

## **РОЗВИТОК ВОЛЕЙБОЛУ СИДЯЧИ НА ЖИТОМИРЩИНІ**

**Логвиненко С.С., Денисовець А.П.**

*Житомирський державний університет імені Івана Франка  
Поліський національний університет*

**Актуальність теми дослідження.** Сучасний волейбол сидячи став набирати популярність з моменту включення його у 1980 році в програму Паралімпійських ігор. Волейбол сидячи є свого роду унікальним ігровим видом спорту для людей, які мають ураження опорно-рухового апарату, з травмами хребта та кінцівок. Стартові етапи розвитку волейболу сидячи в світі були найвищими серед чоловічих команд у Європі (Нідерланди, Швеція, Німеччина, Норвегія, Фінляндія), з появою на міжнародних змаганнях збірних Ірану (у 1988 р. у Сеулі) та

Боснії і Герцоговини (2000р. у Сідней), Єгипту (з 2004 р. у Афінах) з вагомими їх успіхами за медалями Паралімпіад, відкинули європейські країни на другі і треті позиції. Збірні Турції та Азейбаржану судячи по амбіціям виступів прагнуть у перспективі стати топовими командами світу. Серед жіночих команд топ-командами світу є Китайська народна республіка, США та Нідерланди.

Україна є одним із лідером паралімпійського руху в світі і волейбол сидячи є частиною цього лідерства. Наші збірні, чоловіча, яка вперше дебютувала на Паралімпійських іграх 2012 року у Лондоні, найкращий результат 5-те місце у Ріо-де-Жанейро 2016 року. Національна жіноча збірна з волейболу сидячи, яка починала свій історичний шлях на Паралімпійських іграх 2004 у Афінах, може пишатися бронзовими нагородами Паралімпійських ігор 2012 року у Лондоні, пропустивши вперед збірні Китайської народної республіки та США.

Такі тенденції та аналіз результатів виступу команд з волейболу сидячи на головних змаганнях вказує на постійний зріст популярності цього виду спорту у світі. Також про це свідчить і те, що за кордоном волейбол сидячи в таких країнах як Греція, Фінляндія, Бразилія, в країнах Прибалтики вже має деякі підвиди, такі як пляжний волейбол сидячи на піску і волейбол сидячи з меншою кількістю людей на майданчику.

Волейбол сидячи необхідно розглядати у комплексі заходів з фізичної реабілітації та соціалізації людей з ураженнями опорно-рухового апарату або сенсорних функцій в наслідок поранення, травмування або захворюваності. Цей паралімпійський вид спорту всебічно сприяє фізичному, моральному, емоційному відновленню організму, підвищенню самооцінки людини, прискорює соціалізацію її у суспільство та повертає до повноцінного життя [1, с. 58]. Враховуючи вище зазначене, і те що волейбол сидячи має зростаючу популярність, глядацький інтерес, необмежений потенціал для свого розвитку, а також досягнення на Житомирщині, - він є цікавим, актуальним для дослідження та розвитку на регіональному рівні.

Мета дослідження. Метою дослідження є передумови

зародження та фактори розвитку волейболу сидячи на Житомирщині, що слугуватиме подальшою базою для його розвитку.

Результати досліджень. Основу успіху будь-якої ідеї чи розпочатої справи є кадровий потенціал. Це кадровий ресурс з амбіціями, досвідом, зазвичай, це молоді фахівці, які здатні аналізувати, критично мислити, ставити перед собою нові виклики, здатні об'єднати навколо себе людей, з якими можна реалізувати ідею, подолати ті чи інші труднощі та бар'єри. В сфері спорту коли такі люди об'єднуються, вони в першу чергу керуються ідеєю, спортивним ентузіазмом, власними амбіціями та досвідом, і в процесі роботи яких, з'являються однодумці, можливості, підтримка та поступовий розвиток, зокрема у волейболі сидячи, який є об'єктом уваги нашого дослідження.

