

**ԲԱԺԻՆ 3. ԱԴԱՊՏԻՎ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ԿՈՒԼՏՈՒՐԱՅԻ, ԱԴԱՊՏԻՎ
ՍՊՈՐՏԻ ԵՎ ՖԻԶԻԿԱԿԱՆ ՎԵՐԱԿԱՆԳՆՄԱՆ
ՀԱՅԵՑԱԿԱՐԳԵՐԸ**

ՀՏԴ 796.01

DOI: 10.53068/25792997-2025.2.15-280

**ՀԵՆԱԶԱՐԺՈՂԱԿԱՆ ՀԱՄԱԿԱՐԳԻ ՎՆԱՍՎԱԾՔՆԵՐՈՎ ԲԱՍԿԵՏԲՈԼԻՍ-
ՆԵՐԻ ՊԱՏՐԱՍՏՈՒԹՅԱՆ ԱՌԱՆՁՆԱՀԱՏԿՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ**

Ե.Լ. Դավթյան¹, Ա.Ե. Դավթյան², Մ.Յու. Ադամյան³,

¹Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի
և սպորտի պետական ինստիտուտ, Երևան, Հայաստան

²ՀՀ Պաշտպանության նախարարություն,
Երևան, Հայաստան,

³Հայաստանի պետական տնտեսագիտական
համալսարան, Երևան, Հայաստան

Առանցքային բառեր: Աչքաշար-
ժիչ, մկանների տոնուս, թեպինգ թեստ,
միոտոնոմետր, գետերոֆորիա, օրտո-
ֆորիա, ֆիզիկական, տեխնիկական, «-
կոնտրակցիա», անվասայլակ:

**Հետազոտության արդիականու-
թյուն:** Անվասայլակով բասկետբոլը՝
որպես մարզաձև, պարապողներին ա-
ռաջին հերթին անհրաժեշտ է առողջա-
կան նշանակությամբ, հետո՝ իբրև մար-
զաձև [3]: Անվասայլակով բասկետբոլը
նպաստում է օրգանիզմի համաչափ
զարգացմանը՝ ազդելով ֆունկցիոնալ
հնարավորությունների վրա [1]:

Մեզ հայտնի հայրենական և ար-
տասահմանյան գրականության մեջ քիչ
է լուսաբանված անվասայլակով բաս-
կետբոլ պարապող մարզիկների վերա-

բերյալ այնպիսի աշխատանքներ, որ-
տեղ միաժամանակ հետազոտված լի-
նեն անվասայլակով բասկետբոլիստնե-
րի ֆիզիկական, տեխնիկական, ինչպես
նաև նյարդամկանային համակարգի
ցուցանիշների փոփոխությունները
մարզման տարբեր փուլերում:

Հետազոտության նպատակը:

Հետազոտության նպատակն է՝ ուսում-
նասիրել հենաշարժողական ապարա-
տի վնասվածքներ ունեցող անվասայլա-
կով բասկետբոլիստների օրգանիզմի
ֆունկցիոնալ, ֆիզիկական և տեխնի-
կական պատրաստվածության աստի-
ճանը:

**Հետազոտության մեթոդները և
կազմակերպումը:** Հետազոտության
մեթոդներն են՝ մասնագիտական գրա-

կանության ուսումնասիրում և վերլուծում, մանկավարժական թեստավորում՝ 1. 4x20մ մաքրքավազք (վրկ.), 2. սեղմում՝ հենում պառկած վիճակից, 3. անվասայլակով արագացում 20մ (վրկ.) 4. տուգանային 10 նետում, 5,5 տարբեր կետերից միջին տարածության 10 նետում, 6. զիզզագով անցում 10 կոների միջև (վրկ.), 7. աջից օղակի տակից գնդակի 5 նետում, (քանակ), 8. ձախից օղակի տակից գնդակի 5 նետում, (քանակ), 9. թեպինգ թեստ, 12. միտոնոմետրիա, 13. աչքաշարժիչ ապարատի ֆունկցիայի որոշում, 14. մաթեմատիկական վիճակագրություն:

Միտոնոմետրիա, որի միջոցով ուսումնասիրել ենք բասկետբոլիստների մկանների «թույլ» և «լարված» վիճակները բեռնվածությունից առաջ և հետո, ինչպես նաև «թույլ» և «լարված» վիճակների միջև լայնույթը, «կոնտրակցիան»: Հետազոտությունն անցկացվել է Սիրմանի միտոնոմետրի օգնությամբ:

Հետազոտվել է բազկի երկգլուխ, բազկի եռագլուխ, կրծքի մեծ, ազդրի քառագլուխ մկանները, նշված մկաններն ընտրվել են՝ հաշվի առնելով, որ անվասայլակով բասկետբոլիստների մոտ խաղի ընթացքում մեծ բեռնվածություն են կրում հիմնականում այս մկա-

նախմբերը: Յուրաքանչյուր մկանի համար որոշվել է նրա «կոնտրակցիան» հետևյալ բանաձևի միջոցով՝ $S2-S\theta=C$, $S2$ ՝ մկանների տոնուսը լարված վիճակում, $S\theta$ ՝ մկանների տոնուսը թույլ վիճակում, C ՝ մկանի տոնուսի «կոնտրակցիան»՝ երկու վիճակների տարբերությունը:

Թեպինգ թեստի ֆունկցիոնալ ասիմետրիայի գործակցի հաշվարկի համար թեստն անցկացվել է աջ և ձախ ձեռքերով, բեռնվածությունից առաջ և հետո [4]: Հետազոտություններն անցկացվել են 2 փուլով՝ Գյումրու «Բանակի կենտրոնական մարզական ակումբի» անվասայլակով բասկետբոլիստների թիմի հետ: Առաջին փուլն անցկացվել է 2024թ.-ի հոկտեմբերին, երկրորդը՝ 2025-ի մարտին: Թիմի մարզումները և հետազոտություններն անցկացվել են՝ Գյումրու 15 հիմնական դպրոցի մարզադահլիճում: Հետազոտությունը կրում է շարունակական բնույթ:

Մասնագիտական գրականության վերլուծություն: Անվասայլակով բասկետբոլում նշանակալի արդյունքների հասնելու համար անհրաժեշտ է ոչ միայն ֆիզիկական, տեխնիկական, այլև լավ ֆունկցիոնալ պատրաստություն: Բասկետբոլիստները խաղի ժամանակ լավագույն ցուցանիշների հասնելու համար օգտագործում են օրգանիզմի առավելագույն հնարավորությունները,

որոնք մեծ բեռնվածություն են առաջացնում նյարդամկանային համակարգի, շնչառական, շարժողական և այլ համակարգերի վրա: Նյարդային համակարգի ֆունկցիայի խանգարումը կարող է ազդել նաև օրգանիզմի մյուս ֆունկցիաների վրա: Նյարդամկանային համակարգի աշխատունակության անկումը կարող է լինել մարզիկի հոգնածության ցուցանիշներից մեկը, և մարզվելիս այդ փոփոխությունները կարող են լինել խաղացողի աշխատունակության բարձրացման գործոններից մեկը: Կմախքային մկանային համակարգի ֆունկցիոնալ ցուցանիշներից մեկը կարող է լինել մկանների «ազատ թուլացման» և «մաքսիմալ լարվածության» տարբերությունը, «կոնտրակցիան [5,6,8]: Հեղինակը [2], ուսումնասիրելով բարձրակարգ բասկետբոլիստների մոտ խաղի ընթացքում կմախքային մկանների «ազատ թուլացման» և «լարվածության» ցուցանիշները, եզրահանգել է՝ խաղի ընթացքում աջ և ձախ ոտքերի «ձկնամկանի» ֆունկցիոնալ վիճակը հավաստիորեն վատանում է ($p < 0,001$), իջնում է թուլացման և լարվածության ցուցանիշները, ինչպես նաև նրանց միջև լայնույթի ցուցանիշները: Հանգստից հետո ցուցանիշները որոշ չափով վերականգնվում են, բայց չեն հասնում նախնական ցուցանիշներին: Նման փոփո-

