

УДК 796.86

ПРОБЛЕМЫ ОБУЧЕНИЯ ФЕХТОВАНИЮ НА КОЛЯСКАХ СОВРЕМЕННЫХ ДЕТЕЙ С ДЦП В ГРУППАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТИВНЫХ АДАПТИВНЫХ ШКОЛ

Екатерина Владимировна Войнова, старший преподаватель. Российский университет транспорта (МИИТ), Москва; Олег Игоревич Рубцов, студент, Московский государственный гуманитарно-экономический университет, Москва

Аннотация

В статье рассматриваются проблемы обучения фехтованию на колясках современных детей с ДЦП. Современные дети с ДЦП отличаются по уровню психофизического развития от детей с иными патологиями опорно-двигательного аппарата и с трудом осваивают программу обучения. Для понимания, почему современные дети с ДЦП не усваивают учебную программу, было проведено педагогическое исследование. Сравнивались данные двух групп начальной подготовки детей с ДЦП. Группа набора 2009 года и набора 2020 года. Сравнительному анализу подвергался уровень физической подготовленности, технико-тактических умений и теоретических знаний, а так же формы заболевания и сопутствующие заболевания. На основании проведенного исследования сделан вывод о необходимости адаптации программы обучения в группах начальной подготовки с учетом особенностей развития современных детей с ДЦП.

Ключевые слова: спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата, дисциплина фехтование, ДЦП, формы ДЦП, сопутствующие заболевания, психофизическое развитие.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.11.p80-84

PROBLEM OF TEACHING WHEELCHAIR FENCING TO MODERN CHILDREN WITH CEREBRAL PALSY IN INITIAL TRAINING GROUPS OF SPORTS ADAPTIVE SCHOOLS

Ekaterina Vladimirovna Voinova, senior teacher. Russian University of Transport (MIIT), Moscow; Oleg Igorevich Rubtsov, student, Moscow State University of Humanities and Economics

Abstract

The article deals with the problems of teaching wheelchair fencing to modern children with cerebral palsy. Modern children with cerebral palsy differ in the level of psychophysical development from children with other pathologies of the locomotor apparatus and have difficulty mastering the training program. To understand why modern children with cerebral palsy do not master the curriculum, a pedagogical study was conducted. The data of two groups of initial training of children with cerebral palsy were compared. The 2009 enrollment group and the 2020 enrollment group. The level of physical fitness, technical and tactical skills and theoretical knowledge, as well as forms of the disease and comorbidities were subjected to comparative analysis. On the basis of the conducted research it was concluded that it is necessary to adapt the training program in the initial training groups taking into account the peculiarities of development of modern children with cerebral palsy.

Keywords: sport of persons with locomotor apparatus defects, fencing discipline, cerebral palsy, forms of cerebral palsy, concomitant diseases

ВВЕДЕНИЕ

Спорт лиц с поражением опорно-двигательного аппарата (дисциплина фехтование), как компонент адаптивной физической культуры, способствует осуществлению социальной адаптации детей с инвалидностью [3]. Как показывают исследования, особенную

ценность фехтование на колясках имеет для реабилитации и социализации детей с ДЦП [1, 2]. Проведение занятий по фехтованию на колясках в группах начальной подготовки (ГНП) с детьми с ДЦП способствуют решению педагогических задач адаптивной физической культуры. На этом этапе подготовки средствами фехтования решаются задачи по укреплению здоровья, разностороннего физического развития, формирования потребности к регулярным тренировкам, приобретению жизненно необходимых умений и двигательных навыков. В группах начальной подготовки дети осваивают базовые двигательные действия, изучают основы терминологии и технико-тактической составляющей вида спорта. До недавнего времени дети с ДЦП наравне с детьми, имеющими другие поражения опорно-двигательного аппарата (ОДА) осваивали учебный материал. В современной России увеличивается количество детей-инвалидов с ДЦП, обремененными тяжелыми и множественными сопутствующими заболеваниями. Такие дети с удовольствием тренируются. Но уровень психофизического развития таких детей не позволяет успешно осваивать программу обучения.

МЕТОДИКА

Десять лет назад спорт лиц с поражением ОДА (дисциплина фехтование) считался молодым видом адаптивного спорта. В те годы формировалась программа подготовки юных спортсменов адаптивного спорта. За основу программы были взяты планы многолетней тренировки фехтовальщиков. Дети с поражениями ОДА, тренировались по методике, основанной на классической теории обучения фехтованию разработанная учеными ГЦОЛИФКа – Д.А. Тышлером, А.Д. Мовшовичем, Л.Г. Рыжковой [5, 6]. Подготовка спортсменов адаптивного фехтования строилась на соблюдении принципов, с применением методов и средств адаптивной физической культуры. Средствами фехтования решались специальные коррекционные задачи [3].

