

ПОБУДОВА ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ЖІНОЧОЇ ЗБІРНОЇ КОМАНДАМИ УКРАЇНИ З БАСКЕТБОЛУ З ПОРУШЕННЯХ СЛУХУ У РІЧНОМУ ЦИКЛІ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

І. М. Собко, Ж. Л. Козіна, М. В. Кірсанов

В теперішній час українські спортсмени з різними фізичними порушеннями беруть участь у змаганнях за програмою спорту інвалідів [3, 4, 5, 7]. Процес підготовки спортсменів в дефлімпійському спорті, зокрема у баскетболі, не може бути аналогічним процесу підготовки здорових спортсменів [3, 4, 7]. Зокрема, необхідна розробка методики підготовки баскетболісток з порушеннями слуху в річному циклі з використанням інноваційних технологій, що дозволяють підвищити якість комунікації між тренером і спортсменами, прискорити і оптимізувати сприйняття спортсменами інформації. Тому вибір нашого напряму досліджень є своєчасним і актуальним.

Мета дослідження – експериментально обґрунтувати застосування інноваційних технологій при підготовці кваліфікованих баскетболісток з порушеннями слуху в річному тренувальному циклі.

У роботі застосовувалися наступні методи дослідження: аналіз і узагальнення літературних даних; методи педагогічного тестування; метод визначення ефективності змагальної діяльності [2, 6]; педагогічний експеримент; методи математичної статистики. Для аналізу ігрових дій застосовувалось технічне протоколювання ігор. Педагогічний експеримент полягав у визначенні ефективності розроблених інноваційних технологій і впливу їх на фізичну, технічну підготовленість, на показники змагальної діяльності в головних змаганнях.

В експерименті контрольну групу склали 12 баскетболісток збірної України з порушеннями слуху, а експериментальну – 12 баскетболісток збірної Литви з порушеннями слуху, оскільки збірна Литви була найближчим суперником збірної України на міжнародних змаганнях.

Експеримент тривав 1 рік. Контрольна група тренувалася за програмою литовської збірної, побудованої на основі стандартної програми. Експериментальна група тренувалася за запропонованою авторською методикою із застосуванням інноваційних технологій.

Для побудови тренувального процесу підготовки жіночої збірної команди з баскетболу з порушеннями слуху до ХХІІ літніх Дефлімпійських ігор в 2013 році в м Софія (Болгарія) ми проаналізували підсумки виступу провідних жіночих баскетбольних команд світу з порушеннями слуху на міжнародних змаганнях до 2013 року. Було виявлено, що жіноча збірна команда України з порушеннями слуху до 2011 року не займала призових

місце, а після чемпіонату світу 2011 року, де зайняла 3 місце, знизилася спортивні результати, і виявилася на 4 місці на чемпіонаті Європи 2012 року.

Співвідношення сил з баскетболу в період підготовки до XXII літніх Дефлімпійських ігор 2013 свідчить про те, що жіночі збірні команди США, Литви, Швеції, України та Греції є лідерами світового баскетболу і були найбільш ймовірними суперниками української. Було припущено, що медалі Дефлімпійських ігор в Болгарії розіграють команди США, Швеції, Литви, України. Виходячи з аналізу рівня команд - основних суперників на Дефлімпіаді, перед збірною командою України було поставлено завдання увійти до трійки найсильніших, піднятися з четвертого місця в рейтингу на третє.

Для досягнення максимально можливих результатів були проаналізовані слабкі сторони тренувального процесу нечуючих баскетболісток. Насамперед, це особливості комунікації між тренером і спортсменками. На тренувальних заняттях велика кількість часу йде на пояснення тренером вправ і тактичних дій. Для отримання інформації від тренера спортсменки повинні підійти до нього, зрозуміти пояснення і повернутися на майданчик для виконання завдання, що знижує моторну щільність і ефективність тренувального процесу.

Підвищити ефективність тренувального процесу баскетболісток з порушеннями слуху можна, застосувавши технології активізації зорового аналізатора для підвищення якості і швидкості сприйняття інформації спортсменками. На основі отриманих даних нами була розроблена методика підготовки баскетболісток з порушенням слуху в річному тренувальному циклі з використанням інноваційних технологій та складено річний план підготовки спортсменок до Дефлімпіаді, який передбачав поєднання різних аспектів підготовки з урахуванням фізичної та техніко-тактичної підготовленості команди. Центральною лінією підготовки баскетболісток було застосування інноваційних технологій.

Технологія підвищення ефективності вивчення тактичних взаємодій [1, 7] передбачає акцентуацію на переважання методу наочності. Для цього ми застосовували відеопосібник. Центральною частиною фільму є авторські мультиплікаційні відеокліпи по конкретних тактичних схемах нападу і захисту. Перевага нашого відеопосібника [1] полягає в тому, що тактична схема сприймається цілісно, з одночасним рухом всіх гравців, а не дискретно, як в рисуночних схемах або на магнітній дошці.

