

into account the individual peculiarities of those involved, the level of general and special physical fitness. The program is designed for athletes-novices and depending on the level of those involved can be adjusted. In developing the training load program, the four-day micro-cycle was taken as the basis.

The development of physical qualities in the combat hawk according to the program should take place in parallel with the improvement of motor skills and skills.

Physical training should primarily be aimed at the development of speed-strength qualities, as in most cases, the effectiveness of combat hopak depends on these qualities. The emphasis of the training load program was directed at the development of speed-strength qualities in micro-cycle training combined with technical training. The program of training loads from the combat hopak, with the indicated means, can be used for a maximum of 1 month, after which the load should be increased depending on the level of preparedness of athletes.

Key words: training load program, physical training, development of speed-strength qualities, four-day micro-cycle.

Стаття надійшла до редакції 16.03.2018 р.

Прийнята до друку 25.05.2018 р.

Рецензент – д. п. н., доц. Мазін В.М.

УДК 373.017:613]:796.077.5

А. О. Житницький

ПРОЦЕС НАВЧАННЯ ТА ФОРМУВАННЯ ЗНАНЬ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВ НА ВІДДІЛЕННІ ПАУЕРЛІФТИНГУ В ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКІЙ СПОРТИВНІЙ ШКОЛІ

Аналіз результатів виступу спортсменів нашої країни на Всесвітніх Іграх 2017 року (м. Вроцлав, Польща) в основній програмі, в тому числі з пауерліфтингу, показує сильні та слабкі сторони сформованої системи підготовки юних спортсменів, а також рівень знань здорового способу життя (ЗСЖ). Золоті медалі в різних вагових категоріях чоловіків і жінок отримані з наступними результатами: Сергій Білий (важка вага) – сума балів триборства 1080 кг; Олексій Ракочій (супер-важка вага) – сума балів 1105 кг; Соловйова Лариса (середня вага) – 605 кг. Поряд з цим золоті медалі отримали в тайському боксі: І. Любченко, С. Куляба, О. Приймач.

Світлана Малькова і Наталя Москвіна отримали вищі нагороди в синхронних стрибках на батуті. Не можуть не радувати результати Богдана Мачульська з джиу-джицу, Світлани Тросюк з сумо та Станіслава Горуна з карате, які в нових для нашої країни видах спорту

змогли в короткий термін домогтися вищих спортивних результатів. Більшість з цих спортсменів пройшли підготовку в системі дитячо-юнацьких спортивних шкіл (ДЮСШ) за певною навчальною програмою [4] та методикою навчання [5; 7].

Тому не виключенням став такий вид спорту як пауерліфтинг.

Вивчення матеріалів наукових пошуків провідних вчених і фахівців вищої школи (М. Гончаренко, 2015; О. Горбунова, 2012; В. Жамардія, 2012; А. Стеценка, 2011; В. Лобко, 2015 та ін.), а також власних досліджень вказує на низький рівень фізичної підготовленості та здоров'я учнівської та студентської молоді. Так, науковці С. Єрмаков, М. Носко, Л. Шестерова, Ж. Козина, О. Школа та інші встановлюють, що одним з напрямків покращення такого незадовільного розвитку молоді є використання навчально-тренувальних занять різними видами спорту [1; 2; 3; 6].

Метою дослідження є осмислення причинно-наслідкових зв'язків між рівнем знань із ЗСЖ під час навчання в ДЮСШ, їх матеріально-технічним забезпеченням та системою тренувального процесу поряд з кваліфікацією тренерсько-педагогічного складу і мотивацією всіх учасників процесу (спортсменів, їх сімей, тренерів і керівників шкіл).