Цель исследования. Проверить соответствие программы обучения фехтованию на колясках уровню психофизического развития современных детей с ДЦП.

Задачи исследования. Изучить медицинские данные спортсменов с диагнозом ДЦП, проходившим обучение в ГНП спортивной адаптивной школы (САШ) десять лет назад и поступивших в САШ в 2020 году.

Провести сравнительный анализ физической подготовленности и уровня технико-тактической подготовки и специальных знаний спортсменов обеих групп.

Методы исследования. Изучение литературных источников. Ретроспективный анализ. Тестирование. Метод сравнительного анализа.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для выявления уровня физической, технико-тактической подготовленности, а также теоретических знаний фехтования на колясках современных детей с ДЦП было проведено тестирование в ГНП набора 2020 года. Исследования проводились на базе ГКОУ СКОШИ №31. В секции адаптивного фехтования САШ равных возможностей «Юность Москвы». Полученные данные сравнивались с результатами тестирования ГНП набора 2009 года. Так же был проведен сравнительный анализ форм заболевания и сопутствующих заболеваний детей.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ОБСУЖДЕНИЕ

В 2009–2013 годах в ГНП занималось 15 детей с ДЦП. Они имели такие формы ДЦП: спастическая диплегия – 30%; гемиплегия – 60%; атоническо-астатическая форма – 10%. У 40% детей имелись нарушения зрения. У детей отсутствовали речевые нарушения, а также нарушения слуха. Не было детей с расстройством аутистического спектра (РАС). У 50% наблюдалась задержка психического развития, у 20% имелась умственная отсталость. Дети осваивали учебный материал, контрольные нормативы по общей физической

и специальной физической подготовке сдавали успешно. На третьем году обучения все спортсмены группы имели спортивные разряды.

В настоящее время в ГНП набора 2020 года тренируются 15 человек, имеющих диагноз ДЦП. Из них, форму спастической диплегии имеют 20% занимающихся; форму гемиплегии имеют 30%; атоническо-астатическую (атаксическая) форму имеют 30% учеников; гиперкинетическую форму – 20%. У 30% детей имеются нарушения зрения. У 46,6% детей наблюдаются речевые нарушения, у 13,3% есть нарушение слуха, у 12,3% наблюдается расстройство аутистического спектра. У 100% детей наблюдается задержка психического развития. Умственная отсталость наблюдается у 70% детей. Из группы только 4 человека имеют спортивные разряды.

Для удобства сравнения результатов контрольных нормативов двух групп, набора 2009 и 2020 годов оформлены в виде таблиц. Сравнения результатов по Т-критерию Стьюдента. В таблице занесены показатели средних арифметических величин результатов контрольных нормативов, которые проводились на третьем году обучения двух групп: ГНП набора 2009 и ГНП набора 2020 года. В таблице 1 представлены результаты контрольных нормативов по ОФП.

Результаты контрольных нормативов по специальной физической подготовке (СФП) обеих групп опубликованы в таблице 2.

Таблица 1 – Результаты тестирования обеих групп по общей физической подготовке ($M \pm m$)

Группы	Подъем туловища лежа на спине кол-во раз за 1 минуту	Бросок набивного мяча (1кг) ведущей рукой из И.П. «стоя» (м)	Метание теннисного мяча в цель (по В.И. Ляху) ведущей рукой (баллы из 5 попыток)	Кистевая динамометрия ведущей рукой
Набор ГНП 2009 года (n=15)	29.4±5.3	13.73±1.43	8.93±1.22	15±1.5
Набор ГНП 2020 года (n=15)	22.59±2.03	11±1.3	6±1.41	11.67±1.83
Примечания: М – среднее арифметическое значение; m – ошибка среднего арифметического; n – количество человек в группе				

Таблица 2 – Результаты контрольных нормативов по специальной физической подготовке ($M \pm m$)

