Розторгуй, М., Передерій, А., & Товстоног, О. (2018). Види підготовки та їх співвідношення у тренувальному процесі спортсменів з інвалідністю в армспорті та пауерліфтингу. *Теорія та методика фізичного виховання, 18*(2), 55-62. https://doi.org/10.17309/tmfv.2018.2.01
ISSN 1993-7989 (print). ISSN 1993-7997 (online)

ОСНОВИ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ

ВИДИ ПІДГОТОВКИ ТА ЇХ СПІВВІДНОШЕННЯ У ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ СПОРТСМЕНІВ З ІНВАЛІДНІСТЮ В АРМСПОРТІ ТА ПАУЕРЛІФТИНГУ

Розторгуй М., Передерій А., Товстоног О.
Львівський державний університет фізичної культури

Автор кореспондент: Розторгуй Марія, e-mail: mariia.roztorhyi@gmail.com
Прийнято до публікації: 16.06.2018
Опубліковано: 30.06.2018

DOI: 10.17309/tmfv.2018.2.01

Анотація

Метою дослідження є виявлення співвідношення видів підготовки у тренувальному процесі спортсменів з інвалідністю в армспорті та пауерліфтингу.

Матеріали і методи. В ході дослідження нами було використано: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури; соціологічні методи (анкетування); методи математичної статистики. У дослідженні брали участь 54 тренери з 15 регіональних центрів фізичної культури та спорту для осіб з інвалідністю «Інваспорт».

Результати дослідження. Аналіз відповідей респондентів дозволив виявити нозологічно обумовлені особливості побудови підготовки спортсменів різної кваліфікації, що свідчать про необхідність забезпечення високого рівня відсоткових показників технічної підготовки та специфічного підходу до побудови тактичної підготовки у підготовці спортсменів з інвалідністю в пауерліфтингу та армспорті. Встановлено, що співвідношення видів підготовки для спортсменів юнацьких розрядів у пауерліфтингу та армспорті передбачає високі відсоткові показники фізичної та технічної підготовки. В процесі підвищення рівня спортивної майстерності спортсменів відсотковий показник фізичної та технічної підготовки зменшується, а питома складова інших видів підготовки зростає.

Висновки. Виявлено закономірності співвідношення сторін підготовки спортсменів різної кваліфікації та рекомендовані відсоткові показники фізичної, технічної, теоретичної, тактичної, психічної та інтегральної підготовки в процесі підвищення рівня спортивної майстерності спортсменів у пауерліфтингу та армспорті.

Ключові слова: підготовка, спортсмени, кваліфікація, адаптивний спорт.

Вступ

Основною умовою високого рівня спортивних досягнень є сучасна система підготовки спортсменів, яка відповідає рівню розвитку науки і практики (Матвєєв Л. П., 1991; Платонов В. М., 2015; Ахметов Р. Ф., 2006).

Система підготовки спортсменів в адаптивному спорті відображена в межах дослідження:

- соціально-орієнтованої системи підготовки спортсменів Спеціальних Олімпіад (Передерій А. В., 2013);
- факторів забезпечення системи підготовки спортсменів у паралімпійському спорті (Шелков О. М., Чурганов О. А., 2013);
- закономірностей етапів багаторічної підготовки спортсменів з інвалідністю (Евсеев С. П., 2005; Сладкова Н. А., Полекаренко С. В., Толмачев Р. А., 2011; Бянкина Л. В., Хотимченко А. В., 2015);
- особливостей підготовки спортсменів певних нозологічних груп в окремих видах спорту (Чешихин В. А., 2012; Юламанова Г.М., 2013).

Незважаючи на спроби науковців обґрунтувати систему підготовки спортсменів в адаптивному спорті, у практиці спорту їхня підготовка переважно характеризується механічним перенесенням теоретико-методологічних положень підготовки спортсменів у олімпійському спорті в підготовку спортсменів з інвалідністю (Юламанова Г. М., 2013). Відсутність адаптації положень загальної теорії підготовки спортс-

© Розторгуй М., Передерій А., Товстоног О., 2018.

менів відповідно до специфічних особливостей спортсменів в адаптивному спорті унеможливлює в повній мірі реалізацію спортивного потенціалу осіб з інвалідністю в процесі досягнення максимального можливого результату (Евсеев С. П., 2005).

Одними з найбільш популярних та ефективних засобів спортивної реабілітації, профілактики супутніх ускладнень й захворювань у осіб з інвалідністю є силові види спорту (DePauw K. P., Gavron S. J., 1995; Winnick J., Porretta D., 2017).

