

КОМПЕТЕНТІСНИЙ ПІДХІД ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ЗАХОДІВ ПОПЕРЕДЖЕННЯ ТРАВМАТИЗМУ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ АРМСПОРТОМ

COMPETENCE APPROACH TO THE ORGANIZATION OF EVENTS AND PREVENTION OF ACCIDENTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF APPLICANTS FOR HIGHER EDUCATION, WHO ARE ENGAGED IN ARMWRESTLING

УДК 371.14; 658.382.3
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/24-1.48>

Власко С.В.,
викладач кафедри фізичного виховання
Харківського національного
університету міського господарства
імені О.М. Бекетова

Шемчук В.А.,
канд. пед. наук,
начальник науково-дослідного відділу
розвитку фізичного виховання,
спеціальної фізичної підготовки і спорту
Науково-дослідного центру проблем
фізичного виховання, спеціальної
фізичної підготовки і спорту
Навчально-наукового інституту фізичної
культури та спортивно-оздоровчих
технологій
Національного університету оборони
України імені Івана Черняхівського

Корнієнко О.Д.,
старший викладач кафедри теорії,
методики та організації фізичної
підготовки і спорту
Навчально-наукового інституту фізичної
культури та спортивно-оздоровчих
технологій
Національного університету оборони
України імені Івана Черняхівського

Трищун Р.М.,
старший викладач кафедри тактики
Національної академії
Національної гвардії України

Василенко М.М.,
викладач кафедри службово-бойового
застосування підрозділів
Київського факультету
Національної академії
Національної гвардії України

Стаття присвячена актуальним проблемам всебічного забезпечення тренувального процесу спортсменів, які займаються армспортом, із використанням компетентнісного підходу. Головною метою роботи є формування компетентнісного підходу до організації заходів попередження травматизму та безпеки у здобувачів вищої освіти, які займаються армспортом. З метою досягнення мети та завдань досліджень нами проведено педагогічний експеримент (упродовж 2 етапів, 2019–2020 р.р.), у якому взяли участь студенти Харківського національного університету міського господарства імені О.М. Бекетова та курсанти Навчально-наукового інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського. Вік досліджуваних від 18 до 22 років, спортивний досвід – від 2 до 5 років (28 чол., виконали норматив 1 дорослого розряду, 4 чол., виконали норматив кандидата у майстри спорту України з армспорту). Відповідно до результатів дослідження з цієї проблематики членами науково-дослідної групи визначені складники формування компетентнісного підходу до організації заходів попередження травматизму та безпеки у здобувачів вищої освіти, які займаються армспортом, а саме: умови та обставини отримання травми; соціально-психологічні особливості та емоційна сфера особистості; правила змагань та інструктаж по заходах безпеки. Крім цього, нами встановлено, що основними причинами виникнення травматизму у армспорті є: недостатня технічна та фізична підготовленість спортсмена; недостатнє використання захисної екіпіровки; незадовільна організація змагань, низька якість суддівства; недостатнє матеріально-технічне забезпечення тренувального процесу; помилки тренерів у виборі раціональної методики тренувань; відсутність тренера під час тренувального процесу; незадовільна дисципліна атлетів. Вважаємо, що використання професійного столу фірми Mazurenko Equipment [11], впровадження рейтингової системи присвоєння спортивних розрядів та звань, а також використання апробованих «Правил безпеки в армрестлінгу (армспорті) та попередження травматизму серед початківців» – дозволить знизити ризики отримання травми здобувачами вищої освіти під час тренувального (змагального) процесу в армспорті.

Ключові слова: армспорт, заходи безпеки, здобувачі вищої освіти, компетентність, травматизм, правила, тренувальний процес.

The article is devoted to the current problems of comprehensive support of the training process of athletes engaged in arm wrestling using a competency-based approach. The main purpose of the work is to form a competency-based approach to the organization of measures to prevent injuries and safety in higher education students engaged in arm wrestling. In order to achieve the goals and objectives of research, we conducted a pedagogical experiment (during 2 stages, 2019–2020), which was attended by students of Kharkiv National University of Municipal Economy named after O.M. Beketova and cadets of the Educational and Scientific Institute of Physical Culture and Sports and Health Technologies of the Ivan Chernyakhovsky National University of Defense of Ukraine. Age of subjects from 18 to 22 years, sports experience from 2 to 5 years (28 people, fulfilled the standard of the candidate for master of sports of Ukraine in armwrestling). In accordance with the results of research on this issue, members of the research group identified the components of the formation of a competency-based approach to the organization of injury prevention and safety in higher education students engaged in arm wrestling, namely: conditions and circumstances of injury; socio-psychological features and emotional sphere of personality; competition rules and instruction on safety measures. In addition, we found that the main causes of injuries in arm wrestling are: insufficient technical and physical fitness of the athlete; insufficient use of protective equipment; unsatisfactory organization of competitions, low quality of refereeing; insufficient material and technical support of the training process; mistakes of coaches in choosing a rational method of training; absence of a coach during the training process; unsatisfactory discipline of athletes. We believe that the use of a professional desk by Mazurenko Equipment [11], the introduction of a rating system for assigning sports ranks and titles, as well as the use of proven «Safety rules in arm wrestling (arm wrestling) and injury prevention among beginners» - will reduce the risk of injury time of training (competitive) process in arm wrestling.

