

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

них і зали важкої атлетики. Постійно збільшується кількість бажаючих займатися цим видом спорту. Про це свідчить кількість спортсменів, котрі приймають участь у змаганнях різного ґатунку [15, 16]. В останні роки у важкій атлетиці, намітилася тенденція бурхливого розвитку. Велику частку в розвиток цього виду спорту внесли країни Азії [15]. На міжнародних змаганнях почали активно приймати участь представники країн Латинської Америки та Африки. Зростає також кількість міжнародних та комерційних турнірів. Тому, перед спортивними управліннями постає завдання щодо пропаганди розвитку цього спорту. Вивчення різних аспектів розвитку важкої атлетики в Україні дозволяє краще зрозуміти переваги цього виду спорту, як активної діяльності людини.

Аналіз розвитку важкої атлетики в Україні, яка є доступним видом фізичної активності людей різного віку та матеріального достатку, надасть великий матеріал для творчого переосмислення та прогнозування майбутніх перспектив та тенденцій розвитку цього виду спорту як соціально складової частини життя людини.

Зв'язок з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано згідно зі Зведеним планом науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. у межах теми 2.12 «Формування системи багаторічного відбору і орієнтації спортсменів».

Мета дослідження: вияснити особливості розвитку на сучасному етапі, важкої атлетики в Україні.

Методи дослідження: аналіз даних науково-методичної літератури, аналіз і систематизація результатів змагань різного рівня.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Як показали результати досліджень відомих спортивних фахівців Ю. Грота та М. Олійника, В. Драги та І. Лозовського важка атлетика в Україні розвивалася не завжди в одному темпі. Були для виду спорту часи піднесення, і також відмічається деякий спад розвитку [5-8]. У легендах, піснях, переказах, думках, літописах українського народу сила та відвага завжди були в пошані. Народ наділяв своїх найкращих синів - богатирів Іллю Муромця, Альошу Поповича, Кирила Кожум'яку - надприродною силою, хоробрістю, благородними пориваннями у боротьбі з ворогами своєї вітчизни [11]. Фізична сила, спритність, витривалість були у великій пошані у козаків Запорізької Січі. Козацький ватажок другої половини XVI століття Іван Підкова славився фізичною силою. Він ламав руками не тільки підкови — від чого на Січі й пішло нове прізвище, а й монети, а коли схопився руками за заднє колесо — шестеро коней, запряжених у віз, не зрушили з місця; дишло ламав на коліні, брав у зуби бочку меду й перекидав її через голову [2, 11]. Передові діячі вітчизняної культури другої половини XIX століття добре усвідомлювали, що спорт, зокрема важка атлетика, сприяє гармонійному розвитку людини, вихованню сили й краси, зміцненню здоров'я. Цій меті відповідало й створення у лютому 1895 року першого в Україні Київського атлетичного гуртка, "хрещеним батьком" якого став лікар Євген Федорович Гарнич-Гарницький (1862-1919 рр.) [1]. В Харкові перший гурток фехтування, на заняттях якого використовували вправи з обтяженнями відкрився 1893 року [5, 8]. Згодом гуртки атлетичної гімнастики почали відкриватися і в інших великих містах нашої країни.

На початку XX століття розпочали проводити змагання з важкої атлетики і боротьби на першість Південно-Західного краю (так тоді в Росії називали Україну) [1, 2, 4, 5, 8]. Також, широкую популярність набули різноманітні міжнародні турніри. Змагання спочатку проводилися без поділу на вагові категорії і, природно, збирали по 5-8 атлетів з великою власною вагою. З 1910 року учасників поділяли на дві, з 1913 року - на три, а з 1914 року - на п'ять вагових категорій. Змінювалася також програма змагань. Спочатку було дев'ятиборство (по три вправи в жимі, ривку та поштовху двома руками, потім правого та лівого), а з 1914 року змагання почали проводити за міжнародним п'ятиборством (поштовх і ривок двома руками, ривок однією, жим двома та поштовх однією). Також на початку XX століття почали друкуватися різноманітні наукові статті, виходить журнал "Сила та здоров'я". Член київського атлетичного гуртка О. Анохін був першим не тільки в Україні, але й у Росії отримав диплом "Тренер з важкої атлетики" (1908 р.) [1].

