

**НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
И СПОРТА УКРАИНЫ**

**ГОНЧАРЕНКО ЕВГЕНИЙ ВЛАДИМИРОВИЧ**

УДК: 796.071.5:616.899.3

**ДИДАКТИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ  
ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ СО СПОРТСМЕНАМИ  
С ОТКЛОНЕНИЯМИ УМСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ**

24.00.01. – Олимпийский и профессиональный спорт

Автореферат диссертации на соискание ученой степени  
кандидата наук по физическому воспитанию и спорту

Киев – 2011

Диссертацией является рукопись

Работа выполнена в Национальном университете физического воспитания и спорта Украины, Министерство Украины по делам семьи, молодежи и спорта

**Научный руководитель** кандидат педагогических наук, профессор **Матвеев Сергей Федорович**, Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, заведующий кафедрой олимпийского и профессионального спорта

**Официальные оппоненты:**

доктор педагогических наук, профессор **Деминский Алексей Цезаревич**, Донецкий государственный институт здоровья, физического воспитания и спорта, ректор;

кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент **Передерий Алина Владимировна**, Львовский государственный университет физической культуры, доцент кафедры теоретико-методических основ спорта

Защита состоится «20» мая 2011 г. в 14<sup>00</sup> на заседании специализированного ученого совета Национального университета физического воспитания и спорта Украины (03680, г. Киев-150, ул. Физкультуры, 1).

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке Национального университета физического воспитания и спорта Украины (03680, г. Киев-150, ул. Физкультуры, 1).

Автореферат разослан «18» апреля 2011 г.

Ученый секретарь  
специализированного ученого совета

В.И. Воронова

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность темы.** Современные социально-экономические, гуманистические аспекты развития мирового сообщества определяют актуальность и значимость проблем социальной интеграции, и адаптации лиц с отклонениями умственного развития (R. Lukasson, 1992; E. Elaine, 1996; P. Кравченко, 2007).

Сущность социальной интеграции лиц с отклонениями умственного развития заключается в предоставлении этим людям специально организованных условий для привлечения их к активному участию в жизни общества с учетом их возможностей и потребностей. Одним из наиболее эффективных и доступных путей социальной интеграции лиц с ограниченными возможностями является физическая культура и спорт. Формирование и развитие спортивного движения для лиц с отклонениями умственного развития по программе Специальных Олимпиад в Украине обуславливает необходимость поиска новых дидактических подходов к проведению тренировочных занятий с учетом их интеллектуальных, физических, психологических особенностей и идеологических основ Международного движения Специальных Олимпиад (Н. Булгакова, С. Морозов, 2005; И. Макущенко, В. Пристинский, 2008; П. Королев, 2009).

В научно-методической литературе детально освещены педагогические основы проведения тренировочных занятий в олимпийском спорте (Л. Матвеев, 1998; В. Платонов, 2004; В. Болобан, 2010; и др.), проанализированы дидактические аспекты совершенствования и оптимизации тренировочного процесса (О. Деминский, 2003; Ю. Гавердовский, 2007 и др.). Анализ современной научной литературы позволил выявить, что подавляющее большинство исследований по проблемам спорта инвалидов, в основном, посвящено изучению исторических и организационных вопросов (С. Веневцев, 2004; В. Мудрик, 2006; Ю. Брискин, 2009), совершенствованию процесса подготовки спортсменов-паралимпийцев и дефлимпийцев (Н. Байкина, 2002; А. Баряев, Д. Мосунов, 2007 и др.), освещению спортивного движения инвалидов как составляющей международной олимпийской системы (Ю. Брискин, А. Передерий, 2007–2010). Вместе с тем почти отсутствуют исследования, относительно реализации дидактических особенностей при проведении тренировочных занятий со спортсменами, имеющими отклонения умственного развития, несмотря на то, что именно эти особенности оказывают непосредственное влияние на качество тренировочного процесса, эффективность обучения, коррекцию психофизических нарушений, профилактику вторичных заболеваний, социальную адаптацию, что и определяет актуальность работы.

**Связь работы с научными планами, темами.** Работа выполнена согласно «Сводного плана научно-исследовательской работы в сфере физической культуры и спорта на 2006–2010 гг.» Министерства Украины по делам семьи, молодежи и спорта, по теме 2.5.1. «Организационные, исторические, теоретико-методические направления развития спорта инвалидов» (№ государственной регистрации 0106U012613). Роль автора (как соисполнителя темы) состоит в изучении дидактических особенностей проведения тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития и разработке методических рекомендаций по совершенствованию тренировочного процесса.

**Цель исследования** – повышение эффективности проведения тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития, на основании разработки условий реализации методических положений.

**Задачи исследования:**

1. Проанализировать и обобщить данные специальной методической литературы по вопросам проведения тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития.

2. Определить уровень физического развития и подготовленности спортсменов с отклонениями умственного развития по программе Специальной Олимпиады «ФАНфитнесс».

3. Определить условия реализации дидактических особенностей при проведении тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития.

4. Разработать методические рекомендации по реализации дидактических особенностей во время проведения тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития.

**Объект исследования** – тренировочные занятия со спортсменами с отклонениями умственного развития.

**Предмет исследования** – методические условия реализации дидактических особенностей при проведении тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития.

Для решения поставленных задач были использованы следующие **методы исследований**: анализ научно-методической литературы и материалов сети Интернет для изучения физических, психических возможностей лиц с отклонениями умственного развития, особенностей проведения тренировочных занятий в спорте инвалидов; педагогическое наблюдение применялось во время тренировочных занятий для детального изучения поведения спортсменов; педагогическое тестирование использовалось для определения уровня физической подготовленности; социологические методы использовались для выявления мнений респондентов о дидактических особенностях проведения тренировочных занятий; педагогический эксперимент проводился для определения эффективности разработанных рекомендаций; метод сравнения использовался для сопоставления уровня физического развития спортсменов с отклонениями умственного развития и их здоровых сверстников; методы математической статистики использовались для объективного анализа полученных данных.

**Научная новизна** полученных результатов состоит в том, что:

– впервые определены дидактические особенности проведения тренировочных занятий со спортсменами, имеющими отклонения умственного развития, характеризующиеся направленностью тренировочных занятий, их количеством и продолжительностью, комплектованием тренировочных групп, влиянием занятий на ускорение процесса социальной интеграции, на основе которых разработаны методические рекомендации с учетом степени умственной отсталости;

– впервые систематизированы и определены условия реализации общеметодических, специально-методических, социальных, специфических

принципов спортивной подготовки во время проведения тренировочных занятий со спортсменами, имеющими отклонения умственного развития, обусловленных степенью умственной отсталости, наличием вторичных нарушений, возрастными особенностями, индивидуальными возможностями контингента. Это позволило повысить качество и эффективность проведения тренировочных занятий;

– впервые проанализирована международная волонтерская программа Специальной Олимпиады «ФАНфитнесс» с целью адаптации технологии ее реализации в Украине. Программа направлена на определение показателей физического развития, уровня физической подготовленности, состояния опорно-двигательного аппарата, предоставление методических рекомендаций. Предложенные модификации были учтены Международной организацией «Специальные Олимпиады» в новой редакции программы «ФАНфитнесс», что позволило повысить информативность тестирования спортсменов с отклонениями умственного развития и предоставить им рекомендации по развитию физических качеств, коррекции нарушений, оптимизации проведения тренировочных занятий;

– впервые разработаны методические положения для тренеров Специальной Олимпиады Украины, направленные на повышение эффективности проведения тренировочных занятий со спортсменами с разной степенью отклонения умственного развития;

– дополнены данные о специфике проведения тренировочных занятий по программам Специальных Олимпиад, с учетом цели, задач, обязательной восьминедельной тренировочной программы;

– расширены данные о физических нарушениях у лиц с отклонениями умственного развития.

