

---

УДК 796.853.23  
ББК 75.715.8  
З 18

**Р.М. Закиров**

*Кандидат педагогических наук, доцент кафедры адаптивной и лечебной физической культуры Пермского государственного гуманитарно-педагогического университета; E-mail: permjudo@mail.ru*

## **ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИМ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ ЮНЫХ ДЗЮДОИСТОВ С НАРУШЕНИЕМ СЛУХА**

*(Рецензирована)*

**Аннотация.** Адаптивное дзюдо — эффективное коррекционно-оздоровительное средство, создающее детям с поражением слуха благоприятные условия для мобилизационных, технологических, интеллектуальных, двигательных, интеграционных и других ценностей физической культуры и спорта. В период тренировочно-реабилитационного процесса любой интенсивности необходим функциональный контроль юных дзюдоистов с поражением слуха. Разработаны тактико-технические подготовительные действия в адаптивном дзюдо с учетом специфических особенностей, обусловленных нарушением слуха. Выявлены особенности обучения технико-тактическим подготовительным действиям юных дзюдоистов с нарушением слуха.

**Ключевые слова:** адаптивное дзюдо, тренировочный процесс обучения, технико-тактические подготовительные действия юных дзюдоистов с нарушением слуха.

**R.M. Zakirov**

*Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Adaptive and Medical Physical Culture Department, Perm State Pedagogical and Humanities University; E-mail: permjudo@mail.ru*

## **FEATURES OF TRAINING IN TECHNICAL AND TACTICAL PREPARATORY ACTIONS OF YOUNG JUDOISTS WITH THE HEARING DISORDER**

**Abstract.** Adaptive judo is the effective correctional and health improving remedy, creating favorable conditions for mobilization, technological, intellectual, motive, integration and other values of physical culture and sport at children with a hearing disorder. During training and rehabilitation process of any intensity, functional control of young judoists with a hearing disorder is needed. Tactical and technical preparatory actions are developed in adaptive judo taking into account the specific features caused by a hearing disorder. This paper shows features of training in technical and tactical preparatory actions for young judoists with a hearing disorder.

**Keywords:** adaptive judo, training process of education, technical and tactical preparatory actions of young judoists with a hearing disorder.

**Актуальность проблемы исследования.** Федерации дзюдо различных уровней принимают программы по развитию дзюдо среди широких слоев населения, осуществляют опыт его применения в работе с дзюдоистами, имеющими нарушение сенсорики (сле-

пые, глухие), опорно-двигательного аппарата, психики (аутисты, невротики, страдающие гипер— и гиподинамией, задержками психического развития), интеллекта (умственно отсталые), речи (заикающиеся, логопаты); нарушения, возникающие вследствие длительной

социальной и тактильной депривации (сироты, дети из трудных семей). Область этой работы весьма интересна и имеет большое поле для исследований и практического применения, в том числе по средствам обучения технико-тактическим подготовительным действиям юных дзюдоистов с нарушением слуха в доступном для них виде.

Анализ зарубежного и отечественного, в том числе исторического, опыта показывает, что существуют специфические медико-физиологические и психологические особенности для лиц с нарушением слуха [1; 2; 3]. Как показывает практика, адаптивное дзюдо представляет собой уникальные возможности для социальной интеграции, представляя возможность выбора исходя из своих задатков и склонностей, вариативности посещения и объема занятий, возможных только при наличии желания занимающегося [4]. В частности, в адаптивное дзюдо необычайно велика роль самовоспитания (самообладания, самооценки, самоконтроля, самовнушения, саморегуляции и т.п.) как для лиц с сенсорными нарушениями, так и с нарушениями опорно-двигательного аппарата, без которых невозможно достичь серьезных результатов [5; 6].

Изучение специальной литературы и обобщение передового практического и собственного опыта работы выявили **противоречие**, выразившееся между:

— отсутствием научно-методических разработок для тренировочной и соревновательной деятельности юных дзюдоистов с нарушением слуха;

— активным развитием адаптивного дзюдо в мире и недостаточной разработанностью тренировочного процесса дзюдоистов с нарушением слуха в теоретическом и методическом аспектах.

Выявленные противоречия определили **проблему** исследования: каковы особенности формирования двигательных навыков в процессе обучения технико-тактическим подготовительным действиям в адаптивном дзюдо.

**Объект исследования** — тренировочный процесс дзюдоистов с нарушением слуха.

**Предмет исследования** — процесс обучения тактическим действиям борцов дзюдо с нарушением слуха.

**Гипотеза:** процесс обучения технико-тактическим подготовительным действиям улучшит двигательные координационные качества юных дзюдоистов с нарушением слуха.

