

ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ МАСОВОГО СПОРТУ МАСОВОГО СПОРТУ ЯК РЕЗЕРВУ В ОЗДОРОВЛЕННІ НАЦІЇ

МИХАЙЛО КОВІНЬКО

Вінницький державний педагогічний університет імені М.Коцюбинського

Зв'язок здоров'я людини з основними, глобальними проблемами сучасності, що породженні особливостями соціально-економічного розвитку та науково-технічного прогресу, останнім часом невпинно загострюється. Напруги додає ще й факт різкого зниження рівня фізичної активності людей на фоні екологічного дисбалансу і соціально-економічної нестабільності. А якщо врахувати що динаміка темпів росту смертності в Україні, яка за останні 9 років збільшилась на 25,6%, то ситуація видається критичною. Дійсно, дані факти викликають занепокоєння. І потреба вирішення цих проблем висуває на перший план необхідність розробки системи заходів зі зміцнення здоров'я, збільшення тривалості життя і працездатності людей (Бундзей П.В., Дібнер Р.Д. 1994р.). Одне з провідних місць у системі цих заходів з великими резервами і потенціалом відводиться масовому спорту: і базовому, і самодіяльному.

Давно назріла необхідність змінити акценти у спрямуванні фізичної культури і спорту вищих досягнень на здоровий спосіб життя, на масовий спорт. Це повинно стати пріоритетом спортивної галузі. Показовим у цьому плані є досвід високорозвинених країн: США, Франції, Англії, Скандинавських країн.

Тенденція до покращення ситуації спостерігаємо і в нашій країні, про що свідчать наступні урядові документи: Закон України «Про фізичну культуру і спорт», Указ Президента України про затвердження цільової комплексної програми «Фізичне виховання - здоров'я нації». Та щоб запобігти перетворенню цих документів у декларативне гасло, необхідно докласти максимум зусиль на всіх ділянках щодо створення умов для реалізації. Назріла необхідність радикальної перебудови фізичного виховання, його фізкультурно-оздоровчої спрямованості. Ця необхідність продиктована потребою, по-перше, відмовитись від залишкового принципу матеріального, фінансового і кадрового забезпечення; по-друге, пов'язано з різким загостренням питання про здоров'я народу (Куц О.С. 1997р). Мова йде не лише про несприятливу демографічну ситуацію, а й про якість населення, відтворення його в усьому багатстві фізичних, духовних і соціальних властивостей.

Цілком очевидно, що проблема здоров'я має безпосереднє відношення до оцінки оздоровчої ефективності занять фізичними вправами у ділянці у ділянці масового спорту. Не зупиняючись на механізмі впливу фізичних вправ як засобу первинної і вторинної профілактики хвороб, зазначимо що дані, отримані при дослідженні великих контингентів людей різного віку та статі з урахуванням фактору фізичної активності, переконують в ефективності занять фізичними вправами для профілактики захворювань, збереження та зміцнення здоров'я.

Отже, цілком зрозуміло, що фізична культура, заняття спортом - запорука міцного здоров'я і доброго самопочуття. Однак тільки розуміння замало. Насправді існує низка проблем, які терміново необхідно вирішувати для покращення ситуації:

1. Неусвідомлення керівниками різних рівнів шкоди щоденної гіподинамії для здоров'я населення;
2. Невиконання вимог нормативних документів щодо проведення масового оздоровлення населення;
3. Неякісний в окремих ланках системи масового спорту, що призводить до стихійності функціонування системи;
4. Низька зацікавленість та мотивація населення щодо участі в систематичних оздоровчих заняттях з метою зміцнення здоров'я, покращення самопочуття та гармонійного фізичного розвитку;
5. Недоступність широким верствам населення займатися в секціях, спортивних і тренажерних залах, особливо через віддаленість місць занять, брак часу, матеріальні труднощі та інше;
6. Неналежа компетентність педагогів з фізичної культури щодо розв'язання проблем оздоровлення населення.
7. Недостатня інформативність населення через засоби масової інформації, рекламну пропаганду занять і досвіду організації фізкультурно-оздоровчої роботи, здорового способу життя;
8. Неузгодженість дій фізичної культури і спорту, освіти, охорони здоров'я у фізкультурно-оздоровчій роботі з населенням;
9. Незадовільне фінансове та матеріально-технічне забезпечення організації масової фізичної культури і спорту.