Группы	Попадание в мишень 30 сек. (кол-во раз)	Передвижение туловищем сидя в коляске 30 сек. (кол-во раз)	Укол в мишень в атаке с выпадом двумя переводами (кол-во попаданий из 10 попыток)	Укол в мишень в простом ответе после защиты 4 (кол-во попаданий из 10 попыток)
Набор ГНП 2009 года (n=15)	21.33±2.52	26.5±2.52	7±1.36	8±1.64
Набор ГНП 2020 года (n=15)	13.73±2.48	20.07±2.86	5±1.96	4±1.19
Примечания: М – среднее арифметическое значение; m – ошибка среднего арифметического; n – количество человек в группе				

Различия данных достоверны. Дети набора 2020 года имеют более низкий уровень развития силы, скоростно-силовых качеств, ловкости и зрительно-моторной координации. Тестирование специальной физической подготовленности так же показало, что дети набора 2020 имеют сложности в точном управлении клинком, скорости передвижений в коляске, а также в согласованности работы туловища и вооруженной руки.

Тестирование освоения специализированных движений оружием, техники выполнения базовых боевых действий, тактических умений, знаний терминологии показывало, что спортсмены ГНП набора 2009 года за год освоили предложенный материал в полном объеме. Все спортсмены выполняли специализированные движения клинком, однако амплитуды движения клинка были чрезмерны у всех обучающихся. Так же 100% обучающихся могли выполнить предложенные боевые действия. Некоторые претензии возникли к амплитудам движений клинком. Так же 100% спортсменов продемонстрировали выполнение тактических приемов, которые были предложены к освоению спортсменам групп начальной подготовки на первом году обучения. Знание необходимых терминов имели все

участники тестирования.

При тестировании группы набора 2020 выявлены трудности в освоении специализированных движений оружием. У 50% спортсменов покачивание клинка в вертикальной плоскости получалось с включением чрезмерных амплитуд. Покачивания в горизонтальной плоскости 100% детей выполняли без удержания пальцами оптимальной амплитуды. Те же претензии к амплитудам предъявлялись при выполнении круговых движений клинком 70% спортсменов. При выполнении боевых действий только 40% спортсменов могли преднамеренно выполнить атаки с финтом и переводом, атаки двумя переводами 45% детей. Освоение атак второго намерения с переключением к прямой контрзащите с контролем прямо не смогли освоить 60% спортсменов. Тактические умения формируются с существенной задержкой. Не применяют действия разведки – 70% обучающихся. 60% спортсменов не применяют действия маскировки в бою. Вызовы применяют 35% спортсменов. Термины, значение которых оказалось сложным для понимания и запоминания у 70% детей: финт, перемена позиций, соединение 4 и 6.

ВЫВОДЫ

Исходя из вышеизложенной информации, можно сделать вывод, что стандартная система обучения фехтованию на колясках не в полном объеме подходит для обучения современных детей с ДЦП в группах начальной подготовки. Изучение основ двигательных действий, техники и тактики, терминологии вида спорта дети осваивают с трудом. Необходима коррекция учебной программы по фехтованию на колясках в ГНП.

Необходимо адаптировать программу для детей с ДЦП, имеющих множественные и тяжелые сопутствующие заболевания. При внесении изменений в программу обучения необходимо учитывать особенности работы с детьми, имеющими нарушение слуха, речи, РАС, а так же адаптировать методику обучения техники и тактики фехтования, а так же формирования специальных знаний фехтовальщика для детей с умственной отсталостью.

ЛИТЕРАТУРА

1. Войнова Е.В. Практический опыт введения адаптивного спорта в программы реабилитации в специальных коррекционных школах / Е.В. Войнова // Актуальные проблемы адаптивной физической культуры : сборник статей по материалам I научно-практической конференции института естествознания и спортивных технологий. – Москва : Московский городской педагогический университет, 2020. – С. 6–9.
2. Горохова Н.П. / Динамика физической подготовленности подростков с нарушением функции опорно-двигательного аппарата в процессе занятий фехтованием на колясках // Н.П. Горохова, Н.О. Рубцова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 3 (169). – С. 85–89.
3. Рубцова Н.О. Теоретико-методические основы адаптивного физического воспитания / Н.О. Рубцова, А.В. Рубцов : учебное пособие. – Санкт-Петербург : Лань. – 121 с.
4. Тышлер Д.А. Педагогические основы первоначального обучения и тренировки / Д.А. Тышлер, Л.Г. Рыжкова, И.М. Дзоблаева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. – № 3. – С. 34–36.
5. Возрастная динамика совершенствования двигательных качеств на этапах многолетней тренировки фехтовальщиков / А.Д. Мовшович, А.Б. Моисеев, Л.Г. Рыжкова, В.В. Сидорова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2008. – № 3. – С. 13–14.