**Практическая значимость** полученных результатов состоит в совершенствовании проведения тренировочных занятий со спортсменами Специальной Олимпиады Украины. В частности, были разработаны методические рекомендации по условиям реализации принципов во время проведения тренировочных занятий с соответствующим контингентом. Результаты исследований внедрены в учебный процесс Национального университета физического воспитания и спорта Украины по дисциплине «Спорт инвалидов»: на 3–4 курсах по теме «Особенности подготовки спортсменов-инвалидов» и в тренировочный процесс спортсменов Специальной Олимпиады Украины, что подтверждено соответствующими актами внедрения.

**Личный вклад диссертанта** состоит в изучении особенностей проведения тренировочных занятий со спортсменами с разной степенью умственной отсталости и разработке методических рекомендаций по совершенствованию тренировочного процесса с соответствующим контингентом. Автором сформулирована цель, задачи, направление исследований, подобраны методы исследований, проведен анализ и обобщение данных специальной литературы и материалов сети Интернет, определена актуальность исследуемой проблемы. Личный вклад соискателя является определяющим в проведении исследования, обработке и анализе результатов, формулировке выводов.

**Апробация результатов диссертации.** Результаты исследований внедрены путем докладов на различных научных конференциях: V Международной научно-практической конференции «Спорт, духовность и гуманизм в современном мире» (Донецк, 2007 г.), Международной научной конференции молодых ученых (Киев, 2008–2009 гг.), Международной научно-практической конференции «Основные направления развития физической культуры, спорта и физической реабилитации» (Днепропетровск, 2008–2009 гг.), XIII Международной научной конференции «Молодая спортивная наука Украины», (Львов, 2009 г.), XIV Международном научном конгрессе «Олимпийский спорт и спорт для всех» (Киев, 2010 г.); на ежегодных конференциях кафедры олимпийского и профессионального спорта 2006–2010 гг.; публикаций в периодических изданиях и научных сборниках.

**Публикации.** Основные положения диссертационной работы изложены в 13 публикациях, из них 4 – в специализированных изданиях, утвержденных ВАК Украины.

**Структура и объем диссертации.** Диссертация состоит из введения, пяти разделов, практических рекомендаций, выводов, приложения, списка литературы. Работа изложена на 162 страницах основного текста, содержит 18 таблиц, 44 рисунка. Список использованной литературы составляет 219 источников, из которых 29 – зарубежные.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ**

Во **введении** обоснована актуальность темы исследования, определены цель и задачи работы, показана связь исследования с научными планами и темами; сформулированы объект, предмет, научная новизна и практическое значение полученных результатов; освещен личный вклад автора, представлена информация об апробации полученных результатов исследования, указано количество публикаций.

*В первом разделе «Тренировочные занятия в спорте инвалидов и их влияние на развитие спортсменов с отклонениями умственного развития»* представлен анализ данных научно-методической литературы, материалов международных научных конференций, конгрессов, семинаров; проанализированы работы зарубежных и отечественных специалистов.

В разделе освещены специфические особенности спорта инвалидов по программам Специальных Олимпиад в структуре адаптивной физической культуры. Проанализированы закономерности развития лиц с отклонениями умственного развития, психофизические нарушения, в зависимости от степени умственной отсталости, на основе которых определены педагогические основы проведения тренировочных занятий. Указано, что научных трудов, относительно повышения эффективности проведения тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития, путем разработки условий реализации дидактических особенностей, в доступной литературе не выявлено.

*Во втором разделе «Методы и организация исследований»* детально представлены методы, которые применялись в исследовании. Дана характеристика экспериментальной программы «ФАНфитнесс».

Констатирующий эксперимент проводился с целью получения первичной информации о дидактических аспектах тренировочного процесса, уровне физической подготовленности, состоянии опорно-двигательного аппарата спортсменов Специальной Олимпиады. В дальнейшем исследования проводились по адаптированной программе «ФАНфитнесс» при участии спортсменов 17–18 лет Специальной Олимпиады Украины. Формирующий эксперимент проводился с целью определения показателей физического развития, динамики физической подготовленности, состояния опорно–двигательного аппарата после использования тренерами предложенных методических рекомендаций.

В исследованиях по программе «ФАНфитнесс» приняли участие 34 спортсмена 17–18 лет Специальной Олимпиады из разных регионов Украины. В рамках исследования был проведен опрос экспертов с целью выявления условий реализации принципов и определения дидактических особенностей проведения тренировочных занятий с соответствующим контингентом.

Исследования были условно разделены на этапы:

*I этап* (2006–2007 гг.). Изучалась и анализировалась научно-методическая литература, документальные источники, материалы сети Интернет по теме исследований. Формировалась программа исследований. Осваивался комплекс методов, используемых в исследованиях. Оформлялись 1 и 2 разделы диссертации.

*II этап* (2007–2008 гг.). Определялись показатели физического развития, уровня физической подготовленности спортсменов с отклонениями умственного развития по программе Специальной Олимпиады «ФАНфитнесс». Изучались дидактические особенности проведения тренировочных занятий с соответствующим контингентом. Проводился математический анализ полученных результатов исследования. Оформлялся 3 раздел диссертации.

*III этап* (2008–2010 гг.). Оформлялись 4–5 разделы диссертации, формулировались выводы. Обобщены результаты научных исследований, сделан теоретический анализ, подготовлены методические рекомендации. Оформлена диссертационная работа.

В *третьем разделе «Характеристика физической подготовленности спортсменов с отклонениями умственного развития по программе «ФАНфитнесс»»* представлены результаты педагогического констатирующего эксперимента, проведенного по волонтерской программе Специальных Олимпиад «ФАНфитнесс» (рис. 1). Волонтерская программа «ФАНфитнесс» состоит из 4 частей:

- опрос спортсменов, с целью определения количества тренировочных занятий в неделю, приоритетных видов спорта;
- определение показателей физического развития и подготовленности, состояния опорно-двигательного аппарата, функциональной подготовленности;
- обучение спортсменов, тренеров, волонтеров Специальной Олимпиады, членов семей, направленное на обоснование важности тренировочных занятий;
- оформление индивидуальной «Карты атлета» Специальной Олимпиады и предоставление спортсменам рекомендаций с целью улучшения их двигательных навыков, спортивной формы, оптимизации тренировочного процесса.



Рис. 1. Структура программы «Здоровые атлеты» Специальных Олимпиад

Опрос спортсменов Специальной Олимпиады показал, что наиболее интересными видами спорта для них являются футбол, легкая атлетика, баскетбол, настольный теннис. 36 % атлетов тренируются 3 раза в неделю, лишь у 28 % количество занятий достигает пяти. У 45 % спортсменов установлены постоянные пропуски тренировочных занятий, что обусловлено болезнями, организационными проблемами, индивидуальными особенностями.