Передумовами розвитку волейболу сидячи на Житомирщині є активізація роботи системи Інваспорту в регіоні, а точніше її перезавантаження, перший етап якого відбувся у 2017 році і другий у 2022 році. Дана система включає в себе Житомирський регіональний центр з фізичної культури і спорту осіб з інвалідністю «Інваспорт», Житомирську обласну дитячо-юнацьку спортивну школу осіб з інвалідністю та відокремлений підрозділ громадської організації «Українська спортивна федерація спорту інвалідів з ураженнями опорно-рухового апарату» в Житомирському регіоні.

Характеризуючи перший етап розвитку волейболу сидячи на Житомирщині слід зазначити, що сам процес започаткування був не простий, і період його розвитку, з нульової точки, включає постійну роботу в пошуку, залученні, селекції осіб з інвалідністю, вивчення системи класифікації спорту осіб з інвалідністю, правил волейболу сидячи, створенню умов та забезпеченні всім необхідним для навчально-тренувальних занять та зборів, організація та сприяння участі у змаганнях різних рівнів, мотивацією спортсменів та фахівців.

Для керівних структур системи «Інваспорту», це визначення пріоритетності до розвитку видів спорту, узгодження плідної співпраці між собою, акцент уваги на волейболі сидячи,

максимальне сприяння та забезпечення його розвитку.

Ситуація останнього 10-річчя складу збірної України з волейболу сидячи, як чоловічого, так і жіночого свідчить про дисбаланс вікового складу, відсутність плавного переходу спортсменів, виховання підростаючого покоління і заміни ними більш вікових гравців. Класифікація спортсменів у волейболі сидячи, яка служить умовою включення спортсменів до даного виду спорту та участі їх у змаганнях, пройшла у своїй еволюції до єдиних норм у 1988 році, які існують і по сьогодні. В її основі лежать ураження опорно-рухового апарату, які характеризуються ампутацією кінцівок, в першу чергу нижніх кінцівок на різних рівнях, ампутація однієї верхньої кінцівки на різних рівнях, порушеннями хребта або допуск на ігрове поле одного гравця з мінімальними ураженнями. Виходячи з вище зазначеного, враховуючи складність волейболу, як швидко-координаційного виду спорту, враховуючі виснажливі тренування, спеціальну підготовку, а у волейболі сидячи ще й додаткового навчання та пристосування пересуватись по підлозі за допомогою рук, відбір, зарахування та селекція у волейболі сидячи відсутня серед людей з ураженнями опорно-рухового апарату. Та молодь, дорослі з інвалідністю, які запрошені познайомитись з можливостями самореалізації себе у системі «Інваспорту» є не масовими, а ті, хто залучений і той, хто втягнувся до систематичних навчально-тренувальних занять з того чи іншого виду спорту проявляються неабияку силу волі, силу духу, в першу чергу у боротьбі над собою, з над зусиллями долаючи навантаження у спортивних залах та ігрових майданчиках. Тому залучити, показати, донести, переконати, навчити, привити, постійно підтримувати, розвиватись самому, знаходити необхідні слова та мотивувати своїх вихованців починаючи із фізкультурно-реабілітаційних занять в групі до спорту вищих досягнень є роботою фахівця, тренера з виду спорту. І волейбол сидячи в цьому аспекті не є виключенням.

Спорт осіб з інвалідністю не має вікових обмежень, але має свої складнощі. Легше за все працювати з дітьми, вони на початкових етапах не потребують фінансових вкладень, вони

можуть відвідувати заняття, готуватись, зростати, а вже після закінчення школи будуть мати певний досвід і можливість попасти в збірні України. Просто знайти людину з інвалідністю, яка по спортивній кваліфікації потенційно підходить у спортсмени, і яка готова займатись паралімпійським видом спорту на ентузіазмі, – дуже складно. Дорослу людину з інвалідністю важче зацікавити спортом, у більшості випадків у них не має бажання пов'язувати своє життя з спортом, як продовження своєї життєдіяльності, вони в думках, як взагалі нормально і повноцінно жити коли в тебе проблеми з фінансами, пересуванням тощо.