խությունների են ենթարկվել նաև բազկի եռագլուխ և երկգլուխ մկաները ($p < 0,001$):

Սպորտում բարձր արդյունքների հասնելու համար մեծ նշանակություն ունեն զգայարանները:

Տեսողական, հավասարակշռության, լսողական և շարժողական զգայարանների կողմից ստացված տեղեկատվության վերլուծության հիման վրա ընտրված մարզաձևում ձևավորվում են շարժողական հմտություններ:

Բասկետբոլում կարևոր նշանակությունը ունի հատկապես տեսողական զգայարանը: Մի շարք հեղինակներ [11,12,] նշել են, որ տարբեր մարզաձևերով մարզվելը տարբեր ձևով են ազդում տեսողական զգայարանի ֆունկցիոնալ վիճակի վրա:

Խաղային մարզաձևերում առաջատար տեսողական զգայարաններն են՝ տեսողության սրությունը, «պերիֆերիկ» տեսողությունը, տեսողության խորությունը, աչքաշարժիչ ապարատի ցուցանիշները, ինչպես նաև տեսողական ռեակցիան: Խաղի ժամանակ կարևոր է տեսնել որքան հնարավոր է շատ խաղացողների, նրանց դիրքը և շարժումը դաշտում, գնդակի շարժումը, կողմնորոշվել դժվար խաղային իրավիճակներում:

Անբավարար զարգացած «պերիֆերիկ» տեսողությունը բացասական է

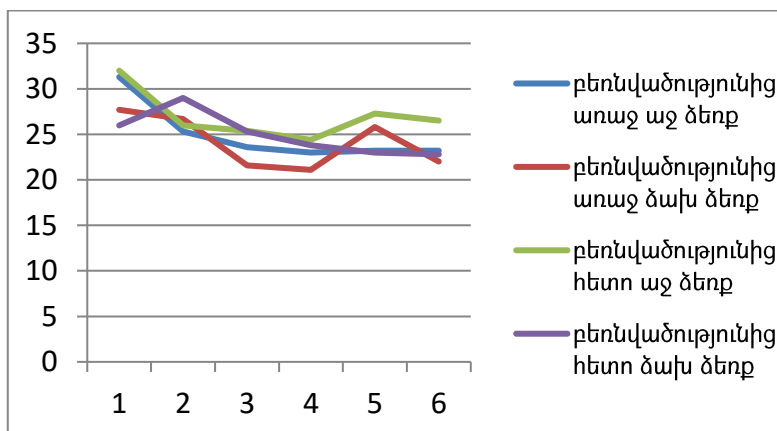
ազդում բասկետբոլիստի տակտիկական և տեխնիկական գործողությունների վրա: Այսպիսով՝ մի շարք հեղինակների հետազոտությունների համաձայն [7,12,], բասկետբոլիստների տեսողության խորության ճշգրտությունը 2-2.5 անգամ ավելի լավ է, քան մարմնամարզիկների, լողորդների, ըմբիշների և սպորտով չզբաղվող մարդկանց մոտ: Իրենց աշխատանքներում հեղինակները ցույց են տալիս բասկետբոլիստների մկանային համակարգի և տեսողական զգայարանի միջև սերտ կապ: Խաղի ընթացքում տեղի ունեցող գործընթացները, մասնավորապես տեսողության խորության շեմի նվազումը, աչքաշարժիչ ապարատի փոփոխությունները, ինչպես նաև տեսողական ռեակցիայի թաքնված շրջանի աճը, էական ազդեցություն են ունենում տեխնիկական և տակտիկական ցուցանիշների վրա: Կարելի է ենթադրել, որ բասկետբոլը դրական ազդեցություն ունի տեսողական անալիզատորի առանձին ֆունկցիաների վրա, որոնք էլ իրենց հերթին անուղղակիորեն ազդում են բասկետբոլիստների խաղի արդյունավետության վրա:

Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն: Ըստ թեպինգ թեստի արդյունքների՝ առաջին հինգ վայրկյանում բեռնվածությունից առաջ աջ ձեռքի ցուցանիշը եղել է 31.3, վերջին հինգ

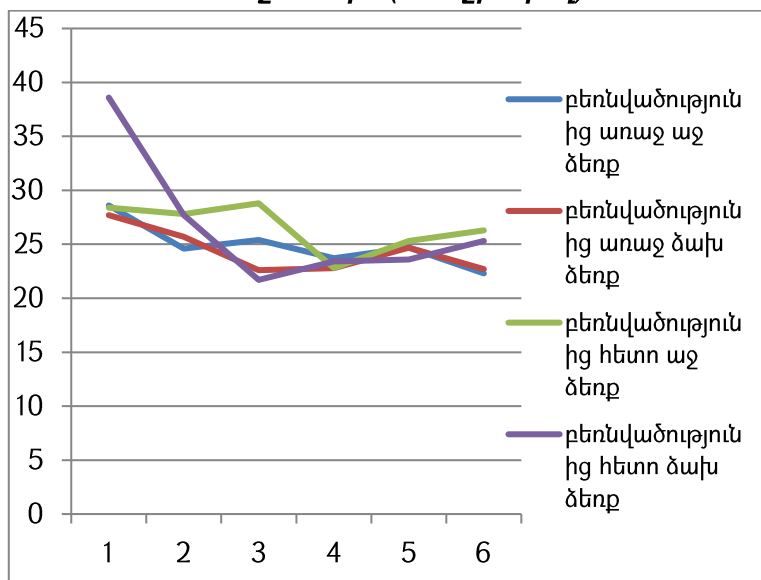
վայրկյանում՝ 23.2, նման փոփոխության է ենթարկվել նաև ձախ ձեռքի թեպինգ թեստի արդյունքները, համապատասխանաբար՝ 27.7 և 22, բեռնվածությունից հետո արդյունքներն առաջին հինգ վայրկյանի համեմատ նույնպես վատացել են՝ առաջին հինգ վայրկյանին եղել է 32, իսկ վերջին հինգ վայրկյանում՝ 22.8: Ինչպես բեռնվածությունից առաջ, այնպես էլ հետո, աջ և ձախ ձեռքերի թեպինգ թեստի երկրորդ փուլի արդյունքները նույնպես ենթարկվել են նմանատիպ փոփոխության, օրինակ՝ աջ ձեռքի թեպինգ թեստի արդյունքները բեռնվածությունից առաջ՝ առաջին հինգ վայրկյանին եղել է 28.6, իսկ վերջին հինգ վայրկյանում՝ 22.3, բեռնվածությունից հետո՝ 28.4 և 25.3, ձախ ձեռքի արդյունքները, համապատասխանաբար՝ 27.7 և 22.7, 38.6 և 25.3 (տրամագիր 1,2): Թեպինգ-թեստի արդյունքները ցույց տվեցին, որ ինչպես առաջին փուլում, այնպես էլ երկրորդ փուլում բեռնվածությունից առաջ և հետո առաջին հինգ վայրկյանի համեմատ մյուս հինգ վայրկյանների արդյունքները մարզիկների մոտ հիմնականում նվազում են, բեռնվածությունից հետո նվազումը նկատվում է ավելի ցայտուն [4]: Հետազոտության արդյունքները ցույց տվեցին, որ նրանց մոտ նկատվում են ինչպես «ուժեղ», այնպես էլ «միջին» և

«թույլ» նյարդային համակարգեր ունեցող մարզիկներ: Ուժեղ նյարդային համակարգ ունեցող մարզիկները կարող

ղանում են դիմակայել ավելի մեծ ինտենսիվության և ծավալով բեռնվածության, քան թույլ նյարդային համակարգ ունեցող մարզիկները [4,6,11]:



