

Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського
ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»
Чорноморський національний університет імені Петра Могили
Львівський національний університет імені Івана Франка
Українська медична стоматологічна академія
Харківська гуманітарно-педагогічна академія
Гомельський державний університет імені Ф. Скоріни (Білорусь)
Lithuanian Sports University (Lithuania)
Nicolaus Copernicus University (Poland)
University of Strasbourg (France)

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Збірник матеріалів I Всеукраїнської науково-практичної
Інтернет-конференції з міжнародною участю

02 грудня 2020 року

CURRENT ISSUES OF PHYSICAL CULTURE, SPORTS AND PHYSICAL EDUCATION

Collection of materials of the I All-Ukrainian Scientific and
Practical conferences with international participation

December 02, 2020

Полтава, 2020

А. Черняк, студентка магістратури групи 101 МГС спеціальності 017 «Фізична культура та спорт»
Наук. керівник: Рибалко Л.М., д.пед.н., професор
Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

АДАПТИВНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ УЧНІВ ІЗ ВАДАМИ СЛУХУ ЗАСОБАМИ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ

Вади слуху – це повне (глухота) або часткове (туговухість) зниження здатності виявляти та розуміти звуки. Такі порушення слухової функції мають суттєвий вплив не тільки на адаптацію особистості у соціальній сфері, але й на її психічний та фізичний розвиток. Особливо негативний вплив зниження чи втрати слуху проявляється у молодшому шкільному віці [3; 4].

Аналіз наукових досліджень засвідчує, що у молодшому шкільному віці відбувається інтенсивний розвиток координаційних здібностей, про що свідчать дослідження багатьох провідних науковців, а також надбання нових знань, умінь і навичок. Від розвитку координаційних здібностей залежать подальші рухові навчання інших фізичних якостей (сили, швидкості, гнучкості, витривалості), які тісно пов'язані між собою [2]. Саме тому одним із завдань фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку із вадами слуху є розвиток рухової функції й уміння керувати своїми рухами в просторі, тобто координації рухів.

Низкою фахівців обґрунтовано, що з метою оздоровлення, гармонійного розвитку дитини, доцільним є пріоритетне використання спортивного тренування з улюбленого виду спорту.

В. П. Помиткін зазначає, що розвиток координаційних здібностей під час занять бадмінтоном забезпечується використанням наступних методичних прийомів:

- незвичайні вихідні положення для виконання вправ (подача волану стоячи на підвищенні: лавці, стегі);
- «дзеркальне виконання вправ (гра рукою в залежності від того, яка рука є ведучою);
- зміна швидкості та темпу виконання вправ (гра в прискореному темпі);
- зміна просторових кордонів, в межах яких виконуються вправи (гра на збільшеному по розмірах полі: в одиночній грі в межах площадки для парної гри; гра на зменшеному полі: зменшення довжини площадки);
- ускладнення вправ шляхом додаткових рухів (виконання удару під час гри з наступним виконанням завдання: поворот навколо себе з наступним присіданням, випригуванням);
- комбінування вправ (застосування нових прийомів техніки разом з раніше розученими прийомами);

- зміна протидії, тих, хто займається (застосування тактичних комбінацій у грі);

- зміна умов виконання вправ (використання ракеток різної ваги, різних видів покриття площадки, пластикових та пір'євих воланів) [4].

Зокрема, для розвитку видів координації застосовуються наступні вправи:

- для реагуючої здатності – жонгливання тенісним м'ячем за 15 с; жонгливання воланом за 15 с; жонгливання воланом за 30 с;

- для здатності до орієнтації у просторі – переміщення по волановій доріжці, відбиваючи волани вправо, вліво; переміщення у трьохметровому квадраті [4].

Автори [1; 3; 4] стверджують, що під час дій з ракетками, воланами створюються умови для включення в роботу також і лівої руки, що важливо для повноцінного розвитку дитини. Знову ж таки, вправи з воланами, ракетками розвивають не лише великі, а й дрібні м'язи, збільшують рухливість суглобів пальців та кисті. Вони укріплюють м'язи, що утримують хребет, і сприяють формуванню правильної постави.

Отже, можна стверджувати, що розвиток координаційних здібностей учнів молодших класів із вадами слуху є досить актуальною проблемою. Різноманітність засобів та методичних прийомів у процесі занять бадмінтоном здатні сприяти розвитку наступних здатностей: реагуючої, кінестетичної, збереження рівноваги, орієнтації у просторі.

Література

1. Байкина Н.Г., Крет Я.В., Сермеев Б.В. *Физическое воспитание в школе глухих и слабослышащих*. М. : Советский спорт, 2000. 64 с.

2. Дьячков А. И. *Системы обучения глухих детей*. М. : ФиС, 2001. 348 с.

3. Івахненко А. А. *Корекція та розвиток психомоторної функції глухих дітей молодшого шкільного віку засобами рухливих ігор*. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. Харків, 2011. № 3. С. 66-69.

4. Смирнов Ю. Н. *Бадминтон. Физкультура и спорт*. 2001. 32 с.

Г. Шершерія, Р. Привар, студенти бакалаврату, групи 201 Б спеціальності 192 «Будівництво та цивільна інженерія»
Науковий керівник: Р.В. Жалій, старший викладач
Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ВПЛИВ ДОПІНГУ Й ФАРМАКОЛОГІЇ НА ЗДОРОВ'Я СПОРСМЕНІВ

Проблема використання фармакологічних засобів і зловживань ними настільки серйозна, що кожен спортсмен і тренер, що хотів би ефективно застосовувати досягнення сучасної науки для забезпечення тренувального