

адаптаційного потенціалу, крім туризму: з 13 студентів 5 (38,5%) мали вищий рівень та 8 (61,5%) – другий рівень адаптаційного потенціалу.

Таким чином, за час дворічного експерименту найбільші зрушення в показниках адаптаційного потенціалу отримано у студентів, що займалися спортивно-оздоровчим туризмом, чому сприяло як проведення занять на свіжому повітрі, так і різноманітні засоби туристської діяльності.

ВИСНОВКИ

1. Проведена експертна оцінка дозволила визначити вплив різних видів туризму та спортивно-оздоровчих занять на функціональні системи організму студентської молоді. Серед різновидів спортивно-оздоровчого туризму найбільш суттєво впливає на нервову (3 бали), серцево-судинну (5 балів), дихальну (5 балів) та м'язову (5 балів) систему (за п'ятибальною шкалою) лижний туризм. Інші види спортивно-оздоровчих занять туризмом та іншими видами (крім занять плаванням) мають значно менший вплив на зазначені функціональні системи організму студентів.

2. Впровадження різних видів спортивно-оздоровчих занять дозволило в цілому підвищити адаптаційний потенціал студентів I та II курсів в групах, що досліджувалися. В усіх видах занять зменшилась кількість студентів III рівня адаптації, який свідчить, про незадовільний рівень функціонування організму студентської молоді і збільшення кількості студентів, які отримали II та I рівні адаптації. У той же час найбільші зрушення адаптаційного потенціалу за 2 роки отримано за рахунок занять лижним туризмом (студентів з I рівнем адаптації збільшилось на 38,5%).

ПОДАЛЬШІ ДОСЛІДЖЕННЯ будуть спрямовані на дозування фізичних навантажень у студентів, що займалися різними видами туризму.

ЛІТЕРАТУРА

- 1.Баевский Р.М. Оценка профилактических мероприятий на основе изменения адаптационного потенциала системы кровообращения / Р.М. Баевский // Здоровоохранение Российской Федерации. – М., 1987. - №8. – С. 6-10.
- 2.Булашев А.Я. Место, роль и значение спортивно-оздоровительного туризма в жизни современного общества / А.Я. Булашев, Мо Цзиньган // Слобожанський науково-спортивний вісник : наук.-теорет. журн. / Харк. держ. акад. фізич. культури. – Харків: ХДАФК, 2004. – Вип. 7. – С. 273-278.
- 3.Булашев А. Регулярность тренировочного процесса как показатель здоровья в туристской практике / А. Булашев, Л. Каплина, Ю. Шальков // Туризм і краєзнавство: зб. наук. праць. – Переяслав-Хмельницький, ФОП Лукашевич О.М., 2013. – Вип. 21. □ С. 502-506.
- 4.Гриньова Т.І. Вплив спортивного туризму на організм людини / Т.І. Гриньова // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. – 2013. – № 28 (3). – С. 75-80.
- 5.Мулик К.В. Вплив активного й пасивного відпочинку на здоров'я студентів / К.В. Мулик, Л.В. Дугіна // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт». К.: Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2014. – Вип. 2(43)14. – С. 53-57.
- 6.Мулик К.В. Спортивний туризм, як засіб рекреації / К.В. Мулик, В.В. Мулик // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка [Текст]. Вип. 112. Т. 4 / Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка; гол. ред. Носко М.О. – Чернігів: ЧНПУ, 2013. – С. 237-240.
- 7.Abramov V. O kontseptsii razvitiya sportivno-ozdorovitel'nogo turizma v Ukraine / V. Abramov, A. Bulashev // Turizm i kraeznavstvo: zb. nauk. prats'. – Pereyaslav-Khmel'nits'kiy, FOP Lukashevich O.M., 2013. – Vip. 21. □ S. 207-210.
- 8.Kanishcheva O.P. Diferentsiyovaniy pidkhid do fizichnogo vikhovannya studentiv iz niz'kimi adaptatsiynimi mozhlivostyami organizmu: avtoref. dis. na zdobuttya nauk. stupenya kand. z fiz. vikh. i sportu: spets. 24.00.01– “ Fizichna kul'tura, fizichne vikhovannya riznikh grup naseleennya” / O.P. Kanishcheva. - Kharkiv, 2011. - 20 s.
- 9.Novikova A.O. Metodi ta zasobi donozologichnoї diagnostiki funktsional'nogo stanu lyudini: avtoref. dis. na zdobuttya nauk. stupenya kand. tekhn. nauk : spets. 05.11.17 “Biologichni ta medichni priladi ta sistemi” / A.O. Novikova. - Kharkiv 2006. - 22s.
10. Ulanova T.V. Kontrol' za sostoyaniem zdorov'ya studentov / T.V. Ulanova // Aktual'nye voprosy valeologicheskogo obrazovaniya i fizicheskogo vospitaniya studencheskoy molodezhi : Materialy vtoroy mezhvuzovskoy nauch.-prakt. konf., 5-6 fevralya, 2002 g. – N.Novgorod, 2003. – S. 78-83.
11. Zdorov'ye i obraz zhizni shkol'nikov, studentov i prizyvnoy molodezhi: sostoyanie, problemy, puti resheniya : monografiya / I.A. Kamaev, T.V. Pozdeeva, A.V. Dmitrochenkov, S.A. Anan'in ; Izd. organizatsiya Nizhegorodskaya gosudarstvennaya meditsinskaya akademiya i Voенno- meditsinskiy institut FSB RF. - N.Novgorod : NGMA, 2005. - 312 s.

