

атлетизму в цей період, не виявлено. Виняток становлять окремі відомості про підготовку лицарів, які вправлялися з використанням обтяжень.

Відродження інтересу до атлетизму відбулося наприкінці XIX століття. Воно безпосередньо пов'язане з іменем Євгенія Сандова (Eugene Sandow, Ф. Міллер), що народився 2 квітня 1867 року в місті Кенігсберзі й, що став на рубежі сторіч суперзіркою фізичної культури.

У Європі перший конкурс атлетів відбувся в Альбертхоллі в Лондоні в 1905 році. Наступним видатним культуристом став у 1922 році Анджелло Сиціліано, що виступав під псевдонімом "Чарльз Атлас".

Однак до цього виду спорту продовжували ставитися як до чогось малосерйозного. Тільки з початком другої світової війни американці схаменулися й усвідомили, що як сам культуризм, так і просто, фізичні вправи досить корисні.

В 1939 році в США проведені перші змагання на титул "Містер Америка", учасники яких ще мало нагадували сучасних культуристів. Але усе більше й більше акцент робився на певні атлетичні пропорції тіла. Із усіх видів фізичної підготовки тренування з обтяженнями найкраще змінювали контур фігури, тому важкоатлети мали більше можливостей робити своєю фігурою домінуючий вплив на суддів.

У сорокових роках культуризм залишався ще не дуже добре відомим видом спорту. Першим чемпіоном, що завоював серця широкої публіки, став Стів Ривс. Після перемоги в змаганнях на титули "Містер Америка" і "Містер Всесвіт" він став суперзіркою кінематографа, знявшись у нашумілих у 50-і роки фільмах "Геркулес", "Багдадський злодій" і ряді інших. Образ Стіва Ривса дав потужний поштовх до широкого розвитку культуризму, що перетворився в один із найбільш прибуткових напрямків фізичної культури. В усьому світі, завдяки своїй простоті й доступності, культуризм набув величезної популярності, а образи чемпіонів наступних років дедалі підсилювали її.

У 1987 році була створена Федерація атлетизму СРСР. У 1988 році вона ввійшла в число членів Міжнародної Федерації Бодибілдінгу (IFBB). Провідні атлети країни вийшли на міжнародну арену. Першим звання чемпіона Європи серед спортсменів колишнього СРСР у 1989 році завоював білоруський атлет Микола Шило. У січні 1992 року була зареєстрована "Білоруська федерація культуристів".

Краса, сила і здоров'я людського тіла - це новий культурний критерій цивілізації. Фізкультурна революція відбувається не в спортивних залах, а в людському розумі. Сильне тіло - це не естетическая примха, а єдиний спосіб вистояти в наш час глобальних стресів.

## Від здорового способу життя до олімпійських рекордів

**І.Р.Гетьман**

*директор Полтавського обласного відділення Національного олімпійського комітету України, старший тренер з резерву у Полтавській області*

Здоровий спосіб життя є визначальним чинником забезпечення тривалості активного повноцінного життя, соціального, біологічного та психічного благополуччя громадян і передбачає оптимальну рухову активність, раціональне харчування,

здоровий сон, додержання гігієнічних правил, відмову від шкідливих звичок, високу культуру фізичного виховання.

Саме з метою пропаганди здорового способу життя та дотримання названих чинників, що уможлиблюють забезпечення повноцінного життя кожного з нас, управління з питань фізичної культури і спорту обласної державної адміністрації здійснює реалізацію державної політики з питань фізичної культури і спорту, несе відповідальність за розвиток у цій сфері тісної співпраці з обласними організаціями фізкультурно-спортивних товариств, федераціями з видів спорту, обласним відділенням Національного олімпійського комітету України.

На засіданнях колегій управління з питань фізичної культури і спорту постійно обговорюються питання пропаганди здорового способу життя, дальшого розвитку олімпійського спорту, про стан та шляхи удосконалення роботи школи вищої спортивної майстерності, про роботу дитячо-юнацьких спортивних шкіл та спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву області.

З метою організації оздоровчої роботи з населенням всіх вікових груп засобами фізичної культури і спорту за місцем проживання і в місцях масового відпочинку створений Полтавський обласний центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».

