

психологічний стрес не розвивається або ж вчасно нейтралізується, що є кращим засобом профілактики захворювань і серцево-судинної системи. Налічується понад двадцять конкретних корисних ефектів атлетизму, яких може досягти будь-яка людина, регулярно тренується з обтяженнями.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бельский И.В. Эффективность занятий студентов атлетической гимнастикой в режиме свободного времени // Теория и практика физической культуры. 1989. № 4. С. 50-52.
2. Воробьев А.Н. Тяжелая атлетика: учебник для институтов физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1988.
3. Гайдук І. Атлетична гімнастика в системі фізичного виховання дітей старшого шкільного віку / І. Гайдук // Молода спортивна наука України. – Львів : ЛДУФК. – Вип. 10. – Т. 1. – С. 141–144.
4. Гулько П. М. Заняття силової спрямованості як засіб підвищення фізичної підготовленості студентів / П. М. Гулько // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. за ред. С. С. Єрмакова. – Харків : ХДАДМ (ХХПІ), 2006. – № 25. – С. 35–38.
5. Дворкин Л.С. Спортивно-педагогические проблемы занятий тяжелой атлетикой с раннего подросткового возраста // Теория и практика физической культуры. 1996. № 12. С. 36-40.
6. Семенович С. Особливості впливу занять атлетичною гімнастикою на розвиток силових здібностей юнаків 15–17 років / С. Семенович // Молода спортивна наука України. – Львів : ЛДУФК. – Вип. 3. – Т. 1. – С. 308–311.

Борута В.

Науковий керівник – доц. Боднар Я.Б

ГОЛОВНЕ В ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТИВНИХ ТОВАРИСТВ НА ТЕРНОПІЛЛІ

Актуальність дослідження. На сучасному етапі розвитку українського суспільства зберігається актуальність всебічної підтримки сфери фізичної культури і спорту з боку держави. Такий стан речей унормований чинним законодавством.

Тільки за умови оптимального поєднання дій всіх зацікавлених суб'єктів управління стане реальним забезпечення людям оптимальною руховою активністю протягом усього життя, досягнення нею достатнього рівня фізичної та функціональної підготовленості, впровадження традицій здорового способу життя, сприяння її соціальному, біологічному та психічному благополуччю.[2]

Ситуація в сфері фізичної культури та спорту залишається складною. Найгострішою проблемою є низький рівень залучення населення (13%) до занять фізкультурно-оздоровчої спрямованості. За цим показником Україна суттєво поступає: Фінляндії, Швеції, Великобританії, Чехії, Німеччині та деяким іншим країнам. Світовий досвід засвідчує, що оптимальна рухова активність упродовж усього життя кожної людини — найефективніший засіб профілактики захворювань та зміцнення здоров'я. За очікуваною тривалістю життя населення України посідає одне з останніх місць в Європі.

Проблемним є подальше забезпечення гідного представництва держави у світовому спортивному русі. Особливе занепокоєння викликає результативність підготовки резерву для національних збірних команд України, особливо, з олімпійських видів спорту.[1]

Все це має бути одним з першочергових національних пріоритетів розвитку суспільства. Проте вирішення цих завдань неможливе без удосконалення вітчизняної нормативно-правової бази, наукового, матеріально-технічного та медичного забезпечення, оптимізації системи управління сферою фізичної культури і спорту, а також без достатнього рівня фінансування сфери з боку державного та місцевих бюджетів.

Первинною ланкою самодіяльної організації фізкультурного руху в Україні є колективи фізкультури на підприємствах, в установах, організаціях, що об'єднують на засадах добровільності громадян за їх інтересами у фізкультурно-спортивному русі.[1]

Об'єкт дослідження - спортивні товариства як система управління фізичною культурою і спортом .

Мета дослідження - розкрити діяльність спортивних товариств на Тернопільщині.

Предмет дослідження : діяльність спортивних товариств СТ «Колос», «Динамо», «Спартак», «Україна», Спорт для всіх в незалежній Україні.

Підсумовуючи історію розвитку спортивних товариств на Тернопільщині, відзначимо наступне:

- особливу увагу обласне ФСТ «Колос» приділяє організації та проведенню фізкультурно-оздоровчих заходів та районних свят безпосередньо в колективах фізкультури. У ряді районів проводяться традиційні змагання, присвячені визначним подіям в житті України, видатним землякам.[6]

- основними комплексними фізкультурно — масовими заходами організації є спартакіади «Динамо» та правоохоронних відомств області, які почали свій новий відлік з 1992 року, коли у першій спартакіаді взяли участь понад 600 працівників правоохоронних органів області, а тепер спартакіади проводяться щорічно. До їх програм включаються такі види спорту, як стрільба, рукопашний бій, міні-футбол, офіцерське триборство, гирьовий спорт, легкоатлетичний крос, волейбол та інші.[3]

- традиційним стало проведення матчевих зустрічей, турнірів серед збірних команд правоохоронних відомств, колективів фізичної культури м. Тернополя, присвячених професійним святам правоохоронців.