Перебіїніс В.Б.

Харківська державна академія фізичної культури

ІНТЕРАКТИВНІ МЕТОДИ ВПЛИВУ В ПІДВИЩЕННІ ЕФЕКТИВНОСТІ ПІДГОТОВКИ ДЗЮДОЇСТІВ-ВЕТЕРАНІВ

Предметом дослідження стала система підготовки дзюдоїстів-ветеранів із застосуванням інтерактивних методів педагогічного впливу. Складний характер професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів на основі застосування інтерактивних методів педагогічної дії зумовив застосування системно-функціонального підходу, а також використання історико-логічного та психолого-педагогічного аналізу цієї проблеми. При проведенні дослідження використовувалися концепції та теорії, представлені в працях вітчизняних і зарубіжних учених і практиків, які досліджують психолого-педагогічні проблеми технічної та психологічної підготовки ветеранів спорту та їх саморозвитку. Встановлено позитивний характер взаємовпливу спортивної діяльності та професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів. Обґрунтовано необхідність використання інтерактивних технологій у побудові сучасних спортивно-педагогічних систем, виявлено їх роль і високу ефективність у професійно-особовому розвитку дзюдоїстів-ветеранів.

Ключові слова: дзюдоїст-ветеран, інтерактивні методи, технічна підготовка, психологічна підготовка,

ветеран, спорт, ефективність.

Перебийнос В.Б. Интерактивные методы воздействия в повышении эффективности подготовки дзюдоистов-ветеранов. Предметом исследования выступила система подготовки дзюдоистов-ветеранов с применением интерактивных методов педагогического воздействия. Сложный характер профессионально-личностного развития дзюдоистов-ветеранов на основе применения интерактивных методов педагогического воздействия обусловил применение системно-функционального подхода, а также использование историко-логического и психолого-педагогического анализа рассматриваемой проблемы. При проведении исследования использовались концепции и теории, представленные в трудах отечественных и зарубежных ученых и практиков, исследующих психолого-педагогические проблемы технической и психологической подготовки ветеранов спорта и их саморазвития. Установлен позитивный характер взаимовлияния спортивной деятельности и профессионально-личностного развития дзюдоистов-ветеранов. Обоснована необходимость использования интерактивных технологий в построении современных спортивно-педагогических систем, выявлена их роль и высокая эффективность в профессионально-личностном развитии дзюдоистов-ветеранов.