Дана мета полягає в розв'язанні низки завдань та вимагає великої, тривалої, різнобічної професійної науково-дослідної роботи. У статті розглядаються лише питання, які були зібрані за матеріалами статистичної звітності ДЮСШ за п'ять років (2012-2016 рр.) та обґрунтування результатів змагань всіх рівнів за участю спортсменів, яких підготували на заняттях з пауерліфтингу. Цей аналіз відображає не тільки зміни демографічної ситуації в нашій країні і конкретно в Харківському регіоні, а й суттєві зміни, які безперервно, непомітно відбуваються у всіх сферах суспільного життя. Кінцевим результатом цих змін виступає динаміка чисельності учнів спортивних шкіл.

Для порівняння були взяті КДЮСШ №9 м. Харкова та ДЮСШ м. Первомайський (Первомайського району Харківської області), в цих школах діють відділення пауерліфтингу. У таблиці 1 показано, що в 2012 р кількість учнів початкового етапу підготовки в КДЮСШ № 9 становило 77,4% і не змінювалося. У 2015 році цей показник знизився до 72,1%, а в 2016 р до 67,5%. За цей період кількість дівчат в групах від загальної кількості учнів помітно змінювалося. Так найменший показник зафіксований в 2012 р – 17,9%, в 2013 році він становив 21,6%, а в 2016 – 23,0%. Найбільша кількість дівчат в даній школі спостерігалось в 2014, 2015 років. і становило 33,5%, 34,1%, відповідно.

У ДЮСШ міста Первомайський досліджуваний показник знаходився на тому ж рівні: в 2012 р 78,2%, в 2016 р – 70,1%. За цей період коливання знаходилися в інтервалі 72% – 84,3%. Наведені показники підтвердили нашу робочу гіпотезу, складену на початковому етапі дослідження (2012-2014 рр.) Яка полягала в тому, що відмінностей в освоєнні ЗСЖ молоддю в формі їх навчання в ДЮСШ між обласним

центром та районними центрами істотно не спостерігається. Новим елементом в цьому дослідженні є те, що в місті Первомайський, на відміну від аналізованої КДЮСШ № 9 міста Харкова, спостерігається стійке, хоча і незначне, збільшення чисельності дітей сиріт, при повній відсутності цієї категорії в аналізованій школі за весь період. У ДЮСШ міста Первомайський чисельність сиріт склала: у 2012 р – 6 осіб, 2013-2014 рр. – 5 осіб, 2015 року – 11 осіб, в 2016 р – 7 осіб (табл. 1).

Таблиця 1

Динаміка чисельності учнів КДЮСШ № 9 м. Харків і ДЮСШ м. Первомайський Харківської області (за даними звіту ДЮСШ (СДЮШОР), що подається до Міністерства молоді та спорту України, форма 5-ФК)

№	Назва ДЮСШ	Рік	Кількість учнів		З них				Початкова підготовка, %	Дівчата, %
			Усього	Етап початкової підготовки	дівчата	діти віком до 18 років	сиріти	інваліди		
1.	КДЮСШ №9	2012	1490	1153	267	1437	-	-	77,4	17,9
		2013	1521	1200	328	1486	-	-	77,8	21,6
		2014	1645	1263	551	1615	-	-	76,7	33,5
		2015	1585	1142	541	1540	-	-	72,1	34,1
		2016	1616	1092	372	1578	-	-	67,5	23,0
2.	ДЮСШ м. Первомайський	2012	545	426	132	545	6	-	78,2	24,2
		2013	572	482	181	572	5	-	84,3	31,6
		2014	527	382	181	527	5	-	72,5	34,3
		2015	551	430	157	551	11	1	78,0	28,4
		2016	553	392	139	553	7	-	70,1	25,1

Оскільки сирітство, як складне соціальне явище відображає багато різнорідних процесів, причини та особливості, освоєння ЗСЖ дітьми сиротами вимагає спеціального вивчення. В рамках мети дослідження відзначимо, що в історичному вимірі саме сироти частіше за інших своїх однолітків поповнювали ряди в багатьох країнах світу професійних злочинців-рецидивістів. Старість ці люди найчастіше закінчують бездомними, приниженими, що не знайшли себе при різних моделях соціальної допомоги і захисту з боку держави. ЗСЖ з позицій валеологічного підходу передбачає, перш за все, раціональне використання вільного часу дітьми з раннього дитинства.

