



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ,  
МОЛОДЕЖИ И СПОРТА УКРАИНЫ  
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ЛУГАНСКОЙ ОБЛГОСАДМИНИСТРАЦИИ  
ГУ «ЛУГАНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
имени ТАРАСА ШЕВЧЕНКО»  
ОЛИМПИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ЛУГАНСКОГО  
ОБЛАСТНОГО ОТДЕЛЕНИЯ НОК УКРАИНЫ**

**ОЛИМПИЙСКИЙ СПОРТ, ФИЗИЧЕСКАЯ  
КУЛЬТУРА, ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ  
В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ**

**В двух частях**

**Часть вторая**

**Материалы**

**X международной научно-практической конференции**

**Луганск**

**2013**

**ГІМНАСТИКА ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ УЧНІВ  
ОСНОВНОЇ ШКОЛИ**

Гармаш В. В. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».  
**ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ  
МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

Івашенко М. Прилуцький гуманітарно-педагогічний коледж ім. І.Я. Франка.  
**ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ ДЛЯ СФЕРИ ФІТНЕСУ**

Загной Т.В. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».  
**К ВОПРОСУ ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ  
ЗДОРОВЫХ ЛЮДЕЙ ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА**

Котко Д.Н. Национальный университет физического воспитания и спорта Украины.  
**ЗАНЯТТЯ ПЛАТЕСОМ ЯК ЗАСІБ ПОКРАЩЕННЯ ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ.**  
Олейнікова Н.С., Рябуха О.І. Львівський державний університет фізичної культури.  
**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ТРЕНИРОВКИ НА ЭТАПЕ  
НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В СПОРТИВНОЙ ХОДЬБЕ**

Полулященко Т. Л. ГУ «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченка».

**ВЛИЯНИЕ ЗНАНИЙ НА ПРОЦЕСС ПРЕЕМСТВЕННОСТИ ЗДОРОВОГО  
ОБРАЗА ЖИЗНИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ И СТУДЕНТОВ**

Приймак А.Ю., Кондра В.Н., Михайлусов Е.П. Донбасский государственный педагогический университет Луганский национальный аграрный университет.  
**РОЗВИТОК СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ВЕЛОСИПЕДИСТІВ ЗА ДОПОМОГОЮ  
ТРЕНАЖЕРІВ**

Володимир Савенков, Наталія Піонтковська, Мирослав Галета Національний університет фізичного виховання і спорту України.

**THE EFFECT OF THE COMPOUND TRAINING IN DEVELOPING THE  
SPECIAL STRENGTH AND ACCOMPLISHING THE LONG JUMP**

Assist. Proph Dr. Asmaa Hameed Kambash Baghdad University-Faculty of Physical Education for women.

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОФИЛАКТОРА ЕВМИНОВА НА ЗАНЯТИЯХ ПО  
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Соколова Д.В., Гаврилов А.С. ДЗ «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченка».

**ЦЕЛЬ И ВИДЫ КОНТРОЛЯ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ**

Лимонченко А.С., Асташова Е.Н. ГУ «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко».

**РЕАБИЛИТАЦИЯ СПОРТСМЕНОВ ПОСЛЕ ТРАВМ КОЛЕННОГО  
СУСТАВА**

Павловский А. И.ГУ «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко».

**ОЦЕНКА ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В БАСКЕТБОЛЕ НА ПРИМЕРЕ  
КОМАНДЫ ЛНУ ИМ. ТАРАСА ШЕВЧЕНКО**

Розумная М.А. ГУ «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко».

**ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ – ВАЖЛИВА СКЛАДОВА РОЗВИТКУ  
ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ**

Кирилюк Ю. А. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».

**ОСНОВНИ ВИДИ СУЧАСНОГО ХОРЕОГРАФІЧНОГО МИСТЕЦТВА, ЯКІ  
СФОРМУВАЛИСЯ У ХХ СТОЛІТТІ**

Климова В.О. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».