Аналіз наявної системи знань, щодо проблематики підготовки спортсменів у силових видах адаптивного спорту, свідчить про невідповідність наявного рівня науково-методологічного обґрунтування та практичної реалізації системи підготовки спортсменів у силових видах адаптивного спорту сучасним потребам практики спорту. Наукові дослідження обмежені виявленням впливу занять армспортом на соціальну адаптацію та спортивну реабілітацію осіб з інвалідністю (Харитонашвили К., Цомая А., Будзишвили Н., 2007); занять пауерліфтингом на фізичний розвиток та фізичну підготовленість спортсменів різних нозологічних груп (Громов В. А., 2006; Ільматов В. Р., 2015), технічної підготовленості пауерліфтерів різної кваліфікації (Писаренко О. А., Тюленев А. Н., Трембач О. Б., 2012; Власов А., Панарін Б., Розторгуй М., Товстоног О., 2016). При цьому, поза увагою науковців залишилась проблематика побудови підготовки спортсменів різної кваліфікації та співвідношення видів підготовки у тренувальному процесі спортсменів з інвалідністю в армспорті та пауерліфтингу, що потребує проведення додаткових досліджень.

Гіпотеза. Передбачається, що виявлення співвідношення видів підготовки у тренувальному процесі спортсменів різної кваліфікації у армспорті та пауерліфтингу, дозволить удосконалити науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів та надати методичні рекомендації щодо розробки програм підготовки спортсменів у силових видах адаптивного спорту.

Метою дослідження є виявлення співвідношення видів підготовки у тренувальному процесі спортсменів з інвалідністю в армспорті та пауерліфтингу.

Матеріали і методи

Учасники дослідження. У дослідженні брали участь тренери з пауерліфтингу (n=41) та армспорту (n=13), серед яких Заслужені тренери України (n=13), тренери вищої категорії (n=10), тренери першої категорії (n=16), тренери другої категорії (n=10), тренери без категорії (n=5), які працюють у регіональних центрах фізичної культури і спорту інвалідів «Інваспорт» (n=31) та які працюють на громадських засадах зі спортсменами з інвалідністю (n=23). Середній стаж роботи респондентів у галузі силових видів адаптивного спорту склав 9,44±6,01 роки, а середній вік – 39,49±9,54 років. Всі респонденти надали дозвіл на оприлюднення інформації щодо їхньої участі у дослідженні.

Організація дослідження. Для вирішення поставленої мети було використано наступні методи дослідження: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури; соціологічні методи (анкетування); методи математичної статистики. Теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури та інформаційної мережі Інтернет були використані з метою виявлення проблемного поля науково-методичного забезпечення підготовки спортсменів з інвалідністю у пауерліфтингу та армспорті. Соціологічні методи (анкетування) були використані з метою виявлення думки фахівців галузі адаптивного спорту щодо проблематики підготовки спортсменів у силових видах спорту. Анкетування було проведено у відкритій формі на базі 15 регіональних центрів фізичної культури і спорту інвалідів «Інваспорт». Респондентам було надіслано 78 анкет, з яких отримано заповненими 54 анкети. Анкета включала 13 запитань щодо особливостей побудови підготовки спортсменів у силових видах адаптивного спорту. Методи математичної статистики були використані з метою аналізу отриманих результатів.

Статистичний аналіз. З метою визначення середніх показників демографічних відомостей про респондентів та відповідей на запитання, які передбачали відповідь у кількісному еквіваленті було обраховано середнє арифметичне значення (X) та середнє квадратичне відхилення (σ). Статистична обробка матеріалів дослідження проводилась за допомогою програмного пакету Microsoft Excel 2010 та програми Statistica 6.0.

Результати дослідження

Для виявлення особливостей розробки програм підготовки для спортсменів різної кваліфікації та співставлення їх з показниками, що задекларовані в програмах для ДЮСШ для здорових спортсменів, нами було запропоновано респондентам визначити рекомендовані показники співвідношення різних видів підготовки для спортсменів з інвалідністю різної кваліфікації у пауерліфтингу та армспорті.