ДЮСШ в цьому контексті є безальтернативним соціальним середовищем для дітей з різних сімей, але для сиріт це ще й форма знаходження середовища своїх однолітків близькою за своїми спортивним уподобанням, перш за все, по духу змагальності. В епоху зростаючого, особливо в міському середовищі, молодіжного неробства, де пошук будь-якого заняття стає просто неминучістю, саме в спортивних школах сироти можуть, як ніде краще, самореалізуватися.

Відзначимо, однак, що в 2016-2017 рр. вартість продуктів харчування для повноцінного раціону юного спортсмена 14-18 років стала настільки високою, що без цільової реальної допомоги державних соціальних структур у дітей-сиріт дуже мало шансів домогтися реальних спортивних результатів.

Природно, що кожен тренер, в тому числі й на відділенні пауерліфтингу, не може виконати успішно свою роботу, якщо водночас не буде забезпечувати належний рівень тренувального процесу і особистих контактів кожного свого учня на двох інших рівнях представленої моделі. Участь автора в якості тренера в травні 2017 року на Чемпіонаті Світу з класичного пауерліфтингу (г. Мінськ), де була можливість нового широкого відчуття як самої атмосфери змагань такого високого рівня, так і особистого спілкування автора як тренера зі своїми учнями. Не можна не відзначити в цьому контексті, що оцінка спортсменів своїх результатів і чужих (найбільш близьких до них) має особистісний характер. З цієї причини далеко не завжди, оцінки журналістів не спортсменів з конкретного виду спорту здатні формувати в нинішньому інформаційному суспільстві те розуміння загальнонаціональних проблем в світі фізичної культури та спорту, яке необхідно для нинішнього покоління вихованців ДЮСШ.

Найбільш складним на наш погляд є другий рівень представленої моделі, коли майбутньому лідеру країни, Європи та Світу треба знайти сприятливі для себе оціночні судження підлітків-колег. Відомий афоризм: «Немає пророка в своїй вітчизні», в кожному виді спорту, в кожній країні і в кожному поколінні має свої форми особливого прояву і сприйняття. В цьому контексті перше місце Рудь Софії на Чемпіонаті Європи з класичного пауерліфтингу серед юніорок, (м. Тістед, Данія, вагова категорія до 72 кг з результатом сумі триборства 392 кг), яка з 2014 року займалася в КДЮСШ №9, не можна вважати випадковим і несподіваним. Повертаючись додому, де Софія Рудь вже адаптувалася психологічно до свого першого місця на міжнародному рівні в невимушеній співбесіді, де були присутні та інші учасники саме другий рівень спілкування майбутнього чемпіона, на думку Софії Рудь, мав вирішальне значення з позиції нинішнього розуміння тренерських турбот і труднощів відзначимо, що якщо більш здатний ніж його одноліток в групі спортсмен не отримує суспільного визнання однолітків, успішне зростання буде важчим, нехай навіть прихованим, але заздрісним ставленням однолітків. На фоні своєї групи кожен підліток індивідуально, частіше не публічно, проводить власний рейтинг для себе. В залежності від того чи схильний підліток до завищення або заниження своєї самооцінки, єдність процесів навчання в трьох представлених нами рівнях полягають у тому, що учень в процесі перебування в спортивній школі контактує одночасно в трьох різних вимірах.