Key words: arm sports, safety measures, higher education seekers, competence, injuries, rules, training process.

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Сьогодні армспорт є прогресуючим видом спортом, який культивується у багатьох закладах вищої освіти. Здобувачі вищої освіти із задоволенням відвідують чисельні секції з армспорту, активно беруть участь у змаганнях різних рівнів. Однак попри значну популярність зазначеного виду спорту, в тренувальному процесі нерідко виникають травми серед атлетів, що потребує компетентнісного підходу до організації їх системи багаторічного тренування. Варто відмітити, що для того щоб займатися дієвою профілактикою травматизму, необхідно визначити певні фактори, які найбільшою мірою впливають на травматизм.

Традиційно як основні причини виникнення травматизму під час тренувального процесу (змагальної діяльності) атлетів називають: недоліки та помилки в методиці тренувань; неефективність розминки; неправильний підбір підготовчих вправ; нехтування виконанням спеціальних вправ на початку тренувального заняття; безплановість в організації тренувань; порушення функцій організму спортсменів; несприятливі санітарно-гігієнічні умови під час тренувального процесу; недоліки в техніці виконання вправ та техніко-тактичному мисленні; порушення дисципліни під час тренувань; перевтома та інші причини. Слід зауважити, що зазначений перелік не повною мірою розкриває дійсний стан справ та не дозволяє здійснювати профілактичні заходи у напрямі попередження травматизму в обраному нами напрямі дослідження.

Статистичний аналіз спортивного травматизму, отриманого атлетами різних видів спорту під час змагань (тренувань), є досить суперечливим. До цього часу незрозумілими залишаються причини виникнення травматизму в спорті (освітньому процесі) атлетів (здобувачів вищої освіти). Крім того, не визначені фактори, які сприяють його виникненню. Тому впровадження у систему підготовки здобувачів вищої освіти, які займаються армспортом, компетентнісного підходу до організації заходів попередження травматизму є актуальним напрямом наукових досліджень.

Дослідження виконано відповідно до: плану науково-дослідної роботи Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка за темою «Професійно-особистісне становлення майбутнього фахівця у вищій школі в контексті інтеграції України до європейського освітнього простору» (номер державної реєстрації 0117U004242).

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Дослідженням питання організації навчально-тренувального процесу спортсменів – здобувачів вищої освіти, які займаються армспортом, займалися Б.А. Акішина, Ф.Ю. Ахтемзянова, О.І. Камаєва, Е.М. Кондрашкіна, І.Д. Ларіна, О.В. Панфілова, А.І. Рахматова, П.В. Живори А.М. Фоміна та інших учених.

Під час моніторингу науково-методичної та спеціальної літератури (інтернет-ресурсів) нашу увагу привернули роботи фахівців: В.А. Петренка [1], В.М. Клочка, Д.О. Безкоровайного [2], І.М. Звягінцева [3] та інших учених, у яких розкриваються основні аспекти формування техніко-тактичної майстерності атлетів, які займаються армспортом, і у яких поверхнево викладені основи заходів попередження травматизму під час тренувального (змагального) процесу.

Також аналіз спеціальної науково-методичної літератури в обраному напрямі дослідження дозволив відзначити роботи таких вчених, як О.І. Галашко [4], А.В. Скоробогатова, М.В. Перфіля [5], М.К. Казакова, Т.А. Промзелєва [6] та інших фахівців. У зазначених вище роботах розкриваються актуальні питання організації системи відбору, організації навчально-тренувального процесу та впровадження сучасних педагогічних технологій у тренувальний процес спортсменів, які займаються армспортом.

