

Література

1. Ампілогова Л. П. Майстер-клас як форма поширення інноваційних педагогічних ідей [Текст] / Л. П. Ампілогова, В. В. Зибіна // Управління школою. – 2012. – № 16-18. – С. 88 – 94.
2. Бондаренко О.М. Формування валеологічної компетентності студентів педагогічних університетів у процесі професійної підготовки.: Дис... канд. наук: 13.00.04 – К, 2008 // [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.lib.ua-ru.net/diss/cont/344325.html>.
3. Бурова В. Розвиток обдарованої особистості засобами інноваційних технологій [Текст] / В. Бурова // Освіта та розвиток обдарованої особистості. – 2017. – № 3. – С. 14 – 16.
4. Власенко Н.В. Інноваційні технології на уроках фізичної культури [Текст] / Н. В. Власенко // Фізична культура в загальноосвітніх школах: проблеми та перспективи : зб. наук. праць : матеріали регіон. наук.-метод. семінару, 15 квіт. 2014 р. / Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка, Ф-т фіз. виховання, Каф. теорет. – метод. основ викл. спорт. дисциплін. – Полтава, 2014. – С. 12 – 18.
5. Волощук І. Використання інноваційних технологій у керуванні науково-дослідницькою діяльністю студентів [Текст] / І. Волощук // Витоки педагогічної майстерності : зб. наук. праць / Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка ; гол. ред. М. І. Степаненко. – Полтава, 2016. – Вип. 17. – С. 40 – 46.

УДК 796.2

Шендрик А.С., магістрантка групи 501-ФС
Науковий керівник Синиця Т.О., к.фіз.вих.,
завідувач кафедри фізичного виховання
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ЧЕРЛІДИНГ – ПОПУЛЯРНИЙ ВИД СПОРТУ

Навколишній світ багатий і різноманітний у своїх проявах. Він надає величезні можливості для гармонійного розвитку особистостей.

Сучасні діти ростуть і розвиваються в епоху штучного інтелекту, де комп'ютери, ноутбуки, смартфони і телефони притягують їх увагу, утримуючи перед монітором, знижуючи у підлітків зацікавленість до фізичних вправ, зменшуючи їх рухову активність і як наслідок погіршують здоров'я, фізичну і функціональну підготовленість. Вже давно доведено вченими всього світу, що кожна дитина повинна займатися спортом. А як вибрати для себе те, що буде не тільки корисно, але й цікаво. Адже досягти високих результатів можна тільки тоді, коли є бажання, інтерес. Багато хто навіть не знає, що в даний час існують такі види спорту, де не потрібно певних параметрів росту, ваги, фізичних даних, де практично не існує відбору, а головне немає вікового бар'єру. Таким видом спорту є черлідінг.

Черлідінг – вид спорту, що поєднує елементи спеціально підібраних фізичних вправ (танці, гімнастика, акробатика) і методичних прийомів, що застосовуються для зміцнення здоров'я, гармонійного фізичного розвитку [1].

Черлідінг зародився в США в 1870-і роки і придбав найбільш широке поширення до середини ХХ століття. У 1860-і роки в студентському

середовищі в Великобританії стало популярним підбадьорювати спортсменів під час змагань, і незабаром це дійство поширилося і в Сполучених Штатах. Перший клуб груп підтримки був організований в Нью-Джерсі в Принстонському університеті в 1865 році. Кажуть, на одній футбольній грі в Принстоні Томас Піблс зібрав шість чоловік, які вишикувалися перед трибунами зі студентами і протягом всієї гри скандували речівки, спонукаючи інших глядачів вболівати за улюблену команду [2]. Але роком зародження черлідінгу прийнято все ж вважати 1898. Саме в цьому році у футбольної команди Міннесотського університету сезон явно не складався. І перед черговою грою в університеті відбулися збори, на якому були присутні студенти з усіх факультетів. Один з присутніх там професорів висунув гарну наукову тезу на користь глядацької підтримки спортсменів на змаганнях. Він стверджував, що стимул кількох сотень студентів фокусується на позитивній енергії, яка спрямовується на команду і допомагає їй здобути перемогу. Його заключною реплікою була: «Йдемо в Медісон! Йдемо в Медісон! Застосуємо закон позитивних стимулів!»