В результате проведения исследований по программе «ФАНфитнесс» были определены средние показатели ( $\bar{x} \pm S$ ) длины тела спортсменов 17–18 лет Специальной Олимпиады –  $170 \pm 5,89$  см, массы тела –  $63,8 \pm 5,92$  кг. Средние показатели индекса физического развития находятся в диапазоне  $359 \pm 30,79$  у.ед. У 70 % спортсменов были выявлены нарушения осанки, у 80 % – стопы. У 70 % испытуемых установлена различная длина нижних конечностей (разница составляет 1–4 см). При определении подвижности в коленном суставе показатели ниже нормы зафиксированы у 47 % спортсменов Специальной Олимпиады, в голеностопном – у 32 %, в плечевом – у 29 %. При выполнении тестового упражнения «поднимание в сед за 1 мин» у 59 % спортсменов показатели были ниже нормы ( $\bar{x} = 22,7 \pm 7,64$ ). В результате проведения теста «10 приседаний на время» (с) выявлено, что  $\bar{x} = 13,1 \pm 4,51$ . При этом минимальное время выполнения упражнения – 7 с, максимальное – 20 с. Средние показатели теста «Фламинго» на правой ноге равны  $10,5 \pm 6,38$  с, левой –  $9,9 \pm 6,43$  с. Полученные результаты позволили выявить различные уровни физической подготовленности, что обусловлено индивидуальными возможностями спортсменов с отклонениями умственного развития. После прохождения тестирования для каждого спортсмена в рамках программы «ФАНфитнесс» составлена индивидуальная именная «Карта атлета» с методическими рекомендациями по выполнению физических упражнений, направленных на обучение, развитие отстающих двигательных качеств, повышение уровня двигательной активности.

В четвертом разделе «**Методические основы проведения тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития**» представлены систематизированные принципы подготовки спортсменов Специальных Олимпиад. Определены условия их реализации, на основе чего выявлены дидактические

особенности проведения тренировочных занятий и разработаны методические рекомендации, направленные на повышение эффективности проведения тренировок, в зависимости от степени умственной отсталости.

Содержательная направленность тренировочных занятий, в первую очередь, обусловлена философией, целью и задачами международного движения Специальных Олимпиад. Философия Международного спортивного движения Специальных Олимпиад заключается не в достижении высоких спортивных результатов спортсменами, а в предоставлении этим спортсменам возможности получать удовольствие от тренировочных занятий и участия в соревнованиях. Основная цель Специальных Олимпиад заключается в том, чтобы помочь людям с отклонениями умственного развития стать полноправными членами общества, принимать активное участие в общественной жизни через предоставление этим людям справедливых возможностей для демонстрации своих навыков и способностей в условиях спортивных соревнований, а также информировать общественность о возможностях и потребностях этих людей.

В результате проведенных исследований выделено 4 основных направления тренировочных занятий: педагогическое, спортивное, коррекционное, социальное (рис. 2).

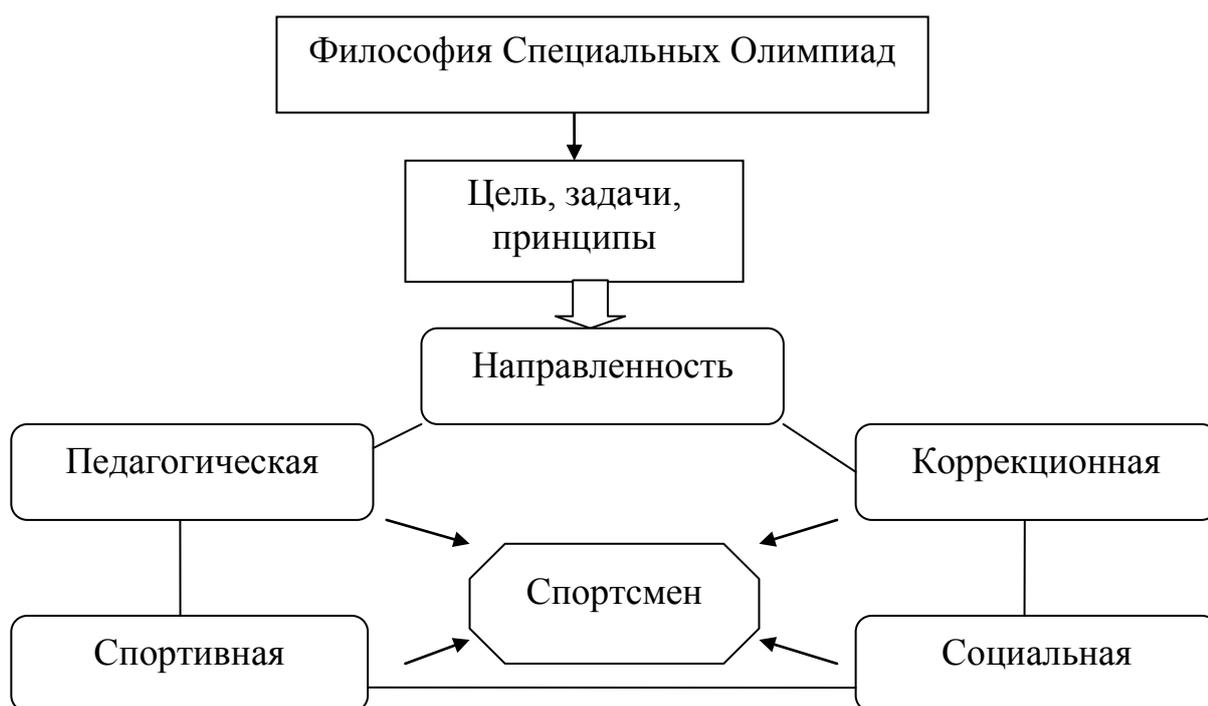


Рис. 2. Направленность тренировочных занятий согласно программ Специальных Олимпиад

Определены группы принципов, на которых базируется проведение тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития: общеметодические, специально-методические, социальные, специфические принципы спортивной подготовки.

Реализация общеметодических принципов во время проведения тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития

имеет ряд особенностей, обусловленных их физическими, интеллектуальными, психологическими возможностями. Наиболее значимыми принципами являются принципы доступности и индивидуализации. При выполнении физических упражнений необходимо учитывать индивидуальные особенности и возможности спортсменов.

Для реализации принципа доступности необходимо обязательное проведение тестового тренировочного занятия с целью выявления возможностей спортсменов; стимуляция активности спортсменов; выполнение спортсменами доступных, но не слишком легких заданий. Реализация принципа систематичности и последовательности заключается в логической последовательности и связи между тренировочными занятиями; количество и продолжительность тренировочных занятий обусловлены степенью умственного отклонения; повышенное значение имеет повторение и закрепление изученных физических упражнений.

Реализация принципа сознательности и активности усложнена психическими нарушениями, характерными для лиц с отклонениями умственного развития. Для повышения активности спортсменов на тренировочных занятиях тренеру необходимо проводить разъяснительные и доступные беседы о значимости решаемых задач, и занятий спортом в целом. Не использовать монотонные упражнения, обучать спортсменов посредством спортивных и подвижных игр.

