

навчально-тренувальний процес. Музика різних стилів і напрямків з чітким ритмічним малюнком допомагає переборювати одноманітність, знесиленість, дозволяє здолати утруднення при виконанні одноманітної роботи.

Література:

1. Егорушкин А. С. О музыкальном сопровождении на уроках физической культуры / А. С. Егорушкин // Физкультура в школе. – 1970. - №11. – С.15.
2. Коджаспиров Ю. Г. Музыка в спортивном зале / Ю. Г.Коджаспиров // Физическая культура в школе. –1998. - №2. – С.72-73.
3. Коджаспиров Ю. Г. Функциональная музыка на уроках гимнастики / Ю. Г.Коджаспиров // Физкультура в школе. – 1989. - №12. – С.25.
4. Круглянський О. Використання музичного супроводу в навчально-тренувальному процесі студентів факультету фізичної культури, що спеціалізуються з тхеквондо / О. Круглянський, Т. Кравчук // Теорія і методика фізичного виховання. – 2010. - №9. – С.47-49.
5. Овсяк Е. А. Технология совершенствования двигательных действий спортсменов на основе комплексного использования средств полисенсорного информационного воздействия: автореф. дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Овсяк Елена Александровна; Хабаровский гос. ун-т. – Хабаровск, 2003. – 22 с.
6. Титов В. С. Использование музыкального сопровождения в процессе проведения занятий по гимнастике / В. С.Титов, А. А.Кожушко. – Харьков: ХГПУ, 1989. – 33 с.
7. Шапошникова В. И. Здоровье и музыка / В. И. Шапошникова // Физическая культура в школе. – 1998. - №2. – С.91-93.

Анотація

Музичний супровід як засіб удосконалення технічних прийомів гри в баскетбол

У статті висвітлено особливості використання музичного супроводу під час проведення навчально-тренувальних занять з баскетболу як одного з оптимальних засобів підготовки спортсменів.

Історія розвитку гімнастики на Україні і на сучасному етапі

М.М. Скорик, *викладач-методист, вища категорія,
Кіровоградський базовий медичний коледж ім. Є.Й. Мухіна*

Гімнастика на території нашої країни виникла ще в глибоку давнину. Так, наприклад, гімнастичні вправи зустрічаються у стародавніх племен, які заселяли долини річки Дніпра. У цих племен зустрічалась цікава гра з биком, яка заключалась у виконанні складних акробатичних стрибків на спину і з спиною бика. Як система фізичного виховання гімнастика на Україні розвивалась протягом кількох століть.

Ну а відлік української спортивної гімнастики почався майже 150 років тому, коли в Одесі було відкрито перший гімнастичний гурток у 1861 році, на 10 років раніше, ніж перше офіційне «Товариство гімнастів» у Москві. З'явилися гімнастичні

гуртки у Харкові, Чернігові, Катеринославі, Житомирі, Львові, Кам'янці-Подільському, Полтаві. В 1901 році було засновано «Київське гімнастичне товариство», найбільш багато численне товариство на Україні. Загалом, за півтора сторіччя існування в Україні спортивної гімнастики представники України неодноразово ставали на п'єдестал пошани найпрестижніших світових змагань.

Першу славу українському гімнастичному товариству приніс у 1909 році Богуміл Гонзатке, який виграв Всеросійський чемпіонат з гімнастики.

Перед початком Першої Світової війни в Україні діяло 10 сокольських гімнастичних осередків, які наслідували європейські традиції проведення масових гімнастичних свят. Перший міжнародний досвід українські атлети здобули у 1910 році на турнірі в Болгарії. Наступні 4 роки наші спортсмени захищали честь української гімнастики в Югославії та Чеській республіці. Ці вдалі виступи сприяли проведенню в Києві першої Всеросійської олімпіади 1913 року. Завдяки зусиллям ентузіастів у цих змаганнях взяли участь 58 гімнастів.

Наступний етап розвитку української гімнастики почався після Жовтневої революції 1917 року. Буремні часи наклали свій відбиток на нові завдання. Спорт потрапляє у фокус інтересів військової підготовки Червоної армії. Незважаючи на це, 22 жовтня 1922 року, у Києві було проведено перші Всеукраїнські змагання з гімнастики. А у 1934 році збірна України перемогла на Перших Всесоюзних змаганнях, які були проведені у Москві. З такими яскравими результатами до складу збірної СРСР на 3-тю Міжнародну спортивну олімпіаду 1937 року до Бельгії було відряджено одразу чотири українських гімнасти – М.Д. Димитрієв, А.Г. Зайцева, О.А. Бокова, Т.А.Демиденко.