Знаменною датою в історії важкої атлетики України стало 15 листопада 1992 року — на Конгресі у Тенеріфе (Іспанія) Федерацію важкої атлетики України прийняли у члени IWF. На Конгресі EWF, 20 квітня 1993 року, напередодні чемпіонату Європи у Софії, Федерація важкої атлетики України була прийнята у члени EWF. А на чемпіонаті Європи в Софії вперше, виступаючи національною збірною командою, наші спортсмени О. Блищик (Кривий Ріг) та Т. Таймазов (Хмельницький) стали чемпіонами, а А. Насібулін (Харків) та О. Левандовський (Львів) - бронзовими призерами. Вперше в історії важкої атлетики України команда виборола почесне третє місце (див. табл. 1), Незважаючи на певні економічні труднощі, федерація, спонсори та Міністерство України у справах молоді та спорту створили для важкоатлетів та їхніх наставників на олімпійській базі у Конча-Заспі належні умови для підготовки збірної команди до першого чемпіонату світу, який мав відбутися у листопаді того ж року в далекому Мельбурні. Збірна команда України - дебютант світового форуму штангістів - виборола перше командне місце серед 72 країн світу. Між цих країн знані у всьому світі важкоатлетичні держави: Болгарія, Росія, Німеччина, Китай, Туреччина та інші. Як результат в активі нашої чоловічої збірної 10 медалей: три золотих, п'ять срібних та дві бронзові. Найбільший внесок у командну перемогу Т. Таймазов і І. Разорьонов. Вдало виступали Р. Савченко, С. Амел'якін, Р. Севаст'єєв, О. Блищик, В. Бажан, О. Чумак, Н. Дунамал'ян, С. Нагірний. В Мельбурні (див. табл. 1), паралельно з чоловічим проходив і жіночий чемпіонат світу, де наша дебютантка у категорії понад 83 кг, майстер спорту міжнародного класу Любов Григурко з Івано-Франківська, вперше у своєму житті отримала бронзову медаль за суму 215 кг (100+115) і ривок 100 кг була нагороджена срібною медаллю. (В Україні почали розвивати жіночу важку атлетику з 1990 року).

1994 рік був для штангістів України так само напруженим, як і попередній. На початку травня в чеському місті Рим на чемпіонаті Європи наша національна збірна команда повторила свій успіх - стала чемпіоном Європи-94. Актив українських богатирів нараховував 19 медалей: 7 золотих, 6 срібних та 6 бронзових. Чемпіонами стали Р. Савченко, В. Бажан, Т. Таймазов. Срібними призерами стали О. Блищик та С. Нагірний, бронзовими — Р. Севаст'єєв та І. Разорьонов (див. табл. 1).

Восени 1994 року в залі важкої атлетики олімпійської бази у Конча-Заспі в присутності членів збірної команди важкоатлетів, а також представників Національного Олімпійського комітету України, Міністерства України у справах молоді та спорту, та Федерації важкої атлетики України відбулася урочиста подія - передача десяти штанг шведської фірми "Елейко", придбаних на кошти української діаспори, яку презентувала представник НОК України у США Лариса Барабаш-Темпл.

На чемпіонат світу в листопаді цього ж року до Стамбула збірна команда України вирушила у більш молодому складі (зважали на перспективу — Олімпіаду-96): С Лук'янчиков, Д. Готфрід, С Рибальченко. Героєм чемпіонату в Стамбулі став Т. Таймазов (див. табл. 1). Наприкінці року, в грудні, у Запоріжжі було проведено конференцію ФВА України, де президентом Федерації обрали триразового чемпіона світу та чотириразового чемпіона Європи в суперважкій вазі Анатолія Писаренка.

Наступний 1995 рік, як і попередні роки, для українських важкоатлетів був чи не одним із найбільш відповідальних. А вже у листопаді в китайському місті Гуанчжоу чемпіонат світу - відбірковий на Олімпіаду. В кінці серпня у Греції збірна команда України важкоатлеток - дівчат - у складі: О. Корніснко (Селідово, тренер В. Гулак), М. Єстюніної (Ромни, тренери Валерій та Олександр Голуби), В. Масловської (Харків, тренери А. Шаймарданов та В. Нікулін) і Ю. Скакун (Лебедин, Київська обл., тренер М. Ратушняк) — стала чемпіоном Європи.