Реализация принципа наглядности заключается в доступности и яркости предоставляемой спортсменам информации; многократном повторении тренером разучиваемого упражнения; демонстрации физических упражнений по частям; использовании спортсменами «Карты атлета» самостоятельно. Для эффективной реализации принципа прочности усвоения знаний необходимо: многократное повторение упражнений; начинать тренировочные занятия с повторения задач предыдущих занятий; постепенное повышение интенсивности и продолжительности выполнения физических упражнений (рис. 3).

Принцип связи с практикой заключается в разработке тренировочных программ с направленностью на возможную практическую деятельность (работу).

Наряду с общеметодическими принципами во время проведения тренировочных занятий со спортсменами Специальной Олимпиады имеет место реализация принципа эмоциональности обучения. Он реализуется через бодрое, образное изложение материала, речь тренера, его отношение к спортсменам, использование интересных примеров, применение наглядности и технических средств обучения, создание у спортсменов чувства выполненного долга. Выявлено, что проведение тренировочных занятий со спортсменами, имеющими отклонения умственного развития, по программам Специальных Олимпиад характеризуется коррекционно-развивающей направленностью. Поэтому, важное значение имеет реализация специально-методических принципов (табл. 1).

Первоочередная цель спортивного движения Специальных Олимпиад заключается в помощи лицам с отклонениями умственного развития стать полноправными членами общества, путем предоставления им прав и возможностей тренироваться и соревноваться с другими спортсменами. Поэтому важную роль при проведении тренировочных занятий играют социальные принципы. Результаты

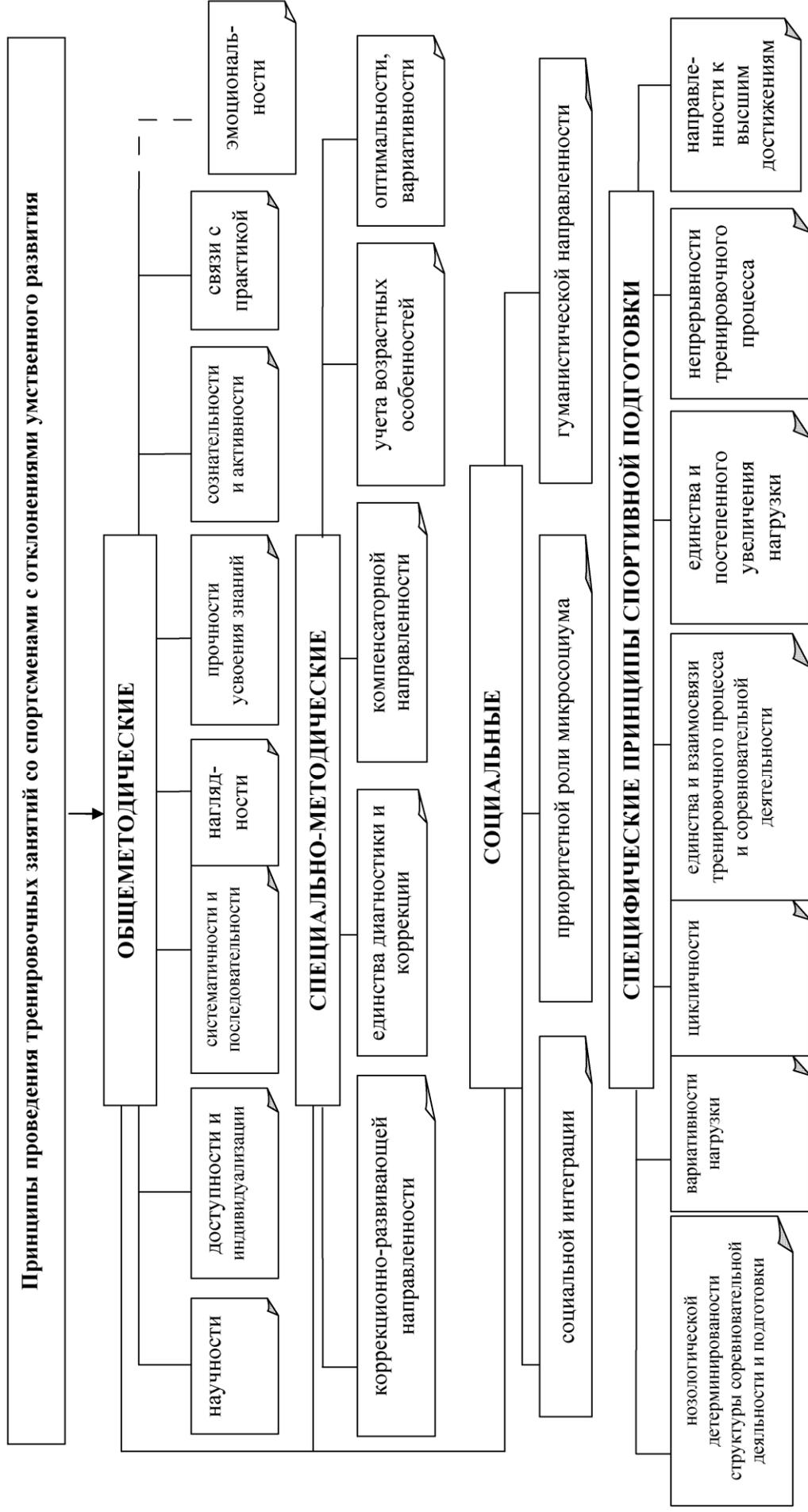


Рис. 3. Принципы проведения тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития

экспертного анализа позволили выявить, что основной задачей тренировочных занятий по программе Специальных Олимпиад является ускорение процессов социальной интеграции. Определяющую роль в этом играет реализация волонтерских программ во время проведения тренировочных занятий: «Здоровье атлетов», «Объединенный спорт», «Факельный пробег». Сущность указанных программ заключается в регулярном привлечении здоровых лиц к проведению и участию в тренировочных занятиях совместно со спортсменами с отклонениями умственного развития.

*Таблица 1*

**Реализация специально-методических принципов на тренировочных занятиях со спортсменами с отклонениями умственного развития**

Принципы	Методические условия
Коррекционно-развивающей направленности	ориентация тренеров на сохранные функции спортсменов, их потенциальные возможности; стимуляция словесной регуляции и наглядно-образного мышления; максимально возможная активизация познавательной деятельности
Компенсаторной направленности	построение тренировочных занятий с повышенным вниманием и использованием активных сохранных функций, анализаторов и систем организма
Диагностирования и коррекции	обязательное изучение тренером особенностей спортсменов согласно клинической форме умственной отсталости; обязательное использование физических упражнений коррекционной направленности в соответствии со спецификой умственной отсталости и вторичных нарушений у спортсменов; проведение тренировочных занятий в структуре медицинско-психолого-педагогического сопровождения
Учет возрастных особенностей	физические упражнения должны соответствовать возрастным потребностям и возможностям спортсменов; необходимо учитывать отставание сензитивных периодов развития лиц с отклонениями по сравнению со здоровыми
Оптимальности и вариативности	средства, методы, построение тренировочных занятий должны носить вариативный характер; часто применять игровой метод; не использовать монотонные упражнения;. нагрузки не должны быть слишком легкими или сложными для каждого спортсмена

Важным фактором социализации спортсменов является проведение тренировочных занятий со спортсменами с разной степенью умственных отклонений; привлечение родителей, волонтеров, известных представителей общества к тренировочному и соревновательному процессам.

