

В тестовій вправі «Шпагат ноги нарізно від стільця висотою 50 см» суттєві зрушення відбулись в показниках дівчат ЕГ і склали 37%. Результат покращився від $17,9 \pm 0,5$ см на початку дослідження до $13,06 \pm 0,3$ см в кінці ($p < 0,05$). Тоді як у дівчат КГ приріст склав лише 15,7%.

Висновки. Встановлено, що засоби розробленої педагогічної програми розвитку гнучкості у дівчат, які займаються художньою гімнастикою позитивно вплинули на показники гнучкості. Позитивні зрушення в результаті проведеного експерименту встановлено в усіх 5 тестових вправах. Результати статистично вірогідні ($p < 0,05$).

Література.

1. Андреева Р.І. Особливості побудови навчально-тренувального процесу гімнасток-художниць /Р.І. Андреева // Молода спортивна наука України.-2009.Т.1. С. 6-9.
2. Ашмарин Б. А. Теория и методика физического воспитания / Б.А. Ашмарин. – М.: Просвещение, 1990. – 279 с.
3. Дмитренко С.М., Асаулюк І.О. Педагогічна технологія розвитку гнучкості у юних акробатів на етапі попередньої базової підготовки / С. Дмитренко, І. Асаулюк // Zborník príspevkov z medzinárodnej vedeckej konferencie «Stav, problémy a perspektívy pedagogického štúdia a sociálnej práce» /28 – 29 októbra 2016 (Vydal: Vysoká škola Danubius, Sládkovičovo), 2016. - С.230-232.
4. Костюкевич В. М., Шевчик Л. М., Соколькова О. Г. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. 256 с.
5. Макарова Е. В. Структура специальной двигательной подготовки. определяющей техническое мастерство в художественной гимнастике : автореф. дис... канд. пед. наук / Е. В. Макарова. - М., 1999. - 26 с.
6. Лисицкая Т.С.Художественная гимнастика: учебник для инст. физ. культуры/ Т.С. Лисицкая, Физкультура и спорт, 1982.- 168 с.
7. Художня гімнастика: Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ / [Ж.А. Білокопитова,Т.В. Нестерова, А.М. Дерюгіна, В.А. Безсонова] — К.:РНМК, ФГУ, 1999. - С. 26-33.
8. Чернишенко Т.М., Кізім В.М. Хореографічна підготовка як засіб естетичне виховання молодших школярів на уроках фізичної культури. / Т.М. Чернишенко, В.М. Кізім // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць. Випуск 18. (Том 1) / ВДПУ; гол. ред. В.М. Костюкевич. – Вінниця: ТОВ «Планер», 2014. – С. 98-102.
9. Словник визначень основних музичних. Танцювальних і хореографічних термінів та понять з дисципліни «Ритміка і хореографія» (для студентів денної та заочної форм навчання інституту фізичного виховання і спорту педагогічних університетів) / Укладачі: Т.М. Чернишенко, В.М. Кізім. – Вінниця, 2015. – 67 с.

ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ЦЕНТРІВ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я НАСЕЛЕННЯ «СПОРТ ДЛЯ ВСІХ» В УКРАЇНІ

Білоконь Вікторія, Безносько Наталія

Університет державної фіскальної служби України, м. Ірпінь

Резюме. У статті представлено основні аспекти функціонування міжнародного руху «Спорт для всіх» та їх вплив на сучасний стан та перспективи розвитку спорту серед українського населення.

Summary. Determination of the main goals of the international movement "Sport for All" and their influence on the current state and prospects of development of sport among the Ukrainian population.

Актуальність проблеми. Нині для України актуальним є питання оздоровлення населення. Для вирішення цієї проблеми було створено центри фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх». Такі центри заслуговують особливої уваги, тому що їх діяльність відбувається в рамках різних спортивних дисциплін, з використанням різноманітних методологій проведення спортивних заходів, що забезпечує доступ до них різних верств населення.

Мета: дослідження діяльності центрів «Спорт для всіх» та створення сприятливих умов для реалізації прав кожного громадянина на заняття фізичною культурою та спортом, а також формування знань щодо розуміння ціннісних орієнтацій фізичної культури і спорту.

Результати дослідження. Різні моделі зовнішніх комунікативних процесів сприяли створенню центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» на міжнародному рівні. Така модель може слугувати прототипом для побудови нової моделі конкретного обласного центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх». На її основі визначений наявний стан розвитку зовнішніх комунікативних процесів міжнародних центрів та розробка шляхів їх вдосконалення.

Серед пріоритетів державної політики у сфері фізичної культури і спорту особливе місце займає вирішення проблеми підвищення доступності занять масовим спортом для різних верств населення. У Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту зазначається, що першочергового значення набуває формування у громадян переконання у необхідності регулярного використання різноманітних форм фізичного виховання та масового спорту.

Формування умов для залучення населення до спорту для всіх, на наш погляд, ефективно здійснювати на основі запропонованої концепції гуманізації масового спорту в Україні. Ця концепція передбачає переосмислення функцій та структури спорту для всіх, обґрунтування шляхів удосконалення системи управління та підготовки майбутніх фахівців з менеджменту спорту для всіх.

Відповідно до запропонованої концепції перспективним механізмом гуманізації управління спортивним рухом в Україні є систематичне вивчення відношення, самооцінки, потреб та інтересів людей, аналіз громадської думки з питань стану та перспектив розвитку масового спорту. Характерною особливістю гуманістично-орієнтованого спорту для всіх є добровільність занять. Реалізація цього принципу є можливою лише за умови використання відповідних соціологічних технологій [1].