Респондентами визначено, що питому складову в відсотковому співвідношенні у підготовці спортсменів юнацьких розрядів повинні складати фізична та технічна підготовки (34,87±3,89% та 31,80±5,94% відповідно). Відсоткові показники інших видів підготовки у тренувальному процесі спортсменів з інвалідністю у пауерліфтингу та армспорті є меншими і склали 25,39±7,37% для інтегральної підготовки,

3,30±1,37% для теоретичної підготовки, 4,28±0,92% для психічної підготовки та 0,41±0,50% для тактичної підготовки. Відсоткові співвідношення різних видів підготовки, що визначені респондентами із зростом кваліфікації спортсменів, змінюються.

Виявлено тенденцію до зменшення відсотків, що припадають на фізичну та технічну підготовки у мірі підвищення рівня спортивної майстерності спортсменів (табл. 1). Так, рекомендований відсотковий показник фізичної підготовки для спортсменів спортивних розрядів склав 33,11-28,78%, а для спортсменів кваліфікації кандидат у майстри спорту України даний показник дорівнював 26,63±3,58%, майстрів спорту України – 24,85±3,78%, майстрів спорту України міжнародного класу – 22,83±3,52%, заслужених майстрів спорту – 21,52±3,21%.

Рекомендований відсотковий показник технічної підготовки також зменшується із зростом кваліфікації спортсменів. У програмах підготовки спортсменів з інвалідністю спортивних розрядів він коливається в межах від 30,67% до 27,37%, для кандидатів в майстри спорту України цей показник склав 25,83±4,46%, майстрів спорту України – 24,46±4,12%, майстрів спорту України міжнародного класу – 22,56±4,51% та для заслужених майстрів спорту України – 22,00±4,48%.

На фоні зменшення відсотків, що респонденти рекомендують приділяти для технічної та фізичної підготовки, з підвищенням рівня кваліфікації спортсменів з інвалідністю у пауерліфтингу та армспорті спостерігається збільшення питомої складової психічної, тактичної, теоретичної та інтеґральної складових (табл. 1). Наприклад, відсотковий показник психічної підготовки у кваліфікованих спортсменів коливається в межах 4,93-8,26%, а вже у спортсменів високої кваліфікації рекомендований відсотковий показник психічної складової зростає до 9,30±2,20% у майстрів спорту України, 10,96±2,31% – у майстрів спорту України міжнародного класу, 11,44±2,53% – у заслужених майстрів спорту України.

Для виявлення рекомендованих відсоткових співвідношень різних сторін фізичної підготовки респондентам було запропоновано визначити питому складову загальної фізичної підготовки, спеціальної фізичної підготовки та допоміжної підготовки для спортсменів з інвалідністю різної кваліфікації у пауерліфтингу та армспорті (табл. 2). Отримані результати дозволяють зробити висновок щодо наявності закономірності до домінування загальної фізичної та допоміжної підготовки у структурі фізичної підготовки юних й кваліфікованих спортсменів. У міру підвищення кваліфікації спортсменів з інвалідністю питома складова загальної фізичної та допоміжної підготовки зменшується на фоні зростання відсотка спеціальної фізичної підготовки.

Таблиця 1. Рекомендоване відсоткове співвідношення різних видів підготовки для спортсменів з інвалідністю різної кваліфікації у пауерліфтингу та армспорті

Кваліфікація спортсменів	Фізична підготовка		Технічна підготовка		Тактична підготовка		Психічна підготовка		Теоретична підготовка		Інтеґральна підготовка	
	X	σ	X	σ	X	σ	X	σ	X	σ	X	σ
Юнацькі розряди	34,87	3,89	31,80	5,94	0,41	0,50	4,28	0,92	3,30	1,37	25,39	7,37
III	33,11	3,84	30,67	5,70	0,48	0,50	4,93	1,10	3,50	1,51	27,31	6,95
II	30,69	3,79	29,02	5,35	0,56	0,50	6,06	1,22	4,19	1,76	29,50	6,65
I	28,78	3,63	27,37	4,93	0,74	0,48	6,52	1,75	4,78	1,97	31,85	6,28
КМС	26,63	3,58	25,83	4,46	0,80	0,49	8,26	1,49	5,39	2,23	33,09	5,77
МСУ	24,85	3,78	24,46	4,12	1,00	0,27	9,30	2,20	5,78	2,32	34,61	5,44
МСУМК	22,83	3,52	22,56	4,51	1,11	0,42	10,96	2,31	6,28	2,18	36,26	5,56
ЗМСУ	21,52	3,21	22,00	4,48	1,19	0,48	11,44	2,53	6,44	2,12	37,41	5,29

Примітка: X – середнє арифметичне значення; σ – середнє квадратичне відхилення; I – перший спортивний розряд; II – другий спортивний розряд ; III – третій спортивний розряд; КМС – кандидат у майстри спорту України; МСУ – майстер спорту України; МСУМК – майстер спорту України міжнародного класу; ЗМСУ – заслужений майстер спорту України.

