

ПРОЦЕССУАЛЬНЫЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ СИСТЕМЫ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ФЕХТОВАЛЬЩИКОВ С НАРУШЕНИЯМИ ФУНКЦИЙ СПИННОГО МОЗГА В ОЛИМПИЙСКОМ ЦИКЛЕ

Г.М. Юламанова¹, Э.Р. Румянцева²

^{1,2}Башкирский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВПО «Уральский государственный университет физической культуры», Уфа, Россия

Для связи с авторами: gulamanmin@mail.ru, rumelv@yandex.ru

Аннотация:

В работе представлены процессуальные составляющие системы спортивной подготовки высококвалифицированных фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга в олимпийском цикле, реализуемые на четырех этапах. Обоснована эффективность разработанной системы спортивной подготовки в олимпийском цикле в фехтовании на колясках.

Ключевые слова: фехтовальщики на колясках, система спортивной подготовки, процессуальные составляющие, олимпийский цикл.

PROCEDURAL COMPONENTS OF SYSTEM OF SPORTS TRAINING OF FENCERS WITH VIOLATIONS OF FUNCTIONS OF THE SPINAL CORD THE OLYMPIC CYCLE

G. M. Yulamanova¹, E.R. Rumyantseva

^{1,2}Bashkir Institute of Physical Education (branch) USUPE, Ufa, Russia.

Abstract:

In work the procedural components of system of sports training of highly skilled fencers with violations of functions of a spinal cord in the Olympic cycle realized at four stages are presented. Efficiency of the developed system of sports preparation in the Olympic cycle in fencing on carriages is proved.

Key words: wheelchair fencers, system of sports preparation, procedural components, the Olympic cycle.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время практически отсутствуют исследования, посвященные многопрофильным аспектам многолетнего совершенствования спортсменов в адаптивном спорте высшей квалификации. Существуют лишь отдельные фрагментарные работы, касающиеся физического воспитания инвалидов различных нозологических групп (В.Г. Григоренко, Б.В. Сермеев, 1997; И.Ю. Горская, Т.В. Синельникова, 2000; Е.М. Мастюкова, 2003; Н.О. Рубцова, 2007; С.П. Евсеев, 2008; Я.А. Стрелкова, 2009 и др.), социально-психологической адаптации инвалидов с поражениями опорно-двигательного аппарата посредством различных видов спорта (Г.В. Дудкин, 2006; А.Е. Митин, 2007 и др.).

О назревшей необходимости принятия серьезных мер, направленных на решение про-

блемы научного обоснования содержания и организации спортивной подготовки в фехтовании на колясках свидетельствует отсутствие научных исследований по данной проблематике (Д.А. Тышлер, Е.Б. Белкина 2010, 2011). В этом направлении необходимо конкретизировать структуру системы подготовки, организацию содержания, взаимодействие и взаимосвязь, в частности отдельных видов подготовки в рамках самой системы олимпийского цикла применительно к спортсменам в фехтовании на колясках. Достижение требуемого уровня развития физических качеств, овладение совершенной техникой соревновательного упражнения, освоение теоретических знаний, использование рациональной тактики ведения поединков, психологическая устойчивость в соревновательной деятельности становятся возможными только

при определенном целесообразном сочетании всех видов подготовки, при наличии необходимого уровня организации системы в целом.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Система спортивной подготовки в олимпийском цикле реализуется на четырех этапах и включает следующие компоненты: систему отбора и спортивной ориентации, систему соревнований и спортивной тренировки, систему факторов, повышающих эффективность соревновательной и тренировочной деятельности. Функционирование системы обеспечивается рациональным подбором средств, методов, принципов спортивной тренировки. Оптимизация спортивной подготовки и соревновательной деятельности спортсменов осуществляется на основе объективных методов контроля.

Такой подход к построению системы подготовки в олимпийском цикле обеспечивает готовность спортсменов к достижению высоких спортивных результатов.

Однако закономерности построения спортивной тренировки должны быть адаптированы к социальной сущности – функциональным и психологическим особенностям организма спортсменов с ограниченными возможностями. Физиологические и психологические особенности, обусловленные поражениями опорно-двигательного аппарата (Shephard et al., 1988; А.Д. Черемных, 1998; С.Ф. Курдыбайло, Р.М. Войтенко, 2000; С.П. Евсеев, 2001, 2003, 2007; А.И. Малышев, 2002; И.Д. Булюбаш, 2011), являются внешними и внутренними предпосылками для дифференцирования процесса спортивной подготовки и преобразования содержания, направленности, особенностей организации различных видов подготовки и приведения их в стройную систему. Это позволит обеспечить управляемость процесса спортивной подготовки и достижение высоких результатов в соревновательной деятельности высококвалифицированных фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга.