- 92 **ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ  
СТАРШОКЛАСНИКІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ** 180  
Колтовський С.С. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».
- 97 **ОСОБЛИВОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ ГРОМАДСЬКОГО ФІЗКУЛЬТУРНОГО  
АКТИВУ В КОЛЕКТИВАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ** 185
- 101 Отравенко О.В., Сфіменко А. В. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».
- 107 **ОСОБЛИВОСТИ ПРОВЕДЕННЯ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ З  
УЧНЯМИ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ** 191  
Подолька О.О. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».
- 113 **ФОРМУВАННЯ ІНТЕРЕСУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО ЗАНЯТЬ  
ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ** 196
- 118 Рубінський А. В. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».
- 126 **ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ,  
ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ОРГАНІЗМУ ТА ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТОК  
УНІВЕРСИТЕТІВ, ЯКІ НЕ ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТОМ, І ТИХ ХТО  
ВІДВІДУЄ СЕКЦІЮ ФУТБОЛУ.** 202  
Галюза С.С. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».
- 131 **СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ СТУДЕНТОВ  
УНИВЕРСИТЕТОВ С ПОСЛЕДСТВИЯМИ ЦЕРЕБРАЛЬНОГО ПАРАЛИЧА  
В ПРОЦЕССЕ МНОГОЛЕТНИХ ЗАНЯТИЙ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИМИ  
МЕТАНИЯМИ** 209  
Файсал Али Хасан Хасан ГУ «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко».
- 137 **ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРІВ-ПЕДАГОГІВ В  
УНІВЕРСИТЕТАХ ТУНІСУ** 213  
Мелліті Аїмен (Туніс) Аспірант ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».
- 143 **ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ ПРЫГУНОВ В ВОДУ В  
СПОРТИВНЫХ КЛУБАХ ВЕЛИКОБРИТАНИИ.** 220  
Арчакова А. Т. ГУ «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко».
- 149 **ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ ЗДОРОВ'ЯМ І ОРГАНІЗАЦІЄЮ ФІЗИЧНОГО  
ВИХОВАННЯ** 225  
Васильченко І.І. ВП «Стахановський факультет Луганського національного університету імені Тараса Шевченка».
- 156 **ИСТОРИЯ И РАЗВИТИЕ СОВРЕМЕННОГО ПЯТИБОРЬЯ.** 231  
Мордасова Н.С.ГУ «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко».
- 163 **ПІДХОДИ ДО КЛАСИФІКАЦІЇ ВИДІВ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ** 236  
Павлюк О. М. ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка».
- 171 **КРИТЕРИИ ОТБОРА И ОРИЕНТАЦИИ В СОВРЕМЕННОМ ПЛАВАНИИ** 241  
Плотникова Е.Р. ГУ «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко».
- 174 **ВІДБІР ЮНИХ ЛЕГКОАТЛЕТІВ З ВИКОРИСТАННЯМ СУЧАСНИХ  
ТЕХНОЛОГІЙ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ІННОВАЦІЙНОГО  
ПІДХОДУ** 247  
Синяньський С.О. ВП «Стахановський факультет Луганського національного університету імені Тараса Шевченка».

3. Дрожжин В. Ю. Фізичне тестування п'ятиборців на етапі початкової підготовки. «Молода спортивна наука України» 36. наук. Праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип.6: у 2 х т. Л.: Вид. дім «Панорама», 2002. Т.2. 602с.

4. Протоколы международных соревнований / Международная федерация современного пятиборья // [www.pentathlon.org](http://www.pentathlon.org).

### ПІДХОДИ ДО КЛАСИФІКАЦІЇ ВИДІВ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ

Павлюк О. М.

Інститут фізичного виховання і спорту Державного закладу  
„Луганський національний університет імені Тараса Шевченка”

**Анотація.** В статті доведено, що існуючі класифікації видів спортивного туризму розроблені для реалізації певних завдань: визначення суб'єктів та об'єктів туристичної діяльності, визначення шляхів здійснення туристичної діяльності, узагальнення досвіду роботи тощо. Кожний підхід до розгляду тих чи інших видів та організаційних форм спортивного туризму має своє призначення і використання.

**Ключові слова:** туризм, спортивний туризм, класифікація, види.

**Анотація.** В статье доказано, что существующие классификации видов спортивного туризма разработаны для реализации определенных заданий: определения субъектов и объектов туристической деятельности, определения путей осуществления туристической деятельности, обобщения опыта работы и тому подобное. Каждый подход к рассмотрению тех или других видов и организационных форм спортивного туризма имеет свое назначение и использование.

**Ключевые слова:** туризм, спортивный туризм, классификация, виды.

**Актуальність.** На сучасному етапі розвитку суспільства туризм є одним із найпомітніших суспільних феноменів, який органічно поєднує в собі

могутню індустрію з багатовіковою традицією та надзвичайно багату рекреаційну сферу людського життя, в якій відбувається оновлення та відтворення сил особистості. Туризм виконує винятково важливу культурологічну функцію. Адже людина, що подорожує – бізнесмен, вчений, спортсмен, краснавець, – це насамперед особистість, яка прагне розширити власний світогляд, збагатитися новими знаннями, розумно використати вільний час для відпочинку, знайомства з культурою інших народів.