**Цель исследования** — разработать технико-тактические подготовительные действия юных дзюдоистов с нарушением слуха.

Для достижения цели были поставлены и решались следующие **задачи**:

1. Разработать новые тактико-технические действия по формированию двигательных координационных качеств в процессе тренировочного процесса в адаптивном дзюдо.

2. Выявить особенности обучения технико-тактическим подготовительным действиям юных дзюдоистов с нарушением слуха.

**Опытно-экспериментальной базой** исследования явились: ГБОУ ДОД «Специализированная детско-юношеская спортивная школа по дзюдо и самбо» Пермского края; Краевая школа-интернат для детей с нарушением слуха, г. Пермь; РОО «Федерация дзюдо Пермского края». В исследовании приняли участие учащиеся Краевой школы-интерната для детей с нарушением слуха г. Перми и Специализированной детско-юношеской спортивной школы по дзюдо и самбо Пермского края.

**Практическая значимость.** Разработанные технические действия по обучению технико-тактической подготовки обеспечивают устойчивую связь реабилитационного и тренировочного процессов, повышая уровень двигательной координации дзюдоистов с нарушением слуха. Применение технических действий для дзюдоистов с нарушением слуха основано на применении современных технологий, обобщении опыта ведущих реабилитологов, тренеров, которые в значительной мере могут быть использованы и для дзюдоистов, имеющих сенсорные нарушения.

**Достоверность и обоснованность результатов исследования** обеспечивается обоснованной и реализованной

в практике программой исследования; применением адекватных цели и задач педагогических методов исследования; корректностью математико-статистической обработки первичных данных и материала педагогического эксперимента; экспериментальной проверкой рекомендаций и выводов проведенного исследования

За время педагогического эксперимента прошло три экспериментальных и два контрольных этапа. На протяжении эксперимента велось постоянное наблюдение за формированием двигательных координационных качеств юных дзюдоистов с нарушением слуха.

Этапы тренировочного процесса юных дзюдоистов с нарушением слуха:

*Экспериментальный этап.* С сентября 2011 г. по май 2012 года — учебно-тренировочный процесс с элементами формирования двигательной координации

нации на татами спортивного зала Краевой школы-интерната для детей с нарушением слуха, а также соревновательная практика районного, краевого, всероссийского уровней;

*Контрольный этап.* Июль 2012 года — усиленные тренировочные нагрузки на спортивной базе «Олимпиец», п. Павловск Очерского района Пермского края.

В исследовании выделено 61 тактическое подготовительное действие, а также включены и физические качества, которые способствуют тактической подготовке [2]. Нас в исследовании интересовали технико-тактические подготовительные действия, которые возможны на этапе оптимальной реализации индивидуальных возможностей с учетом специфических особенностей, обусловленных как самим нарушением слуха, так и вторичными изменениями (табл. 1) [7].

**Таблица 1.**

**Ранг тактико-технических подготовительных действий в адаптивном дзюдо с учетом специфических особенностей, обусловленных как самим нарушением слуха, так и вторичными изменениями (по данным А.В.Еганова (2002), в нашей модификации)**

Наименование тактико-технических подготовительных действий	Ранг
1. «Загрузить» атакуемую ногу соперника.	11
6. Контратака — действие борца, направленное на выполнение ответного броска.	3
8. Рывки вниз, вверх, в стороны и т.д.	2
11. Атака при движении соперника назад: соперник отступает или делает шаг назад-в сторону.	1
17. Передвижение в противоположном направлении своего броска для тактической подготовки.	4
18. «Навязывание» сопернику выгодного для себя захвата для создания ситуации при проведении броска.	5
28. Уменьшить дистанцию (борьба в плотном захвате); и обострение ситуации в схватке.	9
30. Выведение соперника из равновесия в сторону, вверх, вправо-вперёд и т.д. — выведение проекции центра тяжести за границу площади опоры соперника.	6
34. Заведение — действие, вынуждающее двигаться соперника вокруг атакующего.	7
43. Использование физического качества ловкости с целью тактической подготовки броска.	10
58. Использование физического качества выносливости с целью утомить соперника, а затем провести свой бросок.	8
60. Использование физического качества гибкости.	12

Считаем целесообразным отметить только основные положения, определяющие подходы к содержательной разработке тренировочной программы

обучения технико-тактическим подготовительным действиям юных дзюдоистов с нарушением слуха, что позволит выявить направления тренировочного

процесса как в целом по дзюдоистам с нарушением слуха, так и каждому из них в отдельности.

