

ТРЕНУВАЛЬНІ ПРОГРАМИ СПЕЦІАЛЬНИХ ОЛІМПІАД: ПЕРСПЕКТИВИ ВДОСКОНАЛЕННЯ

О. Слісенко

Львівський державний університет фізичної культури

При виконанні даної роботи будуть вивчені та проаналізовані структура і зміст типових тренувальних програм Спеціальних Олімпіад з популярних в Україні видів спорту. Також будуть визначені напрями вдосконалення тренувальних програм Спеціальних Олімпіад.

Ключові слова: Спеціальні Олімпіади, тренування, змагання, тренувальні програми, структура, атлет Спеціальних Олімпіад.

При выполнении данной работы будут изучены и проанализированы структура и содержание типичных тренировочных программ Специальных Олимпиад из популярных для Украины видов спорта. Также будут определены направления усовершенствования тренировочных программ Специальных Олимпиад.

Ключевые слова: Специальные Олимпиады, тренировка, соревнования, тренировочные программы, структура, атлет Специальных Олимпиад.

In this work we will be studying and analyzing the structure and content training programs of Special Olympics at the popular events in Ukraine. Also we will be determining the directions for the improving training programs of Special Olympics.

Keys words: Special Olympics, training, competition, training programs, structure, Special Olympics athletes.

Постановка проблеми. Актуальність. Спеціальні Олімпіади (СО) – міжнародний спортивно-оздоровчий рух, під егідою якого проводяться тренування і змагання дітей та дорослих з розумовою відсталістю. Започаткований у 60-тих роках ХХ ст. в США з ініціативи Юніс Кеннеді Шрайвер, цей рух є найпоширеніший у світі та з 1988 року є єдиним, що має офіційний дозвіл Міжнародного Олімпійського Комітету (МОК) на використання слова “Олімпіада” у своїй назві у вигляді словосполучення “Спеціальні Олімпіади” (В. Мудрік, 2001, 2006; Ю. Бріскін, 2003).

Діяльність Спеціальних Олімпіад здійснюється на волонтерських засадах. До спортивної роботи залучаються студенти, лікарі, батьки, які не мають педагогічної чи спортивної освіти, що обмежує можливості тренувального процесу.

Для організації тренувального процесу спортсменів з інтелектуальними вадами починаючи з 1981 року видаються тренувальні програми Спеціальних Олімпіад з усіх офіційних видів спорту. Тренувальні програми мають єдину загальну структуру, містять жорсткі та формалізовані методичні рекомендації, перелік засобів тренування, критеріїв контролю підготовленості спортсменів тощо (Бріскін Ю., Передерій А., 2002).

Обов'язкові тренувальні програми Спеціальних Олімпіад з видів спорту тривають 8 тижнів. Структура тренувального заняття відповідає загальноприйнятій і обов'язково включає: вступні зауваження, розминку – 20 хв., повторення пройденого – 20 хв., за-

няття з запровадженням нових елементів – 60 хв., заключні, відновлювальні вправи – 25 хв., обговорення результатів, підведення підсумків – 10 хв.

Тренувальні програми Спеціальних Олімпіад дозволяють залучити до проведення занять велику кількість осіб, на жаль вони не враховують вплив навантажень на організм спортсменів, їхні індивідуальні особливості, варіанти організації занять, що насамперед спричиняє зменшення їхньої ефективності.

Активний розвиток Спеціальних Олімпіад України з 2001 року потребує наукового обґрунтування тренувальних програм Спеціальних Олімпіад у відповідності із загальною теорією підготовки спортсменів, закономірностями формування вмінь і навичок, розвитку рухових якостей та з урахуванням особливостей спортсменів з вадами інтелекту.

Мета нашої роботи полягає у визначенні напрямів вдосконалення тренувальних програм Спеціальних Олімпіад.

Поставлена мета передбачає виконання таких **завдань**:

- визначити структуру та зміст типових тренувальних програм Спеціальних Олімпіад з популярних в Україні видів спорту;
- систематизувати основні вміння та навички;
- визначити напрями вдосконалення тренувальних програм Спеціальних Олімпіад.

Об'єкт дослідження: підготовка спортсменів з відхиленням розумового розвитку.

Предмет дослідження: тренувальні програми Спеціальних Олімпіад.

Методи дослідження:

- теоретичний аналіз спеціальної літератури;
- аналіз документальних матеріалів;
- узагальнення практичного досвіду;
- статистична обробка матеріалів.

Наукова новизна: передбачається, що вперше будуть виявлені особливості типових тренувальних програм Спеціальних Олімпіад та розроблені рекомендації щодо вдосконалення структури та змісту тренувальних програм Спеціальних Олімпіад.

1. *Бріскін Ю. А., Передерій А. В., Строкатов В. В.* Паралімпійський спорт: навчальний посібник за заг. ред. Ю. А. Бріскіна, передмова д. пед. наук, професора, академіка АПН України Н. Г. Ничкало. – Львів: "Арал", 2001. – 141 с.
2. *Бріскін Ю. А.* Адаптивний спорт. Спеціальні Олімпіади: навчальний посібник. – Львів: "Ахіл", 2003. – 128 с.
3. *Висковатова Т. П.* Умственная отсталость и параолимпийский спорт // Наука в олимпийском спорте. – 2002. – № 2. – С. 30–36.
4. *Мудрик В. І.* Спеціальні Олімпіади. Special Olympics. – К.: Нора-прінт, 2001. – 52 с.