Տրամագիր 1. Թեպինգ թեստի արդյունքները բեռնվածությունից առաջ և հետո (առաջին փուլ)



Տրամագիր 2. Թեպինգ թեստի արդյունքները բեռնվածությունից առաջ և հետո (երկրորդ փուլ)

Միոտոնոմետրիայի ցուցանիշները բեռնվածությունից առաջ և հետո, ինչպես առաջին փուլում, այնպես էլ երկրորդ փուլում ենթարկվել են փոփոխության: Ինչպես ցույց տվեցին հետազոտության արդյունքները, թույլ և ձգված վիճակում՝ հիմնականում մկանների «կոնտրակցիան» հատկապես երկրորդ փուլում փոքրացել է, օրինակ՝ առաջին փուլում բազկի եռագլուխ մկանի «կոնտրակցիայի» ցուցանիշները բեռնվածությունից առաջ եղել է 275, բեռնվածությունից հետո՝ 256, երկրորդ փուլում կրծքի մեծ մկանների «կոնտրակցիան» 2-րդ փուլում բեռնվածությունից առաջ եղել է 177, իսկ բեռնվածությունից հետո՝ 122, բազկի եռագլուխ մկանի «կոնտրակցիան» 2-րդ փուլում բեռնվածությունից առաջ եղել է 298, իսկ բեռնվածությունից հետո՝ 247: Բազկի երկգլուխ մկանների բեռնվածությունից առաջ եղել է 292, բեռնվածությունից հետո՝ 268:

Մկանների «կոնտրակցիայի» արդյունքները հատկապես բեռնվածությունից հետո բարելավելու համար, մարզվելիս անհրաժեշտ է մեծ ուշադրություն դարձնել անվասայլակով բասկետբոլիստների արագաուժային որակների զարգացմանը:

Աչքաշարժիչ ապարատի ֆունկցիայի ցուցանիշները նույնպես ինչպես առաջին փուլում, այնպես էլ երկրորդ փուլում բեռնվածությունից առաջ և հետո վատացել են, օրինակ՝ առաջին փուլում աչքի ցուցանիշը բեռնվածությունից առաջ եղել է 0.2, բեռնվածությունից հետո՝ 0.7, ձախ աչքի ցուցանիշը համապատասխանաբար՝ 0.5 և 1.1: Նույնատիպ փոփոխությունների են ենթարկվել նաև երկրորդ փուլի արդյունքները:

Երկրորդ փուլում բեռնվածությունից առաջ եղել է 0.24, իսկ բեռնվածությունից հետո՝ 0.35, ձախ աչքի ցուցանիշները, համապատասխանաբար՝ 0.27 և 0.4 (աղյուսակ 1)

Աղյուսակ 1

Աչքաշարժիչ ապարատի ֆունկցիաի փոփոխությունները բեռնվածությունից առաջ և հետո (աջ և ձախ աչքեր).

առաջին փուլ

	Բեռնվածությունից առաջ		Բեռնվածությունից հետո	
	աջ աչք	ձախ աչք	աջ աչք	ձախ աչք
x	0.2	0.5	0.7	1.1
ծ	0.57	0.50	0.39	0.48
m	0.21	0.19	0.15	0.18

երկրորդ փուլ

x	0.24	0.27	0.35	0.4
ծ	0.25	0.37	0.56	0.46
m	0.09	0.14	0.21	0.17

Անվասաայլակով բասկետբոլիստների մարզման ընթացքում հաճախ օգտագործվել են «մամլիչ» պաշտպանության, արագ հարձակման վարժություններ, հոգնածության ֆոնի վրա կատարվել են տուգանային նետումներ, նետումներ միջին և հեռու տարածություններից, գնդակի վարում, փոխանցումներ և այլն:

Հայտնի է, որ յուրաքանչյուր մարզաձևում, ինչպես նաև բասկետբոլում լավագույն արդյունքներ ցույց տալու համար կարևորվում է խաղացողների ֆիզիկական և տեխնիկական պատրաստությունը [9,13]:

Ունենալով բարձր ֆիզիկական պատրաստվածություն՝ բասկետբոլիստները կարող են ամբողջ խաղի ընթացքում ցուցաբերել խաղային բարձր արդյունավետություն [10]:

Անվասաայլակով բասկետբոլիստների ֆիզիկական և տեխնիկական պատրաստվածությունը գնահատող թեստերի արդյունքների վերլուծությունը ցույց տվեց, որ երկրորդ փուլում արդյունքներն առաջին փուլի համեմատ բարելավվել են:

Օրինակ՝ առաջին փուլում 4x20մ մաքրապագրի արդյունքը եղել է 28.8 վրկ., երկրորդ փուլում այն կազմել է՝ 28.3 վրկ., սեղմում հենում պառկած վիճակից առաջին փուլում արդյունքը եղել

է 15.3, իսկ երկրորդ փուլում՝ 21.6, արդյունավետ նետումների քանակը միջին տարածությունից առաջին փուլում եղել է 3, երկրորդ փուլում՝ 5.2, նմանատիպ փոփոխությունների է ենթարկվել նաև մյուս թեստերի արդյունքները (աղյուսակ 2):

Աղյուսակ 2

«ԲԿՄԱ» անվասայլակով բասկետբոլիստների ֆիզիկական և տեխնիկական պարաստության թեստերի արդյունքները.

առաջին փուլ

	4x20մ (վրկ.)	սեղմում հե- նում պար- կած վիճա- կից (քանակ)	վազք 20մ (վրկ.)	10 տուգ նետում (քանակ)	10 նետում միջին տարած. (քանակ)	զիզզազ 10 կոների միջև (վրկ.)	Գնդակի 5 նետում օղակի տակից (քանակ)	
							աջ ծեռքով	ձախ ծեռքով
x	28.8	15.3	6.4	3	2.7	12.3	3.4	2.6
ծ	0.98	9.45	0.44	1.87	1.47	0.63	0.89	0.00
m	0.40	4.23	0.18	0.76	0.60	0.26	0.37	0.00

երկրորդ փուլ

x	28.3	21.6	6.1	5.2	3.7	10.7	3.7	3.7
ծ	0.83	10.29	0.36	1.16	0.89	0.38	0.71	0.46
m	0.29	3.89	0.13	0.41	0.31	0.13	0.25	0.16

Եզրակացություն: 1.Անվասայլակով բասկետբոլում մարզական բարձր նվաճումների հասնելու համար անհրաժեշտ է բարելավել բասկետբոլիստների ֆիզիկական, տեխնիկական, նյարդային համակարգի ֆունկցիոնալ և հենաշարժողական ապարատի մկանային զանգվածի հնարավորությունները:

2.Անվասայլակով բասկետբոլիստների շարժողական ընդունակությունների կատարելագործման և օրգանիզմի հնարավորությունների բարձրացման համար առաջնահերթություն պետք է տրվի մարզման «խաղային» մեթոդի կիրառմանը:

■ ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1.Դավթյան Ե.Լ.,Դավթյան Ա.Ե., Անվասայլակով բասկետբոլիստների պատրաստության առանձնահատկությունները, Ուսումնամեթոդական ձեռնարկ, Երևան, 2022, 132 էջ:

2.Давтян Е.Л., Исследование взаимосвязи специальной выносливости и показателей функционального состояния зрительно-сенсорной системы у баскетболистов 15-16 лет, Диссертация, Л,1978.С.61-66.

3.Волкер М., Баскетбол на колясках: 2010. С.20-33.https://www.fsk-baski.ru/images/stories/material/wheelchair-basketball-manual_ang_rus_form_red.pdf

4. Ильина М.Н., Ильин Е.П., Об одном из условий диагностирования силы нервной системы по возбуждению с помощью теппинг-теста: Психофизиологические особенности спортивной деятельности: Л.,1975.С.183-186 .