Загальновідомий факт з життя великий спортсменів – Е. Пеле, В. Лобановського, А. Шевченка, Ю. Пояркова, в тому випадку, якщо

однолітки не вболівають, не радіють за свого, нехай навіть маленького, але лідера, який показав вищий результат ніж вони самі, на психологічному рівні не може формуватися установка на стійке покращення досягнутих результатів в рамках цього первинного спортивного колективу. Перший рівень особистих контактів з тренером доповнюється без контролю і участі тренера індивідуальними контактами в групі. Саме на цьому другому рівні посилюються або слабшають мотиваційні сили кожного учня. При цьому внутрішня оцінка спортивних результатів кожного учня з неминучістю зустрічається з оцінкою групи. Так виробляється осягнення того, що прийнято називати колективним розумом. Це громадська сила групи для підлітків одних перетворює в лідерів, інших в аутсайдерів. Групи на різних спортивних відділеннях мають свою тільки їм властиву специфіку оцінки як престижності свого і чужого виду спорту, так і перспективи занять з позицій професійної спроможності заробляти в майбутньому. Це відбувається в тих сферах діяльності, де в тій чи іншій формі активно йде опора на набутий досвід в ДЮСШ.

Таким чином, будь-який процес або його частина, виділена для більш глибокого аналізу в ланцюзі причинно-наслідкових зв'язків, дозволяє використовувати знання і навички в майбутній професії. Це охоплює досить довгий (10-15 і більше років) часовий період. У просторовому вимірі розвитку особистості кожен учень одночасно перебуває в системі трьох різнорівневих міжособистісних контактів. Виходячи з викладеного, на нашу думку, виділені в пропонованій моделі рівні реалізації фіксують в узагальненому вигляді все те, що вимагає наукового осмислення й розвитку (табл. 2).

Таблиця 2

Трирівнева модель набуття знань учня відділення пауерліфтингу в ДЮСШ

№ п/п	Рівень навчання і контактів	Проблема, що вирішується	Очікувані основні результати
1.	Учень-тренер-педагог	Формування первинних знань та рухових навичок в конкретному виді спорту	Формування фізіологічних основ розвитку організму учня відповідно до прийнятих методик. Покращення взаєморозуміння між учнями та тренерами-педагогами в процесі цільового досягнення очікуваних індивідуальних результатів
2.	Учень-навчальна група	Формування груп з орієнтацією на їх лідерів і зростання групи за принципом міжособистісних відношень	Змагання серед учнів на інтуїтивному особистісному рівні, який дає змогу кожному сформувати власну самооцінку (хто він серед інших). Підготовка та участь в змаганнях ДЮСШ, міста, регіону, країни.

3.	Учень в системі навчального-тренувального процесу ДЮСШ	Власне розуміння можливостей перейти у вищу категорію відповідно до існуючих умов. Формування на цій основі власних прихованих спортивних кар'єрних орієнтирів с подальшим використанням для прийняття рішення щодо можливостей варіантів вибору спортивної кар'єри	Підвищення віддачі використання усіх складових створеного матеріально-технічного та кадрового (тренерсько-викладацького) складу; фінансового, інформаційного, психологічного та ін., з використання кращих досягнень Світу, провідних країн, чемпіонів власної країни
----	--	---	---

Оскільки формування рухових навичок у будь-якому виді спорту і в системі здорового способу життя передує засвоєнню певної системи знань то, як ми вважаємо, навчання, засноване на сприйнятті сформованої системи знань, є первинною незамінною ланкою цього процесу. Пропонована нами трирівнева модель є результатом авторського осмислення як періоду свого становлення, як спортсмена, так і багаторічної роботи в якості тренера викладача з підлітками на відділенні пауерліфтингу. При обгрунтуванні запропонованої моделі ми виходили з двох вихідних методологічних загальноприйнятих підходів:

1. Знання передують вмінню. Це положення реалізується на початковому етапі навчання в дитячій спортивній школі, так як саме тут реалізуються всі можливості підлітка в своїй нерозривній триєдності: хочу – знаю – вмю. Саме це, в кінцевому рахунку, визначає форму сприйняття здорового способу життя в зрілі роки.

2. Повідомляючи загальноприйняті знання, що стали на кожному історичному етапі розвитку педагогіки обов'язковими в навчальних програмах, кожен учень оцінює себе в цій системі знань, вимог, нормативів і спортивної класифікації.

