



Педагогическо списание на
Великотърновския университет
„Св. св. Кирил и Методий“

ПЕДАГОГИЧЕСКИ
АЛМАНАХ

Брой 1, 2020

ПРОСЛЕДЯВАНЕ ДИНАМИКАТА НА СПЕЦИФИЧНАТА БАСКЕТБОЛНА
ПОДГОТОВЕНОСТ ПРИ МЛАДЕЖИ С ИНТЕЛЕКТУАЛНИ ЗАТРУДНЕНИЯ

Милена Алексиева*

FOLLOWING THE DYNAMICS OF SPECIFIC BASKETBALL PREPARATION IN
INTELLECTUALLY DISABLED YOUNG PEOPLE

Milena Aleksieva

Abstract: *Adapted physical activity is part of physical activity in the modern world. It is therefore necessary to pay special attention to the physical condition of young people with disabilities and to increase the possibilities for the prevention and correction of already existing anomalies. This can be successfully accomplished through sport and in particular through the means of basketball. The subject of the study is basketball for people with intellectual disabilities. The object of the study are the signs of the specific preparedness of people with disabilities and the impact on them through the means of adapted basketball. The purpose of the experiment is to determine the impact of adapted basketball on people with mental disabilities. The attached experiment shows that one school year is not enough to cause significant positive changes in the level of traits studied in young people with intellectual disabilities.*

Key words: *adapted physical activity, basketball, young people with intellectual disabilities.*

УВОД

Твърде често интелектуалните затруднения оказват негативно влияние върху развитието на двигателния апарат и физическата дееспособност на хората със специални възможности, което от своя страна поставя бариери пред опитите за тяхната социална и професионална адаптация (Алексиева 2019: 124).

Адаптираната физическа активност е част от физическата дейност в съвременния свят. Тя използва разнообразни физически упражнения и спортове като средства за образование, възпитание, усъвършенстване и пълноценен живот (Aleksieva, Denev 2019: 896).

Чрез мотивиране и осигуряване на равен достъп и по-широк кръг от възможности за пълноценно участие в спортни занимания, адаптирани физически активности и спорт на всички нива, включително възстановяване, развлечение и отдих и състезателен/елитен спорт, може да се постигне социализация и да се подпомогне изграждането на европейското общество като общество за всички (Денев 2014: 122).

Спортът е социална политика на всяка държава като елемент за интеграция и включване в обществото и участието на хора с различни увреждания в спортните прояви. Той спомага за положителна промяна на общественото съзнание, привлича се вниманието на известни спортисти, като по този начин се създават контакти и социални взаимоотношения, основаващи се на толерантност, взаимно уважение и приемане от страна на здравите хора (Петкова, Алексиева 2019: 286).

*Милена Алексиева – проф., д-р, катедра „Теория и методика на физическото възпитание“, Педагогически факултет, ВТУ „Св. св. Кирил и Методий“, България, e-mail: milena.alexieva@gmail.com

Ето защо е необходимо да се обърне специално внимание на физическото състояние на младите хора с увреждания и да се разширят възможностите за профилактика и корекция на вече съществуващи аномалии. Това успешно може да се осъществи чрез спорта и в частност – чрез средствата на баскетбола (Алексиева 2019: 124).

Според Р. Църова адаптираният баскетбол има няколко основни *цели*:

- Развиване и популяризиране на баскетбола като адаптиран спорт.
- Придобиване на специфични двигателни умения и прилагането им в игрова обстановка.
- Усвояване на знания върху теорията и правилата на играта и развиване на способност за вземане на правилното тактическо решение.
- Развиване и поддържане на функционалната годност на състезателите.
- Осъзнаване на поведението и бариерите, които доминират в обществото ни днес (Църова, 2013: 20).

По този начин чрез адаптациите на баскетболната игра се поставя на изпитание отговорността на всеки един играч по време на срещата, подобряват се специфичните умения на всеки участник, приносът на всеки член на екипа се увеличава, а успехът в играта зависи от всички играчи (Джобова, Борукова 2015: 245).

МЕТОДОЛОГИЯ

Предмет на изследването е баскетболът за хора с интелектуални затруднения.

Обект на изследването са признаците на специфичната подготвеност на хора със специални възможности и въздействието върху тях чрез средствата на адаптирания баскетбол.

Целта на експеримента е да се установи влиянието на адаптирания баскетбол върху специфичната подготвеност при хора с ментални затруднения.

Задачите, поставени за решаване в хода на експеримента, са свързани със:

- прилагане на тренировъчни въздействия със средствата на баскетболната игра, които да подпомогнат функционалното развитие при участниците в заниманията;
- развиване на специфичните технико-тактически умения на хората с ментални увреждания;
- установяване нивото на специфичната подготвеност на изследваните лица;
- проследяване на промените в наблюдаваните признаци, настъпили в резултат от приложеното експериментално въздействие, и анализ на взаимовръзките между тях.