Таблиця 2. Рекомендоване відсоткове співвідношення різних сторін фізичної підготовки для спортсменів з інвалідністю різної кваліфікації у пауерліфтингу та армспорті

Кваліфікація спортсменів	Загальна фізична підготовка		Спеціальна фізична підготовка		Допоміжна підготовка	
	X	σ	X	σ	X	σ
Юнацькі розряди	53,61	4,80	12,13	3,96	34,26	5,18
III	42,59	4,53	20,94	3,65	36,46	5,05
II	30,93	4,56	27,83	3,92	41,24	6,21
I	22,96	3,93	39,78	3,87	37,26	5,64
КМС	18,30	4,42	50,56	3,59	31,15	6,09
МСУ	12,91	4,10	60,30	3,69	26,80	5,97
МСУМК	8,31	5,04	72,87	4,10	18,81	7,09
ЗМСУ	7,78	4,00	79,15	5,12	13,07	6,73

Примітка: X – середнє арифметичне значення; σ – середнє квадратичне відхилення; I – перший спортивний розряд; II – другий спортивний розряд ; III – третій спортивний розряд; КМС – кандидат у майстри спорту України; МСУ – майстер спорту України; МСУМК – майстер спорту України міжнародного класу; ЗМСУ – заслужений майстер спорту України.

Так, рекомендований респондентами відсоток загальної фізичної підготовки для спортсменів юнацьких розрядів у пауерліфтингу та армспорті склав 53,61±4,80%, для спортсменів спортивних розрядів даний показник коливається в межах від 42,59% до 22,96%, для спортсменів кваліфікації кандидат у майстри спорту України показник дорівнював 18,30±4,42%, для майстрів спорту України – 12,91±4,10%, для майстрів спорту України міжнародного класу – 8,31±5,04%, а для заслужених майстрів спорту України 7,78±4,00% (табл. 2). Із підвищенням кваліфікації спортсменів з інвалідністю спостерігається аналогічна динаміка відсоткових показників допоміжної підготовки у структурі фізичної підготовки. Показники спеціальної фізичної підготовки, упродовж багаторічного процесу підвищення спортивної майстерності спортсменів з інвалідністю, зростають. У структурі фізичної підготовки відсотковий показник спеціальної фізичної підготовки для спортсменів юнацьких розрядів склав 12,13±3,96%, для спортсменів спортивних розрядів – 20,94-39,78% (III спортивний розряд – 20,94±3,65%; II спортивний розряд –27,83±3,92%; I спортивний розряд – 39,78±3,87%), для спортсменів кваліфікації кандидат у майстри спорту України – 50,56±3,59%, для майстрів спорту України – 60,30±3,69%, а для майстрів спорту України міжнародного класу та заслужених майстрів спорту України – 72,87±4,10% та 79,15±5,12%.

Дискусія

Аналіз відповідей респондентів дозволяє зробити висновок щодо часткового перенесення науково-методичних основ побудови підготовки спортсменів в олімпійському спорті у підготовку спортсменів з інвалідністю. Зокрема виявлені закономірності щодо домінування відсоткового показника фізичної та технічної підготовки у тренувальному процесі спортсменів з інвалідністю юнацьких розрядів, що вперше виявлено у пауерліфтингу та армспорті, та є відображенням завдань етапів початкової підготовки та попередньої базової підготовки спортсменів, що задекларовані в програмах для ДЮСШ для здорових спортсменів. Із ростом кваліфікації спортсменів у пауерліфтингу та армспорті виявлено, на фоні зменшення відсоткових показників фізичної та технічної підготовки, підвищення показників інтеґральної, психічної, тактичної та теоретичної підготовки. Дане твердження зустрічається в працях Матвєєва Л. П. (1991), Платонова В. М. (2015), Ахметова Р. Ф. (2006), що досліджували особливості підготовки спортсменів в олімпійському спорті.

В результаті аналізу відповідей респондентів вперше визначено рекомендоване співвідношення

показників загальної фізичної підготовки, спеціальної фізичної підготовки та допоміжної підготовки для спортсменів з інвалідністю різної кваліфікації у пауерліфтингу та армспорті. Отримані результати підтверджують, що питома складова загальної фізичної та допоміжної підготовки у підготовці спортсменів з інвалідністю зменшується, а показники спеціальної фізичної підготовки навпаки зростають із ростом кваліфікації, що було задекларовано низкою авторів на основі проведених досліджень у фехтуванні на візках та лижних перегонах (Сладкова Н. А., Полекаренко С. В., Толмачев Р. А., 2011; Юламанова Г. М., 2013).