Нами было проведено исследование технологий обучения технико-тактическим подготовленным действиям дзюдоистов и реабилитационных программ для ребят с нарушением слуха в сотрудничестве:

— с воспитателями, учителями по физической культуре, медицинским персоналом Краевой школы-интерната для детей с нарушением слуха, г. Перми;

— с тренерами-преподавателями Федерации дзюдо Пермского края;

— со спортивными врачами физкультурно-спортивного диспансера;

— с реабилитологами Главного бюро медико-социальной экспертизы по Перм-

скому краю, экспертный состав №7.

Для достижения цели проводилось интервьюирование специалистов по программе реабилитации дзюдоистов с нарушением слуха по разработанной нами анкете. Интервью предполагает выяснение перспектив реабилитационных мер юных дзюдоистов с нарушением слуха посредством адаптивного дзюдо. Исследование проводилось в период с 2011 по 2012 годы, всего было опрошено 23 специалиста.

Согласно методике исследования всего выделено 12 действий (табл. 2), характеризующих особенности технико-тактической подготовленности на разных этапах формирования двигательной координации дзюдоистов с нарушением слуха.

**Таблица 2.**

**Основные коррекционные направления последовательного обучения технико-тактическим подготовительным действиям юных дзюдоистов с нарушением слуха (по данным Р.М. Закирова, Ю.В. Наборщиковой, В.И. Плотникова, 2009)**

<b>Ранг</b>	<b>Технико-тактические подготовительные действия</b>	<b>Коррекционная направленность</b>
1.	Атака при движении соперника назад: соперник отступает или делает шаг назад-в сторону.	Развитие мелкой моторики
2.	Контратака — действие борца, направленное на выполнение ответного броска.	Преодоление чувства страха
3.	Передвижение в противоположном направлении своего броска для тактической подготовки.	Координация движений
4.	«Навязывание» сопернику выгодного для себя захвата для создания ситуации при проведении броска.	Динамическое равновесие
5.	Выведение соперника из равновесия в сторону, вверх, вправо-вперёд и т.д. — выведение проекции центра тяжести за границу площади опоры соперника.	Согласование движений рук и ног
6.	Заведение — действие, вынуждающее двигаться соперника вокруг атакующего.	Пространственная ориентация
7.	Использование физического качества выносливости с целью утомить соперника, а затем провести свой бросок	Дифференцировка мышечных усилий
8.	Уменьшить дистанцию (борьба в плотном захвате); и обострение ситуации в схватке.	Дифференцирование пространственных параметров движения
9.	Рывки вниз, вверх, в стороны и т.д.	Дифференцирование пространственных усилий
10.	«Загрузить» атакуемую ногу соперника.	Дифференцирование динамических усилий
11.	Использование физического качества ловкости с целью тактической подготовки броска	Концентрация внимания
12.	Использование физического качества гибкости.	Дифференцировка динамических параметров движения

---

На каждое действие были выявлены основополагающие коррекционные направления, соответствующие двигательнo-координационным качествам (табл. 2).

Выявлены особенности обучения технико-тактическим подготовительным действиям юных дзюдоистов с нарушением слуха.

1. В тренировочном процессе обучения адаптивному дзюдо игровой метод используется только в виде сюжетных заданий, эстафет, образных сравнений, необычного использования стандартного инвентаря и т.д., а также в виде упражнений на концентрацию и переключение внимания.

2. Традиционная разминка проводится сразу на татами. Это обусловлено повышенными требованиями к дисциплине и необходимостью поддержания высокой плотности тренировки.

3. При проведении технико-тактических подготовительных действий партнер находится на одном или обоих коленях, что облегчает проведение страховки и уменьшает чувство страха падения.

4. В связи с нарушениями ориентирования освоение технико-тактических подготовительных действий придает юному дзюдоисту с нарушениями слуха уверенность на татами, позволяя в дальнейшем обучать основным видам движений в дзюдо.

5. Проводятся открытые уроки, на которых юные дзюдоисты с нарушениями слуха демонстрируют свои достижения.

6. Особую роль уделяют развитию дыхательных мышц на первых 10 занятиях в связи с трудностью сочетания дыхания с движениями рук и ног при проведении схватки.

7. Не используются удушающие приемы и броски в период подготовительного этапа, поскольку они создают дискомфортные состояния для зрительной, дыхательной, опорно-двигательной систем, вызывают дополнительное давление на барабанные перепонки, дезориентируют и вызывают чувство страха у юных дзюдоистов с нарушениями слуха.

8. Для пространственного освоения татами применяются игры и эстафеты в вариативных условиях.

9. Для регулирования уровня эмоционального фона занятий, психологического состояния и поведения юных дзюдоистов с нарушениями слуха применяются специальные задания игровой направленности.

10. Для полного осмысления заданий в занятии необходимо чередовать физическую деятельность с интеллектуальной. Разбираются основы упражнения и его элементы с помощью специальных карт-заданий. Добавляется проговаривание ключевых слов после каждой тренировки.