Фізичний розвиток, спілкування з однолітками, доброзичливий підхід допомагають виявленню творчих задатків, лідерських якостей, подолання комплексів і прагнення до успіху! Тому черлідінг є перспективним напрямком. Море позитиву, драйву, позитивних емоцій, нові знайомства, вдосконалення фігури, змагання, виступи – все це доступно для тих, хто займається черлідінгом!

У вітчизняній літературі, практично відсутні дослідження і публікації з черлідінгу. Така ситуація пов'язана з тим, що в Україні – це новий і молодий вид спорту. Тому пропонується використовувати американський досвід, методичну та наукову базу з подальшою адаптацією до українських мотивів. У США цей вид спорту динамічно розвивається вже понад 100 років, тому має сенс запозичити зарубіжний досвід [2].

Проте, моніторинг літератури, присвяченої питанням здорового способу життя студентської молоді, дозволив виявити окремі напрацювання в цій галузі. Так, в процесі тренування черлідінгом формується багатий арсенал рухових навичок, що відрізняються координаційної точністю і складністю, а також відбувається розвиток динамічної, статичної і вибухової сили займаються [3].

За свідченнями Т. В. Шепеленко у статті «Зміни антропометричних та функціональних показників під впливом занять оздоровчою аеробікою та черлідінгом у технічному ВНЗ» [4], під впливом черлідінгу відбуваються позитивні зміни антропометричних показників студенток технічного вузу.

В ході аналізу підсумків результатів змагальної діяльності, розроблено оціночні шкали елементів складності в черлідінгу і встановлено, що критеріями ефективності виконання рухів є точність виконання елемента, оптимальний час виконання елемента, а також легкість рухів [5].

Однак в даний час виникла необхідність вивчення нових можливостей і інноваційних видів рухової активності для залучення студентської молоді до здорового способу життя, до систематичних занять фізичною культурою і спортом.

Використання черлідінгу з цією метою відкриває широкі можливості і перспективи.

Література

1. Черлідінг как основа здорового образа жизни студенческой молодежи [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/123456789/20277/1/Pleshakova%20OV%2C%20Shapar%20KA%2C%20Kovalichuk%20NV.pdf> – 18.05.2019 р. – Загол. з екрану.
2. «Методология функционального моделирования» [Електронний ресурс] – Режим доступу: http://unesco.kemsu.ru/study_work/method/po/UMK/lab_pract/lab03.html – 25.05.19 р. – Загол. з екрану.
3. Глубока Н.А. Черлідінг як складова системи фізичного виховання студентів / Н.А. Глубока, Н.В. Петренко // Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту : тези доповідей ів міжнародної науково-методичної конференції (Україна, Суми, 13–14 квітня 2017 року). – Суми, 2017. – С. 76-78.
4. Шепеленко Т. В. Зміни антропометричних та функціональних показників під впливом занять оздоровчою аеробікою та черлідінгом у технічному ВНЗ / Т.В. Шепеленко, О. Р. Лучко // Фізичне виховання та спорт у контексті державної програми розвитку фізичної культури в Україні: досвід, проблеми, перспективи. – Житомир, 2015. – С. 146-148.
5. Бодренкова И.А. Оценочные шкалы элементов сложности в черлидинге / И.А. Бодренкова, Луценко Л. С., Лучко О. Р., Шепеленко Т. В. // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т.Г. Шевченко. – Чернігів: 2013. – 305 с.

УДК 796.412

*Шурник О. студентка II курсу
Науковий керівник Воробйов О.В., ст. викладач
кафедри фізичного виховання
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ – СКЛАДОВА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТА В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Важливу роль у розвитку духовної культури людини відіграє здоровий спосіб життя. Тільки дотримуючись здорового способу життя, людина може повністю реалізувати вольові якості та легко переносити труднощі, стресові ситуації, формувати сприятливий психологічний клімат у колективі [2]. Актуальність формування фізичної культури як невід'ємної частини життя цивілізованої спільноти в сучасному українському суспільстві задекларована у багатьох законодавчих та нормативних документах останнього періоду [3]. Разом з професійними вимогами до молодого фахівця висувуються конкретні вимоги щодо його фізичної підготовки. На сьогодні на території України проходить повномасштабна війна. Це складне суспільно-політичне явище, пов'язане з розв'язанням суперечностей між державами, яке має негативні наслідки,