- тернопільська обласна організація ФСТ «Динамо» України поряд з одним із своїх завдань — залученням до лав товариства провідних спортсменів, передбачає результативну підготовку їх, а також виховання багатьох перспективних спортсменів області лише за умови небайдужості, тісної співпраці державних, громадських фізкультурно-спортивних організацій, комерційних структур та громадськості.[3]

- обласній організації ФСТ «Україна» нині діють 75 колективів фізкультури, в яких займаються понад 14 тис. чоловік. Фізкультурники й спортсмени мають у своєму розпорядженні дві веслувальні бази, велосипедну базу, лижну базу, шахово-шашковий клуб, один критий плавальний басейн, три стрілецькі тири, 14 спортивних залів, 60 спортивних майданчиків, 4 тенісні корти, 3 лижних трампліни зі штучним покриттям. Всю цю роботу забезпечують 84 штатні працівники.[2]

- у тісній співпраці з галузевими профоб'єднаннями щорічно проводяться робітничі спартакіади та інші масово-спортивні заходи. Традиційними стали змагання, присвячені різноманітним пам'ятним датам, професійним святкам, туристські зльоти. Набули популярності змагання серед любителів зимового плавання, які переросли в регіональні під назвою «Галицькі моржі». В них беруть участь команди західних областей України, збираються сотні уболівальників. В міському клубі загартування і зимового плавання «Нептун», з яким протягом десятиліття тісно співпрацює обласна організація, нині зареєстровано понад 600 «моржів». Серед членів клубу можна зустріти людей різних професій, різного віку — усіх об'єднало спільне захоплення. Крім традиційних спартакіад, в товаристві проводиться чимало спортивних заходів, які мають популярність. Для любителів шахів та шашок проводиться багато змагань різного рівня — від підлітків до ветеранів. А турнір пам'яті засновника Запорозької Січі Байди Вишневецького щорічно збирає найсильніших гравців з різних кутків України.[1]

- перспективні напрямки діяльності обласної організації СТ «Спартак» — забезпечення належних умов для занять фізичною культурою та спортом в низових колективах товариства, надання організаційної допомоги у проведенні фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі дня, змагань, спартакіад, участь кращих спортсменів товариства у галузевих спартакіадах, першостях та чемпіонатах області, ЦР товариства та України, відкриття спортивних шкіл, створення та зміцнення існуючої матеріальної бази для занять фізичною культурою та спортом на території області.[4]

ЛІТЕРАТУРА

1. Віталій Ігнатенко, Георгій Гунтік Тернопільщина спортивна.-Тернопіль:Джура,2007р.-100с.
2. Дем'янюк О. Український молодіжний рух Західної України: від зародження до боротьби за Українську державність: Монографія. – Луцьк: ПВД «Твердиня», 2007.
3. <http://www.dynamo.ua>
4. <http://spartak.org.ua/>
5. <http://sports.te.ua/tag/Kolos>
6. <http://uabiz.org/ТЕРНОПІЛЬСЬКЕ-ОБЛАСНЕ-ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНЕ-ТОВАРИСТВО-КОЛОС-АГРОПРОМИСЛОВОГО-КОМПЛЕКСУ-01290365/>

Солодухо Н.

Науковий керівник – доц. Грабик Н. М.

ВПЛИВ ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ НА ВОДІ НА ОРГАНІЗМ ДИТИНИ

Актуальність. В сучасних умовах майбутній розвиток суспільства насамперед визначається станом здоров'я підростаючого покоління. Аналіз останніх досліджень вказує на погіршення показників здоров'я дітей в Україні. За даними Міністерства охорони здоров'я України близько 90% дітей шкільного віку мають відхилення у стані здоров'я, понад 59% - незадовільну фізичну підготовленість, в початковій школі рухова активність дітей у порівнянні з дошкільниками скорочується на 50%; 60-65% учнів страждає гострими респіраторними та вірусними захворюваннями [6].

Науковці сьогодення обговорюють питання збереження здоров'я підростаючого покоління, виховання у дітей потреби ведення здорового способу життя, організації активного дозвілля в яких фізична активність є ключовим компонентом. Цілеспрямоване використання засобів фізичної культури та спорту - це один зі шляхів вирішення даних питань [4]. На нашу думку саме оздоровчі заняття на воді - є той пріоритетний напрям фізичної культури, який дозволяє зміцнити здоров'я та покращити фізичний розвиток підростаючого покоління

Аналіз сучасних наукових досліджень показують значну зацікавленість вчених різними аспектами впливу оздоровчих занять на воді на організм дитини (Пілярська І., Крук А., Шульга Л. М., Макаренко Л.П., Туранский А. І., Поліщук С.М., Гогіна Т.І., Ільницька Л.В., Кутек Т.Б., Т.В Мацапура. Вивченню ефективності використання «водного фітнесу» в процесі фізичного виховання присвячено роботи Жук А. А., Головкина В. В., Булгакова Н. Ж., Давидов В. Ю., Іващенко Л. Я. Івасик І., Кутрташ Є., Шульга Л., Гета А., Яримбаш К. аналізували вплив оздоровчих занять на воді на дітей з вадами зору.