За реализиране на спортно-педагогическия експеримент са привлечени студенти магистри от специалността *Спортна педагогика* от ВТУ „Св. св. Кирил и Методий“, които работят като учители по физическо възпитание и спорт или треньори по баскетбол в различни населени места. Предварително детайлно са запознати с особеностите в правилата на адаптирания баскетбол, участвали са в изследователски бригади за осъществяване на теренни изследвания с баскетболисти с интелектуални затруднения.

Двигателните и функционалните възможности на хората с дисфункции се различават значително поради спецификата и различията в степента на увреждане, възрастта, пола и пр. Това е и причината на изследователите да се предоставят методически указания за провеждане на тренировъчни занимания, като специално внимание се обръща на същността на индивидуалната работа, която се свежда до адаптиране на по-сложните упражнения до такива, които са постижими за специфичните възможности на участниците в експеримента, основани са на тяхното ниво и способности.

За нуждите на експеримента е разработен и предложен богат арсенал от подвижни и спортноподготвителни игри, които по своята същност са близки до техниката и тактиката на баскетбола. Отчитайки специфичните възможности на участниците в експеримента, се предполага, че игровата дейност, прилагана при тях, дава големи възможности за целенасочено въздействие.

РЕЗУЛТАТИ

Резултатите от проведените в началото на спортно-педагогическия експеримент тестирания (по шест основни признака на специфичната технико-тактическа баскетболна подготвеност) са оценени по специални таблици, разработени за нуждите на Спешъл Олимпикс за всеки от наблюдаваните признаци.

Дивизионирането на участниците в изследването е извършено при спазване на следните норми:

- до 50 т. – в четвърта дивизия;
- от 50,01 т. до 100,00 т. – в трета дивизия;
- от 100,01 т. до 150,00 т. – във втора дивизия;
- над 150,00 т. – в първа дивизия.

След осъществяване на първо тестване и оценяване на показаните резултати, участниците се разпределят на базата на оценяването им, както следва:

- в дивизия 4 – 13;
- в дивизия 3 – 17;
- в дивизия 2 – 18;
- в дивизия 1 – 17.

В дивизия 4, както се вижда, попадат тринадесет атлети, чиито способности са твърде ограничени, а някои от тях, освен мантални увреждания, притежават изключително ограничени физически възможности и по тази причина често се наблюдават играчи, които стоят неподвижно или се движат много малко.

Резултатите, получени от вариационния анализ на изходните данни от проведеното изследване на изследваните лица в Дивизия 4 в началото на наблюдавания период, са представени в *таблица 1*.

Разликите между постиженията на различните състезатели в началото на експеримента са твърде големи. Информация за това носят най-ниските (min) и най-високите (max) стойности по всеки от изследваните показатели. Това съвсем естествено се отразява на вариативността на проследяваните признаци.

От таблицата се вижда, че в началото на спортно-педагогическия експеримент най-стабилен е показателят „Скоростно дриблиране в кръг за 60 s“, въпреки че също е извън зоната на хомогенността, който носи информация за специфичните умения на изследваните да дриблират в определено пространство за 60 секунди ($V = 16,61$).

Таблица 1. Средни стойности и вариативност на изследваните признаци

№	Показатели / Параметри	min	max	X	S	V	As	Ex
1.	Дрибъл 10 m	2	10	5,69	1,69	29,70	-0,16	-1,21
2.	Дрибъл за 60 s	8	21	14,69	2,44	16,61	-0,01	-1,42
3.	Дрибъл (слалом)	4	9	5,85	1,29	22,05	0,62	-1,31
4.	Стрелба от 6 позиции	1	6	3,89	1,14	29,30	-0,36	-0,48
5.	Подаване	1	5	3,95	1,08	27,34	-1,07	0,53
6.	Стрелба от периметър	0	6	2,5	0,56	22,40	0,78	0,44

Останалите пет показатели варират в стойности от 22,05 за показател „Скоростно дриблиране – 12 метра“ до 29,70 за показател „Дриблиране – 10 метра“. Вероятно по-ниската стойност за по-трудния от двата теста „Скоростно дриблиране – 12 метра“ се дължи на наличието на конуси, които се явяват като мотиватор за обследваните лица, за да постигнат по-високи резултати.

За решаване на целта и задачите на изследването в края на експерименталния период е извършено второ спортно-педагогическо тестване. Резултатите от него трябва да дадат отговор на въпроса доколко приложената адаптирана физическа активност със средствата на баскетболната игра, има изграждащ ефект по отношение на специфичната баскетболна подготвеност на участниците в обследваната група.