У вересні цього ж року у Вінниці відбулася І-ша Спартакіада України з важкої атлетики, де урочисто було відзначено 100-ліття важкої атлетики України. З усіх куточків України з'їхалися сивоголові ветерани важкої атлетики, і всі вони отримали пам'ятну атрибутику Федерації важкої атлетики України та подарунки. За результатами 1-ї Спартакіади України тренерська рада (на чолі з головним тренером В. Кулаком) та Федерація затвердили склад команди на чемпіонат світу в Гуанчжоу. Через травму не зміг поїхати на чемпіонат світу капітан команди Тимур Таймазов. Суперник Тимура у цій ваговій категорії І. Разорьонов гідно представив нашу команду (див. табл. 1).

Команда важкоатлетів України (під керівництвом головного тренера В. Кулака та тренерів збірної) у 1993 році стала чемпіоном світу, а в 1994 році — чемпіоном Європи. Але не все було добре в юнацькій важкій атлетиці. Була відсутня робочий план, що до розвитку цього виду спорту, залучення до нього молоді. З кожним роком зменшувалося фінансування спортивних заходів. Вдалі виступи наших важкоатлетів можна пояснити тим, що всі важкоатлети 90-х років починали займатись цим видом спорту ще при СРСР, коли фінансування спорту було на належному рівні. Виступаючи на перших для нашої країни Олімпійських Іграх в Атланті вперше олімпійське золото в важкій атлетиці для нашої України виборов Т. Таймазов. Вдало виступили і інші представники нашої країни Д. Готфрід, С. Рибальченко, О. Чумак та О. Чесняк (див табл. 1).

Таблиця 1

Виступи важкоатлетів України (призерів) на міжнародній арені 1991-1999 роках

Рік	Місце проведення змагань	Ім'я спортсмена	Результат	Місце	Вагова категорія
1993	Чемпіонат Європи Валенсія	О. Блищик		1	83
		Т. Таймазов		1	108
		А. Насібулін		3	59
		О. Левандовський		3	+108
1993	Чемпіонат Світу Мельбурн	Л. Григурко	100+115=215	3	+83
		Р. Савченко	170+200=370	2	76
		Т. Таймазов	195+225=420	1	108
		І. Разорьонов	185+230=415	3	108
1994	Чемпіонат Європи Рим	Р. Савченко		1	76
		В. Бажан		1	83
		Т. Таймазов		1	108
		О. Блищик		2	83
		С Нагірний		2	99
		Р. Севостеєв		3	76
1994	Чемпіонат Світу Стамбул	І. Разорьонов		3	108
		Р. Савченко	160+200=360	3	76
		С. Рибальченко	177,5+217,5=395	3	99
1994	Чемпіонат Світу Стамбул	Т. Таймазов	200+235=435	1	108
		І. Разорьонов	190+227,5=417,5	1	108
		О. Обухов	172,5+212,5=385	3	108
1997	Чемпіонат Світу Чанг Мей	І. Разорьонов		1	105
		Д. Готфрід		3	105
1998	Чемпіонат Світу Лахті	І. Разорьонов	190+232,5=422,5	1	105
		Д. Готфрід	192,5+222,5=415	3	105
1999	Чемпіонат Світу Афіни	Д. Готфрід	195+235=430	1	105

В Сіднеї на Олімпійських Іграх 2000 року наші штангісти виступили гірше. Пояснюється тим, що відбулася зміна поколінь. Лідери збірної команди Т. Таймазов, О. Чумак, С. Рибальченко залишили свої виступи, а молодь ще не встигла набрати спортивної форми. Нашу країну представляли О. Ліхвальд, Д. Гніденко, Р. Савченко, І. Разорьонов, Г. Красильников та А. Удачин. Жіноча команда була представлена спортсменкою з Чернігова – Н. Скакун (див. табл. 2). На Олімпіаді 2004 року (див. табл. 2), в Афінах жіночу команду України представляли Н. Скакун, В. Масловська, В. Шаймарданова та О. Коробка. Чоловічу збірну представляли І. Разорьонов, М. Гордійчук, Г. Красильников, О. Колокольцев та А. Мушик. Через чотири роки на Олімпіаді в Пекіні знову непогано виступили наші дівчата (див. табл. 2). Серед важкоатлеток тоді змагались Н. Давидова, О. Коробка, Ю. Довгаль та Н. Миронюк. Чоловічу збірну представляли А. Іванов, І. Разорьонов, О. Торохтій, А. Удачин та І. Шимечко.