Тренер бачить динаміку поступального розвитку підлітків, розуміючи кожна особистість як індивідуальну і неповторну. З огляду на це він, при необхідності, коригує режим тренувань, вибираючи ті психологічні прийоми особистого спілкування, які, на його думку, будуть забезпечувати досягнення поставлених цілей. Це передбачає: віру учня у свої фізичні і моральні сили; осмислення підлітком прикладу однолітків в рамках конкретної спортивної дисципліни. Для кожного конкретного учня, на думку тренера, повинен бути свій надихаючий кожного орієнтир. Після виконання контрольних-перекладних нормативів саме тренер використовує результати кожного учня як ключовий фактор мотивації для нього і для інших.

Незалежно від того чи задоволений підліток своїми результатами чи ні, завдання тренера полягає в тому, щоб знайти індивідуальний підхід до кожного і спонукати його до вдосконалення своїх результатів.

У реальному житті ДЮСШ саме ці сторони педагогічного процесу складають основу формування знань і навичок. Інший важливий положення в представленій моделі, яке хотілося б підкреслити, полягає в безперервній послідовності ускладнення комплексу вправ. З урахуванням вікових змін дитячого організму і самооцінки кожним учнем своїх результатів в кожному навчальному році змінюється режим тренувань.

Наукову новизну пропонованої трирівневої концептуальної моделі є те, що в ній вперше в відомих нам джерелах розкрита причинно-наслідковий зв'язок навчально-тренувального процесу на відділенні пауерліфтингу в ДЮСШ, зокрема здобування знань, формування рухових навичок і осмислення своїх і чужих результатів, представлена в тривалому процесі, який охоплює весь період навчання в ДЮСШ. При цьому виділені особливості особистих контактів тренера-педагога з підлітками, розуміючи прихований характер їх спілкування зі своїми однолітками на неформальному рівні. По-друге, по кожній спортивній дисципліні з урахуванням нашої трирівневої моделі легше і простіше зробити конкретне наповнення, яке відрізняє кожну спортивну дисципліну від інших. Але без загального концептуального осмислення стану справ в ДЮСШ неможливо орієнтувати тренерсько-педагогічні колективи і самих спортсменів на постійне збільшення не тільки фізичних навантажень, а і орієнтацію на досягнення конкретних спортивних розрядів.

Як відомо, після будь-яких не вдалих виступів на європейських і міжнародних змаганнях в засобах масової інформації різко посилюється пошук винних. При цьому журналісти, громадські діячі та представники різних інститутів влади відповідальних за фізичну культуру і спорт, як правило (і не тільки в Україні) обмежують причинно-наслідковий ланцюг. Але в професійному вимірі першого рівня пропонованої моделі: учень – тренер – педагог основна частина причинних елементів завжди прихована від будь-якого наукового аналізу. Психологією взаємин громадянин – держава в своїй нижній проекції на рівень учень – тренер завжди має більше прихованих від формального аналізу причин і наслідків, ніж прийнято показувати в офіційній літературі. У більшості спортсменів у віці 12-16 років переважає критичне ставлення до тренера, але не до себе. Напевно без цього феномена світ колись би не мав рекордсменів в жодному виді спорту. «Копання в своїх недоліках» на пряму пов'язано з ослабленням віри в себе, у той час як пошук причин своїх невдач в помилках тренера, це не тільки внутрішня захисна реакція людини як біологічно-відокремленої одиниці, а й розкриття тих реальних причин, які стримують самореалізацію кожного нового покоління спортсменів. У силових видах спорту, в тому числі пауерліфтингу, це легко проглядається.

У *висновках* можна дати розгорнуту характеристику вищевказаних структурних елементів моделі з урахуванням особливостей

пауерліфтингу як спортивної дисципліни, з якої функціонує це відділення в ДЮОШ. Отже, у просторовому вимірі розвитку особистості кожен учень одночасно перебуває в системі трьох різнорівневих міжособистісних контактів. Пропонована нами трирівнева модель є результатом авторського осмислення як періоду свого становлення як спортсмена, так і багаторічної роботи в якості тренера викладача з підлітками на відділенні пауерліфтингу. Незалежно від того чи задоволений підліток своїми результатами чи ні, завдання тренера полягає в тому, щоб знайти індивідуальний підхід до кожного і спонукати його до вдосконалення своїх результатів.