Таблица 2. илюстрира получените данни от изследваните признаци, получени при крайното тестване в *Дивизия 4*.

Анализът показва, че по всички наблюдавани признаци в края на експерименталния период разсейването е около средното ниво и в рамките между $V=15,02\%$ и $V=27,45\%$. По нормите на спортната статистика това означава, че съответните показатели са относително стабилни и изследваната съвкупност е относително хомогенна по отношение на признаците, за които тези показатели носят информация.

Таблица 2. Средни стойности и вариативност на изследваните признаци

№	Показатели / Параметри	min	max	X	S	V	As	Ex
1.	Дрибъл 10 м	2	8	6,17	1,59	25,77	-0,85	-0,01
2.	Дрибъл за 60 с	9	22	15,58	2,34	15,02	-0,07	-1,49
3.	Дрибъл (слалом)	4	10	6,58	1,28	19,45	0,65	-0,34
4.	Стрелба от 6 позиции	2	6	4,08	1,12	27,45	-0,53	-0,34
5.	Подаване	2	6	4,17	1,01	24,22	-0,38	-0,05
6.	Стрелба от периметър	0	4	2,2	0,57	25,90	-0,17	-0,09

Интерес отново представляват тестовете „Скоростно дриблиране – 12 метра“ и „Дриблиране – 10 метра“. И тук е по-ниска стойността за по-трудния от двата теста „Скоростно дриблиране – 12 метра“ – $V=19,45$, докато при първото тестване коефициентът на вариация е $V=22,05$. Подобряване на уменията на обследваната група за придвижване с дрибъл в права посока се отчита и с теста „Дриблиране – 10 метра“ – $V=25,77$.

ДИСКУСИЯ

Прегледът на *таблица 2.* и *фигури 1. и 2.* показва, че в края на експерименталната работа се наблюдава повишаване на стойностите на по-голямата част от изследваните признаци, в сравнение с началото на наблюдавания период. Единствено при показател 6 „Стрелба в периметър“ има минимално намаляване на средните резултати – $x=2,2$ сполучливи стрелби.

Изпълнението на тези тестове зависи не само от техническите умения на изследваните, а и от нивото на развитие на взривната сила на горните крайници и още - от някои психически качества като концентрация, разпределеност и устойчивост на вниманието, пространствено-временна ориентация, зрительно възприятие и т.н. Това важи в най-голяма сила за изпълнението на стрелбата. Проблеми за изпълнителите на теста в този смисъл създава и ъгълът, под който се намира позицията за стрелба спрямо коша, боравенето с топката, различната траектория, която е необходимо да бъде търсена, за да бъде стрелбата успешна.

Проследявайки настъпилите промени в специфичната баскетболна подготвеност на обследваната група, илюстрирани на *Фигура 2.*, може да се обобщи, че с изключение на признака „Стрелба в периметър“, всички останали изследвани показатели са се подобрили.

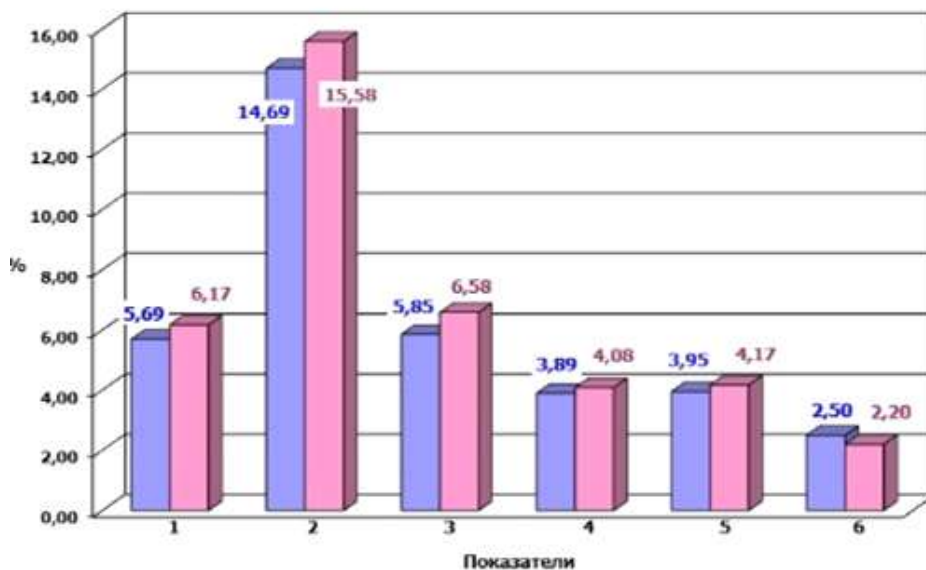
Коефициентът на вариация при второто изследване заема стойности между 15,02 и 25,90, т.е. V заема стойности, които според нормите на спортната статистика определят групата като относително еднородна.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