Першим «українським» чемпіоном СРСР став Аджатула Абадулаєв, коли у 1939 році виграв абсолютну першість Радянського Союзу. Кращими гімнастами тих часів були Г.Гончарова, Л. Яриза, О. Стрілецька, а серед тренерів М. Олександрович, І. Братник, А. Ігнат'єв, П. Коляденко, яким у 1939 році Всесоюзний спорткомітет присвоїв звання суддів Всесоюзної категорії.

Друга Світова війна змусила спортивний світ забути про змагання. Але після війни спорт знову відродився у нових ідеях щодо систем і методик тренувального процесу.

Ряд нових пропозицій внесли спеціалісти кафедри гімнастики Київського Державного інституту фізичної культури. Тому не дивно, що українські гімнасти домінували на Всесоюзній арені. Крім Абадулаєва чемпіонами СРСР були Д.Дмитрієв, Н.Бочарова, О.Бокова, Т.Демиденко, В.Чукарін, М.Гороховська, Б.Шахлін, Ю.Тітов, Л.Латиніна, П.Астахова, В.Ващина, Г.Коновалова.

Найбільших успіхів на тренах Радянського Союзу досягли спортсмени-гімнасти Борис Шахлін – 19 золотих медалей, В.Чукарін – 17, А. Абадулаєв і Л.Латиніна – 12, П.Астахова – 10, Ю.Тітов і І.Бердієв – 7, Н.Бочарова – 4. Борис Шахлін є незаперечним рекордсменом за кількістю золотих нагород, здобутих на чемпіонатах Радянського Союзу.

На початку 50-х років ХХ-го сторіччя на спортивний олімп вийшли вперше спортсмени Радянського Союзу.

У 1952 році в Хельсінкі Фінляндія, на XV Олімпіаді відбувся блискучий дебют збірної СРСР.

Радянські спортсмени справили надзвичайне враження на світову спільноту. Чоловіча і жіноча збірні СРСР з гімнастики стали першими у командних змаганнях, а абсолютними Олімпійськими чемпіонами стали Віктор Чукарін та Марія Гороховська –

вихованці української школи спортивної гімнастики. Золоті медалі отримали за командну першість Ніна Бочарова і Дмитро Леонкін, теж українці.

Марія Гороховська і Віктор Чукарін поклали початок безпрецедентному ряду олімпійських перемог українських гімнастів: Лариси Латиніної, Поліни Астахової, Маргарити Ніколаєвої, Бориса Шахліна, Юрія Титова, Богдана Макуца, Стелли Захарової, Ольги Стражевої, Ігоря Коробчинського, Григорія Місютіна, Тетяни Лисенко, Рустама Шаріпова, Лілії Підкопаєвої, Валерія Гончарова.

В 1974 році українські гімнасти беруть участь у чемпіонатах світу. Абсолютними та чемпіонами світу ставали Віктор Чукарін, Раїса Борисова, Борис Шахлін, Лариса Латиніна, Юрій Тітов, Ігор Коробчинський, Григорій Місютін, Оксана Омель'янчик, Лілія Підкопаєва, Олеся Дудник, Наталія Калініна, Ірина Краснянська.

Славетну епоху гімнастики СРСР гідно завершила об'єднана збірна країн колишнього Радянського Союзу на XXV Олімпійських іграх у Барселоні. Чоловіча і жіноча збірні стали Олімпійськими чемпіонами у командній першості.

Абсолютно кращими у багатоборстві стали Віталій Щербо (Білорусь) і українка Тетяна Гуцу. Блискучий тріумф українських гімнастів в Барселоні закріпили золотими нагородами в командній першості наші земляки у складі чоловічої збірної: Ігор Коробчинський, Рустам Шаріпов і Григорій Місютін. Протягом 40 років радянська спортивна гімнастика впевнено домінувала на міжнародній арені.

Як приклад – унікальне досягнення легендарної спортсменки-гімнастки Лариси Латиніної. 18 разів вона сходила на Олімпійський п'єдестал з яких дев'ять разів – на найвищу його сходинку.

