

Тетяна Сапах,
студентка 4 курсу
факультету фізичної культури, спорту та здоров'я людини
Наук. керівник: **А. І. Єфімова**
ст.викл (БДПУ)

ХАРАКТЕРИСТИКА ЧИРЛІДІНГУ, ЯК ВИДУ СПОРТУ

Актуальність. Чирлідінг – інноваційна форма по збереженню і зміцненню здоров'я, з користю для розвитку особистості дитини, задоволення його потреб та є перспективним напрямком розвитку фізичних якостей.

Даний вид рухової активності є одним з найбільш популярних серед молоді та забезпечує індивідуалізацію фізичного розвитку у системі масового фізичного виховання [1]. Чирлідінг прийшов до нас із США, де він розвивається вже понад 100 років і є одним із символів американського спорту. Привабливість цього виду діяльності зумовлюється поєднанням складності й краси рухів, емоційним контактом із глядачами.

Ступінь досліджуваності проблеми. Полягає в теоретичному аналізі літературних джерел та літератури з обраної тематики.

Мета і методи дослідження. Вивчення та обґрунтування питання розвитку чирлідінгу, як виду спорту.

Сутність дослідження. Перший клуб груп підтримки був організований у Нью-Джерсі в Принстонському Університеті у 1865р., там же прозвучала і перша кричалка. Але роком зародження чирлідінгу прийнято все ж вважати 1898р. Спочатку чирлідінг був більш популярний серед чоловіків.

На сьогоднішній день більше 3 000 000 дівчат і юнаків США входять до складу різних чирлідінг-команд. І якщо раннє захоплення кричалками та активною підтримкою спортивних команд вважалося простим проведенням часу, то тепер чирлідінг стоїть на одному рівні з іншими спортивними футбольними і баскетбольними командами [2].

Міжнародна Федерація Чирлідінгу (IFC), була зареєстрована у 1998 р., з базою у м.Токіо, Японія. 2009 рік – рік входження чирлідінгу, як виду спорту до складу Олімпійських ігор. Щорік проводяться: чемпіонати Азії, Чемпіонат Європи і раз в два роки чемпіонат Світу (з 2001 р.). Всеукраїнська федерація чирлідінгу офіційно зареєстрована у нашій країні 24.11.2004 р. Наказом Держкомспорту України № 419 чирлідінгу було надано статус виду спорту, офіційно визнаного в Україні. З 2005 р. в Україні щороку проводяться чемпіонат і Кубок України з чирлідінгу. Всеукраїнська федерація чирлідінгу – член Міжнародного чирлідінгового Союзу, у який входить 102 країн-членів: Африка – 14 країн; Америка – 25 країн; Азія – 19 країн; Європа – 40 країн; Австралія і Океанія – 4 країни. Штаб-квартира знаходиться у м.Мемфіс, США. Всеукраїнська федерація чирлідінгу – член Європейського чирлідінгового союзу (ECU), членами якого є 27 країн Європи. Штаб-квартира знаходиться у м.Тон, Швейцарія [2].

На чемпіонатах світу 2009-2011рр. (м. Орландо, США) були розіграні медалі у 12 номінаціях (6 данс, 6 чер). Україна брала участь у 3-х видах програми і завоювала 6 медалей: 3 золоті, 1 срібну, 2 бронзові медалі. У

чемпіонаті Європи 2011 р. (м. Прага, Чехія) брали участь 20 країн, які розіграли медалі у 12 номінаціях (6 данс, 6 чер). Україна брала участь в 4-х видах програми і завоювала 4 медалі – 2 золоті і 2 срібні (дорослі), 1 золоту і 2 срібні медалі (юніори). В чемпіонаті України 2012р. (м. Харків) брало участь 700 спортсменів з 10 регіонів України і міста Києва, а також 4 регіонів Російської Федерації (у змаганнях дітей і юніорів).

Основними засобами чирлідінгу є вправи, які можна класифікувати за педагогічним принципом:

1. Гімнастичні вправи: різновиди ходьби, бігу, стрибків, загально-розвиваючі вправи (які виконуються з метою оздоровлення і розвитку рухових здібностей).

2. Загальні (базові) рухи аеробіки, що з'єднані в блоки і комбінації.

3. Танцювальні вправи і елементи хореографії та сучасних танців: джаз, рок-н-рол, диско, латиноамериканські тощо.

4. Вправи з інших видів спорту (спортивна і художня гімнастика, акробатика).

Основні висновки. Чирлідінг – відноситься до складно-координаційних видів спорту, для рухової діяльності, яких характерні надзвичайно високі вимоги до техніки рухів і спритності. В процесі тренування спортсменів-чирлідерів формується багатючий арсенал рухових навиків, що відрізняються координаційною точністю і складністю. Чирлідінг пропагандує здоровий спосіб життя і позитивні стосунки між людьми – доброзичливість, взаємодопомогу, взаєморозуміння і довіру

ЛІТЕРАТУРА

1. Іванченко Ю.М. Планування і організація тренувального процесу в чирлідінгу / Іванченко Ю.М. // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2010. – Вип.14, т.1. – С.94-100.

2. История чирлидинга. – Режим доступа: <http://cheer-sport.ru/history-cheerleading.html>

Тетяна Сапах

студентка 4 курсу

факультету фізичної культури, спорту та здоров'я людини

Наук. керівник: **О. М. Будний**

викладач (БДПУ)

ЗАСТОСУВАННЯ ФІТБОЛУ НА УРОКАХ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З КЛАСУ ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ

Актуальність теми: Дослідження обраної теми зумовлена тим, що в Україні високий рівень захворюваності дитячого населення. Спостерігається погіршення показників соматичного та нервово-психічного віку зменшився більш ніж на 30%. Порушення постави займає третє місце серед найбільш поширених хвороб серед дітей молодшого шкільного віку. Як відомо, одним із інтегральних показників стану опорно-рухового апарату дитини є правильна постава, незначні функціональні порушення якої можуть призвести до значних деформацій скелету в майбутньому і