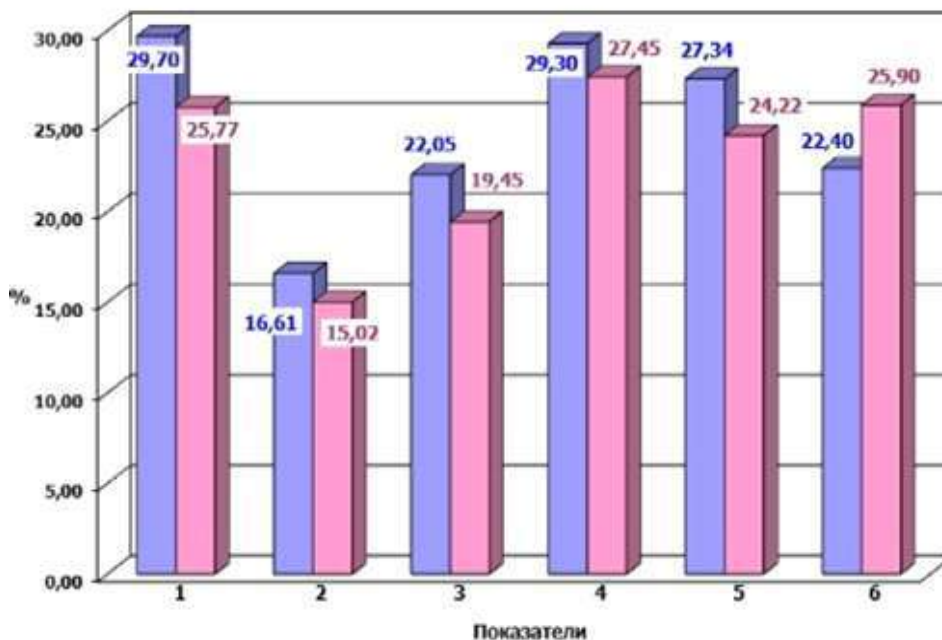
Боравенето с топка при изпълнението на някои основни технически похвати като водене, подаване и стрелба в коша, както може да се очаква, затруднява голяма част от младежите с интелектуални затруднения, включени в експеримента.

Под влияние на тренировъчните въздействия със средствата на баскетболната игра е настъпило положително развитие в изследваните признаци, но те биха могли да бъдат обяснени и със случайни причини.

Продължителността на експерименталния период – една учебна година, се оказва недостатъчна, за да настъпят значими положителни промени в нивото на изследваните признаци при обследваната съвкупност.



Фигура 1. Средни стойности на изследваните признаци в Дивизия 4 в началото и в края на експеримента



Фигура 2. Разсейване на изследваните признаци в Дивизия 4 в началото и в края на експеримента

ЛИТЕРАТУРА

- Алексиева, М. (2019).** *Адаптации на баскетболната игра за хора със специфични възможности.* В. Търново: „Ай анд Би“. // **Aleksieva, M. (2019).** *Adaptatsii na basketbolnata igra za hora sas spetsifichni vazmozhnosti.* V. Tarnovo: „Ay and Bi“.
- Днев, Ст. (2014).** Физическата дееспособност на 11–13-годишни деца с интелектуални затруднения. *Спорт и наука*, 5, 122–128. // **Denev, St. (2014).** Fizicheskata deesposobnost na 11-13-godishni detsa s intelektualni zatrudnenia. *Sport i nauka*, 5, 122–128.
- Джобова, Ст., М. Борукова (2015).** Да играем заедно Т. In. BASKET Totally Integrated Basketball. *Спорт и наука*, 5, 242–250. // **Dzhobova, St., M. Borukova (2015).** Da igraem zaedno T. In. BASKET Totally Integrated Basketball. *Sport i nauka*, 5, 242–250.
- Петкова, М., М. Алексиева (2019).** Изследване на игровата ефективност на националния баскетболен отбор на колички. *Педагогически алманах*, XXVII, 2, 286–292. // **Petkova, M., M. Aleksieva (2019).** Izsledvane na igrovata efektivnost na natsionalnia basketbolen otbor na kolichki. *Pedagogicheski almanah*, XXVII, 2, 286–292.
- Църова, Р. (2013).** *Баскетбол на инвалидни колички.* София: БОЛИД ИНС. // **Tsarova, R. (2013).** *Basketbol na invalidni kolichki.* Sofia: BOLID INS.
- Aleksieva, M., S. Denev (2019).** Survey on adaptations of basketball for people with disabilities. *Trakia Journal of Sciences*, XVII, 1, 896–900.