ

ІРИНА ТУРЧИК

Львівський державний інститут фізичної культури

В останні роки особливої уваги спеціалісти надають проблемі соціальної та фізичної реабілітації інвалідів з дефектами опорно-рухового апарату та церебральним паралічем (ЦП) засобами спорту.

Систематичні тренування та участь у змаганнях не тільки підвищують адаптацію інвалідів до умов життя, розширюють їх функціональні можливості, але і сприяють координації в роботі опорно-рухового