Компетентнісний підхід до організації освітнього процесу здобувачів вищої освіти викладено у наукових працях Н.М. Бібика, І.Г. Єрмакова, О.В. Овчарука [7], Ю.М. Вихляєва [8], С.М. Харченка [9], І.В. Мички [10] та інших.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз науково-методичної та спеціальної літератури, наукових джерел, наявного стану підходів до організації заходів попередження травматизму в системі багаторічної підготовки армрестлерів дав змогу виявити такі суперечності:

- між потребою суспільства у висококваліфікованих спортсменах – армрестлерах міжнародного рівня та відсутністю необхідних умов формування такого рівня атлетів;

- потребою інтенсивних тренувань та недостатнім компетентнісним підходом щодо забезпечення заходів попередження травматизму під час тренувального (змагального) процесу здобувачів вищої освіти, які займаються армспортом.

Попри значну кількість напрацювань у обраному напрямі, ґрунтовних досліджень проблеми формування компетентнісного підходу до організації заходів попередження травматизму в освітньому процесі здобувачів вищої освіти, які займаються армспортом, нами не виявлено, що потребує додаткового дослідження.

Мета статті – формування компетентнісного підходу до організації заходів попередження травматизму та безпеки у здобувачів вищої освіти, які займаються армспортом.

Для досягнення мети дослідження планувалося вирішити такі завдання:

- провести моніторинг науково-методичних джерел (даних інтернет-ресурсів) з питань всебічного компетентнісного підходу до організації системи багаторічної підготовки армрестлерів

із урахуванням головних аспектів запобігання травматизму під час тренувального процесу та участі у змаганнях;

– визначити та проаналізувати важливі професійні компетентності, які забезпечують попередження травматизму під час тренувального (змагального) процесу здобувачів вищої освіти, які займаються армспортом.

Виклад основного матеріалу. Дослідження організовано упродовж 2 етапів (2019–2020 р.р.). У ньому взяли участь студенти Харківського національного університету міського господарства імені О.М. Бекетова, $n=15$ чол. (ХНУМГ ім. О.М. Бекетова) та курсанти Навчально-наукового інституту фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського, $n=17$ чол. (ННІФК та спортивно-оздоровчих технологій НУОУ ім. Івана Черняхівського). Вік досліджуваних від 18 до 22 років, спортивний досвід від 2 до 5 років (28 чол. виконали норматив 1 дорослого розряду, 4 чол. виконали норматив кандидата у майстри спорту України з армспорту).

Для досягнення мети та завдань дослідження нами були визначені складники професійної компетентності здобувачів вищої освіти, які займаються армспортом. Як критерій оцінки травматизму розраховувався коефіцієнт, який враховує різноманіття та частоту отриманих у минулому травм. Варто також зауважити, що для оцінки ступеня взаємозв'язку наявного спортивного травматизму із урахуванням індивідуальних психологічних особливостей здійснювався розрахунок кореляцій.

На першому етапі (січень 2019 – лютий 2020 р.р.) нами здійснено аналіз останніх досліджень та публікацій в обраному напрямі та виділені не вирішені раніше частини загальної проблеми. В результаті вищезазначених аналітично-пошукових заходів нами визначені основні важливі чинники, які впливають на формування компетентнісного підходу щодо організації заходів попередження травматизму та безпеки у здобувачів вищої освіти, які займаються армспортом, а саме: умови травматизму; соціально-психологічні особливості та емоційна сфера особистості; правила змагань та інструктаж по заходах безпеки.

На другому етапі дослідження (березень – травень 2020 р.) нами визначені: основні причини виникнення травматизму; соціально-психологічні особливості спортсменів та їх вплив на травматизм; вплив емоційної сфери атлетів на отримання травм та діяльнісні особливості особистості.

Відповідно до результатів анкетування досліджуваних атлетів (здобувачів вищої освіти зазначених вище) у напрямі визначення основних причин та факторів, які впливають на отримання травм в армспорті, нами встановлено, що більша частина травм виникає під час змагань. Варто

зауважити, що кількість випадків травматизму під час тренувань майже у 2 рази нижча ніж під час участі у змаганнях, що свідчить про необхідність посилення контролю за боротьбою саме під час змагальної діяльності.

Крім цього, відповідно до аналізу звітів всеукраїнських змагань з армспорту нами визначені найбільш типові для армспорту травми, а саме: ушкодження зв'язок (12,5%), розтягнення та розриви (9,7%), травми ліктьового суглоба (8,4%), травми кисті (6,1%), забій м'яких тканин (3,9%), переломи (2,4%), травми плечового суглоба (2,2%), струс головного мозку (0,7%). Решта 54,1% припадає на виникнення випадків захворювань (травм), не пов'язаних із тренувальним (змагальним) процесом атлетів.