У перспективах подальших досліджень передбачається розробити зміст навчального матеріалу для учнів різного віку та систему оцінювання їх спортивних досягнень.

Список використаної літератури

- 1. Гончаренко М. С.** Валеологічне розвантаження школярів протягом навчального процесу : метод. посіб. [для вчителів загальноосвітніх шкіл] / М. С. Гончаренко, А. М. Іванова. – Харків : ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2007. – 400 с.
- 2. Жамардій В.** Критерії та рівні формування спеціальних умінь та навичок студентів вищих начальних закладів у процесі занять з пауерліфтингу / В. Жамардій // Витоки педагогічної майстерності. – 2013. – Вип. 11. – С. 130–135.
- 3. Житницький А. А.** Здоров'є человека в системе международных оценок качества жизни // Медико-біологічні проблеми фізичної культури, спорту та здоров'я людини / А. А. Житницький. – Миколаїв : МНУ ім. В. О. Сухомлинського, 2016. – Вип. 16. – С. 92–95.
- 4. Капко І. О.** Пауерліфтинг : навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл / І. О. Капко, С. Г. Базаєв, В. Г. Олешко. – ВБ «Аванпост-принт», 2013. – 96 с.
- 5. Платонов В. Н.** Периодизация спортивной тренировки / В. Н. Платонов. – К. : Олимп. лит., 2013. – 624 с.
- 6. Стеценко А. І.** Загальні основи дитячого та юнацького пауерліфтингу / А. І. Стеценко, В. Ф. Пилипко та ін. // Педагогіка, психологія та методико-біологічні проблеми фізичного виховання. – 2009. – № 9. – С. 11–113.
- 7. Стеценко А. І.** Пауерліфтинг. Теорія і методика викладання : навчал. посіб. / А. І. Стеценко. – Черкаси : Вид. ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2008. – 460 с.

Житницький А. О. Процес навчання та формування знань здорового способу життя учнів на відділенні пауерліфтингу в дитячо-юнацькій спортивній школі

У статті представлений аналіз динаміки чисельності учнів КДЮОШ №9 м. Харкова та ДЮОШ м. Первомайський за 2012-2016 рр. Виконаний аналіз динаміки чисельності учнів показав деякі відмінності по роках за вказаний період. Зокрема початкова підготовка в КДЮОШ №9 в 2012 р становила 77,4%. З 2016 року цей показник склав 67,5%. За цей період

дівчата в навчальному контингенті становить відповідно 17,9%, в 2014 – 33,5% а в 2016 – 23,0%. У спортивній школі міста Первомайський початкова підготовка учнів була приблизно на тому ж рівні, але з більш високим показником по дівчатам: у 2012 – 24,2%, в 2014 – 34,3%, в 2016 – 25,1%. Розроблена автором трирівнева модель набуття знань учнів ДЮСШ на відділенні пауерліфтингу від аналогічних розробок інших авторів відрізняється тим, що в ній вперше в вивченій літературі виділені три рівні навчання і контактів. В обґрунтованих висновках дана розгорнута характеристика вищевказаних структурних елементів моделі з урахуванням особливостей пауерліфтингу як спортивної дисципліни, з якої функціонує це відділення в ДЮСШ.

Ключові слова: ДЮСШ, динаміка, учні, дитячо-юнацькі спортивні школи, знання, навички, система навчання, модель, пауерліфтинг.