11. Для обеспечения психологической поддержки при обучении технико-тактическим подготовительным действиям на татами используется индивидуальный подход с положительной оценкой.

12. Выполняются задания с оценкой действий партнером, что является дополнительным психологическим стимулом в освоении технико-тактических подготовительных действий [8].

13. Доступность предлагаемого материала обеспечивается сочетанием применения наглядных пособий, дополнительных ориентиров, тактильной речи, выразительной артикуляции.

14. К особенностям наглядного обучения можно отнести и то, что показ упражнения осуществляется непосредственно перед их выполнением. Это является дополнительным способом организации группы, помогает сконцентрировать внимание юных дзюдоистов с нарушениями слуха на содержании упражнения.

Полученные нами данные позволяют улучшить процесс обучения технико-тактическим подготовительным действиям для более эффективного последующего совершенствования двигательнo-координационных качеств юных дзюдоистов с нарушением слуха. Научно-методическая разработка по обоснованию планирования разделов тактической подготовки в дзюдо на этапах начального обучения внедрена в практику подготовки дзюдоистов с ограниченными

ми возможностями здоровья Пермского края, а также легли в основу программы начальной спортивной подготовки для детско-юношеских спортивно-адаптивных школ, отделений и групп

по адаптивному спорту в учреждениях дополнительного образования для тренеров-преподавателей, организующих обучение дзюдо для детей и подростков с нарушениями слуха и зрения.

#### **Примечания:**

1. Евсеев С.П., Курдыбайло С.Ф., Суслияев В.Г. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры: учебник / под ред. проф. С.П. Евсеева. М.: Сов. спорт, 2007. 308с.

2. Литош Н.Л. Адаптивная физическая культура. Психолого-педагогическая характеристика детей с нарушениями в развитии: учеб. пособие. М.: СпортАкадемПресс, 2002. 140с.

3. Совершенствование силовой подготовки в процессе обучения технико-тактическим действиям дзюдоистов с нарушением слуха / В.И. Плотников, Ф.Х. Зекрин, Р.М. Закиров, Ю.В. Наборщикова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2010. №3 С. 25-29.

4. Müller-Deck Dr. Hans. Der Weg zum Top-Judoka. Wien: Infostrada Sports, 2007. 280 s.

5. Крет Я.В. Коррекция психофизического развития глухих детей старшего дошкольного возраста: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Киев, 2000. 21 с.

6. Частные методики адаптивной физической культуры: учебник / под общ. ред. Л.В. Шапковой. М.: Сов. спорт, 2007. 608 с.

7. Вержбицкий И.В. Моделирование соревновательной деятельности как компонента учебно-тренировочного процесса дзюдоистов на начальном этапе подготовки // Вестник Адыгейского государственного университета. Сер. Педагогика и психология. Майкоп: Изд-во АГУ, 2010. №2. С. 157-161.

8. Еганов. А.В. Методика начального обучения в дзюдо: учебник для тренеров-преподавателей. Челябинск, 2008. 281 с.

#### **References:**

1. Yevseyev S.P., Kurdybaylo S.F., Suslyayev V.G. Material and technical support of adaptive physical culture: a textbook / ed. by Prof. S.P. Yevseyev. M.: Sov. sports, 2007. 308 pp.

2. Litosh N. L. Adaptive physical culture. The psychological and pedagogic characteristics of children with the disturbance of development: a manual. M.: SportAcademPress, 2002. 140 pp.

3. The development of power training in the course of training technical and tactical actions of judoists having hearing disorder / V.I. Plotnikov, F.Kh. Zekrin, R.M. Zakirov, Yu.V. Naborshchikova // Physical culture: upbringing, education, training. 2010. No. 3. P. 25-29.

4. Müller-Deck Dr. Hans. Der Weg zum Top-Judoka. Wien: Infostrada Sports, 2007. 280 pp.

5. Kret Ya.V. Correction of psychophysical development of deaf children of the late pre-school age: Diss. abstract for the Candidate of Psychology degree. Kiev, 2000. 21 pp.

6. Private techniques of adaptive physical culture: a textbook / ed. by L.V. Shapkova. M.: Sov. sports, 2007. 608 pp.

7. Verzhbitsky I.V. Modelling of competitive activity as a component of educational and training process of judoists at the initial stage of training // The Bulletin of the Adyghe State University. Series «Pedagogy and Psychology». Maikop: The AGU publishing house. 2010. Issue 2. P. 157-161.

8. Eganov. A.V. Methods of elementary education in judo: a textbook for trainers. Chelyabinsk, 2008. 281 pp.