Центри фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх» - це спеціалізовані бюджетні організації для впровадження фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності населення за місцем проживання та в місцях масового

відпочинку. До системи центрів належать Всеукраїнський центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх», обласні, міські, районні центри [1].

Основні цілі руху «Спорт для всіх»: пошук шляхів до запобігання процесу фізичної деградації людини, формування свідомої потреби щоденних занять фізичними вправами, постійна і ефективна пропаганда занять фізичною культурою (спортом) серед населення, реклама здорового способу життя [3].

За останнє десятиліття населення України зменшилось більш ніж на 3 млн. чоловік. Загальна тенденція динаміки смертності українців характеризується великою смертністю людей працездатного віку. Зростає захворюваність населення. Особливу тривогу викликає погіршення здоров'я дітей та підлітків.

Понад 70% дітей дошкільного віку мають серйозні відхилення за показниками здоров'я, до кінця школи ця тенденція спостерігається більш ніж у 90% випускників. Кількість хворих серед 16-17 річних підлітків останніми роками збільшилась на 15%, а наркоманів та токсикоманів зросла в 6-19 разів, а кількість алкоголіків – у 3-6 разів. На початку нового тисячоліття в Україні кількість інвалідів досягла 2 млн. чоловік.

До теперішнього часу в Україні, на жаль, не здійснюється на регулярній основі соціологічний моніторинг у сфері фізичної культури і спорту як на національному, так і регіональному і місцевому рівнях. В наслідок цього, керівні органи не отримують зворотного зв'язку від головного об'єкту свого впливу – конкретної людини, для якої вони насправді і повинні існувати.

Підвищення рівня охоплення населення України заняттями масовим спортом залежить від чинників зовнішнього та внутрішнього характеру у відношенні до сфери фізичної культури і спорту. Серед зовнішніх факторів провідне місце відводиться зростанню добробуту населення та підвищенню у суспільній свідомості соціально-економічної значимості масового спорту, а серед внутрішніх факторів це – орієнтація системи «спорту для всіх» на реальне покращання здоров'я та гармонійний фізичний розвиток особистості, отримання особами, які займаються спортом, емоційного задоволення від рухової активності; розвиток інфраструктури масового спорту шляхом збільшення кількості розташованих біля помешкання спортивних майданчиків, клубів та центрів; здешевлення фізкультурно-оздоровчих послуг; введення матеріальних стимулів для підтримки та покращення здоров'я і фізичного стану [2].

Висновок. В результаті проведеного аналізу ми встановили, що питання здоров'я населення України в даний час трансформувалося в проблему, яка загрожує національній безпеці держави. Стратегічно пріоритетним необхідно вважати: зміцнення здоров'я, попередження та профілактику захворювань. Тому потрібно направити основні зусилля на розвиток системи масової фізичної культури всіх верств населення, щоб насамперед оздоровити націю і створити базу для проведення спортивно-масових та оздоровчих заходів.

Література.

1. Дудчак М. В. Спорт для всіх в Україні: Теорія і практика./ М.В. Дудчак.- К.: Олімпійська література, 2009. - 279 с.
2. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту // Указ Президента України від 28 вересня 2004 року №1148/2004. - 81 с.
3. Інноваційні технології оздоровчо-рекреаційної фізичної культури у діяльності центрів «Спорт для всіх»: [навч.-метод. посіб.] / І.В.Макущенко, В.М.Пристинський, Л.О.Демінська, Т.М.Пристинська. – Донецьк-Слов'янськ:ДДІЗФВС; СДПУ, 2008-82 с.
4. Про затвердження Положення про центри фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх»: Наказ Міністерства молоді та спорту України від 31.01.2014 №23.

ШЛЯХИ АКТИВІЗАЦІЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Бишовець Ірина, Черновський Сергій

Київський національний університет технологій та дизайну

Резюме. У статті розглядається питання ставлення студентів вищих навчальних закладів до занять з фізичної культури та спорту. Пропонуються шляхи активізації студентської молоді до фізкультурної діяльності.

Summary. The article considers the attitude of the students of higher educational establishments to physical education lessons and sports. The ways to enhance students physical activity are suggested.

Актуальність проблеми. На сучасному етапі розвитку суспільства відбувається активний процес становлення національної системи фізичного виховання, пошуку її концептуальних засад. Це зумовлено тим, що система фізичного виховання безпосередньо пов'язана з освітою, охороною здоров'я, культурою матеріального виробництва, обороноздатністю суспільства, всіма галузями народного господарства, духовним розвитком суспільства. Відображаючи соціальний, економічний, духовний стан держави, фізичне виховання виступає як якісно особливий, історично обумовлений тип соціальної практики, що включає ідеологічні, науково-методичні, програмово-нормативні, телеологічні та організаційні елементи, що покликані задовольнити потребу суспільства у фізичному вихованні громадян [2].

Дослідження виконане згідно з НДР кафедри фізичного виховання та здоров'я Київського національного університету технологій та дизайну.

Метою даної статті є аналіз ставлення студентської молоді до занять з фізичної культури та розкриття умов активізації студентів ВНЗ до фізкультурної діяльності.

Завданням нашого дослідження є: 1. Визначення показників ставлення студентів до занять з фізичного виховання. 2. Дослідження процесу формування мотиваційно-ціннісних орієнтацій на фізкультурну діяльність. 3. Визначення напрямів реалізації активності студентської молоді у фізкультурній діяльності.