Наступною інноваційною технологією є розробка способу управління тренувальним процесом за допомогою світло-колірних сигналів [8] для підвищення ефективності тренувального процесу спортсменів з вадами слуху. Для автоматизованої подачі світло-колірних сигналів ми застосували світлодіодний лінійний світильник з блоком управління.

Даний технічний пристрій був закріплений на двох баскетбольних стійках під щитами на рівні очей спортсменок. Ми використовували 3 кольори (червоний, синій, зелений),

залежно від того, який колір горить баскетболістки виконували ту чи іншу дію. Наприклад, при вдосконаленні передачі м'яча на місці, коли спалахує червоний колір, потрібно виконувати довгу передачу однією рукою, коли синій – середню передачу двома руками від грудей, зелений - коротка передача в стрибку. Також світловий сигнал використовувався для вдосконалення групових і командних взаємодій.

Педагогічний експеримент показав, що деякі показники фізичної підготовленості після проведення експерименту у баскетболісток збірної України стали достовірно вище в порівнянні з Литовської збірної – основним суперником збірної України.

Порівняльний аналіз технічної підготовленості баскетболісток контрольної та експериментальної групи після проведення експерименту вказує на різкі зміни на користь нашої команди.

До застосування інноваційних технологій, на підставі аналізу даних чемпіонату світу 2011, було виявлено, що спортсменки збірної Литви мають вищі показники змагальної результативності в порівнянні зі збірою України. Ця тенденція спостерігалася і на чемпіонаті Європи 2012 року.

Після застосування інноваційних технологій в тренувальному процесі збірної України, можна побачити поліпшення результатів на користь нашої команди на Дефлімпійських іграх в 2013 році.

У результаті застосування нашої методики збірна команда України стала срібним призером Дефлімпійських ігор в 2013 році, що є найвищим досягненням нашої збірної за весь період її існування і значно перевищило максимальні очікування від команди.

Література:

1. А.с. № 51093 Україна. Аудіовізуальний твір «Учебное видеопособие по тактике баскетбола с анимационними иллюстрациями» по заявці № 51322 від 03.07.2013 [Козіна Ж.Л., Собко І.М., Шедрива Л.В.] — Оpubліковано в офіційному бюлетені Державного департаменту інтелектуальної власності Міністерства освіти і науки України "Авторське право і суміжні права". – 2013.

2. Базілевський А. Г. Індивідуальна тактична підготовка юних баскетболістів у річному циклі тренування з використанням інтерактивних технологій: автореф. дис. на здоб. вч. ступ. канд. наук з фіз. вих. і сп.: спец. 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт» / А.Г. Базілевський – Ч., 2012. – 28 с.

3. Бріскін Ю.А. Спорт інвалідів / Ю.А. Бріскін // – К.: Олімпійська л-ра, 2006. – С. 202-210.

4. Заворотна О.А. Корекція координаційних здібностей баскетболістів з порушенням слуху / О.А. Заворотна // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків: ХОВНОКУ-ХДАДМ, 2008. – №4. – С. 35-38.

5. Козина Ж.Л. Алгоритм распределения спортсменов по группам для формирования тактических задач в игровых командных видах спорта с помощью методов многомерного анализа (на примере женской сборной команды Украины баскетболисток с нарушениями слуха) / Ж.Л. Козина, И.Н. Собко, С.С. Ермаков, Н.А. Коломиец, В. Ягело, М. Ягело // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харьков: ХНПУ, 2014. – №14. – С. 40-49.

6. Козина Ж.Л. Анализ и обобщение результатов практической реализации концепции индивидуального подхода в тренировочном процессе в спортивных играх / Ж.Л. Козина // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – Харьков: ХООНОКУ-ХГАДИ, 2009. – №2. – С. 34-47.

7. Козина Ж.Л. Методика технико-тактической подготовки баскетболисток с нарушениями слуха с использованием инновационных технологий / Ж.Л. Козина, И.Н. Собко, А.И. Прокопенко, А.В. Губа, С.С. Ермаков, К. Прусик, М. Цеслицка // Физическое воспитание студентов. – Харьков: ХООНОКУ-ХГАДИ, 2014. – № 3. – С. 30-40.

8. Патент України № 95936 по заявці № U201408516 «Спосіб управління тренувальним процесом спортсменів-ігровиків з вадами слуху». [І.М. Собко, Ж.Л. Козіна, Л.В. Щедрива] Державне підприємство «Український інститут промислової власності» (ДП УІПВ) – 2014. Опубліковано: Бюл.№ 112 від 01.2015.

ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У ДІТЕЙ І МОЛОДІ

О. В. Соколюк, К. О. Костильова

Останнім часом активізувалась увага вчених до досліджень питань здорового способу життя [1, 2]. За висновками багатьох досліджень стверджується, що серед об'єктивних і суб'єктивних причин різкого зниження рівня здоров'я громадян нашої країни основними є такі:

- глибока соціально-економічна криза,
- глобально-економічні проблеми,
- слабка матеріально-технічна база навчальних закладів,
- недосконала структура системи охорони здоров'я,