Динаміка та величина відсоткових показників різних видів підготовки у пауерліфтингу та армспорті свідчить, що незалежно від кваліфікації питома складова технічної підготовки у структурі підготовки спортсменів з інвалідністю є високою. На думку респондентів, у підготовці спортсменів високої кваліфікації, відсотковий показник технічної підготовки близький та навіть перевищує показники фізичної підготовки. Оскільки питома складова у підготовці здорових спортсменів високої кваліфікації у пауерліфтингу та армспорті припадає на фізичну підготовку і враховуючи те, що змагальні вправи у силових видах спорту не є складно координаційними, домінування у рекомендованих відсоткових показниках для спортсменів з інвалідністю технічної підготовки безпосередньо пов'язано з їх нозологічними особливостями. Дане твердження зустрічається в працях Громова В. А. (2006), Трембач А. Б., Шкабарня Ю. В., Федорова И. В., Липатникова М. А., Пономарева Т. В., Тюленева А. Н., Писаренко О. А. (2012), що досліджували особливості технічної та фізичної підготовки спортсменів різних нозологічних груп в пауерліфтингу.

На основі аналізу результатів дослідження вперше виявлено, що відсоткова частка тактичної підготовки у підготовці спортсменів з інвалідністю у пауерліфтингу та армспорті, на думку респондентів, збільшується із підвищенням кваліфікації, але її показник є відносно низьким у порівнянні із показниками підготовки здорових спортсменів, що пов'язано з частковим унеможливленням ведення спортсменами тактичної боротьби в процесі змагальної діяльності у зв'язку із їх нозологічними особливостями.

Отримані результати дозволяють удосконалити науково-методичне та нормативне забезпечення підготовки спортсменів різної кваліфікації у пауерліфтингу та армспорті й можуть бути використані у навчально-тренувальному процесі спортсменів з інвалідністю. З метою подальшого впровадження отриманих результатів у практику адаптивного спорту перспектива подальших досліджень буде пов'язана з розробкою програм для підготовки спортсменів різної кваліфікації та удосконалення наявного нормативного забезпечення підготовки спортсменів у пауерліфтингу та армспорті.

Висновки

У результаті дослідження виявлено закономірності співвідношення видів підготовки спортсменів різної кваліфікації та динаміку показників фізичної, технічної, теоретичної, тактичної, психічної та інтегральної підготовки в процесі підвищення рівня спортивної майстерності спортсменів з інвалідністю у пауерліфтингу та армспорті. Визначено рекомендовані відсоткові показники загальної фізичної підготовки, спеціальної фізичної підготовки та допоміжної підготовки у структурі фізичної підготовки спортсменів різної кваліфікації у пауерліфтингу та армспорті.

Встановлено, що у підготовці спортсменів з інвалідністю юнацьких розрядів у пауерліфтингу та армспорті питома складова повинна припадати на фізичну та технічну підготовки. В процесі підвищення рівня спортивної майстерності спортсменів відсотковий показник фізичної та технічної підготовки зменшується, а питома складова інших сторін підготовки зростає. При цьому, значні зміни у співвідношенні різних сторін підготовки спостерігаються на рівні кваліфікації першого спортивного розряду, коли рекомендовані відсоткові показники фізичної та технічної підготовки стають меншими ніж показник інтегральної підготовки, що свідчить про необхідність більш комплексного підходу до побудови підготовки спортсменів на етапі базової підготовки.

Порівняльний аналіз отриманих результатів із показниками підготовки здорових спортсменів у пауерліфтингу та армспорті дозволив визначити нозологічно детерміновані особливості побудови підготовки спортсменів з інвалідністю: високий рівень питомої складової технічної підготовки та низькі показники тактичної підготовки у підготовці спортсменів незалежно від кваліфікації.

Вдячності

Дослідження виконано у межах наукової теми: 2.2. «Теоретико-методичні основи управління тренувальним процесом та змагальною діяльністю в олімпійському, професійному та адаптивному спорті» (№ державної реєстрації 0116U003167) Зведеного плану науково-дослідної роботи Львівського державного університету фізичної культури на 2016-2020 рр.