Як бачимо, проблем дійсно вистачає, і ситуація дедалі загострюється. Необхідне термінове об'єднання всіх ланок для реалізації концептуальних засад масової фізичної культури і спорту як потенційного резерву щодо оздоровлення населення країни.

Потрібно відмовитись від існуючого консерватизму у сфері фізичного виховання загалом та масового спорту, створити гнучку, здатну до змін систему, яка могла б ефективно вирішувати завдання оздоровлення населення. А зміни дійсно потрібні. Суспільство потерпає через відсутність культу «здорового способу життя»,

особливо у засобах масової інформації (газети, радіо, телебачення). Пропагандивна мета здорового способу життя полягає у залученні населення до занять фізичною культурою і спортом, створення максимального режиму сприяння, щоб фізична культура і спорт стали обов'язковою складовою частиною побуту людей.

Ці завдання слід вирішувати. У зв'язку з цим ми виділили низку основних напрямів. Їх активізація і оптимізація дасть необхідний результат.

Напрями роботи у ділянці фізичної культури і спорту:

1. Система управління і контролю:

- якісний контроль у всіх ланках масового спорту;
- оптимальний розділ повноважень та функцій між суб'єктами управління фізичним вихованням і спортом;
- погодження дій фізичної культури і спорту, народної освіти, охорони здоров'я у фізкультурно-оздоровчій роботі з населенням;
- подальша розробка ідеологічних, науково-методичних, організаційних, програмно-нормативних засад національної системи фізичного виховання;
- покращення матеріально-технічного і фінансового забезпечення із залученням фірм, корпорацій, підприємств, спортивних клубів.

2. Кадрове забезпечення:

- вдосконалення процесу підготовки і перепідготовки професійних кадрів;
- оптимізація структури і змісту підготовки кадрів;
- озброєння фахівців новітніми технологіями, альтернативними і нетрадиційними формами фізичного виховання і спортивної соціалізації;
- створення спеціалізованих науково-дослідних і педагогічних центрів, які б займалися проблемами фізичного виховання і спорту.

3. Спортивна активність населення:

- вивчення рівня активності людей у сфері фізичної культури і масового спорту;
- посилення впливу інститутів соціалізації і засобів масової інформації на процес формування цінностей спортивної активності, збільшення їх мотивуючої ролі;
- створення системи «консультаційної підтримки» по адекватному використанню населенням засобів і методів фізичної культури для зміцнення здоров'я;
- необхідність ширшої взаємодії сфери фізичного виховання і спорту з іншими сферами життя суспільства, проникнення її в усі елементи буття.

4. Спортивна реклама і маркетинг:

- пропаганда цінностей спорту і оздоровлення в засобах масової інформації, доведення до свідомості населення переваг здорового способу життя (телевізійні ролики, заставки, рекламні шити, стенди, статті та інші);
- розвиток сфери спортивно-оздоровчих послуг населенню (державної, комерційної, громадської);
- інформаційний контроль у процесі реалізації рекламних і маркетингових
- програм щодо спорту.

Ці напрями ефективні при комплексному підході до них. Здоров'я народу - найцінніший ресурс, який акумулює в собі все. Необхідність оптимізації розвитку сфери спорту і оздоровлення пов'язана з проблемою погіршення здоров'я нації. Ці негативні тенденції слід загальмовувати і створити умови для кардинального покращення здоров'я нації

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бундзей П.В., Дибнер Р.Д. *Здоровье и массовый спорт // Теория и практика физической культуры.* - 1994. - № 5-6, - С.6.
2. *Концепція фізичного виховання в системі освіти України // Фізичне виховання в школі.* - 1998. - № 2, - С.2-7.
3. Куц О.С. *Концепція безперервної фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями ЗОШ.* - К.: 1997. - 18 с.
4. Щедрина А.Г. *Здоровье и массовая физическая культура: методологические аспекты // Теория и практика физической культуры.* - 1989. - № 4. - С.5-7.

THE PROBLEMS AND PERSPECTIVES OF MASS SPORT AS THE RESERVE IN NATION HEALTHINESS

MIHAIL KOVIN'KO

Vinnitsa State Pedagogical University named after M. Kotsubinsky

The article deals with the condition and sport in Ukraine, and the peculiarities of its potential as for the health aspect.

The problems are defined and we make an attempt to emphasize the main directions and measured directions for reducing of negative features in physical training and mass sport.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ МІЖНАРОДНИХ СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ СЕРЕД НЕПОВНОСПРАВНИХ ОСІБ

ОЛЬГА РИМАР

Львівський державний інститут фізичної культури

За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я в теперішній час у світі нараховується близько 500 млн. інвалідів. Враховуючи постійне збільшення кількості осіб із вродженими вадами, зростання технічного оснащення суспільства і одночасно числа травм на початку майбутнього тисячоліття число інвалідів збільшиться вдвічі [1].