Следует отметить, что эффективность реализации принципа социальной интеграции базируется на морально-этических ценностях общества, его

цивилизованности и готовности принять в свои ряды лиц с отклонениями умственного развития.

Специфические принципы подготовки спортсменов реализуются в соответствии с физическими, психическими, интеллектуальными особенностями контингента, а также их реализация обусловлена целью, задачами движения Специальных Олимпиад, особенностями проведения спортивно-массовых мероприятий, награждения участников соревнований. Так, в частности, принцип направленности на высшие спортивные достижения не является определяющим в Специальных Олимпиадах. Согласно правилам этого движения награждаются все спортсмены. Распределение участников соревнований на дивизионы позволяет занимать высокие места абсолютно всем спортсменам; в соревнованиях отсутствует зачет очков для команд, спортсмены соревнуются лишь индивидуально.

Принцип нозологической детерминированности структуры соревновательной деятельности и подготовки спортсменов с отклонениями умственного развития направлен на то, чтобы лица соответствующей категории занимались теми видами спорта, которые им наиболее импонируют и содействуют эффективной коррекции. Так, к национально-популярным видам спорта Специальной Олимпиады относятся такие виды спорта, как боччи, роллерный спорт, сноушугинг и т. п. Физические упражнения, которые выполняют спортсмены, обусловлены вторичными нарушениями спортсменов и их индивидуальными возможностями.

Цикличность процесса подготовки спортсменов с отклонениями умственного развития заключается в повторении относительно завершенных структурных единиц тренировочного процесса. Согласно правилам Специальных Олимпиад для того, чтобы спортсмены имели возможность принимать участие в соревнованиях, они должны пройти восьминедельную подготовку в избранном виде спорта.

Реализация принципа волнообразности и вариативности нагрузок состоит в частом изменении средств, методов, форм проведения тренировок. Физические упражнения, которые продолжительное время выполняют спортсмены, становятся им не интересными, тем самым у них теряется заинтересованность и снижается мотивация к тренировочным занятиям.

После внедрения в тренировочный процесс Специальной Олимпиады разработанных методических положений при проведении повторного анкетирования, выявлена динамика показателей физической подготовленности и уровня физического развития спортсменов 17–18 лет с отклонениями умственного развития.

Результаты повторного анкетирования спортсменов свидетельствуют об увеличении количества спортсменов (50 %), регулярно тренирующихся 3 раза в неделю. Кроме того, почти 40 % респондентов отметили, что количество тренировок достигает пяти в неделю. Результаты опроса тренеров Специальной Олимпиады Украины свидетельствуют о положительных изменениях у спортсменов в отношении к тренировочным занятиям. Они с любопытством общаются друг с другом во время занятий, демонстрируют физические упражнения, предложенные им по программе «ФАНфитнесс». Родители спортсменов отмечают, что их дети самостоятельно выполняют физические упражнения, представленные в «Карте

атлета» в нетренировочное время. Наблюдается увеличение заинтересованности в тренировочных занятиях в целом.

В результате проведения формирующего эксперимента по программе «ФАНфитнесс» определена динамика физической подготовленности спортсменов, выявлены изменения показателей подвижности, развития силовой выносливости, скоростно-силовых способностей и уровня координационных способностей (табл. 2).

Результаты повторного тестирования показателей уровня подвижности в коленном и голеностопном суставах статистически значимы ( $p < 0,05$ ). Следует отметить, что показатель подвижности в плечевом суставе статистически не значим ( $p > 0,05$ ), что обусловлено высоким уровнем подвижности в этом суставе у спортсменов в констатирующем эксперименте и некоторыми недостатками этого теста.

Таблица 2

**Результаты тестирования спортсменов 17–18 лет с отклонениями умственного развития по программе «ФАНфитнесс» (n=34)**

Тестовые задания		Экспе- римент	Статистические показатели					P
			$\bar{x}$	$x_{\max}$	$x_{\min}$	S	Me (25 %; 75 %)	
10 приседаний на время (с)		I	13,1	20	7	4,51	13,0 (8; 17)	<0,05
		II	11,6	18	6	3,07	11,5 (9; 14)	
Подъём туловища в сед за 1 мин (кол-во)		I	22,7	36	4	7,64	25,0 (15; 30)	<0,05
		II	25,2	37	9	6,43	26,0 (19; 30)	
Тест «Фламинго» (с)	левая нога	I	9,9	25	2	6,43	10,0 (5; 12)	>0,05
		II	10,4	26	3	5,82	9,0 (6; 12)	
	правая нога	I	10,5	25	3	6,38	10,0 (5; 12)	
		II	11,6	26	5	5,14	10,0 (8; 13)	
Разгибание в коленном суставе, (град)	левый	I	20,6	35	4	8,13	19,3 (13; 29)	<0,05
		II	19,1	31	6	7,39	19,0 (15; 26)	
	правый	I	18,5	33	0	8,04	16,5 (14; 23)	
		II	17,5	30	0	7,10	16,0 (13; 22)	
Сгибание в голеностопном суставе, (град)	левый	I	21,9	27	10	3,57	22,0 (20; 24)	<0,05
		II	23,7	29	16	3,07	24,0 (22; 26)	
	правый	I	21,5	32	10	5,74	23,0 (17; 26)	
		II	24,2	31	16	3,84	25,0 (22; 27)	
Сведение рук за спиной (см)	левый	I	3,8	16	0	4,82	2,0 (0; 6)	>0,05
		II	2,9	12	0	3,44	1,0 (0; 5)	
	правый	I	3,5	15	0	4,69	0 (0; 5)	
		II	2,5	10	0	3,30	0 (0; 5)	

Примечания: I – констатирующий эксперимент; II – формирующий эксперимент.

Результаты тестирования скоростно-силовых качеств позволили выявить, что средние показатели улучшились на 1,5 с ( $p < 0,05$ ). При повторной оценке силовой

выносливости также наблюдается положительная динамика. Результаты первого теста колебались в диапазоне от 4 до 36 раз. Во время выполнения упражнения повторно результаты спортсменов улучшились до 9-37 раз ( $p < 0,05$ ).

Следует отметить, что уровень силовой выносливости существенно повысился у спортсменов с наихудшими показателями, при этом значительно выросли средние показатели – 25,2 раза ( $p < 0,05$ ). При повторном тестировании координационных способностей не наблюдается статистически значимых различий ( $p > 0,05$ ). Это обуславливает необходимость дальнейшего изучения указанной проблематики, разработки научно обоснованных методик, направленных на повышение координационных способностей (табл. 2).