Розвиток туризму сьогодні йде пліч-о-пліч з глобалізацією. На землі залишилося небагато місць, яким вдалося уникнути людської допитливості. Повне освоєння Землі не задовольнило потреби людей щодо відкриття і пригод та їх бажання пізнавати звичай подібних до себе або відмінних від себе. Сучасний туризм виконує також винятково важливу соціальну функцію, він сприяє зростанню добробуту населення, також стає визначальним чинником соціальної та культурної інтеграції. Україна зі своїм ресурсним потенціалом Криму, Поділля, Закарпаття, Слобожанщини є країною майже безмежних можливостей для організації багатьох видів туризму, зокрема активного.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблему становлення та розвитку як туризму загалом, так і спортивного туризму на Україні досліджувало чимало відомих учених. Теоретичними засадами організації туризму, його класифікацією займалися Л. Чеховська та Р. Сіренко. Окремі види спортивного туризму розкриті А. Волошановським, Г. Котовим, О. Фастовець. Однак дослідники проводили наукову розвідку лише в межах вузьких проблем вивчення. Особливості розвитку спортивного туризму висвітлювали в наукових розвідках такі дослідники, як Ю. Грабовський, О. Скалій, Т. Скалій та ін.

Отже, тематика нашого наукового дослідження вивчалася вищезазначеними авторами, проте була висвітлена неповно. До цього часу чітко та всебічно не проаналізовано проблему підходів до класифікації видів спортивного туризму.

**Мета дослідження** – розкрити підходи до класифікації видів спортивного туризму.

Виклад основного матеріалу дослідження. Основним об'єктом нашого дослідження є спортивний туризм. Простежимо як трактують спочатку поняття туризм та спортивний туризм в навчально-методичній літературі вітчизняні та зарубіжні науковці. У законі України „Про туризм” зазначено, що туризм – це тимчасовий виїзд (подорож) осіб з постійного місця проживання з пізнавальною, оздоровчою, професійно-діловою, спортивною, релігійною та іншою метою на термін від 24 годин до одного року поспіль, без зайняття оплачуваною діяльністю в місці тимчасового перебування [1].

„Туристський словник-довідник” за редакцією В. Федорченко та І. Мініч містить декілька визначень поняття туризм. По-перше туризм трактують як „тимчасовий виїзд людини з місця постійного проживання в оздоровчих, пізнавальних або професійно-ділових цілях без заняття оплачуваною діяльністю”. По-друге, туризм – форма розумового та фізичного виховання, що „реалізується” через гуманітарно-соціальні функції туризму, а саме: виховна – формує відчуття колективізму, моральних та етичних цінностей; освітня – поповнення та закріплення знань з питань краєзнавства, природознавства, топографії, рекреації; знайомство з культурою й традиціями країн і народів світу тощо; оздоровча – дотримання оптимального режиму фізичних навантажень, використання сприятливого впливу природних факторів на стан організму, дотримання правил особистої та громадської гігієни, розвиток адаптивних можливостей, підтримка організму на належному рівні фізичної підготовки; спортивна – створення бази загальної фізичної підготовки, спеціальна підготовка з туристської техніки, досягнення максимальних результатів у туризмі [3, с. 136.].

В. Федорченко та І. Мініч відзначають, що туризм це також популярна форма організації відпочинку, проведення дозвілля, пізнання рідного краю, навколишнього середовища, знайомства з історією, культурою й традиціями певної країни. Водночас науковці туризм розглядають як галузь господарства з

обслуговування людей, які тимчасово перебувають поза місцем свого постійного проживання [3, с. 136.].

Існує більше двохсот визначень туризму, проте окремі його значення, наприклад, такі як відпочинок або оздоровлення дають далеко неповне його визначення. До них відносяться: туризм – один із видів спорту, туризм – один із засобів фізичного виховання, туризм – один із засобів пізнання й естетичного виховання. Усі ці визначення в тій або іншій мірі відображають важливі риси туризму, але не можуть окремо скласти повну картину такого унікального явища як туризм.

В залежності від мети туризм може бути: культурно-освітнім, оздоровчо-лікувальним, релігійним та спортивним. Одним із важливих та актуальних різновидів туризму є спортивний туризм. Так, спортивний туризм має за мету спортивне удосконалення в подоланні природних перешкод. Це означає удосконалення всього комплексу знань, умінь і навичок, фізичної підготовленості, необхідних для безпечного пересування людини по місцевості. Для реалізації спортивної мети здійснюють подорожі, насичені природними перешкодами, що дає змогу класифікувати їх як спортивні походи [2, с. 16 – 18].