На основе анализа, синтеза и обобщения

результатов предварительных экспериментальных исследований, направленных на определение структуры и организации системы, установление ее интегральных свойств и функций, разработана система спортивной подготовки фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга в олимпийском цикле.

Структурными компонентами системы спортивной подготовки в олимпийском цикле являются: технико-тактическая, физическая, психологическая и теоретическая подготовки, система соревнований, макро-, мезо-, микроструктура подготовки, дополнительные тренировочные занятия. Задачи, организационно-методические условия структурных компонентов системы определяются задачами каждого этапа олимпийского цикла подготовки и подчинены единой цели – достижению максимально возможного для каждого спортсмена результата в главном соревновании четырехлетия.

На первом этапе (1-й годичный олимпийский цикл) основное направление подготовки – преимущественное повышение функционального состояния, формирование компенсаторных функций, улучшение общей физической подготовленности (рисунок 1). Физическая подготовка направлена на развитие физических качеств с преимущественным формированием компенсаторных функций и функциональных возможностей; технико-тактическая – на совершенствование базовых действий в двух избранных видах оружия; психологическая – на формирование толерантности к эмоциональному стрессу, регулирование психической напряженности, совершенствование навыков общения; теоретическая – на формирование общетеоретических знаний, специфических знаний, обусловленных нарушениями функций спинного мозга.

На втором этапе (2-й годичный олимпийский цикл) основное направление подготовки – комплексное развитие физических качеств, способностей, функциональных возможностей, совершенствование технико-тактического мастерства и других сторон подготовленности. Физическая подготовка направлена на преиму-

шествственное развитие специальных физических качеств и совершенствование функциональных возможностей; технико-тактическая – на совершенствование одно-, двухтемповых, атакую-

щих, преднамеренно-экспромтных и преднамеренных боевых действий; психологическая – на формирование умения преодолевать психологические барьеры при освоении технико-