Ключевые слова: дзюдоист-ветеран, интерактивные методы, техническая подготовка, психологическая подготовка, ветеран, спорт, эффективность.

Perebeynos V.B. Interactive methods of influence in increasing the efficiency of training the judoists-veterans. The system of training the judoists-veterans came forward in the article of research with the use of interactive methods of pedagogical influence. Difficult character of professionally-personality development of judoists-veterans on the basis of interactive methods of pedagogical influence stipulated the system-functional approach, and also the use of historically-logic and psychology-pedagogic analysis of the problem studied. While research, the conceptions and theories, presented in researches of domestic and foreign scientists and practical workers studying the psychology-pedagogic problems of technical and psychological training of veterans of sport and their self-development have been used. The positive character of mutual influence of sporting activity and professionally-personality development of judoists-veterans has been determined. The necessity to use the interactive technologies has been grounded for the construction of the modern sporting-pedagogical systems, their role and high efficiency has been exposed in the professionally-personality development of judoists-veterans.

Key words: judoist-veteran, interactive methods, technical training, psychological training, veteran, sport, efficiency.

Постановка проблеми. Високі темпи третього тисячоліття несуть із собою напруженість та істотні зміни в усіх сферах життя людини. У результаті цих змін особливої актуальності набуває проблема технічної та психологічної підготовки дзюдоїстів-ветеранів [1, с. 74]. Професійно-особовим розвитком і саморозвитком дзюдоїстів-ветеранів є свідомий цілеспрямований процес підвищення рівня їх професійної компетентності й розвитку професійно значущих якостей відповідно до зовнішніх соціальних вимог, умов професійної діяльності й особової програми розвитку [8, с. 49]. У своєму дослідженні ми приділили особливу увагу інноваційним технологіям професійно-особового розвитку й саморозвитку фахівців і розглядали їх як важливий чинник подальшого розвитку масової фізичної культури та спорту в Україні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У процесі дослідження нами були використані вітчизняні теоретичні та прикладні дослідження в галузі професійної підготовки дзюдоїстів, фахівців фізичної культури та спорту: К. В. Ананченка [1], Р. П. Брюсова [2], А. Ш. Гаданова [3], К. Я. Коблева [4], О. О. Новикова [5], С. Л. Пакуліна [6], Р. П. Пархомовича [7], Ю. О. Шуліки [9] та інших авторів. Віддаючи належне вкладу багатьох дослідників у розробку цієї проблеми, відзначаємо, що їх праці багато в чому визначають теоретико-методологічні основи й результати психолого-педагогічного аналізу функціонування системи підготовки й перепідготовки фахівців фізкультурно-спортивної сфери. Разом із тим, сучасні напрями розвитку фізичної культури та спорту в Україні вимагають нових підходів до використання в тренувальному процесі передових інтерактивних технологій і методів педагогічного впливу. Проте до останнього часу науковим обґрунтуванням системи професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів на основі застосування інтерактивних методів педагогічного впливу конкретно ніхто не займався.

Мета дослідження полягає в обґрунтуванні та експериментальній перевірці можливості підвищення ефективності підготовки дзюдоїстів-ветеранів на основі застосування інтерактивних методів педагогічного впливу.

Завдання дослідження. Відповідно до мети дослідження було поставлено такі завдання:

- розкрити суть і характеристики сучасних інтерактивних технологій і методів педагогічного впливу;
- на прикладі дзюдо досліджувати динаміку та взаємозв'язок основних показників професійно-особового розвитку спортсменів-ветеранів і можливості їх корекції на основі використання інтерактивних методів педагогічного впливу;
- розробити педагогічну систему професійно-особового розвитку дзюдоїстів на основі застосування інтерактивних методів педагогічного впливу та експериментально перевірити її ефективність.