Надалі під час обробки результатів анкетування встановлено, що основними причинами виникнення травматизму в армспорті є: недостатня технічна та фізична підготовленість спортсмена (64,3%); недостатнє використання захисної екіпіровки (16,3%); незадовільна організація змагань, низька якість суддівства (14,6%); недостатнє матеріально-технічне забезпечення тренувального процесу (14,4%); помилки тренерів у виборі раціональної методики тренувань (15,2%); відсутність тренера під час тренувального процесу (4,6%); незадовільна дисципліна атлетів (3,9%).

Слід також зауважити, що серед додаткових причин виникнення травматизму під час тренувань в армспорті респондентами вказані: недотримання правил, боротьба з небезпечною обстановкою, наявність незначних травм, несистематичні тренування, відсутність відновлювальних заходів, недостатнє харчування, неухважність та інші чинники.

Надалі нами були визначені важливі соціально-психологічні особливості спортсменів (комунікабельність, керованість, скритність, демонстративність, нормативність, відповідальність, агресивність, егоїзм, підозрілість) та їх вплив на травматизм. Нами встановлено, що є позитивний зв'язок травматизму з такою рисою, як скритність, та негативний – з нормативністю. Варто також зауважити, що недотримання правил змагань та норм поведінки неодмінно призводить до травматизму як самого атлета, так і його супротивника. Важливим є той факт, що нами не виявлено сильних зв'язків з такими рисами, як: агресивність, егоїзм та демонстративність.

Відсутність сильних зв'язків з такою рисою, як відповідальність, на наш погляд, може бути зумовлена тим, що вплив зазначеної риси на травматизм є неоднозначним. З одного боку, відповідальність спонукає атлета до прийняття необхідних заходів безпеки, а з іншого – спонукає до досягнення високого спортивного результату, що може призвести до травмування. Крім цього, варто зазначити про тісний зв'язок із травматиз-

мом спортсменів таких їх характеристик, як комунікабельність та відповідальність. Порушення правил, інструкцій призводить до великої ймовірності отримання травми. Своєю чергою зниження комунікабельності, як і підвищена скритність, заважає взаємному обміну досвідом та засвоєння вірних напрямів поведінки у ситуаціях наближених до отримання травми. Таким чином, найбільш важливим складником, який забезпечує зниження травматизму серед спортсменів – є орієнтація на чітке дотримання норм, правил та інструкцій у системі їх багаторічної підготовки.

Надалі нами було визначено вплив емоційної сфери атлетів на отримання травм. У результаті дослідження встановлено, що надлишкова схильність до стресів та недостатньо розвинута здібність діяти організовано у складних ситуаціях може мати негативні наслідки (призвести до травмування). Крім цього, встановлено, що є причинний зв'язок травмування з тривожністю. Своєю чергою заходи зі зниження тривожності атлетів, які займаються армспортом, можуть мати негативний вплив, тому більшість зусиль необхідно зосереджувати на її нормалізації.

У результаті визначення та дослідження впливу діяльнісних особливостей особистості на отримання травми під час тренувального (змагального) процесу встановлено, що до групи зазначених якостей належать ті якості, які відображають особливості виконання діяльності. Під час нашого дослідження здійснено розрахунок взаємозв'язку з достатньо значним числом таких параметрів. Нами встановлено, що ряд якостей не здійснюють вагомого впливу на отримання травми спортсменом (витривалість, енергійність, перфекціонізм). Водночас такі якості, як консерватизм, робота по шаблону, готовність до урахування попередніх помилок, відсутність упертості та виваженість в діях, позитивно впливають на зниження ризику отримання травми, а також її нанесення супротивнику.

Відповідно до вищезазначеного нами розроблені пропозиції щодо попередження травматизму під час тренувального (змагального) процесу здобувачів вищої освіти, які займаються армспортом. З цією метою нами пропонується використання професійного столу фірми Mazurenko Equipment [11], а також доцільним є впровадження профільної стандартизації (наприклад: Professional Armwrestling League, International Federation of Armwrestling, Ukrainian Armwrestling Federation), що забезпечить якісну підготовку атлетів до змагань та сприятиме об'єктивній оцінці результатів під час суддівства.

Своєю чергою впровадження рейтингової системи присвоєння спортивних розрядів та звань у практику змагальної діяльності Української федерації армрестлінгу дозволить більш точно деталізувати виконані атлетами нормативи в порівнянні

з чинними державними стандартами. Крім цього, зазначене вище стимулюватиме підвищення спортивної майстерності спортсменів.