Потенційних спортсменів з ураженнями опорно-рухового апарату, людей з ампутаціями, які пересуваються за допомогою протезів, на візках, на милицях, які мають свої життєві проблеми, занижену самооцінку, понижений психологічний стан та бар'єри в суспільстві щодо транспорту, освіти, медицини, побуту, працевлаштуванні та в цілому доступності, - важко переконати! Переконувати в тому, що спорт для тебе може стати тим самим містком, де ти зможеш подолати ці всі бар'єри, бути успішним та значимим. Через ідентифікацію себе у спорті, можна стати безпосередньо учасником у подоланні тих бар'єрів, впливати на позитивні рішення у напрямку створення безбар'єрності для спорту, для повноцінного життя інших людей з інвалідністю. І саме головне своїм прикладом надихати інших не замикатись в собі, у своєму діагнозі! Таких людей не багато, але вони є, із них, малий відсоток, тих, хто дійсно повірить у все це, зможете знайти в собі силу волі і почати систематично працювати на собою, тренуватись у досягненні для себе спортивних цілей.

Ось так не просто починалось зародження волейболу сидячи на Житомирщині, з 2017 року із першої спортсменки з протезом однієї ноги, яка поступивши до тодішнього Агроєкологічного університету, почала займатись під керівництвом старшого викладача кафедри фізичного виховання, Заслуженого тренера України А.П. Денисовця. Своєю наполегливою працею Анастасія Філон будучи спортсменкою Житомирського центру

«Інваспорт» періодично викликала на всеукраїнські навчально-тренувальні збори збірної України з резервного складу. І вже у 2018 році вона дебютувала на чемпіонаті світу у Нідерландах, де Національна жіноча паралімпійська збірна посіла 6-те місце.

У 2018 році на спортивній базі Поліського національного університету переобладнуються стійки, наноситься розмітка для волейболу сидячи та відбувається забезпечення спортивним обладнанням та інвентарем. Саме в цьому році за пропозицією ЖРЦ «Інваспорт» при обласній дитячо-юнацькій спортивній школі осіб з інвалідністю відкривається відділення з волейболу сидячи. Основний склад відділення волейболу сидячи початкової групи ДЮСШ склали спортсмени-мінімали (мінімальна ступінь інвалідності опорно-рухового апарату, у складі команди допускається таких два гравця, у процесі гри на полі допускається один гравець) згідно спортивної класифікації волейболу сидячи, однак саме в цьому році до систематичного навчально-тренувального процесу була залучена Людмила Лозко, тоді студентка фармакологічного коледжу.

На сьогодні обидві спортсменки пройшли свій спортивний шлях від новачків до Майстрів спорту України, є основною паралімпійської збірної команди України з волейболу сидячи. Найкращі досягнення наших гравчинь у складі збірної України, - це бронзові нагороди чемпіонату Європи 2019 р. у Будапешті та 6-те та 7-ме місця чемпіонату світу у Нідерландах 2018 р. та у 2022 р. у Боснії і Герцеговині відповідно.

Важливим фактором до розвитку того чи іншого виду спорту є відношення і співпраця організацій системи «Інваспорт» з навчальними закладами. Увага ректорів навчальних закладів до спорту на Житомирщині вагома. Відведення годин для занять у своїх спортивних залах, сприяння у створенні умов для навчально-тренувального процесу, виїзні навчально-тренувальні збори та змагання – це відрядження, і сприяння у навчанні і інших аспектах підготовки спортсменів є однією із складових розвитку спорту на Житомирщині у співпраці зокрема щодо розвитку волейболу сидячи з Поліським національним

університетом.

Другий етап розвитку волейболу сидячи на Житомирщині, як було вже вище зазначено, слід віднести з 2022 року.

Природний і професійний відбір у групі відділення з волейболу сидячи при обласній дитячо-юнацькій спортивній школі осіб з інвалідністю, протягом 2018-2023 рр., від початкової групи підготовки до групи вищої спортивної майстерності вийшов на стабільний склад вихованців у 2023 році..