5. Дьяков Д.В., Влияние монотонии на функциональное состояние спортсменов: Ереван, Медицинская наука Армении, №1 2003. С.74-76

6. Davtyan Y.L., Asatryan M.R..Sargsyan R., Study of muscle system tension of wheelchair basketball players, Գիտությունը սպորտում. արդի հիմնախնդիրներ, № 3, Երևան, 2023, էջ 134-140:

7. Костюнина Л.И., Материалы докладов Всероссийской научно-практической конференции: Современные проблемы теории и практики спортивной медицины и физической реабилитации: Кам. Гафкси Т, 2009. С. 112-114.

8. Назаров А.В., Произвольное мышечное расслабление и его изменения в зависимости от возраста и двигательной деятельности Диссертация.,1973.

9. Корягин В.М., На базе выносливости «Спортивные игры» 1977, № 1. С 28-29,

10.Данилов В.А., Специальная программа для повышения физических и функциональных возможностей баскетболистов:Теория и практика Ф.К.1975 №12,С.10-13

11.Ивойлов А.В., Психофизиология физического воспитания: факторы, влияющие на эффективность спортивной деятельности. М : Просвещение, 1983. С 223.

12..Моисеенко Е.К., Стрельникова Е.Я., Ляхова Т.П., Исследование зрительных функций спортсменов–игровиков. Харьковская государственная академия физической культуры, г. Харьков.2014 С.86-90

13. Шавалеева К.А., Особенности спортивной тренировки в баскетболе на колясках: Современные научные исследования и инновации. 2019. № 11 [Электронный ресурс]. URL: <https://web.snauka.ru/issues/2019/11/90657>

FEATURES OF TRAINING BASKETBALL PLAYERS WITH MUSCULO-SKELETAL INJURIES

Y. Davtyan¹, A. Davtyan², M. Adamyan³,

¹*Armenian State Institute of Physical Culture and Sport,
Yerevan, Armenia,*

²*Ministry of Defense of the Republic
of Armenia, Yerevan, Armenia,*

³ *Armenian State University of
Economics, Yerevan, Armenia*

ABSTRACT

Keywords: muscle tone, tapping test, myotometer, physical, technical, "contraction", wheelchair. musculoskeletal system, heterophoria, orthophoria.

Research Relevance: In the local and foreign literature, there are few studies on wheelchair basketball athletes that simultaneously examine the changes in the physical, technical, and neuromuscular system indicators of wheelchair basketball players during different stages of training.

Research Aim: To investigate the functional capabilities of wheelchair basketball players with injuries to the musculoskeletal system, the degree of their physical and technical preparation.

Research Methods and Organization: Study and analysis of scientific and methodological literature. Pedagogical tests were conducted to determine the degree of technical and physical fitness of wheelchair basketball players at various stages of training, a tapping test and miotonometry were also performed, as well as mathematical statistics to analyze the results.

Research Results Analysis: The analysis of the results of the pedagogical research tests (physical and technical) showed that the results of the second stage improved as compared to the first stage. The results of the tapping test in the first round in the first five seconds before the load; the index of the right hand was 31.3. in the last five seconds-21.2, the results of the left hand underwent similar changes, respectively. 27.7 And 22. After the load, the results in the first round also deteriorated compared to the first live seconds: in the first five seconds, the indicator was 32. And in the last five seconds it was 22.8 the indicators of myotonometry before and after exercise, both at the first stage and at the second stage, muscle "contraction" have mostly undergone changes: The oculomotor apparatus also underwent oncological changes:

Conclusion: 1. For teaching high athletic achievements in wheelchair basketball, the attention during trainings should be paid to the development of physical, technical, functional capabilities and muscle mass capabilities of the musculoskeletal system of basketball players

2.To improve the motor skills of wheelchair basketball players and increase their body's capabilities, priority should be given to the use of the game method of training.

ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛИСТОВ С ТРАВМАМИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА

Е.Л. Давтан¹, А.Е. Давтан², М.Ю. Адамян³,

¹Государственный институт физической культуры и спорта
Армении, Ереван, Армения

²Министерство обороны Республики
Армения, Ереван, Армения,

³Армянский государственный экономический
университет, Ереван, Армения

АННОТАЦИЯ

Ключевые слова: мышечный тонус, теппинг-тест, миотонометр, гетерофория, ортофория, физический, технический, "контракция", инвалидная коляска, опорно-двигательный аппарат.

Актуальность исследования. В известной нам отечественной и зарубежной литературе имеются единичные исследования спортсменов-баскетболистов на колясках, где комплексно изучались бы изменения физических, технических и показателей нервно-мышечного аппарата баскетболистов-колясочников на разных этапах подготовки.

Изучение именно этих вопросов подчеркивает актуальность данного исследования.

Цель исследования. Исследовать функциональные возможности организма у баскетболистов на инвалидных колясках с травмами опорно-двигательного аппарата, степень их физической, технической подготовленности.

Методы и организация исследования. Использованы методы: изучения и анализ научно-методической литературы. проведены педагогические тесты для определения уровень технической и физической подготовленности баскетболистов на инвалидных колясках на различных этапах тренировки, также теппинг-тест, миотонометрия, изучение функции глазодвигательного аппарата, математическая статистика.

Анализ результатов исследования. Анализ результатов педагогического тестирования показал, что результаты второго этапа по сравнению с первым этапом улучшились. Результаты теппинг теста на первом этапе за первые пять секунд до нагрузки показатель правой руки составил 31.3. за последние пять секунд-21,2. Аналогичным изменениям подверглись и результаты левой руки, соответственно 27,7 и 22:После нагрузки результаты на первом этапе также изменились по сравнению с первыми пятью секундами: за первые пять секунд показатель составил 32, а за последние пять секунд-22,8.Показатели миотонометрии до и после нагрузки изменились, как на первом этапе, так и на втором этапе, изменились «контракция» мышц , онологические изменения претерпели и результаты глазодвигательного аппарата:

Краткие выводы.

1. Для высоких спортивных достижений в баскетболе на колясках во время тренировок необходимо уделять внимание развитию физических, технических способностей и повышению функциональных возможностей и опорно-двигательного аппарата.
2. Для совершенствования двигательных способностей и повышения функциональных возможностей организма баскетболистов-колясочников следует преимущественное влияние уделять использованию игрового метода тренировки.

Տեղեկություններ հեղինակների մասին

Եղիշ Լևոնի Դավթյան՝ մ.գ.թ., Մարզախաղերի ամբիոնի պրոֆեսոր, Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտ, Երևան, Հայաստան, E.mail: yeghish.davtyan@sportedu.am

Արման Եղիշի Դավթյան՝ Հայաստանի Հանրապետության Պաշտպանության նախարարություն, Երևան, Հայաստան, E.mail: levdavtyan@gmail.com,

Մարինե Յուրայի Ադամյան՝ Հայաստանի պետական տնտեսական համալսարանի դասախոս, Երևան, Հայաստան, E.mail: adamyanmarine1@gmail.com

Information about the authors

Yeghish Levon Davtyan, M.Sc., Professor, Department of Sports Games, Armenian State Institute of Physical Culture and Sports, Yerevan, Armenia, E.mail: yeghish.davtyan@sportedu.am

Arman Yeghish Davtyan: Ministry of Defense of the Republic of Armenia, Yerevan, Armenia E.mail: levdavtyan@gmail.com,

Marine Yura Adamyan: Lecturer, Armenian State University of Economics, Yerevan, Armenia, E.mail: adamyanmarine1@gmail.com

Հոդվածն ընդունվել է 12.06.2025–ին:

Ուղարկվել է գրախոսման՝ 13.06.2025–ին:

Գրախոս՝ մ.գ.դ., պրոֆեսոր Ֆ. Ղազարյան