

## ВЫПОЛНЕНИЕ НОРМАТИВОВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНО-АДАПТИВНЫХ ШКОЛАХ

А. А. Сятова, В. И. Волчкова

*Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма,  
Казань, Россия  
anastasiya\_syatova@mail.ru*

Данная работа посвящена анализу нормативов общей физической и специальной физической подготовки по Паралимпийским и непаралимпийским видам спорта для учащихся детских спортивных адаптивных школ и их соответствия возможностям детей с поражением опорно-двигательного аппарата, слуха, зрения и интеллекта.

This work is devoted to the analysis of the norms of general physical and special physical training for Paralympic and Non-Paralympic sports for pupils of children's sports adaptive schools and their correspondence to the abilities of children with locomotor system, hearing, vision and intellect.

**Ключевые слова:** физическая подготовка; физическая подготовленность; спортивно-адаптивная школа; поражением опорно-двигательного аппарата.

**Keywords:** physical training, physical preparedness; sports-adaptive school; musculoskeletal disorders.

**Введение.** Важнейшим направлением социальной политики государства на современном этапе является развитие адаптивной физической культуры и спорта людей с инвалидностью. Значительное место в данном процессе занимает становление отечественного детско-юношеского адаптивного спортивного движения, начало истории которого было положено Федеральным законом «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (2007).

В указанном нормативном акте говорилось о создании детско-юношеских спортивно-адаптивных школ (ДЮСАШ), адаптивных детско-юношеских клубов физической подготовки, филиалов, отделений и структурных подразделений образовательных учреждений по адаптивному спорту.

К настоящему моменту достаточно активно развивается нормативно-правовая и методическая база детско-юношеского адаптивного спорта. Вступили в силу Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», Стратегия развития физической культуры и спорта в РФ до 2020 года, Государственная программа РФ «Доступная среда» на 2011–2020 гг, «Методические рекомендации об учреждениях адаптивной физической культуры и адаптивного спорта», методические рекомендации «Применение новых форм работы по привлечению к массовому спорту лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов» и др.

**Результаты исследования и их обсуждение.** В Республике Татарстан 1 апреля 2015 г. открылась Республиканская детско-юношеская спортивно-адаптивная школа. Организация тренировочного процесса в РДЮСАШ осуществляется на основе положений и требований Федеральных стандартов спор-

тивной подготовки по спорту инвалидов [1, 2, 3, 4], согласно которым спортсмены-воспитанники два раза в год должны выполнять нормативы физической и специальной физической подготовки. Однако, исполнение данного условия вызывает затруднение на практике из-за несоответствия некоторых нормативных требований физическим возможностям занимающихся.

Следовательно, наметилась проблема, суть которой в анализе, сравнении и установлении соответствия показателей физической подготовленности воспитанников школы с нормами Федеральных стандартов спортивной подготовки (далее – Стандарты).

Для изучения этого вопроса мы поставили цель проанализировать нормативы спортивной подготовки, представленными в Стандартах для различных нозологических групп. Для достижения цели, перед нами стояла задача изучить научно-методическую литературу по данной проблеме.

Главным источником информации для нас является Федеральный стандарт спортивной подготовки по таким видам спорта, как спорт лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата, спорт глухих, спорт лиц с интеллектуальными нарушениями, спорт слепых, в котором описаны нормативы для каждого этапа спортивной подготовки.

Федеральный стандарт по видам спорта для лиц с ограниченными возможностями здоровья так же, как и Федеральный стандарт по олимпийским и не-олимпийским видам спорта имеет «Титульный лист», «Пояснительную записку», «Нормативную часть», «Методическую часть», «Систему контроля и зачетные требования», «Перечень информационного обеспечения».

В главе «Система контроля и зачетные требования» прописаны:

- нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на этапе начальной подготовки, на тренировочном этапе, на этапе совершенствования спортивного мастерства и на этапе высшего спортивного мастерства;

- развиваемые физические качества и контрольные упражнения (тесты) для них;

- виды спорта (дисциплины) с функциональными группами.

Изучив Федеральные стандарты спортивной подготовки по видам спорта: спорт лиц с нарушением опорно-двигательного аппарата, спорт глухих, спорт лиц с интеллектуальными нарушениями, спорт слепых, наше внимание привлекли следующие моменты:

1. Этап начальной подготовки по баскетболу на колясках I функциональная группа включает такой тест, как бег 800 метров (без учета времени); многоскок 5 прыжков – не менее 2,30 м. Возможно ли выполнение этого теста лицам, передвигающимся с помощью спортивной коляски?

2. Этап начальной подготовки по виду спорта плавание спорт лиц с ПОДА II функциональная группа имеет ряд беговых и прыжковых тестов: бег 200 м (без учета времени), многоскок 5 прыжков (не менее 1,80 м), прыжок в длину с места (не менее 0,40 м). Мы считаем это слишком высоким требованием для ребенка, возраст которого 7–8 лет и имеющего поражение опорно-двигательный аппарата.

3. На этапе начальной подготовки по легкой атлетике (бег на средние и длинные дистанции) справедливо ли, что слепому бегуну на дистанции 300 м отведено не более 1 мин 10 с, а спортсмену с интеллектуальными нарушениями на эту же дистанцию дано время не более 1 мин 20 с?

Эти и ряд других подобных спорных моментов обусловили начало нашего исследования, результатом которого станет подробный анализ и возможное планируемое обращение в Минспорта РФ за разъяснениями по предложенным в Стандартах видам и нормам тестирования физической подготовленности спортсменов на различных этапах спортивной подготовки.

**Выводы.** На сегодняшний момент нами начат анализ результатов выполнения контрольных тестов Стандартов воспитанниками РДЮСАШ Татарстана. Уже сейчас можно утверждать, что данные требования трудновыполнимы и не соответствуют физическим возможностям занимающихся, что отражается на их переводе на следующий год обучения в школе.

### БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Приказ "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спорт глухих" [Электронный ресурс]. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 03.02.2014 № 70 Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru/upload/docs/prikaz70ot030314.pdf>

2. Приказ "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с поражением ОДА" [Электронный ресурс]. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.01.2014 № 32 Режим доступа: [https://www.minsport.gov.ru/2016/doc/prikaz32\\_27012014.pdf](https://www.minsport.gov.ru/2016/doc/prikaz32_27012014.pdf)

3. Приказ "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спорт слепых" [Электронный ресурс]. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.01.2014 № 31 Режим доступа: <https://www.minsport.gov.ru/2016/doc/prikaz31ot270114.pdf>

4. Приказ "Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта спорт лиц с интеллектуальными нарушениями" [Электронный ресурс]. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.01.2014 № 33 Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru/upload/docs/prikaz33ot270114.pdf>