Методи і організація дослідження. Складний характер професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів на основі застосування інтерактивних методів педагогічного впливу зумовив залучення системно-функціонального підходу, а також використання історико-логічного та психолого-педагогічного аналізу цієї проблеми. При проведенні дослідження використовувалися також концепції та теорії, представлені у працях вітчизняних і зарубіжних учених і практиків, що досліджують психолого-педагогічні проблеми технічної та психологічної підготовки ветеранів спорту та їх саморозвитку. У ході дослідження застосовувалися такі методи: узагальнення літературних і документальних джерел; теоретичний аналіз; опитування (анкетування, бесіда, інтерв'ю); експертна оцінка й самооцінка; вивчення показників мотивації дзюдоїстів-ветеранів; вивчення показників пізнавальної сфери особи; вивчення показників емоційної сфери особи; вивчення показників самосвідомості; вивчення вольової сфери особи; дослідження комунікативних властивостей; дослідження етичних якостей дзюдоїстів-ветеранів; ставлення до навчальної та спортивної діяльності; вивчення професійного самовизначення; педагогічний експеримент; статистична обробка матеріалів дослідження.

Виклад основного матеріалу. Педагогічну систему професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів доцільно вдосконалювати шляхом цілеспрямованого застосування передових інтерактивних технологій і методів педагогічної дії. В основі запропонованої нами системи лежить сукупність вимог, що висувуються умовами й характером їх спортивної діяльності. Ці вимоги визначають мету, завдання, принципи, умови й організаційні форми системи. У свою чергу перераховані компоненти наповнюють систему конкретним процесуальним змістом і обумовлюють її динамічну структуру, що включає технологічне наповнення тренувального процесу, професійно-особовий потенціал дзюдоїста-ветерана, професіоналізм суб'єкта навчання, інформаційно-аналітичний зміст освітніх програм, матеріально-технічне забезпечення їх реалізації, технологію зворотного зв'язку й корекції.

Критерії успішності професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів ростуть у результаті застосування передових інтерактивних методів педагогічної дії, якими є зміст і рівень сформованості необхідних умінь і навиків, що забезпечують високу результативність вирішення завдань професійно-спортивної діяльності. Дуже важливе те, що в спортивній діяльності, особливо в дзюдо, інтерактивне навчання формує здатність мислити неординарно, по-своєму бачити проблемну ситуацію, виходити з неї; обґрунтовувати свої позиції, свої життєві цінності, вступати в спортивне спілкування, проявляючи при цьому толерантність по відношенню до своїх суперників, необхідний такт, доброзичливість до учасників навчально-тренувального процесу, сумісне знаходження шляхів взаєморозуміння.

Рішення задачі з дослідження динаміки та взаємозв'язків інформативних показників професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів і можливості їх корекції шляхом застосування інтерактивних методів педагогічної дії засноване на використанні особово-діяльнісного підходу до аналізу їх діяльності, що дозволяє виявити зв'язки між її успішністю й основними особовими параметрами, а також реальну значущість цих зв'язків в обґрунтуванні системи їх спортивного вдосконалення. До дослідження було привернуто 47 спортсменів ($n = 47$), групу з 28 чоловіків і 19 жінок – дзюдоїстів-ветеранів спортивного клубу дзюдо «Слобожанець» м. Харкова. Визначення вираження показників професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів здійснювалося нами через виявлення динаміки показників мотивації, самосвідомості, інтелекту, емоційних і комунікативних властивостей особи, вольових і етичних якостей за підготовчий і змагальний періоди підготовки. Для цього використовувався t-критерій Стьюдента для залежних вибірок. Ті показники, які виявили статистично достовірні відмінності за цим критерієм, були розглянуті як інформативні ознаки професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів. Професійно-особовий розвиток дзюдоїстів-ветеранів є складним багаторівневим утворенням. При цьому вплив занять дзюдо поширюється на основні показники і структурні компоненти особистості: мотивація, ціннісні орієнтації, інтелектуальні властивості, самосвідомість, вольові й комунікативні якості.