Конфлікт інтересів

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Література

Ахметов, Р. Ф. (2006). Теоретико-методичні основи управління системою багаторічної підготовки спортсменів швидкісно-силових видів спорту (на матеріалі дослідження стрибків у висоту). (Дис. докт. наук з фіз.. вих. і спорту). Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ.

Бянкина, Л. В., & Хомиченко, А. В. (2015). Проблемы выделения этапов спортивной подготовки пауэрлифтеров с поражениями опорно-двигательного аппарата. *Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта, 10* (128), 33-36.

Власов, А., Панарін, Б., Розторгуй, М., & Товстоног, О. (2016). Удосконалення технічної підготовленості пауерліфтерів на етапі початкової підготовки на основі використання пристрою дистанційного контролю за технікою змагальних вправ. *Теорія та методика фізичного виховання,* (4), 47-52. https://doi.org/10.17309/tmfv.2016.4.1179

Громов, В. А. (2006). Методика тренировки в пауэрлифтинге слабовидящих людей и ее влияние на координацию движений. (Дисс. канд. пед. наук). Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Москва.

Евсеев, С. П. (2005). Теория и организация адаптивной физической культуры. Москва: Советский спорт.

Ilmatov, V.R. (2015). Study of muscular skeletal apparatus's functional state of junior sportsmen-power lifters, who have backbone verterbral abnormalities. *Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems Of Physical Training And Sports, 19*(10), 33-38. https://doi.org/10.15561/18189172.2015.1005.

Матвеев, Л. П. (1991). Теория и методика физической культуры. Москва: Физкультура и спорт.

Платонов, В. Н. (2015). Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. Київ: Олимпийская література.

Сладкова, Н. А., Полекаренко, С. В., & Толмачев, Р. А. (2011). Типовая учебно-тренировочная программа подготовки спортсменов-паралимпийцев в горнолыжном спорте. Москва: Советский спорт.

Трембач, А. Б., Шкабарня, Ю. В., Федорова, И. В., Липатникова, М. А., Пономарева, Т. В., Тюленев, А. Н., & Писаренко, О. А. (2012). Сравнительный анализ спортивной техники в пауэрлифтинге у спортсменов различных квалификаций с поражением опорно-двигательного аппарата. Взято с https://cyberleninka.ru/article/v/sravnitelnyy-analiz-sportivnoy-tehniki-v-pauerliftinge-u-sportsmenov-razlichnyh-kvalifikatsiy-s-porazheniem-oporno-dvigatelnogo.

Харитонашвили, К., Цомая, А., & Будзишвили, Н. (2007). Пути повышения массовости спортивной специализации инвалидов различной категории в

References

Akhmetov, R. F. (2006). Teoretyko-metodychni osnovy upravlinnia systemoiu bahatorichnoi pidhotovky sportsmeniv shvydkisno-sylovykh vydiv sportu (na materiali doslidzhennia strybkiv u vysotu). (Dys. dokt. nauk z fiz.. vykh. i sportu). Natsionalnyi universytet fizychnoho vykhovannia i sportu Ukrainy, Kyiv.

Bjankyna, L. V., & Homychenko, A. V. (2015). Problemy vydelenija jetapov sportivnoj podgotovki paujerlifterov s porazhenijami oporno-dvigatel'nogo apparata. *Uchenyye zapysky unyversyteta ymeny P. F. Lesgafta, 10* (128), 33-36.

Vlasov, A., Panarin, B., Roztorhui, M., & Tovstonoh, O. (2016). Udoskonalennia tekhnichnoi pidhotovlenosti pauerlifteriv na etapi pochatkovoi pidhotovky na osnovi vykorystannia prystroiu dystantsiinoho kontroliu za tekhnikoiu zmahalnykh vprav. *Teorìâ ta Metodika Fìzičnogo Vihovannâ,* (4), 47-52. https://doi.org/10.17309/tmfv.2016.4.1179

Gromov, V. A. (2006). Metodika trenirovki v paujerliftinge slabovidjashhih ljudej i ee vlijanie na koordinaciju dvizhenij. (Dyss. kand. ped. nauk). Rossijskij gosudarstvennyj universitet fizicheskoj kul'tury, sporta i turizma, Moskva.

Evseev, S. P. (2005). Teorija i organizacija adaptivnoj fizicheskoj kul'tury. Moskva: Sovetskyj sport.

Ilmatov, V.R. (2015). Study of muscular skeletal apparatus's functional state of junior sportsmen-power lifters, who have backbone verterbral abnormalities. *Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems Of Physical Training And Sports, 19*(10), 33-38. https://doi.org/10.15561/18189172.2015.1005..