Основними завданнями Центру є:

- **залучення широких верств населення до регулярних оздоровчих занять**, надання фізкультурно-спортивних послуг, поєднання масових та індивідуальних форм організації фізкультурно-спортивної роботи за місцем проживання та в місцях масового відпочинку населення;
- **формування у громадян свідомого ставлення до рухової активності**, потреб рухової активності та створення умов для їх задоволення;
- **просвітницька робота з питань формування здорового способу життя** та оздоровлення населення засобами фізичної культури і спорту;
- **організація та проведення змагань, конкурсів, показових виступів, фестивалів, спортивних свят** та інших заходів, обладнання та утримання фізкультурно-оздоровчих і спортивних споруд за місцем проживання і в місцях масового відпочинку населення тощо.

В області функціонують сім центрів «Спорт для всіх», які здійснюють фізкультурно-оздоровчу, спортивно-масову та організаційно-інформаційну роботу. Одним з перших розпочав свою діяльність Автозаводський районний центр ФЗН м. Кременчука, який діє з квітня 2003 року.

Пропаганда здорового способу життя сприяє залученню молодого покоління до систематичних занять спортом у дитячо-юнацьких спортивних школах області. Дитячо-юнацька спортивна школа – заклад спортивного профілю, який забезпечує розвиток здібностей вихованців в обраному виді спорту, створює необхідні умови для гармонійного виховання, фізичного розвитку, повноцінного оздоровлення, навичок здорового способу життя, підготовки спортсменів для резервного спорту збірних команд України.

На сьогодні в Полтавській області діють 57 дитячо-юнацьких спортивних шкіл. В них фізичною культурою і спортом займаються 16 747 дітей та підлітків (олімпійськими видами спорту – 15 396, неолімпійськими – 1 187).

У спортивних школах тренуються і підвищують свою майстерність 445 спортсменів I розряду, 388 кандидатів у майстри спорту України, 74 майстрів спорту України, 11 майстрів спорту України міжнародного класу.

У порівнянні з минулими роками у 2011 році зменшилась кількість учнів, які займаються у дитячо-юнацьких спортивних школах області на 500.

1) введення в дію наказу Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту від 2009 року «Про організацію навчально-тренувальної роботи дитячо-юнацьких спортивних шкіл». Затверджені вказаним вище наказом норми наповнюваності груп відділень з видів спорту значно зменшені у порівнянні з нормами наповнюваності груп, які були затверджені наказом Державного комітету України з молодіжної політики, спорту і туризму «Про тимчасові нормативи в роботі спортивних шкіл» та навчальними програмами з видів спорту;

2) введення вікового цензу для занять у дитячо-юнацьких спортивних школах, що призвело також до закриття груп спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих спортивних досягнень;

3) зменшення кількості спортивних шкіл.

Головним причинами можна назвати також і зменшення чисельності населення в країні та недостатньо ефективного викладання фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах.

Випадки травмування на уроках фізичної культури у навчальних закладах призвели до перегляду програми «Основи здоров'я і фізична культура» Міністерством освіти і науки України, що призвело до зменшення фізичного навантаження, контрольних нормативів на уроках та пришкольніх секціях, не секрет що перехід на 3-х урочне викладання фізичної культури на тиждень в багатьох загально-навчальних закладах залишається у формі 2-х уроків (на те є суб'єктивні та об'єктивні причини), пріоритетним стало теоретичне навчання з фізичного виховання, що призводить до низької фізичної активності учнів. А це насамперед впливає на здоров'я дітей, на їх функціональні можливості, розвиток особистості в цілому. Таким чином до секцій дитячо-юнацьких спортивних шкіл зараховуються діти, які мають відхилення в стані здоров'я. На етапі початкової підготовки у тренера стає завдання покращити стан здоров'я вихованця, а далі займатись спортивною підготовкою.

Треба зазначити, що спортивні школи мають значні успіхи у підготовці спортсменів високого класу. Слід відзначити особистий внесок тренерсько-викладацького складу дитячо-юнацьких спортивних шкіл та обласної школи вищої спортивної майстерності у підготовці вихованців, які у складі збірних команд з видів спорту представляли Україну на головних міжнародних змаганнях 2010 року і посіли 1-3 місця на чемпіонатах світу та Європи в олімпійських номерах програм, зокрема тренерів: Безпалько Євген Михайлович (стрільба кульова, вихованець Владислав Григоренко, Комсомольська ДЮСШ № 1), Камерілов Олександр Євгенович (веслування на байдарках і каное, вихованеці Камерілов Денис, Шеметило Едуард ШВСМ), Кічасов Сергій Олексійович (веслування на байдарках і каное, вихованка Кічасова Марія, єдина учасниця від Полтавської області у 1 Юнацьких Олімпійських іграх, ШВСМ), Козлова Вікторія Михайлівна (легка атлетика, вихованка Мельніченко Ганна, ШВСМ), Мельник Михайло Іванович (бокс, вихованець Пояцика Денис, ШВСМ), Пилипенко Вячеслав Олександрович (дзюдо, вихованець Геворгян Геворг, ШВСМ) та інші.

