

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

4. Огнистий АВ, Огниста КМ. Моделі підготовки майбутніх фахівців початкової освіти до фізичного виховання учнів. Науковий часопис НПУ імені М.Д. Драгоманова: Серія 15 (фізична культура і спорт). Київ, 2018;3К(97):376–379.

5. Попрошаєв О, Мунтян В, Островський М. Визначення місця та ролі навчальної дисципліни «Фізичне виховання» в національній системі освіти. Спортивна наука України. 2016;3(73):3–8.

6. Щербиніна МБ, Глоба ТА. Підходи щодо організації фізичного виховання у закладах вищої освіти. Вісник Луганського Національного університету імені Тараса Шевченка: Серія педагогічні науки. Старобільськ, 2020;1(332):202–212.

Б. А. Пеха, М. А. Пеха, студенти групи 102 ГС
Науковий керівник: Л. П. Клевака, к.пед.н., доцент
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ВЕСЛУВАННЯ НА ЧОВНАХ «ДРАКОН» ЯК НАЙПОПУЛЯРНІША ДИСЦИПЛІНА МІЖНАРОДНОЇ ФЕДЕРАЦІЇ КАНОЕ

Як і класичне каное, дракон має глибоке історичне коріння й багаті традиції, вироблені століттями та часто пов'язані з релігійними обрядами. Деякі дослідники, наприклад Джордж Вустер, вважають, що вперше човни «Дракон» для змагань стали використовувати в Південному Китаї ще 2500 років тому.

За період існування веслування на човнах «Дракон» в Азії «Дракони» набули такої популярності, що нині, за даними Азійської та міжнародної федерацій, у цьому регіоні світу налічується близько 150 мільйонів людей, що займаються і виступають у турнірах. На щорічних спортивних фестивалях за перемогу борються одночасно понад 200 команд, що представляють свої країни, клуби й організації. Масовий розвиток «Драконів» в Азії, доступність цього різновиду веслування, коли для початку занять не потрібно жодних спеціальних навичок, а вікових обмежень немає, сприяли тому, що на цей вид спорту звернули увагу в країні на всіх континентах [1; 4].

Сьогодні свято човнів-драконіводне з трьох, поряд з Китайським новим роком та святом Цінмін, найважливіших традиційних свят Китаю. Свято розпочинається із стартового сигналу, і веслярі під барабанний бій злагоджено управляють дерев'яними турами у формі драконів, плывучи у напрямку до буйка. Гонки на драконівських човнах в Китаї в даний час – це водний вид спорту, який поєднує давні традиції і сучасний спортивний дух[4].

У 1976 році, у Гонконзі, вперше проводилися змагання за участю команд з інших країн. Змагання на драконівських човнах отримали офіційний статус національного виду спорту в 1980 році. У 1981 році, під час проведення чемпіонату світу з веслування на байдарках і каное в Англії, були проведені показові заїзди на «Драконах». З тих пір в Англії,

Німеччині, Данії, Голландії та Італії почався активний розвиток цього виду веслування, стали з'являтися школи при університетах і на базі інших веслувальних шкіл. Розпочали організовуватися спеціалізовані спортивні клуби з веслування на човнах «Дракон» і почали проводитися офіційні змагання. У 1990 році була заснована Європейська федерація веслування на «Драконах» (IDBF) яка з 1992 року стала проводити чемпіонати Європи. Також існують Міжнародні Федерації (IDBF, ICF), які займаються проведенням чемпіонатів Світу та підтримує розвиток цього виду по всьому світу [1].

Човен-дракон або драгонбот – велике 20-місне каное, з головою та хвостом дракона. Попереду сидить барабанщик, який б'є у великий барабан, задаючи ритм веслярам. Двадцять веслярів сидять по десять з кожного боку. На кормі перебуває керманіч. Офіційні змагання проводяться тільки на 10-місних і 20-місних човнах на дистанціях 200, 250, 500, 1000 і 2000 метрів у чоловічому, жіночому і змішаному класах [4].

Одним з наймолодших видів спорту в Україні є веслування на човнах «Дракон» (драгонбот). Це гармонійна дисципліна, де необхідне поєднання сили, витривалості, сміливості і майстерності, тому драгонботи такі популярні серед спортсменів, любителів, спортивних клубів та різних організацій. Цей різновид веслувального спорту входить до переліку офіційно визнаних дисциплін в Україні. Статус цього виду – неолімпійський. Веслування на човнах «Дракон» не входить до переліку змагань Олімпійських чи Всесвітніх ігор. Розвитком цієї дисципліни на наших теренах займається Федерація України з веслування на човнах «Дракон» [1].