Таблиця 2

Виступи важкоатлетів України на Олімпійських Іграх

Рік	Місце проведення змагань	Ім'я спортсмена	Результат	Місце	Вагова категорія
1996	Атланта	О. Чумак	167,5+212,5=380	7	91
		Д. Готфрід	187,5+215=402,5	3	99
		С. Рибальченко	182,5+212,5=395	4	99
		Т. Таймазов	195+235=430	1	108
2000	Сідней	Н. Скакун	85+112,5=197,5	7	58
		О. Ліхвальд	120+150=270	9	56
		Д. Гниденко	160+190=350	8	77
		Р. Савченко	Сума 337	11	77
		І. Разорьонов	192,5+227,5=420	4	105
		Г. Красильников	Сума 420	9	+105
		А. Удачин	Сума 415	11	+105
2004	Афіни	Н. Скакун	107,5+135=242,5	1	63
		В. Масловська	110+135=245	5	69
		В. Шаймарданова	130+150=280	5	+75
		О. Коробка	125+155=280	7	+75
		М. Мушик	175+212,5=387,5	8	94
		І. Разорьонов	190+230=420	2	105
		Г. Красильников	200+240=440	4	+105
		О. Колокольцев	195+242,5=437,5	5	+105
2008	Пекін	Н. Давидова	115+135=250	3	69
		Н. Миронюк	105+132=237	9	75
		О. Коробка	124+153=277	2	+75
		Ю. Довгаль	118+140=258	7	+75
		А. Іванов	170+210=380	11	94
		О. Торохтій	177+213=390	12	105
		А. Удачин	207+235=442	4	+105
		І. Шимечко	201+232=433	5	+105
2012	Лондон	Ю. Калина	106+129=235	3	58
		Ю. Паратова	91+108=199	5	58
		К. Пілієв	166+206=372	12	94
		О. Торохтій	185+227=412	1	105
		С. Тагіров	174+200=374	10	105
		І. Шимечко	197+232=429	6	+105
Юнацькі Олімпійські Ігри					
2010 I юн. ОІ	Сінгапур	Т. Сирота	89+113=202	7	+63
		К. Рева	145+175=320	3	85
2014 II юн. ОІ	Нанкін	С. Зенченко	88+120=208	3	63
		Є. Фесак	130+171=301	7	+85

Олімпійські Ігри 2012 року в Лондоні знову показали, що не перевелися в Україні багатирі. На цей раз серед жінок змагалися Ю. Калина, Ю. Паратова. Чоловічу збірну представляли О. Торохтій, І. Шимечко та К. Пілієв (див. табл. 2). З 2010 року почали проводити Юнацькі Олімпійські Ігри. До Сингапуру на I юнацькі Олімпійські Ігри вирушили Т. Сирота та К. Рева. Виступили досить вдало, посіли відповідно 7 та 3 місця (див. табл. 2). На II юнацьких Олімпійських Іграх нашу країну представили С. Зенченко та Є. Фесак (див. табл. 2). З 2000 по 2010 роки відмічається деякий спад у виступах українських важкоатлетів на чемпіонатах Світу та Європи. Цю тенденцію можна пояснити тим, що відбулася зміна поколінь спортсменів, а також слабкою фінансовою підтримкою важкоатлетів на місцях. Також відсутністю чіткої програми по популяризації цього виду спорту. Про це свідчить виступи атлетів на міжнародних аренах (див. табл.3).