З 2022 року до центру «Інваспорт» були залучені нові спортсмени з ураженнями опорно-рухового апарату, почалися проводитись відкриті обласні змагання, активна участь нашої команди у змаганнях у інших регіонах різних рангів в Україні. Завдяки чому, якісний рівень підготовки зріс, кількісний склад наших житомирських спортсменів у складі національної збірної з волейболу сидячи зріс із двох спортсменів до п'яти, а саме: основний склад дві гравчині і кандидати до основного складу 3 спортсмени, із яких одна гравчиня і один воїн АТО. Саме ці п'ять спортсменів виконавши нормативні розряди та звання, у 2023 році потрапивши до складу паралімпійської збірної України, включені до складу вихованців ЖОДЮСШОІ, постійно викликаються до навчально-тренувальних зборів збірної у підготовці до основного старту 2023 року чемпіонату Європи, який відбудеться у жовтні в Італії.

Розвиток волейболу сидячи на Житомирщині можна представити у вигляді аналізу рівня представництва регіонів у складах збірних України серед чоловіків та жінок. Так, зокрема на участь у XVI Літніх Паралімпійських іграх Токіо-2020 склад спортсменів-кандидатів за регіонами складався у наступній пропорції:

- серед жінок, склад 15 спортсменок, із них: Дніпропетровська – 7 сп., Хмельницька область – 3 сп., Житомирська 2 сп., Київська – 2 сп., Полтавська – 1 сп.;

- серед чоловіків, склад 14 спортсменів, із них: Київська – 9 сп., Дніпропетровська – 2 сп., Полтавська 1 сп., Харківська 1 сп., Донецька – 1 сп.

Із даного переліку видно, що серед жінок і чоловіків волейбол сидячи розвивається у 5 регіонах, характеризуючи в цілому, то в 7-ми регіонах України. За останні два роки спостерігається розвитку волейболу сидячи з нульового рівня у Рівненській області. Станом на 2023 рік представництво Донецької області відсутнє у складі збірної України серед чоловіків, натомість з'явилося по два представника з Житомирської та Рівненської області. Серед жінок ситуація представництва в цілому серед регіонів не змінилась, а зміни відбулися лише за кількісним складом, зокрема перевагою Житомирської області у складі на одну спортсменку. Слід зазначити, що наша жіноча збірна України з волейболу сидячи цілком конкурентна у боротьбі за ліцензію та медалі Паралімпійських ігор-2024 у Парижі, в той час як чоловічій збірній здобути ліцензію до Франції буде дуже складно.

Війна в Україні внесла свої корективи в життя людей, в роботу всіх галузей і в тому числі і в сфері спорту. З 2014 року за центром «Інваспорт» виокремився окремий напрямок роботи, як фізична реабілітації і повернення/адаптація до життя ветеранів, військовослужбовців, які отримали травми, каліцтва, поранення, захворювання в результаті виконання своїх службових обов'язків, в наслідок АТО та в зоні бойових дій засобами фізичної культури, а з 2017 року безпосередньо засобами спорту. Даний напрямок полягає у формування регіональної команди, організації та сприянні для них тренувального процесу, проведенні обласного етапу змагань серед них, з відбором для участі у фінальному етапі всеукраїнського рівня. З 2014 року започатковані англійським принцом Гаррі міжнародні спортивні Ігри Нескорених (Invictus Games) в яких Україна вперше взяла участь у 2017 році, та з 2019 року аналог цих ігор започаткований у США Ігри Воїнів (Warrior Games), основною метою яких є створення нових можливості для поранених та травмованих ветеранів та військовослужбовців, підтримуючи їх на шляху до фізичного відновлення, психологічної реабілітації та соціальної інтеграції, сприяння розвитку та популяризації спорту та проведення



змагань у адаптивних видах спорту, як дієвої реабілітації серед поранених бійців, а також спонукання світу та держав створювати для цього необхідні умови.

Волейбол сидячи входить до програми Ігри Нескорених і являється адаптивним видом спорту для людей, які отримали травми хребта, кінцівок або взагалі втратили кінцівки. І саме те, що спортсмен Житомирщини, який втратив одну ногу під час АТО, після цього переживши складний етап свого життя, сьогодні в складі національної збірної України з волейболу сидячи демонструє своїм прикладом незламність силу духу українського народу.