*В пятом разделе «Анализ и обобщение результатов исследования»* подведены итоги диссертационного исследования, обобщены его результаты. Представлены три группы данных: подтверждающие, дополняющие и новые. Результаты наших исследований

1) подтверждают, что:

- в современных условиях демократизации и гуманизации общества проблема инвалидности приобрела весомую социальную значимость (М.М. Башкирова, 2000; Л.И. Акатов, 2003; С.А. Завражин, 2005; И.А. Колкер, 2007);

- особенности физического развития лиц с отклонениями умственного развития обуславливаются степенью, клиническими формами умственной отсталости, особенностями протекания заболевания, тем не менее, закономерности развития лиц с нарушениями и здоровых являются подобными (Д.Н. Исаев, 2003; Т.В. Зозуля, Е.Г. Свистунова, В.В. Чешихина, 2005; М.П. Матвеева, 2005);

- систематические тренировочные занятия по программам Специальных Олимпиад должны быть направлены не только на подготовку спортсменов к участию в соревнованиях, а и на коррекцию психофизических, моторных нарушений, профилактику вторичных заболеваний, социализацию лиц с отклонениями умственного развития (E.Kennedy Shriver, 1997; А.В. Шапкова, 1998; D. Flynn, 2004; G. Roswal, 2005; M. Robinson, 2009);

2) дополнены данные о:

- влиянии вторичных нарушений и особенностях физического развития лиц с отклонениями умственного развития (P. Ainsworth, P. Baker, 2004; Е.В. Чухланцева, 2009);

- особенностях проведения тренировочных занятий по программам Специальных Олимпиад, с учетом цели, задач, обязательной восьминедельной тренировочной программы (В.В. Строкатов, 2002; Ю.А. Брискин, 2006, 2010; А.В. Передерий, 2010);

- особенностях реализации дидактических принципов во время проведения тренировочных занятий со спортсменами (А.Ц. Деминский, 2003; Ю.К. Гавердовский, 2007);

- моторных нарушениях, в зависимости от степени умственной отсталости (Н.П. Вайзман, 1972; R. Luckasson, 1992; Л.С. Выготский, 1996);

- факторах, обуславливающих отсутствие систематичности в

тренировочном процессе, где основными являются низкий уровень материально-технического обеспечения, социальные и информационные факторы (Т.П. Бегидова, 2004, 2007; С.П. Евсеев, 2007, 2010);

3) абсолютно новыми являются данные относительно:

- систематизации и адаптации условий реализации дидактических принципов, осуществляемых во время проведения тренировочных занятий со спортсменами с разной степенью умственной отсталости;

- проведение тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития основывается на общих дидактических, специально-методических, социальных и специфических принципах спортивной подготовки, тем не менее, условия их реализации должны быть адаптированы с учетом интеллектуальных, физических и психологических возможностей соответствующего контингента, а также обусловлены принципами подготовки спортсменов по программам Специальных Олимпиад;

- адаптации технологии реализации волонтерской программы Специальной Олимпиады «ФАНфитнесс», что поспособствовало повышению информативности тестирования спортсменов с отклонениями умственного развития и предоставлении им качественных рекомендаций относительно развития физических качеств, коррекции нарушений, оптимизации нагрузок на тренировочных занятиях;

- определения дидактических особенностей проведения тренировочных занятий со спортсменами Специальной Олимпиады, обусловленных степенью умственной отсталости, которые характеризуются количеством и продолжительностью тренировочных занятий, комплектованием тренировочных групп, влиянием нагрузок на организм, особенностями процесса социальной интеграции;

- разработки практических рекомендаций, направленных на повышение эффективности проведения тренировочных занятий со спортсменами с разной степенью умственной отсталости.

## **ВЫВОДЫ**

1. Анализ научно-методической литературы и информации сети Интернет, изучение практического опыта ведущих тренеров, позволили выявить, что проведение тренировочных занятий со спортсменами Специальной Олимпиады и здоровыми имеют определенные отличия. Тренировочные занятия по программам Специальных Олимпиад направлены: на повышение уровня физической подготовленности, профилактику вторичных заболеваний и коррекцию психомоторных нарушений; оказание содействия освоения новых двигательных действий, формирование двигательных навыков; повышение адаптационных возможностей и расширение функциональных резервов организма спортсменов. Вопросы обучения лиц с особыми потребностями изучаются специалистами по адаптивному физическому воспитанию, коррекционной педагогике, специальной психологии. Вместе с тем, существует недостаточное количество научных исследований по проблематике дидактических особенностей проведения тренировочных занятий со спортсменами в специальном олимпийском движении.

2. Результаты тестирования спортсменов 17–18 лет с отклонениями умственного развития по программе «ФАНфитнесс» свидетельствуют о значительных различиях уровня их физической подготовленности. Показатели подвижности в суставах в диапазоне нормы зафиксированы у 50–65 % спортсменов от общего числа испытуемых; скоростно-силовой подготовленности и силовой выносливости – 45-50 %. Координационные способности в норме зафиксированы лишь у 30 % спортсменов. Результаты повторных тестов по программе «ФАНфитнесс» показали эффективность предложенных методических рекомендаций по реализации групп принципов и использования спортсменами «Карты атлета», что содействовало индивидуализации проведения тренировочных занятий. Положительная динамика результатов была зафиксирована в развитии гибкости. Уровень подвижности в коленном суставе повысился, в среднем, на 15–20 %, в плечевом – 10-12 %, голеностопном – 5-10 % ( $p < 0,05$ ). При повторном определении уровня координационных способностей не выявлено статистически значимых различий ( $p > 0,05$ ). Это обусловлено тем, что спортсмены Специальной Олимпиады требуют больше времени, чем здоровые, на развитие координационных качеств, что связано со спецификой деятельности их центральной нервной системы.

3. Реализация группы принципов во время проведения тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития, по сравнению со здоровыми, имеет определенные особенности, обусловленные их физическими, интеллектуальными и психологическими возможностями. Формирование условий реализации разных принципов позволило их объединить в 4 основные группы: общеметодические; специально-методические; социальные; специфические принципы подготовки. Одновременно с классическими принципами дидактики необходимо выделить принцип эмоциональности обучения, который является обязательным во время работы с данным контингентом. Поскольку эмоциональная составляющая лиц с отклонениями умственного развития подвержена меньшим негативным изменениям, нежели интеллектуальная. Несмотря на примитивность эмоций и слабость познавательных интересов, их эмоциональная жизнь может быть довольно разнообразной.

4. Закономерности обучения лиц с особыми потребностями и здоровых являются подобными. Тем не менее, вторичные нарушения, характерных для лиц с отклонениями умственного развития, коррекционно-развивающая и практическая направленность тренировочных занятий обуславливают отличия в технологии реализации общеметодических принципов. Реализация этой группы принципов заключается в стимуляции индивидуальной активности спортсменов, последовательном и замедленном изучении физических упражнений; повышенной значимости повторения и закрепления освоенных упражнений; учете уровня актуального развития и «зоны ближайшего развития» .

5. В спортивном движении инвалидов «Специальные Олимпиады» значимую роль играет соблюдение тренерами специально-методических принципов, реализуемых в процессе занятий спортом. Среди наиболее важных принципов указанной группы, реализующихся во время тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития, являются принципы

коррекционно-развивающей и компенсаторной направленности. Коррекционная составляющая не должна рассматриваться как добавление к заданиям тренировочных занятий, а должна быть соединена с ними. Тренировочные занятия должны строиться с использованием имеющихся функций их организма и проводиться в структуре медико-психолого-педагогического сопровождения.