На наш погляд, важливим є впровадження у систему багаторічного тренування армрестлерів сучасних «Правил безпеки в армрестлінгу (армспорті) та попередження травматизму серед початківців» (надалі «Правила»). Зазначені «Правила» розроблені фахівцями армспорту та передбачають недопущення травматизму як серед початківців, так і серед висококваліфікованих атлетів. Сутність «Правил» полягає у формуванні вірного анатомічного положення руки, у якому неможливо розігнути руку супротивника унаслідок перенесення навантаження на плечову кістку, ліктьові зв'язки, сухожилля, плечові зв'язки та сухожилля. Апробація зазначених «Правил» показала їх високу ефективність у порівнянні з чинними правилами змагань [12] (розроблені нами експериментальні «Правила» апробовано під час понад 30 змагань різних рівнів, у яких взяли участь понад 450 атлетів).

Висновки. Відповідно до результатів дослідження з цієї проблематики членами науково-дослідної групи визначені складники формування компетентнісного підходу до організації заходів попередження травматизму та безпеки у здобувачів вищої освіти, які займаються армспортом, а саме: умови та обставини отримання травми; соціально-психологічні особливості та емоційна сфера особистості; правила змагань та інструктаж щодо заходів безпеки.

Крім цього, нами встановлено, що основними причинами виникнення травматизму у армспорті є: недостатня технічна та фізична підготовленість спортсмена; недостатнє використання захисної екіпіровки; незадовільна організація змагань, низька якість суддівства; недостатнє матеріально-технічне забезпечення тренувального процесу; помилки тренерів у виборі раціональної методики тренувань; відсутність тренера під час тренувального процесу; незадовільна дисципліна атлетів.

Вважаємо, що використання професійного столу фірми Mazurenko Equipment [11], впровадження рейтингової системи присвоєння спортивних розрядів та звань та використання апробованих «Правил безпеки в армрестлінгу (армспорті) та попередження травматизму серед початківців» дозволить знизити ризики отримання травми здобувачами вищої освіти під час тренувального (змагального) процесу в армспорті.

Таким чином, мету дослідження досягнуто, а завдання є виконаними. Результати дослідження впроваджені у систему багаторічної підготовки здобувачів вищої освіти, які займаються армспортом, – студентів ХНУМГ ім. О.М. Бекетова (м. Харків) та курсантів ННІФК та спортивно-оздоровчих технологій НУОУ ім. Івана Черняхівського (м. Київ).

Перспективи подальших досліджень у обраному напрямі передбачають формування технічних дій армрестлерів (здобувачів вищої освіти) із використанням сучасних технічних засобів навчання.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Петренко В.А. Залізні руки : навч. посіб. з основ армспорту. Харків : НТУ «ХПІ», 2000. 96 с.
2. Клочко В.М., Безкоровайний Д.О. Спортивні єдиноборства. Армспорт. Техніка, тактика і методика навчання : консп. лек. для вивч. модуля «Фізичне виховання». Харків : ХНАМГ, 2005. 96 с.
3. Звягінцев І.М. Силова та фізична підготовка (Армспорт): метод. вказ. до практ. занять (для студентів усіх спеціальностей Академії з дисциплін «Фізичне виховання», «Фізична культура»). Харків : ХНАМГ, 2011. 60 с.
4. Галашко О.І. Система відбору й прогнозування успішності спортивної діяльності у силових видах спорту (армспорт, гирьовий спорт) : автореф. дис. ... канд. наук. з фіз. вих. : 24.00.01. Харків, 2013. 20 с.
5. Скоробогатов А.В., Перфилье М.В. Армспорт: учеб.-метод. пособ. Ижевск: УдГУ, 2008. 74 с.
6. Казаков М.К., Промзелева Т.А. Стол для занятый армспортом с датчиками. Наука – 2020:

Физическая культура, спорт, туризм: инновационные проекты и передовые практики. 2018. № 1 (17). С. 47–51.

7. Бібік Н.М., Єрмаков І.Г., Овчарук О.В. Компетентнісна освіта: від теорії до практики : навч. посібн. Київ : Пляєди, 2005. 120 с.

8. Вихляєв Ю.М. Компетентнісний підхід до професійної підготовки майбутнього фахівця з фізичного виховання. *Фізичне виховання та спорт.* 2015. №129 (2). С. 114–117.

9. Харченко С.М. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців аграрного профілю у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук. : 13.00.04. Суми, 2018. 19 с.

10. Мичка І.В. Формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до занять з пауерліфтингу в освітньому процесі з фізичного виховання. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова.* 2018. №5 (99). С. 121–124.

11. Mazurenko Equipment. URL: <http://en.armspower.net/article/4036/mazurenko-equipment-training-handles>.

12. Правила армспорту. URL: <https://www.armsport.com.ua/про-федерацію/правила.html>.