Слід відзначити, досить другорядний, однак вагомий фактор у розвитку волейболу сидячи на Житомирщині, це залучення спортсменів, аматорів, з класичного та пляжного волейболу, які не мають ніяких уражень опорно-рухового апарату, із студентських спортивних секцій чи спортивних груп з волейболу до спільних навчально-тренувальних занять та спарингів зі спортсменами з ураженнями опорно-рухового апарату за правилами волейболу сидячи. Склад команди з волейболу сидячи по вище зазначеним причинам дещо обмежений, однак на площадці по обидві ігрові сторони мають бути по 6-ть спортсменів і саме такий підхід до підготовки має ігровий і практичний досвід, крім того має неабиякий корисний, гуманістичний та соціально-педагогічний ефект.

Змагальний процес є не від'ємною складовою розвитку спорту. Проведення чемпіонатів України наразі є дуже складним питанням. У зв'язку з війною в Україні частина спортсменів з інвалідністю виїхала з країни. Кращі бази для тренувань на сході та на півдні України не доступні. Національним збірним України з волейболу сидячи, раціональніше з точки зору підготовки, виїхати на будь-який відкритий Кубок за кордоном чи міжнародний турнір з волейболу сидячи, це і чудовий стимул для спортсменів.

Змагальний досвід у розвитку волейболу сидячи на Житомирщині, хоча і має чудову тенденцію до розвитку, однак з 2022 року сформувати хоча б наближено до спортивних

класифікаційних вимог чотири команди з волейболу сидячи важко. Така ситуація і в інших регіонах, де розвивається волейбол сидячи. Тому на даному етапі, вже другий рік поспіль, вихід з даної ситуації полягає у проведенні відкритих чемпіонатів області в яких приймають участь збірні команди інших регіонів України, а також інколи у зміні умов участі у даних змаганнях на основі включення поняття «змішаних команд». Така організація або участь у змагальному процесі, за відсутності офіційного чемпіонату України, покладається виключно на регіональні центри «Інваспорт» та ДЮСШ осіб з інвалідністю.

Розвиток волейболу сидячи на Житомирщині пов'язаний і з розвитком волейболу сидячи в Україні, причому дане твердження можна без перебільшення стверджувати і у зворотному напрямі. Акцент проведення всеукраїнських навчально-тренувальних зборів на Житомирщині, зокрема у м.Житомирі на спортивній базі Поліського національного університету є визнанням та свідченням того, що робота системи «Інваспорту» з розвитку волейболу сидячи на Житомирщині значима та вагома. Сьогодні Житомирський центр «Інваспорт» успішно організував навчально-тренувальні збори Національної чоловічої збірної України з волейболу сидячи, показав гідні умови тренувань, логістику та забезпечення всім іншим необхідним для досягнення цілей та задач навчально-тренувального збору збірної України, який включає в себе організацію тренувань у спортивному залі, тренажерному залі, процесу супровіду та відновлення медичними засобами, масажем, відвідування сауни, басейну, проживання, харчування, забезпечення почасового проїзду по чітко затвердженому графіку, забезпечення дозвілля для учасників такого збору з видатними пам'ятками Житомирщини.

Вище зазначені аспекти роботи у проведенні першого всеукраїнського навчального-тренувального збору в м. Житомирі в прямому сенсі впливають на подальший розвиток волейболу сидячи на Житомирщині. Протягом його терміну проведення, була можливість поспілкуватись з чоловічою