6. Определение идеологии специального олимпийского движения подтверждает, что основная цель тренировочных занятий заключается в интеграции лиц с отклонениями умственного развития в общество. Поэтому, весомую дидактическую роль при проведении тренировочных занятий играет реализация социальных принципов. Суть реализации указанной группы принципов основывается на гуманистических идеалах и морально-этических основах. Определяющую роль в социальной направленности тренировочных занятий по программам Специальных Олимпиад играют волонтерские программы «Объединенный спорт», «Здоровье атлетов», программа двигательной активности «МАТР».

7. Специфичность Специальных Олимпиад, как спортивного движения, требует конкретизации условий реализации специфических принципов спортивной подготовки. Наряду с принципами, которые реализуются в олимпийском движении нуждаются в выделении дополнительные, в частности, принцип нозологической детерминированности структуры соревновательной деятельности и подготовки, сущность которого заключается в создании специальных видов спорта (например, сноушугинг, боччи и т. д.), либо адаптации структуры соревновательной деятельности вида спорта (например, бег на дистанции 10 м, 25 м и т. д.). Условия реализации данной группы принципов обусловлены нарушениями процессов запоминания; обязательным является многократное объяснение и демонстрация выполнения физических упражнений, что детерминировано нарушениями мышления и понимания; наличие качественной, простой наглядности, которая смогла бы заинтересовать спортсменов и сконцентрировать их внимание на решении задач тренировочных занятий. Особенности условий реализации проявляются в необходимости начала тренировочных занятий с повтора предыдущего материала; изучение новых физических упражнений требует больше времени, чем со здоровыми, необходимо значительное количество повторений.

8. Проведенные исследования подтвердили значимость социальной направленности тренировочных занятий с атлетами Специальной Олимпиады: эффективными дидактическими особенностями, влияющими на социализацию соответствующего контингента является проведение совместных тренировочных занятий спортсменов с отклонениями умственного развития и здоровых, совместных тренировочных занятий спортсменов с разной степенью умственной отсталости, присутствие родителей и волонтеров на тренировочных занятиях. Результатом реализации указанных методических приемов при работе со спортсменами с отклонениями умственного развития является улучшение коммуникативной активности, формирование уверенности, ускорение процессов социальной интеграции.

Дальнейшие исследования будут направлены на систематизацию процесса подготовки спортсменов с разной степенью, формами, клиническими проявлениями умственной отсталости, с учетом вторичных нарушений, этапа многолетней подготовки, возрастных и половых отличий, что будет содействовать эффективному развитию спорта для лиц с отклонениями умственного развития и ускорит процессы социальной интеграции инвалидов.

#### СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

1. Гончаренко Є. Визначення рівня рухової активності спортсменів з вадами розумового розвитку за даними програми Спеціальної Олімпіади ФАНфітнес / Є. Гончаренко // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць в галузі фізична культура та спорт. Анотації, зміст та допоміжні індекси : у 5 т. – Львів : НВФ «Українські технології», 2007. – Вип. 13. – С. 45–49.
2. Гончаренко Є. Вплив програми Спеціальної Олімпіади ФАНфітнес на ефективність проведення тренувальних занять з особами, які мають відхилення розумового розвитку / Є. Гончаренко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2008. – № 04. – С. 22–25.
3. Гончаренко Є. Особливості фізичного розвитку спортсменів 17–19 років із відхиленнями розумового розвитку / Є. Гончаренко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту, 2009. – № 02. – С. 17–19.
4. Гончаренко Є. В. Морально–етичні аспекти в спорті інвалідів / Гончаренко Є. В., Когут І. О. // Педагогіка, психологія та медико–біологічні проблеми фіз. виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків : ХДАДМ (ХХІІІ), 2007. – № 11. – С. 28–30. *Личный вклад автора заключается в обобщении теоретических положений.*
5. Гончаренко Е. Особенности физического развития детей с нарушением умственного развития / Е. Гончаренко // Физическая культура: научные проблемы образования и спорта: международная научная конференция аспирантов (Кишинев, 26-27 октяб. 2007 г.)/ Государственный университет физического воспитания и спорта]. – Кишинев, 2007. – С. 120–126.
6. Гончаренко Е. Программа ФАНфитнес на всемирных играх Специальной Олимпиады / Е. Гончаренко // Стратегия развития спорта для всех и законодательных основ физической культуры и спорта в странах СНГ: междунар. научный конгресс, (Кишинев, 24–25 сентяб. 2008 г.). – Chisinau : USEFS, 2008. – С. 308–311.
7. Гончаренко Е. В. Особенности нарушения двигательных действий детей в зависимости от степени нарушения умственного развития в процессе адаптивной физической культуры / Е. В. Гончаренко // Современный Олимпийский и Паралимпийский спорт и спорт для всех : материалы XII Междунар. научного конгресса, (Москва, 26–28 мая 2008 г.)/ Российский государственный университет физической культуры, спорта и туризма. – М.: Физическая культура, 2008. – Т. 2. – С. 27–28.
8. Гончаренко Е. В. Особенности реализации программы Специальной Олимпиады ФАНфитнес / Е. В. Гончаренко // Актуальные проблемы теории и

методики физической культуры, спорта и туризма : материалы III междунар. науч.-практ. конф. молодых ученых, (Минск, 4–5 июня 2008 г.) / Белорусский ГУФК. – Минск, 2008. – С. 432–435.

9. Гончаренко Е. В. Определение уровня двигательной активности лиц с нарушениями умственного развития по данным программы ФАНфитнесс / Е. В. Гончаренко // Развитие физической культуры и спорта в контексте самореализации человека в современных социально-экономических условиях : материалы III Междунар. науч.-практ. конф., (Липецк, 3–5 октября 2008 г.). – Липецк : ГУ ИАЦ РФКиС ЛО, 2008. – С. 114–117.

10. Гончаренко Е. В. Педагогические аспекты адаптивного спорта лиц с умственной отсталостью / Е. В. Гончаренко // Современный олимпийский спорт и спорт для всех: материалы 13 международного науч. конгресса, (Алмата, 7–10 октяб. 2009 г.) : в 2 т./ Международная ассоциация университетов физической культуры и спорта, Казахская академия спорта и туризма. – Алматы : КазАСТ, 2009. – Т. 2 : Рекреация и спорт для всех. Национальные виды спорта и нетрадиционные средства и методы физического воспитания. Оздоровительный туризм. – С. 332–334.

11. Гончаренко Е. В. Педагогические аспекты проведения тренировочных занятий в специальноолимпийском движении / Е. В. Гончаренко // Актуальные проблемы подготовки резерва в спорте высших достижений : материалы междунар. науч.-практ. конф., (Минск, 11–12 ноября 2009 г.) / Белорусский ГУФК. – Минск, 2009. – С. 29–32.

