

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ЮНАЦЬКОГО СПОРТУ

МАТЕРІАЛИ
ХІ ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

(25-26 вересня 2014 року)



Херсон 2014 року

УДК 76.062/796.077.575.7

ББК 75.7

А – 43

А – 43 Актуальні проблеми юнацького спорту: Матеріали XI Всеукраїнської науково-практичної конференції (25-26 вересня 2014 року). – Херсон: ПП Вишемирський В. С., 2014. – 266 с.

Збірник наукових матеріалів висвітлює сучасний стан досліджень у сфері юнацького спорту: організація спортивного відбору і прогнозування розвитку здібностей юних спортсменів; управління і моделювання в процесі підготовки спортсменів. Розглядаються різноманітні аспекти проблем юнацького спорту: гуманітарні, педагогічні, психологічні, медико-біологічні, та дитячо-юнацького туризму.

Розрахований на широке коло науковців, працівників вищої і середньої ланок освіти, студентів і тих, кому не байдужі проблеми розвитку юнацького спорту.

Матеріали статей надруковані за поданням авторів із збереженням змісту та стилю викладу. Редакційна колегія не несе відповідальність за достовірність та якість викладеного матеріалу.

Відповідальний редактор:

Грабовський Ю.А. – доцент, кандидат педагогічних наук

Редакційна колегія:

Вільчковський Е.С. – доктор педагогічних наук, член-кореспондент АПН України, професор

Возний С.С. – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

Голяка С.К. – кандидат біологічних наук, доцент

Грабовський Ю.А. – кандидат педагогічних наук, доцент

Кедровський Б.Г. – кандидат технічних наук, професор

Маляренко І.В. – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

Ромаскевич Ю.О. – доктор медичних наук, професор

Сергієнко Л.П. – доктор педагогічних наук, професор

Смульський В.Л. – доктор педагогічних наук, професор

Стрикаленко Є.А. – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

Цьось А.В. – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

*Друкується за рішенням вченої ради Херсонського державного університету
Протокол № 2 від 29.09.2014 р.*

1	2	3	4
3-й день	середнє	паралельні перила	3x20м.
		міст з горизонтальним маятником	5x10м.
		скелелазіння	7 хв.
		в'язання вузлів після фізичного навантаження	по 1-му вузлу з кожної групи
4-й день	середнє	паралельні перила	20м.
		міст з горизонтальним маятником	2x10м.
		чергування бігу по схилам та по прямій	4 хв.
		біг по пересічній місцевості з елементами орієнтування	7 хв.
		вертикальний маятник з попаданням рукою в ціль	5 цілей
5-й день	велике	ходьба по колоді з входженням і сходженням по похило встановленій гімнастичній лаві.	4 хв.
		Скелелазіння з вантажем 3 кг.	10 хв.
		в'язання вузлів після скелелазіння	по 1-му вузлу з кожної групи
		вертикальний маятник з попаданням рукою в ціль	10 цілей
6-й день	мале	ходьба по колоді	2x15м.
		ходьба по перильній вірвовці з використанням бокового маятника	2x15м.
		паралельні перила	20м.
		скелелазіння	3 хв.

Література

1. Боген М.М. Навчання рухових дій /М.М. Боген. – К.: Фізична культура і спорт, 2005. – 234 с.
2. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта /Л.В. Волков. – К.: Олимпийская литература, 2002. – 151 с.
3. Васильков О.О. Теория и методика физического воспитания: учебник /А.А. Васильков. - Ростов н/Д: Феникс, 2008. - 381 с.
4. Кизыма А.В. Оценка и совершенствование ловкости путем развития точности движений [Электронный ресурс] /А.В. Кизыма. – Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>
5. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учеб. для ин-тов физ. культ. /Л.П. Матвеев. - М.: Физическая культура и спорт, 1991. – 543.

УДК 796.062(091)(477)+(100)

ІСТОРІЯ СТАНОВЛЕННЯ МУЛЬТИСПОРТУ В УКРАЇНІ ТА СВІТІ

Олександр Кільницький, Юрій Грабовський
Херсонський державний університет

Анотація. У статті розглядаються термінологія, передумови виникнення та сьогодення мультиспорту в світі та в Україні. Наводяться данні щодо змісту та кількості учасників мультиспортивних змагань, що проводяться в Україні.