Таблиця 3

Виступи важкоатлетів України (призерів) на міжнародній арені в 2000-2010 роках

Рік	Місце проведення змагань	Ім'я спортсмена	Результат	Місце	Вагова категорія
2001	Чемпіонат Світу Анталія	І. Разорьонов	187,5+230=417,5	3	105
2002	Чемпіонат Європи Анталія	О. Зиновева		1	48
		Н. Скакун		3	63

		О. Ліхвальд Д. Готфрід О. Колокольцев		3 2 3	62 105 +105
2002	Чемпіонат Світу Варшава	Д. Готфрід А. Удачин	190+230=420 200+240=440	1 3	105 +105
2003	Чемпіонат Європи Лутраки	О. Зіновєва І. Разорьонов		2 1	48 105
2003	Чемпіонат Світу Ванкувер	Н. Скакун	110+138=248	1	63
2004	Чемпіонат Європи Київ	В. Масловська В. Шаймарданова А. Мушик		3 2 3	69 +75 94
2005	Чемпіонат Європи Софія	Н. Троценко Н. Давидова В. Шаймарданова Ю. Довгаль К. Пілієв		3 3 1 2 3	53 69 +75 +75 94
2005	Чемпіонат Світу Доха	Призерів не було			
2006	Чемпіонат Європи Владиславово	Н. Троценко В. Масловська Н. Давидова Н. Миронюк О. Коробка	87+103=200 97+124=221 109+130=239 108+134=242 126+164=290	2 3 2 3 1	53 63 69 75 +75
2006	Чемпіонат Світу Санто-Домінго	Призерів не було			
2007	Чемпіонат Європи Страсбург	Н. Троценко Н. Давидова Ю. Довгаль	86+100=186 109+132=241 115+140=255	2 3 3	53 69 +75
2007	Чемпіонат Світу Чанг Мей	Н. Давидова О. Коробка	114+130=244 126+155=281	3 3	69 +75
2008	Чемпіонат Європи Лігнано	О. Коробка Ю. Довгаль	127+150=277 118+140=258	1 2	+75 +75
2009	Чемпіонат Європи Бухарест	Н. Троценко Ю. Калина О. Торохтій І. Шимечко	87+105=192 95+117=212 181+224=405 203+230=433	1 2 2 1	53 58 105 +105
2009	Чемпіонат Світу Гоянг	Ю. Калина А. Удачин І. Шимечко	96+119=215 200+245=445 202+225=427	3 2 3	58 +105 +105
2010	Чемпіонат Європи Мінськ	Ю. Артемова О. Коробка А. Іванов О. Торохтій	111+131=242 123+150=273 180+203=383 175+221=396	3 2 2 2	69 +75 94 105
2010	Чемпіонат Світу Анталія	А. Іванов	185+217=402	2	94

Але відбулися і позитивні зміни. Вперше в історії вітчизняної важкої атлетики в м. Київ було проведено чемпіонат Європи, (див. табл.3). З 2010 р. по 2012 відмічалася така ж тенденція [14-17]. Багато тренерів та спортсменів переставали займатися цим видом спорту з різних причин. Хоча в деяких областях завдяки вдалим діям місцевого керівництва та тренерського корпусу вдавалося підготувати гарних спортсменів [8-10]. Виступи див. в табл.3.

Таблиця 4

Виступи важкоатлетів України (призерів) на міжнародній арені в 2011-2014 роках

Рік	Місце проведення змагань	Ім'я спортсмена	Результат	Місце	Вагова категорія
2011	Чемпіонат Європи Казань	Ю. Паратова І. Шимечко	92+108=200 185+217=412	2 1	58 +105
2011	Чемпіонат Світу Париж	А. Іванов О. Торохтій	186+221=407 181+229=410	2 3	94 105
2012	Чемпіонат Європи Анталія	С. Тагіров	180+210=390	3	105

2013	Чемпіонат Європи Тірана	Я. Дяченко	75+89=164	2	48
		Ю. Паратова	90+104=184	1	53
		Н. Миронюк	105+125=230	3	69
		Г. Козенко	101+127=228	2	+75
		А. Удачин	200+242=442	2	+105
2013	Чемпіонат Світу Вроцлав	Призерів не було			
2014	Чемпіонат Європи Тель-Авів	Ю. Паратова	88+106=194	2	53
		Ю. Калина	103+125=228	3	63
		Н. Миронюк	104+123=227	3	69
2014	Чемпіонат Світу Алма-Ата	Призерів не було			

Новий поштовх в розвитку важкої атлетики відбувся 2012 року. На засіданні тренерів та судей було обрано нового президента федерації важкої атлетики України. Ним став представник Хмельниччини О. Гергега [16]. Незважаючи на досить коротке перебування на своїй посаді президент федерації побудував 12 нових залів з важкої атлетики, більше 20 залів було відремонтовано, було виплачено великі борги федерації. Завдяки діям нового президента почали проводити агітаційну роботу, що до розвитку цього виду спорту серед населення. Для тренерів та спортсменів почали проводити наукові семінари з питань методики тренування в важкій атлетіці.

