

2. Некрасовский Ю. Первый ильичевский олимпиец. Ильичевец № 11- 12. 22.01.1997.

3. Морсель Х. Олимпийские игры и телевидение. Наука в Олимпийском спорте, № 1, 1999 с.117-122.

4. Гавршляк В. Участь спортсменів України в Іграх Олімпіад та зимових Олімпійських Іграх. Наука в Олимпийском спорте, № 1, 1999, с.130-146.

#### **Annotation**

The publication shines a sports and pedagogical path of the given away gymnast of modernity, double Olympic champion, world champion V.I.Chukarin. The constituents of his victories and achievements both on sports competitions, and in trainer's work are covered.

### **ВІД МАСОВОСТІ – ДО МАЙСТЕРНОСТІ В ГІМНАСТИЦІ СОЦІОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ 1991-2000 р.**

*КОЗИР М.Б., к.мед.наук, проф. КІСЕЛЬОВ А.Ф.,  
ЯНОВСЬКИЙ Е.С.*

*Державний педагогічний університет, м. Миколаїв*

Сучасні спортивні рекорди – це комплекс сумісних зусиль не тільки спортсмена і тренера, але, як правило, і спеціалістів різних наук: біології і педагогіки, механіки і фізіології, біохімії і психології. Зусилля спеціалістів закономірні і необхідні для пошуку невикористаних можливостей і резервів людського організму. Учбово-тренувальний процес нині тісно пов'язаний з науково-дослідним процесом, так як спорт вищих досягнень і отримання звання майстра спорту, або чемпіона світу, Європи, Олімпійських ігор є міцним стимулом до активних занять фізичною культурою і спортом широких мас населення, і перш за все, молоді.

Економічні кризи і екологічна катастрофа (мається на увазі чорнобильська) в якій знаходиться Україна, неминуче супроводжується погіршенням якості життя, зниженням матеріального благополуччя, зростанням соціальних проблем. Всі негаразди супроводжуються негативними показниками в демографічному стані та ростом захворювань серед населення і, в першу чергу, серед дітей та підлітків. Згідно статистичним даним Миколаївської області за 1991-2000 рр. у кожного четвертого учня молодшого шкільного віку є відхилення в стані здоров'я. Подальше навчання в школі супроводжується прогресуючим погіршенням здоров'я, зростанням хронічних захворювань, а при закінченні навчання лише 5% учнів практично здорові (В.С.Сколовський, В.Й.Кресюн, В.В.Крапчук,

В.М.Запорожан, В.А.Клоков, М.І.Меняйло, 1999)

Державною програмою освіти України в ХХІ сторіччі створені стратегічні завдання формування освіченої з творчими здібностями учня, становлення її фізичного і морального здоров'я, забезпечення пріоритетного розвитку людини. Згідно програми освіта має бути приведена у відповідність із сучасними і перспективними потребами особи і суспільства. Указ Президента України про затвердження Цільової комплексної програми “Фізичне виховання – здоров'я нації” визначив напрямок вирішення питань розвитку фізичної культури, збереження стану здоров'я, особливо молоді України.

Метою дослідження було визначити стан залучення до фізичної культури і спорту молоді області, розвитку і підготовки гімнастів за 10 років незалежності України (1991-2000 рр.).

Встановлено, що актуальною проблемою фізичної культури і спорту області є постійний організований пошук талановитих спортсменів та залучення їх до тренувань в дитячі спортивні школи, училище фізичної культури. Аналіз діяльності юнацьких спортивних шкіл (ДЮСШ), спеціалізованих дитячих, юнацьких шкіл олімпійського резерву (СДЮШОР), училища фізичної культури (УФК), які ведуть підготовку гімнастів, показав, що в 44 ДЮСШ, СДЮШОР, УФК щороку в середньому навчається 568 гімнастів, підготовку яких ведуть 21 тренер з вищою освітою.

До навчання в дитячих, юнацьких школах відбір з гімнастики здійснюють тренери, які за рекомендаціями вчителів шкіл проводять огляд учнів, перевіряють медичні картки про стан здоров'я дітей та підлітків і лише тоді допускають до занять тих осіб, які мають добрий рівень фізичного розвитку та схильність до спорту. В дитячих юнацьких і спеціалізованих спортивних школах залученні до тренувань з гімнастики поділяються на три групи за рівнями фізичного розвитку і функціональними можливостями організму. Остаточний висновок в цьому питанні дає обласний лікарсько-фізкультурний диспансер.

Навчальний процес підготовки гімнастів складається з 50% годин призначених на загальну фізичну підготовку і виховну роботу, 25% годин на розвиток витривалості і 25% годин спеціалізації гімнастичних вправ. У виховній роботі використовуються історичні факти розвитку гімнастики в області з 1897 р., коли вперше в Миколаєві був побудований гімнастичний манеж, впровадження гімнастики в школах, організацією в 1913 р. учительського інституту з кафедрою фізичної культури, розвитку з 1935 р. дитячих спортивних шкіл. Особливою повагою користуються виступи і досягнення радянських гімнастів, серед яких були і гімнасти України, на Олімпійських іграх з 1952 р., на чемпіонатах світу і Європи. Серед абсолютних чемпіонів були гімнасти В.Чукарін, М.Гороховська, В.Муратов, Б.Шахлін, Ю.Тітов, М.Воронін, М.Андріанов, В.В.Кліменко, Л.Латиніна, Г.Шамрай, П.Астахова, З.Вороніна, Н.Кучинська, Л.Петрик, Л.Турищева,

О.Карбут, які неодноразово радували світ своїми здобутками.