Найбільш ефективно організована робота тренерсько-викладацького складу з підготовки спортсменів високого класу ДЮСШ «Колос», де за минулий рік підготовлено 4-х майстрів спорту України та 2 майстрів спорту України міжнародного класу. Тренерами-викладачами Кременчуцької СДЮШОР підготовлено 3 майстрів спорту України, у Кременчуцькій міській комплексній ДЮСШ «Авангард» 4 майстрів спорту України.

У ПОШВСМ продовжують підвищувати спортивну майстерність 104 спортсмени постійного складу, 26 спортсменів змінного складу, із них 42 зараховані до складу збірних команд України (18 - основний склад, 6 - кандидати, 18 - резерв); заслужених майстрів спорту України – 1, майстрів спорту України міжнародного класу – 7 майстрів спорту України – 62 кандидатів у майстри спорту України – 34 чол. Навчально-тренувальний процес здійснюють провідні та досвідчені тренери-викладачі.

З метою стимулювання спортсменів, тренерів, фахівців галузі щорічно підводяться підсумки роботи фізкультурно-спортивних організацій області. Визначається 10 кращих спортсменів та 10 тренерів області, які нагороджуються цінними подарунками управління з питань фізичної культури і спорту Полтавської облдержадміністрації. Також визначається трійка кращих фізкультурно-спортивних організацій у наступних номінаціях: «Місто», «Район», «Спортивна школа», «Обласна організація ФСТ». Полтавським обласним відділенням НОК України другий рік поспіль проводиться обласний конкурс «Спортсмен місяця».

Серед найкращих спортивних клубів області, де постійно готують спортсменів вищих розрядів та спортивного резерву з олімпійських видів спорту слід відзначити СК „Легіон” АТ „Укртатнафта” (бокс, дзюдо), СК „Полтавамаш” (бокс), гандбольний клуб „Динамо”, футбольні клуби „Ворскла”, «Полтава», «Гірник», «Кремень», волейбольні клуби «Фаворит», «Полтавчанка», спортивний клуб «Гірник» (веслування на байдарках і каное), баскетбольний клуб «Кремень». Фінансову підтримку з обласного бюджету отримували 5 клубів.

З метою популяризації видів спорту, визначення стану розвитку у спортивних організаціях області, подальшого заохочення дітей, юнацтва, молоді до регулярних занять спортом відбору та підготовки спортсменів до складу збірних команд проводяться змагання обласного рівня з 22 олімпійських видів спорту. Проведення їх передбачається єдиним календарним планом фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів на рік. До участі у змаганнях залучаються всі вікові групи.

За минулий рік вирішені питання з будівництва, реконструкції та капітального ремонту спортивних споруд спортивних шкіл області, а саме:

- будівництво навчально-тренувальної бази ОДЮСШ зі спортивних єдиноборств „Олімпійські надії”. На базі розташовані: майданчик зі штучним покриттям, майданчик для занять атлетичною гімнастикою, тенісні корти, елінги, 3 спортивні зали, котедж для проживання спортсменів;
- будівництво сучасного спортивного майданчика зі штучним покриттям розміром 42x22 м. Використано 451,5 тис. грн., із 259,0 із обласного бюджету;
- капітальний ремонт спортивного залу Пирятинської ДЮСШ. З місцевого бюджету виділено 102,0 тис. грн.;
- реконструкція Решетилівської ДЮСШ. Використано 365,0 тис. грн.

Відповідно до наказів Міністерства України у справах сім’ї, молоді та спорту надана вища категорія та присвоєний статус спеціалізованої школам:

- комунальний заклад фізичної культури і спорту «Кременчуцька міська спеціалізована дитячо-юнацька школа олімпійського резерву» (засновник: Кременчуцька міська рада);
- Полтавська міська СДЮШОР № 2 (засновник Полтавська міська рада).

Управління з питань фізичної культури і спорту Полтавської облдержадміністрації постійно дбає про створення належних умов для розвитку фізичної культури і спорту в області, розуміючи, що саме зараз ми плекаємо майбутнє Полтавщини.