REFERENCES

1. Voynova, E.V. (2020), "Practical experience of introduction of adaptive sports into rehabilitation programs in special correctional schools", *Current problems of adaptive physical culture*, collection of articles on the materials of the I scientific-practical conference of the Institute of Natural Sciences and Sports Technologies, Publisher: Moscow City Pedagogical University, Moscow, pp. 6–9.
2. Gorokhova, N.P. and Rubtsova, N.O. (2019), "Dynamics of physical fitness of adolescents with impaired function of the locomotor system in the process of wheelchair fencing", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 169, No. 3, pp. 85–89.
3. Rubtsova, N.O. and Rubtsov, A.V. (2017), *Theoretical and methodological bases of adaptive physical education*, Study guide LAN, St. Petersburg.

4. Tyshler, D.A., Ryzhkova, L.G. and Dzoblaeva, I.M. (2014), "Pedagogical bases of education and training", *Physical culture: upbringing, education, training*, No. 3, pp. 34–36.

5. Movshovich, A.D., Moiseev, A.B., Ryzhkova, L.G. and Sidorova, V.V. (2008), "Age dynamics of improvement of motor qualities at the stages of long-term training of fencers", *Physical culture: upbringing, education, training*, No. 3, pp. 13–14.

Контактная информация: voynova.1974@mail.ru

Статья поступила в редакцию 04.11.2023

УДК 796.8

ЭТАПЫ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ В ГОДОВОМ ЦИКЛЕ СПОРТСМЕНОВ ВОЕННО-ПРИКЛАДНОГО ВИДА СПОРТА «АРМЕЙСКИЙ ГИРЕВОЙ РЫВОК»

Антон Владимирович Ворожейкин, кандидат педагогических наук, доцент, заведующий отделом, Калининградский институт управления, Калининград; **Денис Евгеньевич Коновалов**, кандидат педагогических наук, доцент, Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург; **Роман Валерьевич Едигарев**, старший преподаватель, **Алексей Сергеевич Галунин**, преподаватель, **Максим Сергеевич Симошенко**, преподаватель, **Николай Фёдорович Филатов**, преподаватель, Военный ордена Жукова университет радиоэлектроники, Череповец

Аннотация

В ходе нашего исследования мы определили и описали ключевые этапы силовой подготовки. Спортсменам-гиревикам необходимо использовать структурированный подход к силовым тренировкам в рамках ежегодного цикла. Целесообразно начинать с этапа общей подготовки и постепенно переходить к тренировкам рывку гири. Установлено, что фаза после сезонного перехода даёт возможность предотвратить перетренированность и поддерживает долгосрочное спортивное развитие атлетов. В исследовании разработаны и представлены практические рекомендации для спортсменов и тренеров, занимающихся армейским гиревым рывком.

Ключевые слова: Армейский гиревой рывок, этапы, силовая подготовка, годовой цикл, военно-прикладной вид спорта.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.11.p84-87

STAGES OF STRENGTH TRAINING IN THE ANNUAL CYCLE OF ATHLETES OF THE MILITARY-APPLIED SPORT "ARMY KETTLEBELL JERK"

Anton Vladimirovich Vorozheikin, candidate of pedagogical sciences, docent, head of department, Kaliningrad Institute of Management; **Denis Evgenievich Konovalov**, candidate of pedagogical sciences, docent, Herzen Russian State Pedagogical University, St. Petersburg; **Roman Valeryevich Edigarev**, senior teacher, **Alexey Sergeevich Galunin**, teacher, **Maxim Sergeyevich Simonenko**, teacher, **Nikolay Fedorovich Filatov**, teacher, Military Order of Zhukov University of Radio Electronics, Cherepovets

Abstract

In the course of our research, we identified and described the key stages of strength training. Kettlebell athletes need to use a structured approach to strength training as part of an annual cycle. It is advisable to start with the general preparation stage and gradually move on to the kettlebell snatch training. It is established that the phase after the seasonal transition makes it possible to prevent overtraining and supports the long-term athletic development of athletes. The study developed and presented practical recommendations for athletes and coaches involved in the army kettlebell jerk.

Keywords: Army kettlebell jerk, stages, strength training, annual cycle, military-applied sport.

ВВЕДЕНИЕ

Спортивные тренировки по развитию силы являются фундаментальным аспектом повышения спортивных результатов, особенно в видах спорта, требующих сочетания