Підготовка гімнаста – це довготривалий процес навчання, тому в дитячих, юнацьких школах плани навчання відображали: короточасні, середні, довгочасні цикли підготовки гімнастів з урахуванням темпів росту масовості залучення до занять з гімнастики; особливості відбору дітей і підлітків, схильних до гімнастики; закономірності розвитку засобів вирішення поставлених задач; критерії оцінки досягнень гімнастів та розробку показників відбору гімнастів, які б змогли достойно виступити у змаганнях різних рівнів. Організаційно-методичні варіанти підготовки гімнастів здійснювались шляхом відбору перспективних гімнастів за оцінкою тренера і лікарських спостережень. Це дозволило відсіяти явно не здібних і визначити перспективних гімнастів з кінцевим результатом гімнаста – високі інтелектуальні здібності, добре навчання в школі і високі досягнення в спорті.

Аналіз роботи дитячих, юнацьких шкіл підготовки гімнастів за 10 років довів, що залучення до занять в ДЮСШ, СДЮШОР здійснюється з 6-7 років життя і частіше з 8-10 років. Тривалість навчання до високих досягнень в спорті 6-8 років, максимальний розвиток швидкісних і координаційних здібностей досягався у 18-23 років. За десять років підготовлено 13 майстрів спорту з гімнастики, що складало 3 % від загальної кількості майстрів спорту області. В структурі пріоритетних олімпійських видів спорту Миколаївської області за кількістю високих досягнень гімнастика займає 12 місце. Серед гімнастів 51% склали особи жіночої і 49% чоловічої статі. Переважна більшість належала художній гімнастиці.

Стан здоров'я гімнастів ДЮСШ, СДЮШОР та УФК вивчався за документами обласного лікарського фізкультурного диспансеру, де на кожного спортсмена заведена спеціальна диспансерна картка фізкультурника – форма 227. В медичній картці є щорічні дані фізичного розвитку та стану здоров'я, клінічні та біохімічні аналізи.

В середньому за 10 років спостережень захворюваність складала 249 на 1000 оглянутих спортсменів. Всі захворювання ми поділили на дві групи, які визначаються причинами пов'язаними і непов'язаними зі спортом. Чинниками першої групи були: неправильна методика тренувального процесу, недостатня індивідуалізація тренування і порушення режиму, неправильна поведінка спортсмена і тренера, що приводила до виникнення перевантажень, переналруги організму гімнаста. Чинники другої групи склали негативні явища зовнішнього середовища, розповсюдження епідемії грипу і простудних хвороб, інфекційних захворювань серед населення області, які під час змін реактивності організму спортсмена обумовлювали зниження опору до шкідливих і небезпечних дій факторів зовнішнього середовища. В структурі захворюваності гімнастів, які знаходились на диспансерному обліку 53,9% склали травматичні пошкодження і хвороби, 28% неврологічні захворювання, частіше простудного характеру, 15,7% захворювання вуха, горла, носу, 1,4% терапевтичні хвороби і 1% хвороби органів

зору.

За даними записів лікарів фізкультурного диспансеру в 28% захворювань і травматичних пошкоджень були порушення в процесі формування тренування. максимальні навантаження без урахування загальної фізичної підготовки, в 20% одностороння, вузька спеціальна підготовка з малим використанням загальної фізичної підготовки гімнаста, в 18% мали випадки участі в тренуванні або змаганні в хворобливому стані, в 5% була неправильна методика побудови занять і 3% мали несприятливі умови, в яких проводились учбово-тренувальні змагання.

На підставі проведеного дослідження можна зробити такі висновки:

1. Сучасний спорт вищих досягнень вимагає пошуку найбільш обдарованих дітей і підлітків серед значної кількості учнів шкіл, які бажають займатися спортом.

2. Підготовка гімнастів повинна проводитись в спеціальній інфраструктурі спортивних споруд (ДЮСШ, СДЮШОР, УФК та школах вищої спортивної майстерності – ШВСМ). Підготовка спортсменів високих досягнень і Олімпійського резерву триває довгий час при належних умовах забезпечення відповідними спортивними спорудами, обладнанням та підготовленими тренерами.

3. На кожному етапі підготовки гімнаста необхідно впроваджувати критерії відбору інтегрованою оцінкою перспективності кожного гімнаста.

#### *Література*

1. Указ Президента України "Про затвердження цільової комплексної програми "Фізичне виховання - здоров'я нації" - К., 1998, № 963/98 від 7 вересня 1998.

2. Запорожанов В.А., Кузьмін А.І. Комплексна система оцінки перспективних можливостей юних спортсменів // *Наука в Олімпійському спорті*. – 1994. – С. 30.

3. Основні показники розвитку літніх Олімпійських видів спорту в Україні (1997-1999р.р.) // *Інформаційний довідник державної молодіжної політики, спорту і туризму України*. – К., 2000. – 247 с.

4. Платонов В.М., Петровський Б.В. Олімпійський спорт як система знань і сфера діяльності // *Наука в Олімпійському спорті*. – К., 1995. – № 2. - С. 31.

5. Статистичні звіти з фізичної культури і спорту Миколаївської області за 1991-2000 рр. // *Форма № 2 - фк*// - Миколаїв, управління з питань фізичної культури, спорту і туризму.

#### **Annotation**

The State of organization and training of the gymnasts during the ten-year-period has been studied. It is determined that the training of the gymnasts of high achievements has been lasting for a long time under the necessary conditions of providing with proper sport apparatus and qualified specialists.