

**Особенности педагогического сопровождения
стрелковой подготовки спортсменов,
имеющих поражение опорно-двигательного
аппарата**

Актуальность. Проблема полного или частичного возвращения людей с ограниченными возможностями к социально активной жизни на основе применения средств и методов физической культуры и спорта



Цель исследования: Экспериментальное обоснование педагогической технологии организации занятий стрелковым спортом со спортсменами, имеющими поражение опорно-двигательного аппарата (ПОДА)



Теоретические
положения адаптивной
физической культуры

теории и методики
стрелкового спорта

Концепции формирования
и развития личности в
условия физической
культуры и спорта

Методика организаций занятий стрелковым
спортом спортсменов с поражением ОДА

В процессе эксперимента решались задачи:

1. методического обеспечения процесса физической, психической и социальной реабилитации здоровья занимающихся
2. воспитание и восстановление двигательных качеств у спортсменов
3. изучение базовых приемов и элементов техники стрельбы из пневматического оружия



В экспериментальном исследовании принимали участие спортсмены - инвалиды с (ПОДА) члены «Молодежного центра «Здоровье нации» г. Москвы в количестве 10 человек, тренеры по пулевой стрельбе.

Эксперимент проводился с января 2014 по март 2018 года в тире 10 метров на кафедре стрелковых видов спорта РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК)



Техническая подготовка каждого этапа обучения включала в себя систематическую отработку базовых элементов техники стрельбы, которая осуществлялась по двум направлениям: изучение и закрепления индивидуальных изготовок при стрельбе из пневматической винтовки, совершенствование системы «оружие - стрелок»

➔ стрельбы в положении сидя на стуле (инвалидной коляске)



➔ использование специальных приспособлений для поддержки оружия



Физическая подготовка спортсменов: осуществлялась индивидуально, как в процессе спортивных занятий, так и в домашних условиях, в соответствии с рекомендациями лечащего врача, возраста занимающихся, материально-технических возможностей

В процессе исследования применялись:

- традиционные общеразвивающие упражнения
- фитнес – нагрузки
- настольные игры
- спортивно-оздоровительная дыхательная гимнастика «Сканбол»
- упражнения лечебного и профилактического воздействия

Занятия строились на основе ведущих дидактических принципов: последовательности, доступности, систематичности, дифференцированного подхода к процессу обучения, учетом индивидуальных особенностей и заболеваний спортсменов-инвалидов



Психолого-педагогическая поддержка процесса формирования коммуникативных, нравственных качеств личности спортсменов, адекватной самооценки уровня своих возможностей, социальной адаптации в коллективе и в социуме осуществлялись за счет следующих форм воспитательной работы:



различных форм соревновательной деятельности



организации совместных
досуговых мероприятий



групповых собраний,
бесед, консультаций

построения индивидуального
маршрута спортивной подготовки
для каждого спортсмена

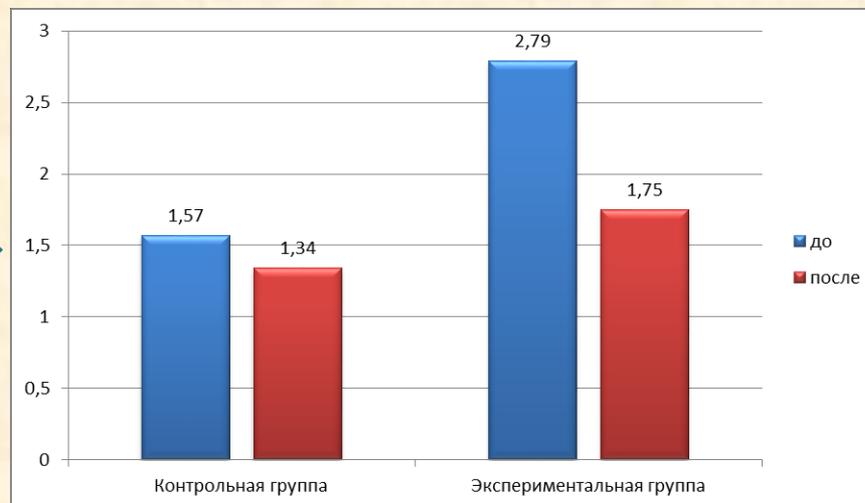


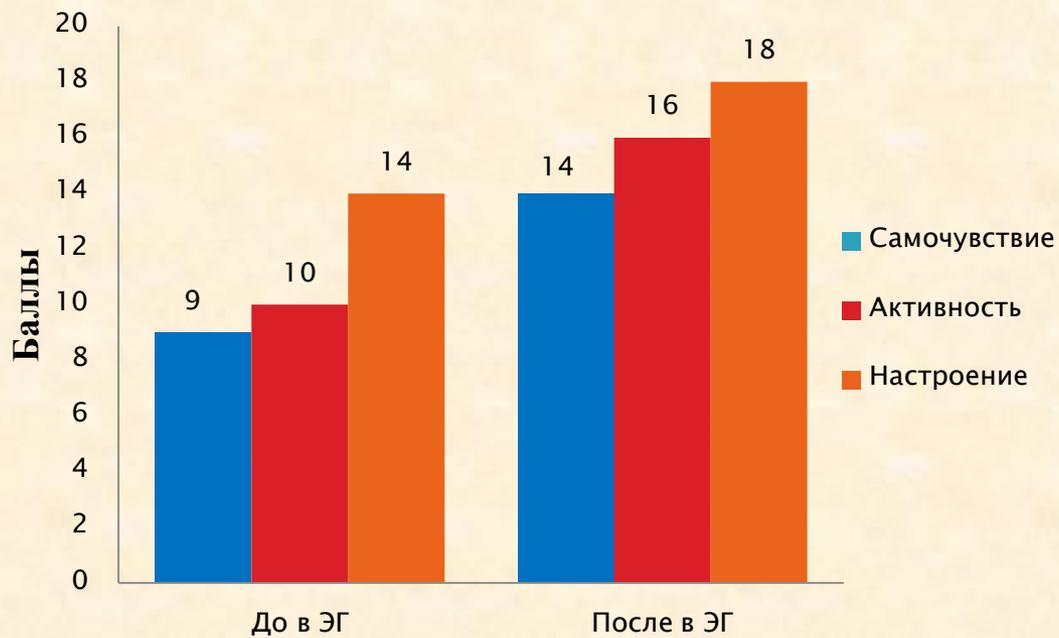
Полученные результаты проведенного исследования показывают эффективность разработанной технологии



Рис. 1 Уровень результативности 60 выстрелов с десятыми (улучшили свои показатели на 9,24%.)

Рис 2. Изменение уровня кучности стрельбы 60 выстрелов (улучшили свои показатели на 36,61%.)





Уровень психического
состояния спортсменов

Выводы: Эффективность педагогического эксперимента подтверждается показателями выхода основного заболевания у спортсменов экспериментальной группы в стадию ремиссии (9 спортсменов из 10-ти)



Основная часть группы (50%) за 4 года эксперимента повысила уровень спортивных достижений с **1** спортивного **разряда** до «**Мастера спорта России**»; двое спортсменов экспериментальной группы стали бронзовыми призерами Чемпионата России 2015 и 2017 годов. Показатели уровня спортивных достижений второй части группы улучшились с **3** спортивного **разряда** до «**Кандидата в Мастера спорта**»



Благодарю за внимание!