Ключові слова: мультиспорт, пригодницькі перегони, екстрим-перегони.

Аннотация. В статье рассматриваются терминология, предпосылки возникновения и настоящее мультиспорта в мире и в Украине. Приводятся данные по содержанию и количеству участников мультиспортивных соревнований, проводимых в Украине.

Ключевые слова: мультиспорт, приключенческие гонки, экстрим-гонки.

Annotation. The article deals with terminology and current predictors of multisport in the world and in Ukraine. We present data on the content and the number of participants multisportyvnyh competiion held in Ukraine.

Keywords: multisport, adventure racing, extreme racing.

Постановка проблеми. Мультиспорт – екстремальний вид спорту, який в останнє десятиліття стає все більш популярним і доступним в Україні та світі.

Привабливість мультиспортивних змагань обумовлена елементами несподіванки, а також нескінченними різноманітністю і відсутністю заздалегідь встановлених рамок. Сучасні мультиспортивні змагання досить молодий вид спорту. На даний час мультиспорт перебуває в активній фазі формування загальних правил, положень і федерацій міжнародних та національних, які могли б централізовано займатися проведенням гонок.

Однак, на сьогодні проблема становлення мультиспорту майже не досліджена, та не розкриті основні етапи становлення цих змагань, тому це питання залишається актуальним.

Мета роботи: проаналізувати історію становлення мультиспорту в світі та в Україні зокрема.

Виклад основного матеріалу. Історично склалося декілька понять, які часто використовують разом, але вони мають певні відмінності: мультиспорт, мультигонки і пригодницькі гонки, тобто називають гонку за структурою, яка пригодницька, а її називають мульти і на навпаки. З аналізу літератури можемо зазначити, що мультиспорт – це сукупність багатьох видів спорту, елементи яких входять в структуру гонки, які команди долають в режимі реального часу при повній автономності роботи на дистанції і без моторизованих засобів пересування, тобто за допомогою м'язової сили.

В якості точки відліку для пригодницьких гонок іноді називають дводенний "Карриморський міжнародний гірський марафон" (англ. Karrimor International Mountain Marathon), вперше відбувся в 1968 році і регулярно проводиться в даний час. Правила марафону передбачали, що команда з 2-х чоловік повинна перетнути вказану гірську місцевість протягом 2-х днів, несучи на собі необхідний запас продуктів і спорядження.

У 1980 році в Новій Зеландії були проведені змагання "Alpine Ironman". Учасники-індивідуали бігом, на плаву і на лижах рухалися до далекого фінішу. Пізніше, в тому ж році, творець "Alpine Ironman" Робін Джудкінс (англ. Robin Judkins) реалізував проект відомої гонки "Від берега до берега" (англ. Coast to Coast), яка включала в себе багато елементів сучасних пригодницьких гонок, такі як: біг на роликах, гірський велосипед, веслування. Подібна гонка – "Класичний марафон Аляски по пересіченій місцевості" (англ. Alaska Marathon Wilderness Classic) стартувала у 1982 році. Протягом шести днів її учасники змагалися між собою, перетинаючи незаселені території штату Аляска [1].

Сучасна ера пригодницьких перегонів почалася в 1989 з "Рейд Галуаз" (англ. Raid Gauloises), проведеної в Новій Зеландії Джеральдом Фьюзилом (англ. Gerald Fusil). Натхнений ралі "Париж-Дакар" Фьюзил організував і провів тривалу експедиційну гонку, учасники якої, покладаючись лише на власні сили і здібності, повинні були перетнути величезну важкопрохідну територію. Перша гонка Рейд Галуаз включала майже всі використовувані на сьогодні елементи пригодницьких перегонів. Беруть участь у ній змішані команди, які протягом декількох днів повинні були подолати більш ніж 600 кілометрову дистанцію. У відповідності з розробленою Фьюзилом концепцією змагань у 1991 році була проведена ще одна пригодницька гонка "Південний Траверс" (англ. Southern Traverse).