Сучасний стан українського суспільства вимагає гуманізації всіх сторін його життя. У зв'язку з цим особливе місце повинно бути приділено інвалідам, які мають вади у розумовому і фізичному розвитку [2].

Метою нашого дослідження є аналіз особливостей розвитку та функціонування Параолімпійського руху та Спеціального олімпійського руху серед неповносправних осіб.

Важливим фактором активізації життєвої позиції неповносправних осіб є залучення їх у сферу спортивної діяльності. З цієї точки зору заняття спортом значно важливіші для інваліда, ніж для здорової, дієздатної людини. Серйозна фізична вада більшою чи меншою мірою порушує функції організму в цілому, координацію рухів, призводить до зміни нормальних рухових стереотипів, що часто супроводжується психічною напругою, утруднює і навіть виключає контакти з навколишнім світом.

Якщо інвалід постійно відчуває на собі співчутливі погляди сторонніх, у нього може розвинути комплекс неповноцінності, який характеризується хвилюваннями, тривогою, невпевненістю.

У результаті виникають жалість до себе, егоцентрична ізольованість, а інколи і антисоціальні установки. Активна участь у спортивних заходах відновлює психічну рівновагу інваліда і дає йому можливість повернутися до життя, незважаючи на тілесну неповноцінність. У результаті мета залучення інвалідів до спорту – відновити втрачений контакт з довколишнім середовищем. Саме спорт створює психічні умови, необхідні для успішного еднання інваліда з суспільством і нормальної життєдіяльності в ньому.

Перші спроби залучення інвалідів до спорту були використанні ще в минулому столітті, коли в 1888 році в Берліні було засновано перший спортивний клуб для глухих. Для цієї категорії інвалідів міжнародні спортивні змагання проводяться регулярно з 1924 року під назвою "Тихі ігри".

Після другої Світової війни до занять фізичною культурою і спортом залучаються інваліди з пошкодженнями опорно-рухового апарату. "Хрещеним батьком" цієї справи став англійський лікар Людвіг Гутман. У 1944 році в англійському центрі для лікування спинномозкових травм в Сток-Мандевілі він запропонував проведення спортивних заходів як обов'язкової частини комплексного лікування хворих. Л.Гутман прагнув вирішити дві задачі: по-перше, тренування тіла, зміцнення організму хворих; по-друге, відродження сенсу життєвих вартостей. У подальшому професор Л.Гутман став директором Сток-Мендівільського центру, а також президентом Британської і Міжнародної організації для лікування інвалідів з порушеннями опорно-рухового апарату.

Сьогодні для інвалідів раз у чотири роки проводять міжнародні змагання (Параолімпійські ігри), - як правило, в тій країні, де відбуваються ігри Олімпіад та Зимові Олімпійські ігри. У них беруть участь інваліди різних категорій: з паралічем двох верхніх або двох нижніх кінцівок; з паралічем усіх чотирьох кінцівок; з ампутованими кінцівками; ті, що страждають церебральним паралічем; глухі та з іншими фізичними вадами [3]. Спортсмени-інваліди з порушеннями інтелекту беруть участь в Параолімпійських іграх не так давно - з 1996 року (м.Атланта, США). Для інвалідів з розумовими відхиленнями головним спортивним заходом є ігри під назвою "Спеціальні олімпіади".

Програма параолімпійських ігор вимагає від спортсмена системи регулярних тренувань, участі в усіх важливих міжнародних змаганнях, а головне - рівня спортивної майстерності не нижче I-II дорослих розрядів. По суті, Параолімпійські ігри – це Олімпійські ігри, але тільки для інвалідів, тобто вимагають використання всіх резервних можливостей організму в період як змагань, так і тренувань.

Програма ігор різноманітна так, літні Ігри проводяться з таких видів спорту: стрільба з лука, спортивна стрільба, легка атлетика (метання спису на дальність і точність, штовхання ядра, метання диска, забіги на різні дистанції, гонки на колясках, слалом, пентатлон), фехтування, настільний теніс, баскетбол, голбол, більярд, кеглі, футбол, плавання, волейбол, важка атлетика, дзюдо та інші. Більшість з цих видів спорту характерні для змагань спортсменів на візках [4].