збіркою України, поспілкуватись з тренерським складом національної збірної, побачити програму тренувань, популяризувати даний вид спорту в Житомирській області шляхом залучення засобів масової інформації, які показали, що існує потужна державна система підтримки спорту серед осіб з інвалідністю, регіональні центри та школи для розвитку з видів спорту осіб з інвалідністю, історію багатьох дітей, молоді, людей, які із вродженими чи набутими травмами, ампутаціями кінцівок та ураженнями хребта, не замкнулись в собі, а навпаки своєю подальшою активністю, у статусі інвалідності, за підтримки регіональних інституцій системи «Інваспорт», своєю працею досягли успіхів, надихають та мотивують інших людей до самореалізації у спорті. Крім того, проведення всеукраїнського навчального тренувального збору на Житомирщині дало змогу показати, долучити та спробувати у даному виді спорту інших, потенційних кандидатів у волейболі сидячи з інших видів спорту осіб з інвалідністю, які розвиваються на Житомирщині. Передумовами подальшого розвитку волейболу сидячи у даному аспекті, враховуючи, що 5-ть спортсменів Житомирської області входять до складу Національної збірної команди України з волейболу сидячи, є проведення подальших таких Всеукраїнських зборів серед жіночих та чоловічих національних складів команд у м. Житомирі.

**Висновки.** Аналіз розвитку волейболу сидячи на Житомирщині охарактеризовано в контексті і у взаємозв'язку з розвитком його в Україні.

Ключовим факторами розвитку волейболу сидячи на Житомирщині стали: перезавантаження системи «Інваспорт», акцент уваги на волейболі сидячи, створення умов для розвитку цього виду спорту, відкриття відділення з волейболу сидячи, включення аспектів інклюзії у навчально-тренувальний процес, успішна підготовка спортсменів високого рівня, матеріальна мотиваційна складова, проведення в Житомирі змагань та участь нашої збірної у змаганнях інших регіонів та визнання ефективної роботи житомирської системи «Інваспорт» з боку Укрцентру «Інваспорт».

Подальшим напрямком його розвитку волейболу сидячи на Житомирщині є популяризація його як виду спорту засобами масової інформації, покращення умов навчально-тренувального процесу, належне фінансове забезпечення підготовки спортсменів, сприяння підвищення якісного рівня підготовки існуючого відділення, покращення доступності до об'єктів спортивної інфраструктури для спортсменів з волейболу сидячи, розширення відділення, збільшення представництва Житомирщини у складі національної збірної та прославлення України на найвищих міжнародних спортивних форумах.

Слабкий рівень напрацювань щодо методів відновлення фізичного стану людей з ураженнями опорно-рухового апарату свідчить про нагальність розробки навчальної програми з волейболу сидячи, яка на сьогодні не розроблена на державному рівні, з обґрунтуванням та уточненням методики проведення навчально-тренувальних занять відповідно до спортивних груп підготовки, який полягає у підборі контрольних нормативів, контрольних-перевірних вправ, урахуванні спортивної класифікації, діагнозів ураження опорно-рухового апарату, та у зв'язку з функціональними можливостями спортсмена, віку інше.

### Список літературних джерел

1. Волейбол сидячи на літніх Паралімпійських іграх. <https://uk.wikipedia.org/wiki>
2. Житомирський регіональний центр з фізичної культури і спорту осіб з інвалідністю «Інваспорт» Житомирської обласної ради. <https://www.facebook.com/invasport.zt>
3. Малойван Я.В., Овчаренко С.В. Аналіз виступів збірних команд з волейболу сидячи на Паралімпійських іграх та перспективи розвитку цього виду спорту у світі. Спортивні ігри, 2020, №4(18), С. 22–30.
4. Ширінова А. Н. Волейбол сидячи, як засіб реабілітації людей з ураженням опорно-рухового апарату або сенсорних функцій. Фізична активність і якість життя людини: науково-практична конференція студентів та молодих вчених, м. Харків, 28 травня 2019 р. Харків : ХНМУ, 2019. С. 14–15.

5. Про затвердження змін до складів національних збірних команд України з видів спорту осіб з інвалідністю на 2023 рік Наказ Міністерства молоді та спорту України від 10.03.2023 № 1324.

6. Про затвердження змін до складів національних збірних команд України з видів спорту осіб з інвалідністю на 2023 рік Наказ Міністерства молоді та спорту України від 29.03.2023 № 1698.

7. Про затвердження складів національних збірних команд України з видів спорту осіб з інвалідністю на 2023 рік Наказ Міністерства молоді та спорту України від від 28 грудня 2022 р. № 5207.