На початку 90-х років ХХ століття Марк Бурнет (англ. Mark Burnett), прочитавши статтю про "Рейд Галуаз" в Лос-Анджелес Таймс, надихнувся на перенесення подібних гонок на територію Америки. В якості дієвого важеля для їх розвитку він обрав просування гонок на телебаченні як головної спортивної події року.

Після придбання прав у Джеральда Фьюзила в 1995 році Бурнет запустив першу гонку "Еко-Челлендж" (англ. Eco-Challenge). Багато в чому успіх знятого фільму, який удостоєний призу Еммі, був забезпечений талантом Майка Сієрса (англ. Mike Sears), що продюсував фільми про перші дві гонки. Останні змагання "Еко-Челлендж" були проведені в 2002 році. Саме з "Еко-Челлендж" прийшла назва "пригодницька гонка" (його вперше вжив журналіст Мартін Дугард (англ. Martin Dugard), описуючи клас гонок, представлених "Рейд Галуазом" та "Еко-Челлендж").

У 2002 стартувала перша суто американська експедиційна гонка. "Головне пригода" (англ. Primal Quest) стала основною експедиційною гонкою США, яка проводиться щорічно. У

2004 загибель ветерана гонок Найджела Эйлопта (англ. Nigel Aylott) затьмарила ці змагання і стала основою численних обговорень характеру Primal Quest та інших пригодницьких перегонів.

В Україні проводяться такі мульти гонки, як "Gorgany Race" в Карпатах, "Milo-рейд Х-Крим" та "X-Winter" в Криму, "Пригодницькі весняні перегони" на Донеччині.

Вперше в Україні мультиспортивні змагання стартували у жовтні 2004 року в Криму під назвою екстрим-марафон "Х-КРИМ".

У перебігу гонки за 50 годин 149 спортсменів з 43 команд (13 команд Х-класу і 30 команд М-класу) з 15 міст не тільки України, намагалися подолати маршрут та пройти більше 10 спец. етапів і знайти більш 30 контрольних пунктів, розміщених на площі понад 200 кв.км.

На рисунку 1 наведені дані кількості учасників екстрим-марафону "Х-КРИМ" з 2004 по 2013 рік. З 2011 року гонки проводились двічі на рік, тому наводиться загальна кількість учасників [2,3].

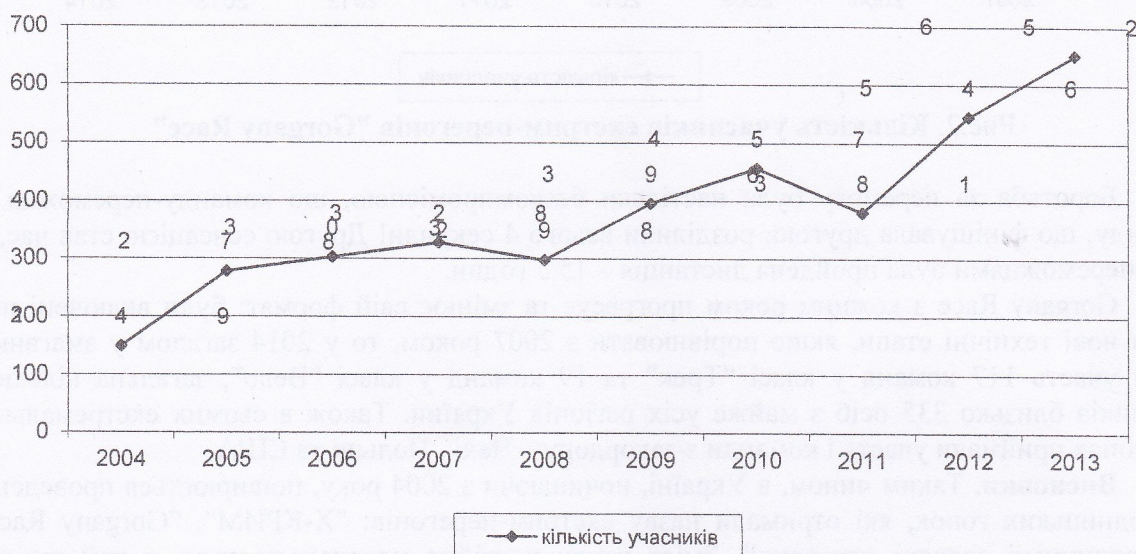


Рис.1. Кількість учасників екстрим-марафону "Х-КРИМ".