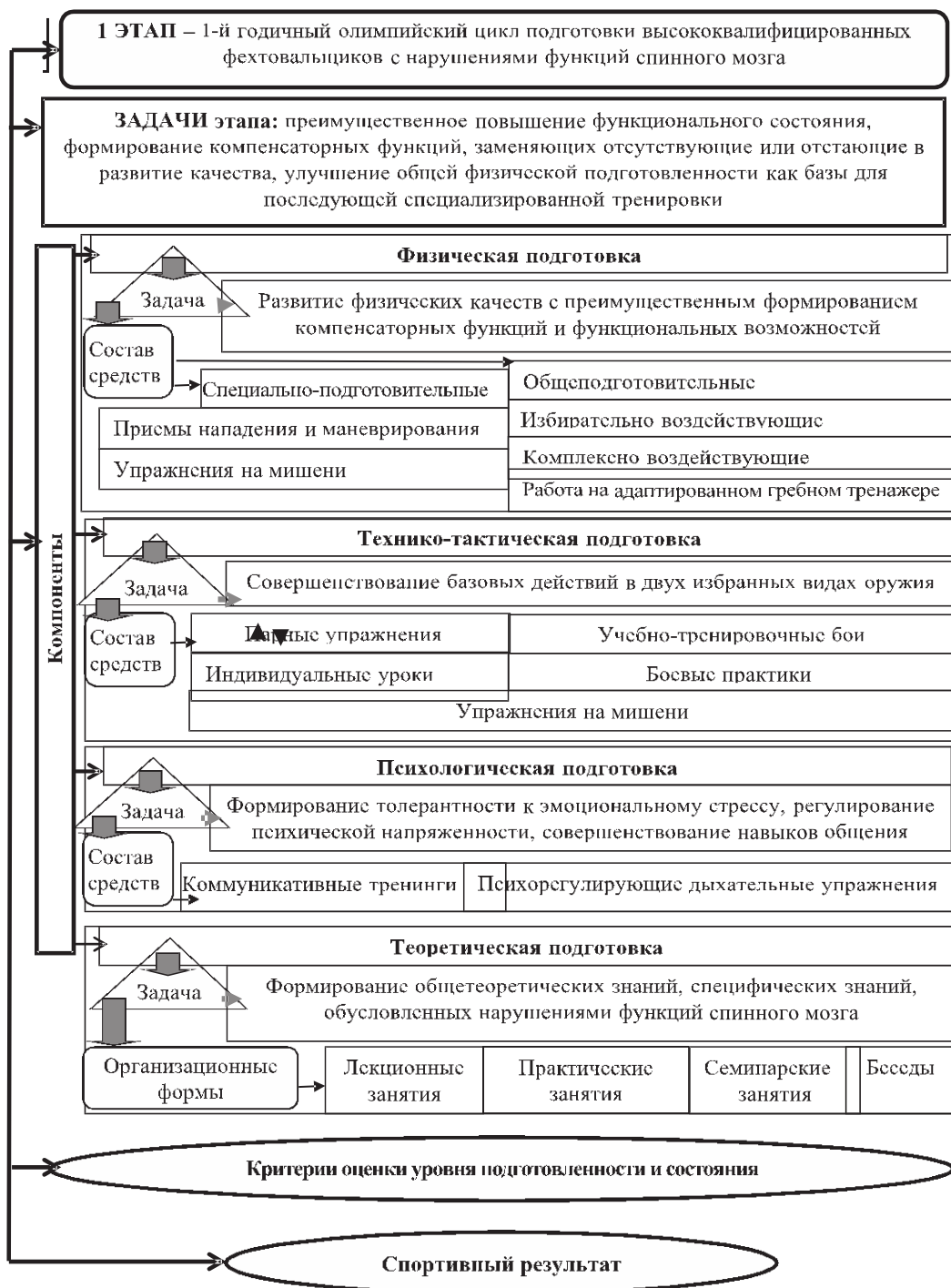


Рисунок 1 – Процессуальные составляющие системы спортивной подготовки фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга в первом годичном олимпийском цикле

Таблица 1 — Показатели соревновательных нагрузок

Показатели	Годы олимпийского цикла			
	1	2	3	4
Количество соревнований	5-7	7-9	9-10	10-12
Количество боев в соревнованиях	600-800	800-950	950-1150	1150-1350
Количество тренировочных боев	1750-1800	1800-2200	2200-2450	2450-2800

Примечание: количество боев указано с расчетом их ведения на 5 уколо

тактических действий, совершенствование психофизиологических функций; теоретическая — на совершенствование знаний о построении тактики соревновательных поединков, развитие интеллектуальных способностей, формирование творческих побуждений.

На третьем этапе (3-й годичный олимпийский цикл) основное направление подготовки — комплексное развитие физических качеств, способностей, функциональных возможностей, совершенствование технико-тактического мастерства и других сторон подготовленности. Физическая подготовка направлена на преимущественное развитие ведущих физических качеств, совершенствование функциональных возможностей; технико-тактическая — на совершенствование технико-тактических действий в соревновательных поединках; психологическая — на совершенствование ведущих свойств личности; теоретическая — на совершенствование тактического мышления, развитие интеллектуальных способностей, формирование творческих побуждений.

На четвертом этапе (4-й годичный олимпийский цикл) основное направление подготовки — комплексное совершенствование технико-тактического мастерства и других сторон подготовленности. Физическая подготовка направлена на преимущественное развитие ведущих физических качеств, совершенствование функциональных возможностей; технико-тактическая — на формирование индивидуального стиля ведения соревновательных поединков; психологическая — на совершенствование умения управлять своим психическим состоянием; теоретическая — на совершенствование тактического мышления. При этом системность процесса спортивной подготовки высококвалифицированных фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга обеспечивается взаимосвязью, взаимозависимостью и взаимодействием раз-

личных видов подготовок (рисунок 2), содержание и направленность которых на каждом этапе олимпийского цикла постоянно обновляется с учетом иерархии целей и решения задач достижения заданного спортивного результата в главных соревнованиях.

Эффективная адаптация к соревновательной деятельности и реализация всех сторон подготовленности в соревнованиях обеспечиваются постепенным увеличением в каждый последующий год количества соревнований и количества тренировочных боев (таблица 1). Доказательство эффективности разработанной системы основывается на результатах формирующего педагогического эксперимента, проведенного на базе сборной команды России и сборной команды Республики Башкортостан по фехтованию на колясках. Системный эффект реализации разработанной системы спортивной подготовки определялся по результатам соревновательной деятельности, с помощью расчета очков по занятым местам на чемпионатах, первенствах и кубках края; всероссийских турнирах и кубках; чемпионатах России; этапах Кубка мира; чемпионатах мира и Европы; Паралимпийских играх (рисунок 3).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проведенные исследования дали благоприятные результаты, подтверждающие положительное влияние разработанной системы на спортивный результат. В частности, у всех