За річний період занять спортом найбільш значущими змінами в плані професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів виявилися такі:

- зростання значущості цінностей, пов'язаних зі здоровим способом життя, фізичним удосконаленням, етичними якостями, самореалізацією в тренуваннях;
- зміцнення внутрішньої впевненості в своїх силах, мотивації спортивної діяльності;
- розвиток вербального інтелекту та ерудиції;
- гармонійне й позитивне ставлення до себе, становлення адекватної самооцінки;
- розвиток вольової регуляції поведінки, самостійності й активності;
- зміцнення здатності до впевненої і спокійної стратегії поведінки в ситуаціях змагання, суперництва, подолання труднощів (таблиця 1).

Таблиця 1

Динаміка середніх показників розвитку етичних якостей у дзюдоїстів-ветеранів ($n = 47$) за підготовчий і змагальний періоди

Показники	Періоди		Відхилення (+;-)
	підготовчий	змагальний	
Працьовитість	9,3	15,5	6,2
Моральна нормативність	13,7	10,9	-2,8
Колективізм	7,4	9,7	2,3
Чуйність	8,6	14,3	5,7
Чесність (шкала брехні)	5,2	3,6	-1,6

У процесі занять у дзюдоїстів-ветеранів простежується тенденція до зростання мотивації досягнення успіху. Вони стають більш упевненими в собі, ставлять перед собою складні й водночас реалістичні цілі, орієнтовані на пошук ресурсів і конструктивних стратегій їх досягнення. Проте 95% довірча вірогідність статистичних відмінностей указує на те, що зміни в орієнтації на успіх відбуваються достатньо поволі, очевидно, необхідний більший період часу, досвід успіхів і заохочень для формування стійкого прагнення до успіхів, віра в себе, власні здібності, вольові якості.

Етичний розвиток дзюдоїстів-ветеранів найбільш виражений на рівні цінностей, прагнень; формування ж самих етичних якостей відбувається повільнішими темпами. Не спостерігалось значущих змін у подоланні егоцентричних тенденцій – спрямованості особи на себе, а також динаміки комунікативної спрямованості.

Процедура наукового обґрунтування педагогічної системи професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів нами розглядалася, перш за все, як спосіб управління їх тренувальною діяльністю шляхом активного застосування інтерактивних методів педагогічної дії. Вимоги, що висувуються навчально-спортивною діяльністю до професійно-особового розвитку спортсменів-єдиноборців виступають як системоутворювальний чинник цієї системи. Ці вимоги визначають характер взаємодії її концептуальних елементів: мети, завдання, принципів і організаційних форм. У свою чергу вони виконують роль системорегулювального чинника, значення якого виявляється в регуляції структурно-компонентного складу системи. Організаційно-педагогічні умови ефективного використання сучасних інтерактивних і телекомунікаційних технологій у процесі професійно-особового розвитку спортсменів-єдиноборців наповнюють її конкретним процесуальним змістом, що дозволяє надати їй динамічної структури, що включає інтерактивне наповнення освітнього процесу, професійно особовий

потенціал вивченого, професіоналізм суб'єкта навчання, інформаційно-аналітичний зміст освітніх програм, матеріально-технічне забезпечення їх реалізації, технологію зворотного зв'язку й корекції.