Спортивний туризм визначається як теорія і практика різного роду походів, сходження на гори і подорожі з метою спортивного суперництва, активного відпочинку, освіти і виховання. Туризм складає частину фізичної культури і спорту, оскільки він служить проявою здорового способу життя, розвитку і збереженню фізичної працездатності і всебічної підготовки.

Розглянемо більш докладно класифікацію спортивного туризму. Спортивний туризм є: соціальним (за рівнем доступності й соціальної значимості), самодіяльним (в залежності від організаційних основ), активним (за фізичним навантаженням), і, як правило, груповим (за складом учасників).

Мотиви занять спортивним туризмом різноманітні і залежать від особистості, але найчастіше це: спортивне вдосконалення, оздоровлення, пізнання навколишнього середовища і самого себе, спілкування в малих групах.

Результатом занять спортивним туризмом можна вважати: фізичний і духовний розвиток людини; естетичне та морально-вольове виховання; пізнання історії та сучасності, культур та звичаїв місцевого населення, дбайливе відношення до природи та поваги до національних традицій; розвиток та підвищення рівня знань, умінь, навичок подолання природних перешкод тощо.

Існують різні види спортивного туризму: пішохідний, гірський, лижний, водний, велосипедний, спелео, вітрильний, автомобільний та ін. Всі вони в основному відрізняються засобами пересування (лижний – на лижах; водний – на туристичних байдарках, плотах, катамаранах; велосипедний – на велосипеді). Організаційними формами спортивного туризму є: походи, змагання, експедиції, екскурсії [2, с. 17].

З розвитком суспільства з'являються й розвиваються нові види туризму. При цьому частина з них відокремлюється від туризму в якості окремих видів спорту, таких, як альпінізм, скелелазіння, спортивне орієнтування, водний слалом та ін. У той же час і туризм вбирає в себе елементи інших видів спорту, удосконалюючи техніку туристичних походів і подорожей.

Різні форми туризму мають характерні ознаки. До таких ознак відносяться: рівень доступності й соціальної значимості туризму, місце занять туризмом, організаційні основи туризму, туристична програма, фізичне навантаження на туристичному маршруті, сезонність туристичних маршрутів, склад учасників.

**Висновки.** Таким чином, в процесі дослідження встановлено, що наведені класифікації розроблені для реалізації певних завдань: визначення суб'єктів та об'єктів туристичної діяльності, визначення шляхів здійснення туристичної діяльності, узагальнення досвіду роботи тощо. Кожний підхід до розгляду тих чи інших видів та організаційних форм спортивного туризму має своє призначення і використання.

#### Література:

1. Закон України „Про туризм” Режим доступу до ст.: <http://zakon.rada.gov.ua>.
2. Спортивний туризм : навч. книга / Ю. А. Грабовський, О. В. Скалій, Т. В. Скалій. – Тернопіль : Богдан, 2009. – С. 16 – 18.
3. Федорченко В. К. Туристський словник-довідник : навч. посіб. / В. К. Федорченко, М. І. Мініч. – К. : Дніпро, 2000. – С. 136.

#### КРИТЕРИИ ОТБОРА И ОРИЕНТАЦИИ В СОВРЕМЕННОМ ПЛАВАНИИ

Плотникова Е. Р.

ГУ «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко»

**Аннотация.** Плотникова Е. Р. Критерии отбора и ориентации в современном плавании. В статье рассмотрен процесс спортивного совершенствования пловцов который проходит через ряд этапов. Из огромного контингента юных пловцов на уровне наиболее высоких спортивных достижений оказывается, в дальнейшем, лишь незначительная часть.

**Ключевые слова:** юные пловцы, отбор, возраст.

**Анотация.** Плотникова К. Р. Критерии відбору та орієнтації в сучасному плаванні. У статті розглянуто процес спортивного вдосконалення плавців який проходить через ряд етапів. З величезного контингенту юних плавців на рівні найбільш високих спортивних досягнень виявляється, в подальшому, лише незначна частина.

**Ключові слова:** юні плавці, відбір, вік.

**Актуальность.** Современный спорт, предъявляющий серьезные и разносторонние требования к спортсмену, предусматривает использование продуманной системы подготовки, включающей ряд взаимосвязанных элементов: рациональный спортивный отбор и ориентацию, передовые методы