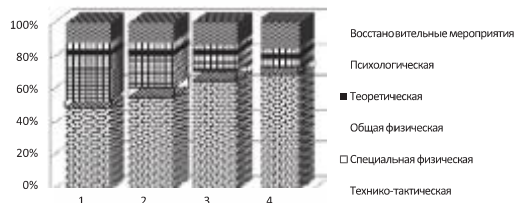
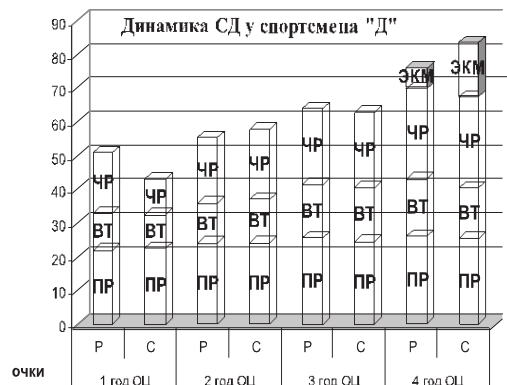
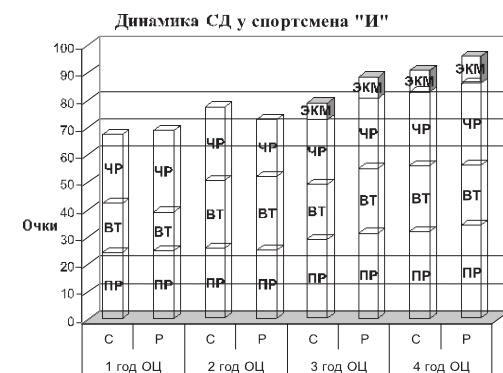
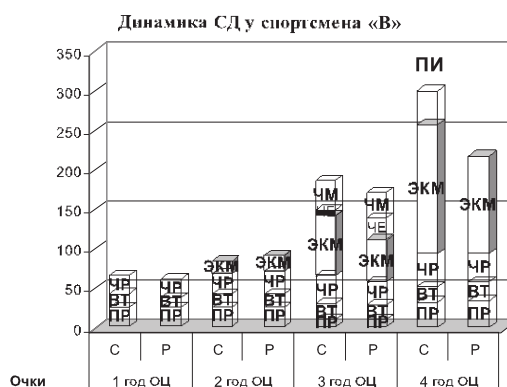
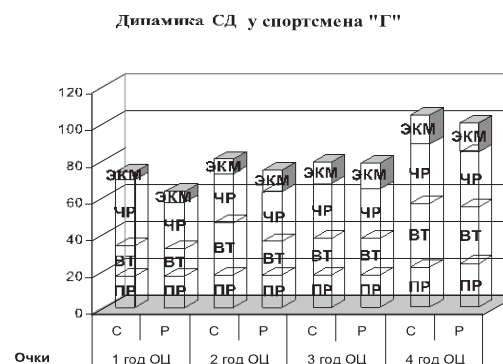
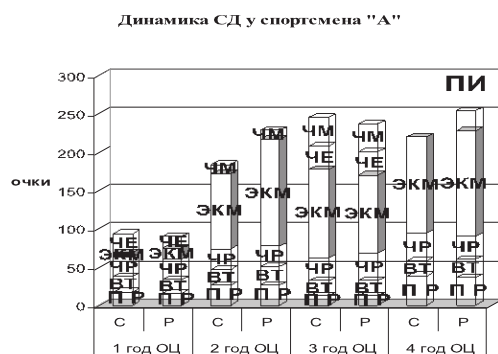
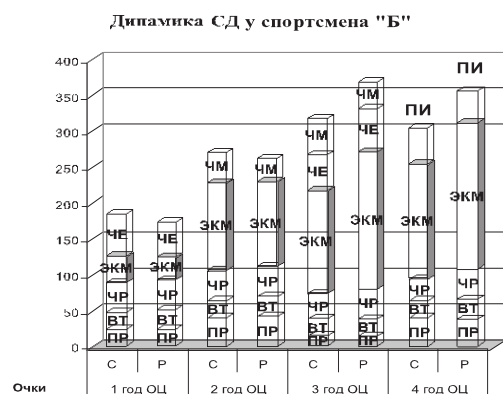


Рисунок 2 — Соотношение видов подготовки в олимпийском цикле, %. Примечание: 1, 2, 3, 4 — годы олимпийского цикла

фехтовальщиков экспериментальной группы с каждым годом олимпийского цикла повышает спортивный результат, о чем свидетельствует количество набранных очков:

- в первый годичный олимпийский цикл спортсмены заняли на чемпионате России первое, второе и третье места; на чемпионате Европы

лучшими результатами в личном первенстве были второе и девятое места, в командном первенстве лучший результат – пятое место (участвовал один спортсмен ЭГ). По результатам соревновательной деятельности пяти фехтовальщикам экспериментальной группы присвоено звание «Кандидат в мастера спорта России»;