Matveev, L. P. (1991). Teorija i metodika fizicheskoj kul'tury. Moskva: Fizkul'tura i sport.

Platonov, V. N. (2015). Sistema podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte. Obshhaja teorija i ee prakticheskie prilozhenija. Kyiv: Olympyjskaja literatura.

Sladkova, N. A., Polekarenko, S. V., & Tolmachev, R. A. (2011). Typovaja uchebno-trenyrovochnaja programma podgotovky sportsmenov-paralympyjcev v gornolyyzhnom sporte. Moskva: Sovetskyj sport.

Trembach, A. B., Shkabarnja, Ju. V., Fedorova, Y. V., Lypatnykova, M. A., Ponomareva, T. V., Tjulenev, A. N., & Pysarenko, O. A. (2012). Sravnitel'nyj analiz sportivnoj tehniki v paujerliftinge u sportsmenov razlichnyh kvalifikacij s porazheniem oporno-dvigatel'nogo apparata. Vzjato s https://cyberleninka.ru/article/v/sravnitelnyy-analiz-sportivnoy-tehniki-v-pauerliftinge-u-sportsmenov-razlichnyh-kvalifikatsiy-s-porazheniem-oporno-dvigatelnogo.

Harytonashvyly, K., Comaja, A., & Budzyshvyly, N. (2007). Puti povyshenija massovosti sportivnoj specializacii invalidov razlichnoj kategorii v armsporte. Pedagogika, psyhologija ta medyko-biologichni problemy fizychnogo vyhovannja i sportu, 5, 233-235.

Cheshyhyn, V. A. (2012). Sistema podgotovki kvalificirovannyh sportsmenov-orientirovshhikov

армспорте. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту,* (5), 233-235.

Чешихин, В. А. (2012). Система подготовки квалифицированных спортсменов-ориентировщиков с нарушениями слуха. (Дисс. канд. пед. наук). Российский государственный социальный университет, Москва.

Шелков, О. М., & Чурганов, О. А. (2013). Система спортивной подготовки в паралимпийском спорте. *Адаптивная физическая культура, 1*(53), 16-19.

Юламанова, Г. М. (2013). Система спортивной подготовки высококвалифицированных фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга в олимпийском цикле. (Дисс. докт. пед. наук). Адыгейский государственный университет, Майкоп.

DePauw, K. P., & Gavron, S. J. (1995). Disability and sport. Champaing: Human Kinetics.

Perederiy, A.V. (2013). Competition in the training of the athletes of Special Olympics. *Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems Of Physical Training And Sports, 17*(4), 55-59. Retrieved from http://www.sportpedagogy.org.ua/index.php/PPS/article/view/559

Winnick, J., & Porretta, D. (2017). Adapted Physical Education and Sport (6th ed.). Champaing: Human Kinetics.

s narushenijami sluha. (Dyss. kand. ped. nauk). Rossyjskyj gosudarstvennyyj socyal'nyyj unyversytet, Moskva.

Shelkov, O. M., & Churganov, O. A. (2013). Sistema sportivnoj podgotovki v paralimpijskom sporte. Adaptyvnaja fyzycheskaja kul'tura, 1(53), 16-19.

Julamanova, G. M. (2013). Sistema sportivnoj podgotovki vysokokvalificirovannyh fehtoval'shhikov s narushenijami funkcij spinnogo mozga v olimpijskom cikle. (Dyss. dokt. ped. nauk). Adyygejskyj gosudarstvennyyj unyversytet, Majkop.

DePauw, K. P., & Gavron, S. J. (1995). Disability and sport. Champaing: Human Kinetics.

Perederiy, A.V. (2013). Competition in the training of the athletes of Special Olympics. *Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems Of Physical Training And Sports, 17*(4), 55-59. Retrieved from http://www.sportpedagogy.org.ua/index.php/PPS/article/view/559.

Winnick, J., & Porretta, D. (2017). Adapted Physical Education and Sport (6th ed.). Champaing: Human Kinetics.

ВИДЫ ПОДГОТОВКИ И ИХ СООТНОШЕНИЕ В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ СПОРТСМЕНОВ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ В АРМСПОРТЕ И ПАУЭРЛИФТИНГЕ

Розторгуй М., Передерий А., Товстоног А.
Львовский государственный университет физической культуры

Реферат. Статья: 9 с., табл. 2, 17 источника.