З 1994 року ветерани важкої атлетики почали регулярно брати участь у чемпіонатах Європи, світу та у всесвітніх Олімпіадах. Серед них хотілося б відмітити В. Азарова, П. Базюченко, Ц. Весловуцького, В. Данильченко, В. Мельника, Г. Потепун, Г. Меліхова, А. Пархоменко, Ю. Гудкова та Н. Вишницьку. Важкоатлети України - харків'яни Ігор Рибак та Олексій Торохтій, запорожець Леонід Жаботинський, киянин Володимир Бєляєв, львів'янин Петро Король, дніпропетровець Султан Рахманов, донецчанин Олександр Первий, хмельниччанин Тимур Таймазов чернігівчанка Наталія Скакун, одесит Ігор Разорьонов, - разом з багатотисячним загоном штангістів, тренерським корпусом та ФВА України гідно представляли нашу державу на Олімпіадах [1-17]. Крім Олімпійських Ігор українські важкоатлети вдало виступали на чемпіонатах Світу та Європи. Необрозово переможцями та призерами міжнародних змагань були: О. Обухов, В. Масловська, В. Шаймарданова, Н. Давидова, Д. Готфрід, Т. Таймазов, О. Ліхвальд, О. Зіновєва, О. Мушик, О. Сухов, І. Шимечко, С. Тагіров, Ю. Паратова, Ю. Калина, Н. Давидова, Р. Севостєєв, А. Іванов, А. Насібулін, О. Бажан, В. Блищик, О. Колокольцев, Л. Григурко, Г. Красильников, В. Шаймарданова, О. Чумак, С. Рибальченко, О. Коробка, І. Разорьонов, О. Блищик, В. Бажан, Р. Савченко та інші [1-16].

Важка атлетика популярна в усіх кутках України. Понад 10 тисяч атлетів удосконалюються під керівництвом 300 кваліфікованих тренерів у Луганському, Донецькому та Харківському училищах олімпійського резерву, а також у 150 дитячих та юнацьких спортивних школах і в школах вищої спортивної майстерності. Хотілося б відмітити і роботу тренерів та спортивних керівників. Великий внесок в розвиток вітчизняної важкої атлетики та підготовці чемпіонів внесли В. Кулак, А. Кагал, Ю. Кучинов, З. Архангородський, А. Шаймарданов, В. Нікулін, О. Савон, П. Пастух, А. Мельник, В. Гулак, І. Лозовський, К. Ткаченко, О. Пуцов, В. Драга, О. Довгич, В. Самардак, А. Співак, І. Распін, І. Васишин, І. Послушної, Є. Нафанець, М. Авраменко, О. Мольченко, А. Гентош. І. Мацьоха, О. Риков, С. Садиков та багато інших. Велику допомогу важкоатлетам збірних команд України різних вікових категорій та тренерському корпусу почали надавати науковці Українського державного університету фізичного виховання та спорту, Львівського державного університету фізичної культури, Харківської державної академії фізичної культури, Українського науково-дослідного інституту харчування, Інституту геронтології АМН України та інших наукових і навчальних закладів та організацій, а також спонсори членів збірних команд та Федерації важкої атлетики України. Всю координацію наукового та методичного забезпечення збірних команд проводить комплексна наукова група (КНГ) у складі Г. Берези, Ю. Задніпряного, В. Западнюка, П. Карповця, В. Кульчицької, Л. Лаврушенко, П. Мироненка, В. Олешка, Д. Поліщука, Ю. Щербини. Очолює групу старший тренер кандидат педагогічних наук К. Ткаченко. Разом з тим на сьогоднішній день відсутнє цілісне історико-педагогічне дослідження, в якому було б узагальнено теоретичний та практичний доробок фахівців зі спорту, що стосується теми розвитку важкої атлетики в Україні.