ВИСНОВКИ

1. Сучасні інтерактивні технології й методи педагогічного впливу в спортивній діяльності – це способи пізнання, здійснювані в різних формах спільної діяльності спортсменів: усі учасники навчально-тренувального процесу взаємодіють один з одним, обмінюються інформацією, спільно вирішують проблеми, моделюють ситуації, оцінюють дії партнерів і свою власну поведінку, занурюються в реальну атмосферу спортивної співпраці або суперництва з вирішення проблем, що виникають. Використання інтерактивних технологій і методів у спортивній діяльності передбачає відмінну від звичної логіку початково-тренувального процесу: не від теорії до практики, а від формування нового фізкультурно-спортивного досвіду до його теоретичного осмислення через застосування. Досвід і знання учасників спортивної діяльності служать джерелом їх взаємонавчання і взаємозбагачення. Ділячись своїми знаннями й досвідом, спортсмени беруть на себе частину навчальних функцій викладача, тренера, що підвищує їх мотивацію і сприяє більшій продуктивності навчально-тренувального процесу.

2. До найбільш значущих суперечностей, що негативно впливають на ефективність професійно-особового розвитку й саморозвитку дзюдоїстів-ветеранів, належать суперечності між наявністю істотних досягнень у розробці сучасних інтерактивних технологій і методичною невпорядкованістю їх використання у практиці підготовки дзюдоїстів-ветеранів; між зростаючими вимогами до рівня професійної компетентності та спортивної результативності дзюдоїстів-ветеранів і відсутністю належного інформаційно-технічного забезпечення їх діяльності; між необхідністю постійного застосування в системі професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів сучасних інтерактивних технологій педагогічного впливу й обмеженістю доступу до них у реальних умовах навчально-тренувального процесу.

3. Дослідження динаміки та взаємозв'язків основних показників професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів свідчить про можливість їх корекції на основі використання інтерактивних методів педагогічного впливу.

Як показували отримані результати, навчально-спортивна діяльність на основі використання інтерактивних методів педагогічної дії в цілому сприяє формуванню мотивації досягнення, цінностей, пов'язаних з самоствердженням і самореалізацією. У процесі занять спортом у дзюдоїстів-ветеранів простежується тенденція до зростання мотивації досягнення успіху. Вони стають більш упевненими в собі, ставлять перед собою складні й водночас реалістичні цілі, орієнтовані на пошук ресурсів і конструктивних стратегій їх досягнення. Змінюються й мотиви провідної професійної діяльності. Зростає зовнішня позитивна мотивація занять – зміцнення здоров'я і його збереження, досягнення успіху, підвищення власного соціального статусу, престижу, отримання винагород і тому подібне.

4. До інтерактивних методів ефективного педагогічного впливу на процес професійно-особового розвитку спортсменів-диноборців можна віднести такі: метод «круглого татамі»; груповий аналіз техніки й тактики виконання прийомів дзюдо з використанням телекомунікаційних засобів; «мозкова атака»; тренінги, що імітують ситуації змагань; колективні вирішення спортивно-професійних завдань; заохочення до гнучкої зміни соціальних ролей залежно від змагальної ситуації; занурення в реальну атмосферу спортивної співпраці або суперництва з вирішення проблем, що виникають; оцінка дій партнерів і своєї власної поведінки.

5. Результати теоретичного обґрунтування педагогічної системи професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів з використанням інтерактивних методів педагогічного впливу свідчать про те, що вона є впорядкованою відповідно до кваліфікаційних вимог сукупності мети, завдань, принципів, а також засобів, форм, методів і організаційно-педагогічних умов, які створюють процес прискорення професійно-особового розвитку спортсменів. У свою чергу перераховані компоненти наповнюють систему конкретним процесуальним змістом і зумовлюють її динамічну структуру, що включає технологічне наповнення тренувального процесу, професійно-особовий потенціал дзюдоїста, професіоналізм суб'єкта навчання, інформаційно-аналітичний зміст освітніх програм, матеріально-технічне забезпечення їх реалізації, технологію зворотного зв'язку й корекції.