Целью исследования является выявление соотношения видов подготовки в тренировочном процессе спортсменов с инвалидностью в армспорте и пауэрлифтинге.

Материалы и методы. В ходе исследования нами были использованы: анализ и обобщение научно-методической литературы; социологические методы (анкетирование); методы математической статистики. В исследовании приняли участие 54 тренера из 15 региональных центров физической культуры и спорта для лиц с инвалидностью «Инваспорт».

Результаты исследования. Анализ ответов респондентов позволил выявить нозологически обусловленные особенности построения подготовки спортсменов различной квалификации, свидетельствующие о необходимости обеспечения высокого уровня процентных показателей технической подготовки и специфического подхода к построению тактической подготовки в подготовке спортсменов в пауэрлифтинге и армспорте. Установлено, что соотношение видов подготовки для спортсменов юношеских разрядов в пауэрлифтинге и армспорте предусматривает высокие процентные показатели физической и технической подготовки. В процессе повышения уровня спортивного мастерства спортсменов, процентный показатель физической и технической подготовки уменьшается, а удельный вес других видов подготовки растет.

Выводы. Выявлены закономерности соотношения сторон подготовки спортсменов различной квалификации и рекомендуемые процентные показатели физической, технической, теоретической, тактической, психической и интегральной подготовки в процессе повышения уровня спортивного мастерства спортсменов в пауэрлифтинге и армспорте.

Ключевые слова: подготовка, спортсмены, квалификация, адаптивный спорт.

TYPES OF PREPARATION AND THEIR INTERRELATION IN THE PROCESS OF TRAINING ATHLETES WITH DISABILITIES IN ARMSPORTS AND POWERLIFTING

Roztorhui M., Perederii A., Tovstonoh O.
Lviv State University of Physical Culture, Ukraine

Report. Article: 9 p., tabl. 2, 17 sources.

The study objective is to reveal the interrelation between the types of preparation in the process of training athletes with disabilities in armports and powerlifting.

Materials and methods. The study involved 54 coaches from fifteen Invasport regional physical activity and sports centers for people with disabilities. The study used: analysis and collation of scientific and methodological literature; sociological methods (questionnaires); methods of mathematical statistics. In order to determine the average indicators of demographic data on the respondents and the answers to quantitative questions, the study calculated the arithmetic mean (X) and the mean square deviation (σ). The statistical processing of the study materials was carried out using the Microsoft Excel 2010 software package and the Statistica 6.0 software.

Results. The analysis of the respondents' answers allowed to reveal nosological peculiarities of preparing athletes of various qualifications, which indicates the need to ensure high percentages of technical preparation and a specific approach to tactical preparation of athletes with disabilities in powerlifting and armsports. The study found that the interrelation between the types of preparation of junior athletes in powerlifting and armsports involves high percentages of physical and technical training. In the process of improving the athletes' sports skills, the percentage of physical and technical training decreases, and the specific component of other types of preparation increases.

Conclusions. The study has revealed the regularities of interrelation between the types of preparing athletes of various qualifications and has determined the recommended percentages of physical, technical, theoretical, tactical, mental, and integral preparation in the process of improving the athletes' sports skills in powerlifting and armsports.

Keywords: preparation, athletes, qualification, adaptive sports.

Інформація про авторів:

Розторгуй Марія Сергіївна
mariia.roztorhyi@gmail.com
http://orcid.org/0000-0001-7726-0036
Львівський державний університет фізичної культури, вул. Дудаєва, 8, м. Львів, 79007, Україна.

Передрій Аліна Володимирівна
krismam@bigmir.net
http://orcid.org/0000-0002-5511-2478
Львівський державний університет фізичної культури, вул. Костюшка, 11, м. Львів, 79007, Україна

Товстоног Олександр Федорович
o.tovstonoh@gmail.com
http://orcid.org/0000-0003-3223-2431
Львівський державний університет фізичної культури, вул. Дудаєва, 8, м. Львів, 79007, Україна

Цитуйте статтю як: Розторгуй, М., Передерій, А., & Товстоног, О. (2018). Види підготовки та їх співвідношення у тренувальному процесі спортсменів з інвалідністю в армспорті та пауерліфтингу. *Теорія та методика фізичного виховання, 18*(2), 55-62. https://doi.org/10.17309/tmfv.2018.2.01

Стаття надійшла до редакції: 04.05.2018 р. Прийнята: 16.06.2018 р. Надрукована: 30.06.2018 р.