

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-551-8-4>

SPECIFIC FEATURES OF THE TRAINING SYSTEM FOR BASKETBALL PLAYERS WITH HEARING IMPAIRMENTS

СПЕЦИФІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СИСТЕМИ ПІДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛІСТІВ З ВАДАМИ СЛУХУ

Pikiner O. S.

*PhD in Physical Education and Sports,
Associate Professor at the Department
of Physical Culture and Sports
National Technical University "Dnipro
Polytechnic"
м. Dnipro, Ukraine*

Пікінер О. С.

*кандидат наук з фізичного виховання
і спорту,
доцент кафедри фізичного виховання
та спорту
Національний технічний університет
«Дніпровська політехніка»
м. Дніпро, Україна*

Stavenko V. V.

*Lecturer at the Department of Physical
Education and Sports
National Technical University
"Dnipro Polytechnic"
м. Dnipro, Ukraine*

Ставенко В. В.

*викладач кафедри фізичного
виховання та спорту
Національний технічний університет
«Дніпровська політехніка»
м. Дніпро, Україна*

Pikiner Yu. I.

*physical education instructor
Municipal institution "Institution
of preschool education (nursery school)
№ 42 'Verbychka' of the Kamianske
City Council
м. Kamianske, Ukraine*

Пікінер Ю. І.

*інструктор з фізкультури
Комунальний заклад «Заклад
дошкільної освіти (ясла-садок) № 42
«Вербичка» Кам'янської міської ради
м. Кам'янське, Україна*

За останні роки в Україні підготовлено ряд дисертаційних робіт [3] в яких розглянуто розвиток паралімпійського та дефлімпійського спорту, визначення функціонального стану й можливості зміни рівня фізичних якостей спортсменів-інвалідів засобами спортивного тренування. Однак вони не вирішують цілого комплексу задач: проблеми організації тренувального процесу, становлення спортивної форми, змагальної діяльності спортсменів з вадами слуху, ефективності ігрових дій кваліфікованих спортсменів з вадами слуху [1, 3, 4].

Дослідниками доведено, що спорт є найбільш ефективним засобом соціальної і фізичної адаптації інвалідів [2], але обов'язковою умовою зайняття спортом є індивідуальний підхід до інваліда [6].

Для осіб з обмеженими можливостями та інвалідів рух – не лише умова життєзабезпечення, засіб і метод підтримки працездатності, але і спосіб розвитку усіх зон кори великих півкуль мозку, координації між центральних зв'язків, формування рухових взаємодій, систем аналізаторів, пізнавальних процесів, корекції і компенсації недоліків у фізичному і психічному розвитку [1, 2, 3, 6].

Структура процесу підготовки базується на об'єктивно існуючих закономірностях становлення спортивної майстерності, що мають специфічні переломлення в конкретних видах спорту. Ці закономірності обумовлюються чинниками, що визначають ефективність змагальної діяльності та оптимальну структуру підготовленості, особливостями адаптації до характерних для даного виду спорту засобів та методів педагогічного впливу, індивідуальними особливостями спортсменів, термінами основних змагань і їх відповідністю оптимальному для досягнення найвищих результатів віку спортсмена, етапом багаторічної підготовки, періодом макроцикла та іншими причинами [3, 4].

Для ефективного вирішення завдань спортивної підготовки спортсменів-інвалідів з недоліками слуху доцільно будувати її, виходячи з двох етапів [1, 3].

Перший, який дозволяє адаптувати організм до навантажень, створити базу для формування специфічних рухових якостей, здійснити адекватний вибір спортивної спеціалізації [1, 2, 3].

Другий етап – спеціалізовані тренування в обраному виді спорту. Структура цього етапу практично не відрізняється від структури підготовки в олімпійському спорті. Відповідно, система підготовки спортсменів-інвалідів складається зі змагань, тренувань і відновлення [3, 6].

На сучасному етапі розвитку баскетболу вищих досягнень, в якому змагаються спортсмени з вадами слуху, управлінські рішення щодо його вдосконалення повинні бути спрямовані на пошук принципово нових методичних підходів до процесу спортивної підготовки [4, 5], тому актуальності набувають питання диференціації засобів і методів спортивного тренування в реальних умовах навчально-тренувальних занять спортсменів з вадами слуху [1, 3].

Сучасна система підготовки спортсменів високого класу і система спортивних змагань – це два нерозривно зв'язаних між собою ланцюга одного педагогічного процесу. З ростом спортивної майстерності роль і значення спортивних змагань зростають [4, 5].

Змагання в системі підготовки спортсменів є засобом контролю за рівнем підготовленості, способом виявлення переможця, найважливішим засобом підвищення тренуваності, вдосконалення спортивної майстерності [3, 5].

Участь у змаганнях має винятково важливе значення для спортсменів. Змагальна діяльність – це можливість продемонструвати свої можливості відповідно до правил і засобів ведення спортивної боротьби. Часто в змагальних умовах спортсмени перевершують самих себе і показують результати, що набагато перевищують їхні особисті рекорди. Роль емоційних чинників у цьому незаперечна [1, 2, 6].

При побудові багаторічної підготовки повинна бути забезпечена така організація тренувального процесу, яка дозволила б помітно ускладнювати тренувальну програму від одного етапу підготовки до іншого. Лише в цьому випадку можна домогтися планомірного зростання фізичних і технічних здібностей спортсмена, підвищення функціональних можливостей основних систем його організму [3, 4].

Сформована система регулювання специфічних функцій на одному етапі становлення майстерності не може забезпечити ефективну реалізацію успішності діяльності в екстремальних умовах на іншому етапі, тому відбувається корінна перебудова всієї системи регулювання, у процесі якої створюються нові, більш адекватні, зв'язки між окремими функціональними системами, що забезпечують реалізацію діяльності. Ця перебудова системи регулювання, що забезпечує ріст і зберігання резервів організму, являє собою процес адаптації [3, 4, 5].

У визначенні об'єму, інтенсивності та спрямованості для ефективної передзмагальної підготовки баскетболістів важливу роль відіграє тренер. З цією метою застосовуються медико-біологічні, психологічні, педагогічні тести, контрольні ігри, за допомогою яких перевіряється динаміка росту підготовленості і процесу формування готовності баскетболістів до змагань [4, 5].

Література:

1. Когут І. О. Соціально-гуманістичні засади розвитку адаптивної фізичної культури в Україні : монографія. Львів : СПОЛОМ, 2015. 284 с.
2. Лазоренко, С., Чхайло, М., Ворона, В. Історичні аспекти становлення адаптивного спорту через призму його загальних принципів. *Освіта. Інноватика. Практика*. 2024. 12(9), 45–51. <https://doi.org/10.31110/2616-650X-vol12i9-007>
3. Пікінер О. С. Підвищення фізичного стану баскетболістів з вадами слуху на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей : дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : [спец.] 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт». Дніпро, 2018. 232 с.

4. Розторгуй М. С. Характеристика системи підготовки спортсменів у паралімпійському спорті. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15*. 2019. Випуск 5(113)19. С. 143–147.

5. Розторгуй, М., Передерій, А., Товстоног, О., Горлова, Л. Професійна підготовленість тренера з адаптивних видів спорту як чинник ефективності підготовки спортсменів з інвалідністю. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2021. (2(130)). 101–104. [https://doi.org/10.31392/NPU-ps.series15.2021.2\(130\).23](https://doi.org/10.31392/NPU-ps.series15.2021.2(130).23)

6. Ялович, В., Ялович, А., Томошук. О.. Історія становлення та розвитку дефлімпійського спорту на Волині. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2022. 4(60). 28–32. <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2022-04-28-32>