6. Порівняння показників професійного розвитку й саморозвитку дзюдоїстів-ветеранів до і після експерименту свідчить про те, що найбільш виражені зрушення відбулися в показниках, що характеризують зміцнення і збереження здоров'я; загальну професійну підготовленість; уміння користуватися інформаційними ресурсами; уміння творчо (нестандартно) вирішувати проблемні завдання; сприйнятливості до новацій; готовності до професійного розвитку й саморозвитку; уміння правильно оцінити результати своєї спортивної діяльності; професійну компетентність; володіння сучасними методами особової взаємодії; стратегічне мислення та прогнозування в досягненні поставлених цілей.

7. Об'єктивними показниками експериментальної дії стали також і прогресивні зрушення в основних параметрах самооцінки випробовуваних. Так, 51,2% учасників експерименту високо оцінюють себе в знаннях принципів, стратегії й тактики дзюдо; 47,8% в оцінці результатів своєї спортивної діяльності; 44,8% – у загальній спортивній культурі поведінки; 51,9% – у готовності до професійного вдосконалення; 48,7% – у прагненні до самоосвіти; 53,4% – у професійній компетентності тощо.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМІ – це експериментальна перевірка запропонованої системи та її високої ефективності, визначення реальних можливостей впровадження в практику професійно-особового розвитку дзюдоїстів-ветеранів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ананченко К. В. Основные направления совершенствования технической подготовки борцов дзюдо высокого класса / К. В. Ананченко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2003. – № 6. – С. 74-76.
2. Брюсов Г.П. Динамика основных показателей развития спортивной борьбы в России под влиянием федеральной целевой программы «Борись и побеждай» / Георгий Павлович Брюсов // Ученые записки Университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2012. - №3 (85). – С. 32-35.
3. Гаданов А.Ш. Педагогические предпосылки профессионально-правового развития и саморазвития специалистов военно-спортивной сферы на основе использования информационно-дистанционных систем / Алим Шалауатович Гаданов // Боевая и физическая подготовка военных специалистов : Сборник научно-методических работ. - СПб.: 40 Гос. НИИ МО

РФ, 2011. – С. 97-100.

4. Коблев Я. К. Система многолетней подготовки спортсменов международного класса в борьбе дзюдо : дис. ... доктора пед. наук / Якуб Камболетович Коблев. — М. : ГЦОЛИФК, 1990. — 496 с.

5. Новиков А. А. Научно-методические проблемы спортивных единоборств / А. А. Новиков // Теория и практика ФК. — 1999. — № 9. — С. 50–56.

6. Пакулін С. Л. Дзюдо як філософія вирішення проблем сьогодення в Україні / С. Л. Пакулін // Materiały IX Międzynarodowej naukowej-praktycznej konferencji [«Naukowa myśl informacyjnej powieki — 2013»] (07-15 marca 2013 roku). Volume 23. Budownictwo i architektura. Fizyczna kultura i sport. : Przemysł. Nauka i studia, 2013. — S. 82-85.

7. Пархомович Г. П. Основы классического дзюдо (учебно-методическое пособие для тренеров и спортсменов) / Г. П. Пархомович. — Пермь : «Уралпресс». 1993. — 302 с.

8. Перебийніс В.Б. Профілактика травматизму дзюдоїстів-ветеранів на етапі виходу зі спорту вищих досягнень / В.Б. Перебийніс // Науково-методичний журнал «Теорія та методика фізичного виховання». — 2013. — № 3. — С. 48–52.

9. Шулика Ю.А. Дзюдо. Система и борьба: Учебник для СДЮШОР, спортивных факультетов педагогических институтов, техникумов физической культуры и училищ олимпийского резерва / Ю. А. Шулика, Я.К. Коблев, В.М. Невзоров. — М. : Феникс, 2006. — 794 с.

Півень О. Б., Джим В.Ю.