Через чотири роки в Атланті на XXVI Олімпійських іграх Незалежна Україна виступає самостійно. В особистій першості 17-річна спортсменка, вихованка донецької школи спортивної гімнастики Лілія Підкопаєва стає першою українською абсолютною чемпіонкою світу! І хоча жіноча збірна команда України у складі Лілії Підкопаєвої, Оксани Книжник, Ганни Миргородської, Олени Шапарної, Любові Шеремет, Ольги Тесленко і Світлани Залєпукіної стала 5-ю в командній першості все одно, це була вагома заявка українських гімнасток на свої позиції в цьому виді спорту.

Чоловіча збірна в Атланті змогла пробитися до трійки лідерів і здобути бронзові нагороди, які стали першими медалями Незалежної України на Олімпійських іграх. Призерами Атланти-96 стали Юрій Єрмаков, Олег Косяк, Ігор Коробчинський, Григорій Місютін, Олександр Світличний, Володимир Шаменко і Рустам Шаріпов. А в Олімпійському Сіднеї-2000 українська збірна стала вже срібним призером завдяки командним зусиллям Олександра Береша, Валерія Гончарова, Руслана Мезенцева, Олександра Світличного і Романа Зозулі.

На Олімпійських іграх в Афінах-2004 Валерій Гончаров посів I місце у вправах на перекладині, виборов золоту медаль, а в Пекіні-2008 виборов бронзу.

Загалом починаючи з 1952 року, коли СРСР дебютував на Олімпіаді в Хельсінкі і у складі збірної були представники України, термін Олімпійського часу для українських атлетів нараховує 60 років! За цей період Україна подарувала світові 18 олімпійських чемпіонів зі спортивної гімнастики!

Видатні українські тренери, імена яких назавжди увійшли до скарбниці національної гордості: кращий тренер України Олександр Семенович Мишаков, дев'яти разова Олімпійська чемпіонка і тренер жіночої збірної Лариса Латиніна. Людина, з ім'ям якої пов'язані перемоги української гімнастики з часів незалежності – тренер збірної України періоду 1993-2000 років Олег Васильович Остапенко.

З 1954 року українські гімнасти беруть участь у чемпіонатах світу.

Абсолютними та чемпіонами світу ставали Віктор Чукарін, Раїса Борисова, Борис Шахлін, Лариса Латиніна, Юрій Тітов, Ігор Коробчинський, Григорій Місютін, Оксана Омельянчик, Лілія Підкопаєва, Олеся Дудник, Наталія Калініна, Ірина Краснянська.

Українські гімнасти займають одне з провідних місць у світовій гімнастиці. На змаганнях міжнародного рівня вибороли:

50 золотих медалей на Олімпійських іграх;

51 золоту медаль на чемпіонатах і кубках світу;

53 золоті медалі на чемпіонатах Європи.

За роки незалежності України гімнасти продовжують добрі традиції попередніх поколінь.

Абсолютними чемпіонами стали Тетяна Гуцу (1992 рік, м. Барселона, Іспанія) та Лілія Підкопаєва (1996 рік, м. Атланта, США). Чоловіча збірна команда України зі спортивної гімнастики стала бронзовим призером Олімпійських ігор у м. Атланті (США 1996) та срібним у м. Сіднеї (Австралія 2000).

За 20 років незалежності України гімнасти вибороли:

11 золотих, 12 срібних, 13 бронзових медалей на Олімпійських іграх;

8 золотих, 10 срібних, 28 бронзових медалей на чемпіонатах світу;

22 золотих, 12 срібних та 34 бронзових медалей на чемпіонатах Європи;

15 золотих, 11 срібних та 28 бронзових медалей на першостях Європи.