Федерація України з веслування на човнах «Дракон» заснована у 2004 р. – громадська організація фізкультурної та спортивної спрямованості, яка об'єднує громадян України на основі спільності інтересів для реалізації мети. У 2004 р. Федерацію України з веслування на човнах «Дракон» прийнято до складу Міжнародної Федерації з веслування на човнах «Дракон» – INTERNATIONAL DRAGON BOAT FEDERATION. Наказом Міністерства молоді та спорту України від 17.03.2015 № 727 Федерації України з веслування на човнах «Дракон» надано статус національної спортивної федерації [3].

Завданнями діяльності Федерації України з веслування на човнах «Дракон» є: підвищення ролі веслування на човнах «Дракон» в Україні; удосконалення системи підготовки висококваліфікованих спортсменів, тренерів, суддів; забезпечення успішних виступів українських спортсменів на українських та міжнародних спортивних змаганнях; популяризації веслування на човнах «Дракон» серед населення; здійснення підтримки та заохочення фахівців (суддів, тренерів, спортсменів, аматорів) та прихильників веслування на човнах «Дракон»; організації підготовки спортсменів з веслування на човнах «Дракон»; організації та проведенні змагань регіонального, національного та міжнародного рівнів, а також спортивно-масових заходів [2].

Вікові категорії учасників з веслування на човнах «Дракон»: молодші юнаки (10-12 років), юнаки (13-14 років), юніори (15-18 років), молодь (19-23 роки), дорослі (після 19 років). Види програми: чоловічі, жіночі та змішані екіпаж [3].

У відомих своїми веслувальними традиціями містах, таких, як Київ, Дніпро, Полтава, Горішні Плавні, Житомир, Одеса, Львів, Ковель, Чернігів, Черкаси останні роки успішно розвивається і веслування на човнах «Дракон». Тренування команд веслярів, як правило, проходять на існуючих водно-спортивних базах. Крім того, бази з'являються в таких місцях, де веслувальний спорт раніше не був представлений. Наприклад, з 2014 році в карпатському «Буковелі» на озері біля дитячого оздоровчого табору, пройшли тренування та Всеукраїнські змагання з веслування на човнах «Дракон». В останні роки активно проходять Чемпіонати та Кубки України в Києві і в м. Горішні Плавні Полтавської області. Щорічні Всеукраїнські змагання проходять на водних доріжках Дніпра, Києва, Ковеля, Полтави, Львова, Житомира [2].

Веслування на човнах «Дракон» з року в рік стає все більш популярним в Європі – загалом, і в Україні – зокрема. На сьогодні, цей вид спорту в Україну популяризують близько 20 клубів, що беруть участь в українських міжнародних змаганнях з 2005 року за двома версіями: IDBF – Міжнародної федерації драгонботу і ICF – Міжнародної федерації каное. Отже, веслування на човнах «Дракон» є найпопулярнішою дисципліною Міжнародної федерації каное.

Література

1. Єременко Н. П. Характеристика веслування на човнах «дракон» як і одного із засобів фізичної рекреації. Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова]. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2014. Вип. 1. С. 40-46.

2. Українська федерація з веслування на човнах "Dragon". URL: <https://vinnitsa.dityvmisti.ua/ukrainian-dragon-boat-federation-udbf/>

3. Федерація України з веслування на човнах «Дракон». URL: <https://udbf.org/index.php/fuvchd/istoriya>

4. Човен-дракон. Свято човнів-драконів. URL: <https://uk.wikipedia.org/wiki/>

П. Ю. Пирогов, студент II курсу магістратури
Національний університет фізичного виховання і спорту України

ОСОБЛИВОСТІ РОЗРОБЛЕННЯ ФІТНЕС ПРОГРАМ ДЛЯ ОСІБ З НАДЛИШКОВОЮ МАСОЮ ТІЛА АБО ОЖИРІННЯМ

Вступ. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я у 2016 році більше 1,9 мільярда дорослих, що складають 39% населення старше 18 років, а саме (39% чоловіків та 40% жінок) мали надлишкову масу тіла, з яких близько 650 мільйонів, тобто 13% населення, а саме (11% чоловіків та 14% жінок) мали ожиріння.