Харківська державна академія фізичної культури

ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ ВАЖКОЇ АТЛЕТИКИ В УКРАЇНІ

Мета: встановити особливості розвитку важкої атлетики в Україні. **Матеріал:** дослідження проводились на основі архівних матеріалів, протоколів змагань, друкованих видань та інших джерел. Поетапно досліджено розвиток важкої атлетики в Україні від зародження до сучасних часів. **Результати:** важка атлетика - один з видів спорту, при заняттях якими ставиться завдання всебічного фізичного розвитку. У заняттях з важкої атлетики переважають вправи з обтяженнями, тому найбільший вплив на організм вона робить у напрямку максимального розвитку опорно-рухового апарату і сили м'язів. Заняття важкою атлетикою мають велике значення, тому що підняття і перенесення обтяження різної форми - це життєво необхідні рухи людини. Недостатня увага приділялася розвитку цього виду спорту в районних центрах, але ця проблема почала вирішуватися в останні роки. Були відкриті нові зали у різних районних центрах та містах. Збільшилася кількість спортсменів, успішно беруть участь у змаганнях різного рівня, за рахунок інтенсивного розвитку спортивного руху в світі. **Висновки:** важка атлетика в Україні набула широкого розповсюдження і має тенденцію до подальшого розвитку.

Ключові слова: важка атлетика, Україна, поетапно досліджено, протоколи змагань, інтенсивний розвиток, спортивний рух.

Пивень А. Б., Джим В.Ю. Исторические аспекты и перспективы развития на современном этапе тяжелой атлетики в Украине. Цель: установить особенности развития тяжелой атлетики в Украине. **Материал:** исследования проводились на основе архивных материалов, протоколов соревнований, печатных изданий и других источников. Поэтапно исследовано развитие тяжелой атлетики в Украине от 1990 г. до сегодняшнего дня. **Результаты:** тяжёлая атлетика - один из видов спорта, при занятиях которым ставится задача всестороннего физического развития. В занятиях по тяжелой атлетике преобладают упражнения с отягощениями, поэтому наибольшее влияние на организм она делает в направлении максимального развития опорно-двигательного аппарата и силы мышц. Занятия тяжелой атлетикой имеют большое значение, потому что поднятие и перенос отягощения различной формы - это жизненно необходимые движения человека. Недостаточное внимание уделялось развитию этого вида спорта в районных центрах, но эта проблема начала решаться в последние годы. Были открыты новые залы в разных районных центрах и городах. Увеличилось количество спортсменов, успешно участвующих в соревнованиях разного уровня, за счет интенсивного развития спортивного движения в мире. **Выводы:** тяжелая атлетика в Украине получила широкое распространение и имеет тенденцию к дальнейшему развитию.

Ключевые слова: тяжелая атлетика, Украина, поэтапно исследовано, протоколы соревнований, интенсивное развитие, спортивное движение.

Piven A., Dzhyim V. Historical aspects and prospects of development at the present stage weightlifting in Ukraine. Objective: To determine the features of weightlifting in Ukraine. **Material:** studies were conducted on the basis of archival materials, protocols, events, publications and other sources. Development stages studied weightlifting in Ukraine from 1990 to the present day. **Results:** Weightlifting - one of the sports in the classroom which seeks a comprehensive physical development. In classes in weightlifting exercises with weights prevail, so the greatest impact on the body it makes in the direction of maximum development of the musculoskeletal system and muscle strength. Weightlifting classes are important because lifting and transfer complication of various shapes - a vital human movement. Insufficient attention is paid to the development of the sport in the regional centers, but this problem is begun to be addressed in recent years. Opened new halls in various regional centers and towns. The number of athletes participating successfully in competitions of different levels, due to the intensive development of the sports movement in the world. **Conclusions:** weightlifting in Ukraine is widespread and has a tendency to further development.

Key words: weightlifting, Ukraine, gradually explored, protocols competitions, intensive development of the sports movement.

Вступ. Останнім часом все більше людей займається різними видами спорту. Спорт набуває великої популярності серед населення. Відкривається велика кількість спортивних залів, будуються великі стадіони, спортивні майданчики. Серед