Рисинук 3 – Системный эффект реализации системы спортивной подготовки в олимпийском цикле

Примечания: С – сабля; Р – рапира; ОЦ – олимпийский цикл; ПР – чемпионаты и первенства республики, края; ВТ – всероссийские турниры и кубки; ЧР – чемпионат России; ЭКМ – этапы Кубка мира; ЧЕ – чемпионат Европы; ЧМ – чемпионат мира; ПИ – Паралимпийские игры; СД – соревновательная деятельность

- во второй годичный олимпийский цикл спортсмены заняли на чемпионате России первое, второе и третье места; на чемпионате мира лучшими результатами в личном первенстве были шестое и десятое места, в командном первенстве – второе место (участвовали два спортсмена ЭГ). По результатам соревновательной деятельности одному спортсмену присвоено звание «Мастер спорта России международного класса», четверым – звание «Мастер спорта России», одному фехтовальщику присвоено звание «Кандидат в мастера спорта России»;

- в третий годичный олимпийский цикл спортсмены заняли на чемпионате России первое, второе и третье места; на чемпионате Европы лучшими результатами в личном первенстве были второе и третье места, в командном первенстве – первое и третье места (участвовали два спортсмена ЭГ); на чемпионате мира лучшими результатами в личном первенстве были третье и восьмое места; в командном первенстве – четвертое место (участвовали два спортсмена ЭГ);

- в четвертый годичный олимпийский цикл спортсмены заняли на чемпионате России первое, второе и третье места. Из 4 спортсменов, участвовавших в Паралимпийских играх в Лондоне 2012 г. в составе сборной команды России

по фехтованию на колясках, 3 спортсмена экспериментальной группы. По результатам соревновательной деятельности одному спортсмену присвоено звание «Мастер спорта России международного класса».

Обобщение всех экспериментальных данных позволяет заключить, что разработанная система подготовки способствует в течение олимпийского цикла существенному повышению спортивного результата, психофизиологических функций организма, физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовленности фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга. На основе результатов экспериментальной работы можно утверждать, что разработанная система спортивной подготовки в олимпийском цикле дает возможность более эффективно осуществлять многолетнюю подготовку высококвалифицированных фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга и выполнять звания мастера спорта международного класса и мастера спорта России. В совокупности указанные тенденции свидетельствуют о целесообразности включения данной системы в олимпийском цикле подготовки фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Даянова, А.Р. Особенности энергетического обеспечения соревновательных поединков фехтовальщиков с нарушениями функций спинного мозга / А.Р. Даянова, Э.Р. Румянцева, Г.М. Юламанова // Культура физическая и здоровье. – 2012. – № 5 (41). – С. 99-101.
2. Даянова, А.Р. Особенности энергетического обеспечения соревновательных поединков фехтовальщи-

- ков с нарушениями функций спинного мозга / А.Р. Даянова, Э.Р. Румянцева, Г.М. Юламанова // Культура физическая и здоровье. – 2012. – № 5 (41). – С. 102.
3. Румянцева, Э.Р. Анализ взаимосвязей между результативностью боевых действий в поединках и психофизиологическими показателями фехтовальщиков-колясочников / Э.Р. Румянцева, Г.М. Юламанова // Теория и практика физической культуры. – 2011. – № 9. – С. 22-25.

BIBLIOGRAPHY

1. Dayanova, A.R. Features of power providing competitive duels of fencers with violations of functions of a spinal cord / A.R. Dayanova, E.R. Rumyantseva, G.M. Yulamanova // Physical culture and health. – 2012. – No. 5 (41). – P. 99-101.
2. Dayanova, A.R. Features of power providing competitive duels of fencers with violations of functions of a spinal

- cord / A.R. Dayanova, E.R. Rumyantseva, G.M. Yulamanova // Physical culture and health. – 2012. – No. 5 (41). – P. 102.
3. Rumyantseva, E.R. The analysis of interrelations between productivity of military operations in duels and psychophysiological indicators of fencers wheelchair invalids / E.R. Rumyantseva, G.M. Yulamanova, // Theory and practice of physical culture. – 2011. – No. 9. – P. 22-25.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Юламанова Гюзель Миниаметовна¹ - кандидат философских наук, доктор педагогических наук, доцент, заведующая кафедрой теории и методики спортивных игр и единоборств Башкирского института физической культуры (филиал) Урал ГУФК.

Румянцева Эльвира Римовна² - доктор биологических наук, профессор, заместитель директора по научной и инновационной работе Башкирского института физической культуры (филиал) Урал ГУФК.