Житницький А. А. Процесс обучения и формирования знаний здорового способа жизни учеников на отделении пауэрлифтинга в детско-юношеской спортивной школе

В статье представлен анализ динамики численности учащихся КДЮСШ №9 г. Харькова и ДЮСШ г. Первомайский за 2012-2016 гг. Выполненный анализ динамики численности учащихся показал некоторые различия по годам за указанный период. В частности начальная подготовка в КДЮСШ №9 в 2012 г. составляла 77,4 %. В 2016 г. этот показатель составил 67,5%. За этот период девушки в обучающемся контингенте составляли соответственно 17,9%, в 2014 – 33,5% а в 2016 – 23,0%. В спортивной школе города Первомайский начальная подготовка учащихся была примерно на том же уровне, но с более высоким показателем по девушкам: В 2012 – 24,2%, в 2014 – 34,3%, в 2016 – 25,1%. Разработанная автором трехуровневая модель развития воспитанников ДЮСШ на отделении пауэрлифтинга от аналогичных разработок других авторов отличается тем, что в ней впервые в изученной литературе выделены три уровни обучения и контактов. В обоснованных выводах дана развернутая характеристика вышеуказанных структурных элементов модели с учетом особенностей пауэрлифтинга как спортивной дисциплины, по которой функционирует это отделение в ДЮСШ.

Ключевые слова: ДЮСШ, учащихся, детско-юношеские спортивные школы, знания, навыки, система обучения, модель пауэрлифтинг.

Zhitnickij A. Learning and Knowledge Formation of a Healthy Way of Life of Pupils in Powerlifting in the Children-Youthful Sports School

The article represents the analysis of the dynamics of the number of pupils of Youth sport school № 9 in Kharkov and Youth sport school in Pervomaysk during 2012-2016. The performed analysis of the dynamics of the number of students showed some differences over the years for this period. In

particular, the initial training in Youth sport school # 9 in 2012 was 77.4%. In 2016 this indicator was 67.5%. During this period, girls in the training contingent were 17.9%, in 2014 – 33.5% and in 2016 – 23.0%. In the sport school in Pervomaisk, the initial number of training students was about the same level, but with a higher rate for girls: in 2012 – 24.2%, in 2014 – 34.3%, in 2016 – 25.1%. The three-level model developed by the author for the development of the children of the Children's Sports School at the powerlifting department differs from analogous developments of other authors, it is distinguished by the fact that for the first time in the studied literature three levels of training and contacts are distinguished: the first level is the trainer-teacher. The second level is the student - the training group, the third level is the student in the system of the educational process of the Youth Sports School. At these levels, the model identifies the problems that are solved in the training process and the main expected results: the acquired knowledge and the generated motor skills. In substantiated conclusions, a detailed description of the above structural elements of the model is given, taking into account the features of powerlifting as a sport discipline, in which this department functions in the Youth Sports School.

Key words: children's and youth sports schools, knowledge, skills, pupils of the sports school, the system of training, the three-level model of pupils' development, powerlifting.

Стаття надійшла до редакції 15.03.2018 р.

Прийнято до друку 25.05.2018 р.

Рецензент – д. п. н., доц. Мазін В. М.

УДК 378.011.3–051:373.035

Я. П. Малькова, В. В. Дубовой, Я. С. Онучак, Л. В. Зубюк

СУТНІСТЬ ТА ЗМІСТ ПОНЯТТЯ «СОЦІАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЮНОГО СПОРТСМЕНА»

Стрімкий ріст популяризації спорту в країні і світі в цілому, тільки на перший погляд здається таким здоровим, яким ми його звикли бачити за допомогою телебачення та інших ЗМІ. Здавалося б така соціальна група, як юні спортсмени, в контексті здоров'я повинна бути прикладом для інших. Між іншим, нерідко під час регулярних тренувань у спортсменів формуються хронічні захворювання (часто на все життя), які змушують покинути кар'єру спортсмена. Але, як відомо, визначення «здоров'я» на сучасному етапі – це не тільки відсутність хвороби або фізичної вади. На жаль, також спостерігається спад у інших складових здоров'я: психічного і соціального. Все частіш серед спортсменів спостерігається неготовність до дорослого життя після завершення