12. Гончаренко Е. В. Этические нормы общения с людьми, имеющими отклонения в развитии, на тренировочных занятиях / Гончаренко Е. В., Когут И. А. // Современный олимпийский спорт и спорт для всех : материалы 11 междунар. науч. конгресса, (Минск, 10–12 октября 2007 г.) : в 4 ч. / М-во спорта и туризма Республики Беларусь; НОКРБ; Белорусский ГУФК; Белорусская олимпийская академия. – Минск : БГУФК, 2007. – Ч. 1 : Актуальные проблемы теории и методики подготовки спортсменов; Социологические, психологические и педагогические аспекты физической культуры и спорта: секции. – С. 351–353. *Личный вклад автора заключается в обобщении теоретических положений.*

13. Goncharenko E. Pedagogical aspects of training persons with mental disabilities / E. Goncharenko // Program and book of abstracts Fifth International Scientific Congress : «Sport, Stress, Adaptation» 2010 Olympic Sport and Sport for All / Medical and biological aspects of sport. – Bulgaria, 2010. – P. 191–192.

## АННОТАЦИИ

**Гончаренко Є. В. Дидактичні особливості проведення тренувальних занять зі спортсменами, які мають відхилення розумового розвитку. – Рукопис.**

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.01 – Олімпійський та професійний спорт. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2010.

Дисертація присвячена проблемі підвищення ефективності проведення тренувальних занять зі спортсменами, які мають відхилення розумового розвитку шляхом розробки умов реалізації дидактичних особливостей.

У роботі представлені результати дослідження фізичного розвитку, фізичної підготовленості спортсменів 17–18 років, які мають відхилення розумового розвитку, що проводились за програмою Міжнародної організації Спеціальні Олімпіади «ФАНфітнес».

Систематизовано та розроблено умови реалізації загальнометодичних, спеціально-методичних, соціальних та специфічних принципів спортивної підготовки проведення тренувальних занять зі спортсменами Спеціальних Олімпіад. Визначені методичні положення та рекомендації щодо підвищення ефективності проведення тренувальних занять зі спортсменами з відхиленнями розумового розвитку.

**Ключові слова:** дидактичні особливості, принципи, відхилення розумового розвитку, Спеціальні Олімпіади.

**Гончаренко Е. В. Дидактические особенности проведения тренировочных занятий со спортсменами, которые имеют отклонения умственного развития. – Рукопись.**

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.01 – Олимпийский и профессиональный спорт. – Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Киев, 2010.

Диссертация посвящена проблеме повышения эффективности проведения тренировочных занятий со спортсменами с отклонениями умственного развития путем разработки условий реализации дидактических особенностей.

Анализ специальной научно-методической литературы, а также обобщение опыта ведущих специалистов по проблеме подготовки спортсменов по программам Специальных Олимпиад позволил выявить отсутствие сведений об условиях реализации дидактических принципов и положений при проведении тренировочных занятий с соответствующим контингентом.

Научная новизна работы заключается в определении условий реализации дидактических особенностей при проведении тренировочных занятий со спортсменами Специальной Олимпиады, обусловленные степенью интеллектуального отклонения, физическими недостатками, возрастными особенностями. Уровень физического развития и подготовленности спортсменов определялся по волонтерской программе «ФАНфитнес». Были определены индивидуальные возможности спортсменов с целью предоставления их тренерам, родителям качественных рекомендаций, направленных на повышение эффективности обучения, развитие физических качеств, коррекцию нарушений, оптимизацию нагрузок на тренировочных занятиях, создание условий для ускорения процесса социальной интеграции.

Содержательная направленность тренировочных занятий, в первую очередь, обусловлена философией, целью и задачами международного движения Специальные Олимпиады. В результате проведенных исследований выделены основные направления тренировочных занятий: педагогическое, спортивное, коррекционное, социальное. Каждое из них позволяет решать конкретные задачи, однако достижение положительных результатов возможно лишь при комплексной реализации указанных направлений в тренировочных занятиях.

Определены условия реализации групп принципов, на которых базируется проведение тренировочных занятий со спортсменами Специальных Олимпиад. Реализация общеметодических принципов заключается в стимуляции индивидуальной активности спортсменов, последовательном и замедленном изучении физических упражнений; повышенной значимости повторения и закрепления ранее изучаемых физических упражнений; учете уровня актуального развития и «зоны ближайшего развития». Коррекционная составляющая не должна рассматриваться как добавление к заданиям тренировочных занятий, а должна быть соединена с ними. Тренировочные занятия необходимо проводить с использованием имеющихся функций организма спортсменов.

Эффективными дидактическими особенностями, влияющими на социализацию соответствующего контингента, являются проведение совместных тренировочных занятий спортсменов с отклонениями умственного развития и здоровых, спортсменов с разной степенью умственной отсталости, присутствие и участие родителей и волонтеров в тренировочном процессе. Результатом реализации указанных методических приемов при работе со спортсменами с отклонениями умственного развития являются улучшение их коммуникативной активности, формирование уверенности в собственных силах, ускорение процессов бытовой и социальной интеграции.

Практическая значимость полученных результатов заключается в совершенствовании проведения тренировочных занятий со спортсменами Специальной Олимпиады Украины. Автором разработаны методические рекомендации для тренеров, родителей, волонтеров, направленные на повышение эффективности проведения тренировочных занятий со спортсменами, имеющими разную степень умственной отсталости. Рекомендации включают характеристику основных физических и психических нарушений, рекомендованные нагрузки, дидактические особенности проведения тренировочных занятий.

Результаты исследований внедрены в учебный процесс Национального университета физического воспитания и спорта Украины по дисциплине «Спорт инвалидов»: на 3–4 курсах по теме «Особенности подготовки спортсменов–инвалидов» и в тренировочный процесс спортсменов Специальной Олимпиады Украины, что подтверждено соответствующими актами внедрения.

**Ключевые слова:** дидактические особенности; принципы; Специальные Олимпиады, отклонение умственного развития.

**Goncharenko E. Didactic characteristics of holding trainings with athletes having intellectual disabilities.** – Manuscript.

This is a thesis on competition for academic degree of candidate of science on physical education and sport in speciality 24.00.01 – Olympic and professional sport. – National University of Ukraine on Physical Education and Sport, Kyiv, 2010.

The research is dedicated to the problem of the increasing of efficiency of trainings with athletes having intellectual disabilities by developing conditions of realization of didactic peculiarities.

Analysis of special scientific sources as well as generalization of experience of leading specialists concerning training athletes according to the programmes of Special Olympics enabled to reveal the lack of information regarding conditions of realization of didactic principles and peculiarities during the trainings with the mentioned contingent.

The scientific novelty of the work lies in definition of conditions of realization of didactic principles during the trainings with athletes who have intellectual disabilities taking into consideration the degree of intellectual disability, secondary disabilities, physical defects, age peculiarities; in adaptation of techniques of realization of FUN fitness programme which is aimed at providing methodological advice of high quality concerning development of physical characteristics, correction of disabilities, optimization of physical activity during trainings.

**Key words:** didactic characteristics, principles, intellectual disabilities, Special Olympics.

---

Підписано до друку 14.03.2011 р. Формат 60x90/16.

Ум. друк. арк. 0,9. Обл.-вид. арк. 0,9.

Тираж 100. Зам. 20.

---

«Видавництво “Науковий світ”»<sup>®</sup>  
Свідоцтво ДК № 249 від 16.11.2000 р.  
м. Київ, вул. Боженка, 17, оф. 414.  
200-87-13, 200-87-15, 050-525-88-77