З 1991 року Федерація гімнастики СРСР перестала існувати. З цього часу у кожній країні СНД з'явилась своя національна федерація. Першим президентом Української федерації гімнастики стала багаторазова чемпіонка Олімпійських ігор, світу та Європи Людмила Турищева (1992-2000 рр.). З метою популяризації та розвитку спортивної гімнастики, увіковічення пам'яті видатних гімнастів та тренерів у країні за участю провідних гімнастів України та світу проводяться меморіали пам'яті та міжнародні змагання:

– меморіал заслужених тренерів СРСР та України О.Мішакова та В.Смирнова (м. Київ);

– меморіал заслуженого майстра спорту, багаторазового чемпіона Олімпійських ігор та світу В. Чукаріна (м. Львів);

– меморіал абсолютної Олімпійської чемпіонки М.Гороховської (м.Євпаторія);

– меморіал заслуженого майстра спорту України О.Береша (м. Херсон);

– Міжнародний спортивний фестиваль «Золота Лілія» (м. Донецьк).

– Міжнародний Турнір, Кубок Олімпійської чемпіонки Стели Захарової (м. Київ);

– Міжнародні Змагання, Кубок заслуженого майстра, багаторазової чемпіонки П. Астахової. (м. Донецьк).

Особливе значення для популяризації та підвищення міжнародного іміджу української гімнастики у світі має Міжнародний спортивний фестиваль «Золота Лілія», який проводиться за участю провідних спортсменів світу, зірок естради та мистецтва. Особливість спортивно-театралізованого дійства полягає в тому, що воно відбувається під егідою Представництва ООН в Україні та має на меті поширення здорового способу життя серед широких кіл суспільства, зокрема молоді, який повинен стати нормою життя.

Бурхливе ХХ сторіччя (і початок ХХІ сторіччя) по праву називають сторіччям гімнастики. Цей вид спорту користується феноменальним успіхом, збільшується

кількість турнірів, відкриваються нові гімнастичні школи, з кожним роком ускладнюються програми змагань, з'являються надзвичайно складні елементи. Здобути перемогу на міжнародних змаганнях стає все складніше і складніше.

Спортивна гімнастика починаючи з середини 70-х років минулого сторіччя стрімко стала молодіти у віковому виміру. В спортивні секції набирають дітей з 5-6 років. Під впливом усього і під час цієї еволюції масова гімнастика поступово стала відходити, а під час і зовсім зникати в навчальних закладах.

Ось що пишуть автори, єдиного на даний час, підручника «Оздоровительная гимнастика: теория и методика» Менхин Ю.В. и Менхин А.В. 2002 г. изд-во "Феникс" [стр. 13]: «За последние 10-15 лет гимнастика перестала быть массовой: в общеобразовательных школах и ВУЗах сократилась до минимума и до примитива, а в средних специальных учебных заведениях практически перестала существовать. И далее... Это нельзя допускать в принципе, поскольку вся история физической культуры свидетельствует о том, что гимнастика является одним из самых доступных и эффективных средств психофизического совершенствования и укрепления здоровья».

Те саме відбувається і в незалежній Україні. Так, в «Рабочей газете» за 03.10.09 р. в статті «Учитель перед именем твоим позволь смиренно преклонить колени». Вчитель фізкультури Олексій Олексійович Пішко із ЗОШ с. Петропавлівської Борщагівки Київ-Св'ятошинського району Київської області ділиться спогадами «... раніше всі, без винятку, займалися спортом, була фізична культура, а сьогодні – фізичне безкультур'є.»

Сьогодні рідко в якій школі знайдуться елементарні гімнастичні прилади, а на лижників маленькі діти дивляться як на інопланетян. Раніше в кожній школі була лижна база і т.д.

Можна сміливо сказати, що масова гімнастика в цілому осталась тільки в спогадах.

В країні повинні діяти дві державні програми з розвитку гімнастики – програма на досягнення високих спортивних результатів на міжнародних змаганнях і програма для розвитку і удосконалення масової гімнастики (типа, класифікаційної програми категорії «Б» для низових колективів фізичної культури). Без цієї ланки масова гімнастика, як засіб фізичного виховання втрачатиме свою значимість, а за цим і престиж наших гімнастів, нашої школи спортивної гімнастики на міжнародній спортивній арені.

На даний час престиж наших гімнастів, нашої славетної української школи спортивної гімнастики на міжнародній спортивній арені втрачений в 2008 році збірна чоловіча команда не отримала ліцензію прийняти участь в Олімпійських іграх в Пекіні, а 2012 році і жіноча збірна команда не потрапила на ювілейну 30-ту олімпіаду в Лондоні.

Олімпійському комітеті України і федерації гімнастики треба зробити серйозні висновки і реформувати всю систему підготовки як гімнастів так і тренерів.