Х-КРИМ проводиться і до сьогодні. За весь час було внесено багато змін на вдосконалення гонки: додаткові класи змагань, безліч різноманітних технічних етапів. За весь час проведення гонки майже вся частина гірського Криму була задіяна. Організатори намагаються з кожним роком внести щось нове в подолання дистанції і в той же час не ставити учасників у вузькі рамки, що і приваблює новачків, які бажають випробувати себе.

Дух екстриму у 2007 році підтримав захід України і у червні пройшли екстрим-перегони "Gorgany Race 2007". Прийняв ці змагання гірський масив "Горгани" в Українських Карпатах [4].

Участь взяли понад сто учасників – 14 команд з п'яти областей України. Змагання проводилися з метою популяризації здорового способу життя, насамперед – серед молоді, надання спортсменам, мандрівникам та шанувальникам активного відпочинку, туризму можливості зустрітися, перевірити свої сили та вдосконалити навички в спортивному туризмі та орієнтуванні.

Змагання склалися з двох етапів – технічного та власне екстрим-перегонів. На технічному етапі вимагалось, використовуючи альпіністське спорядження, подолати смугу перешкод, яка включала в себе швидкісний спуск в урочище, різні види переправ через провалля та річку, вміння правильно використовувати систему страхування.

Горгани

В залежності від швидкості проходження дистанції команди, з інтервалом в 3 хвилини, виходили на маршрут перегонів. Довжина маршруту, який пролягав через вершини гір Яйко-Ілемське, Молода, Грофа та долину річки Мшана, з врахуванням перепадів висот, склав близько 80 кілометрів. Цю відстань команди мали подолати всього за 30 годин. Про

складність маршруту свідчить той факт, що виконати ці вимоги вдалося лише 6 з 14 команд.



Рис.2. Кількість учасників екстрим-перегонів "Gorgany Race"

Боротьба за перемогу була настільки безкомпромісною, що команду-переможця та команду, що фінішувала другою, розділили всього 4 секунди! Другою сенсацією став час, за який переможцями була пройдена дистанція – 15,5 годин.

Gorgany Race з кожним роком прогресує та змінює свій формат: були включені нові класи нові технічні етапи, якщо порівнювати з 2007 роком, то у 2014 загалом у змаганнях взяли участь 117 команд у класі "Трек" та 19 команд у класі "Вело", загальна кількість учасників близько 335 осіб з майже усіх регіонів України. Також в сьомих екстремальних перегонах приймали участь і команди з-за кордону – Чехії, Польщі та США.

Висновки. Таким чином, в Україні, починаючи з 2004 року, поширюється проведення пригодницьких гонок, які отримали назву екстрим-перегонів: "Х-КРИМ", "Gorgany Race", "Пригодницькі весняні перегони". Зміст гонок постійно удосконалюється, в той же час, залишається можливість участі команд з різним рівнем підготовки, що сприяє розвитку масовості. З кожним роком суттєво збільшується кількість учасників.

Література

1. Мультигонка [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://multigonka.com.ua/index.php?go_id=viewarticle&a_id=475
2. Milo-рейд Х-Крым [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://alp.com.ua/article/reglament-gonki-milo-reyd-x-krym-2014>
3. Мультигонки "MILO-РЕЙД" [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://x-crimea.com/x-crimea.html>
4. Приключенческие гонки "Gorgany Race" [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.gorganyrace.com/ru/>

УДК 338.48:908(477.51)

ЕТНОТУРИЗМ НА ЧЕРНІГІВЩИНІ: СУЧАСНІСТЬ ТА МАЙБУТНЄ

Юрій Руденко, Юрій Русанов

Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка

Анотація. Етнічний туризм - один з напрямків культурно-пізнавального туризму, що є в даний час привабливим для багатьох країн. Світова практика доводить, що подібний вид туризму здатний задовольнити цілий ряд духовних потреб людини. Найбільш важливим в організації етнографічного туризму є ознайомлення учасників з традиціями і культурою