ВИСНОВКИ

Таким чином можна зробити висновок, що важка атлетика в Україні набула широкого розповсюдження і має тенденцію щодо подальшого розвитку. Запорукою цьому стали багаторічні традиції по підготовці тренерами важкоатлетів найвищого рівня, та їх виступи на світових аренах.

Перспективним напрямком розвитку важкої атлетики в Україні є відкриття нових спортивних секцій, особливо в районних центрах та селищах, що дасть змогу залучити до регулярних занять фізичною культурою та спортом (зокрема важкою атлетикою) більшої кількості дітей та підлітків, адже будучи відмінним засобом, для розвитку фізичної сили, важка атлетика визнана найважливішим допоміжним засобом й при заняттях іншими видами спорту: легкою атлетикою, боротьбою, боксом, веслуванням, мотоспортом та ін.

Заняття важкою атлетикою не обмежуються тільки підніманням ваги, крім цього, у широкому обсязі використовуються вправи на швидкість, гнучкість, спритність та витривалість. Тільки при сполученні всіх цих вправ забезпечується всебічний фізичний розвиток, що є основою спортивного вдосконалювання.

У **ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ** планується розробка та обґрунтування нової методики тренувального процесу важкоатлетів в змагальному періоді.

ЛІТЕРАТУРА

1. Аптекарь М. Л. Тяжелая атлетика: Справочник / М. Л. Аптекарь. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 425 с.
2. Белграй В. 1-й всесоюзный турнир по тяжелой атлетике среди женщин / В. Белграй // Олимп: независимый информационно-рекламный журнал по силовым видам спорта. – Ижевск : РТГУР, 1992. – № 1 (4) – С. 10–12.

3. Воробьев А. Н. Тяжелая атлетика : [учебное пособие] / А. Н. Воробьев. – М.: ФИС, 1988.
4. Все о спорте: Справочник / Сост. Б. Кукушкин. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – Т. 1–3.
5. Грот Ю. И. Спортивная доблесть предместья / Ю. Грот, О. Жикол, Н. Приз. – Харьков: Золотые страницы, 2011. – 512 с.
6. Драга В. Тяжелоатлеты Украины / В. Драга, П. Кравцов. – К.: Здоров'я, 1985.
7. Лозовський І. Р. Важка атлетика України (1895–2011) / І. Р. Лозовський, В. В. Драга. – Київ: Балюк І. Б., 2011. – 288 с., 82 іл.
8. Олейник Н. А. История физической культуры на Харьковщине (люди, годы, факты 1874–1950 гг.) / Н. А. Олейник, Ю. И. Грот. – Харьков: ХДАФК, 2002. – Т. 1 – 376 с.
9. Олейник Н. А. История физической культуры на Харьковщине (люди, годы, факты 1993–2011 гг.) / Н. А. Олейник, Ю. И. Грот. – Харьков: Золотые страницы, 2012. – Т. 4. – 332 с.
10. Олимпийская энциклопедия / Под ред. С. П. Павлова. – М.: Советская энциклопедия, 1980.
11. Олешко В. Г. Силові види спорту: [навчальний посібник] / В. Г. Олешко – Київ: «Олімпійська література», 1999.
12. Історія розвитку силових видів спорту: [Електронний ресурс] / – Режим доступу до сайту: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
13. Історичні аспекти розвитку важкої атлетики на Харківщині [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.ronl.ru/referaty/inostranny-yazyk/93263>.
14. Спорт на Україні. Довідник. – Молодь, 1958.
15. Сайт міжнародної федерації важкої атлетики: [Електронний ресурс] / – Режим доступу до сайту: <http://www.iwfb.net>
16. Сайт Української федерації важкої атлетики: [Електронний ресурс] / – Режим доступу до сайту: <http://www.uwf.in.ua>
17. Сайт довідник: [Електронний ресурс] / – Режим доступу до сайту: <https://ru.wikipedia.org>.
18. Artekhar M. L. Tyazhelaya atletika: Spravochnik [Weightlifting], Moscow, 1983, 425 p.
19. Vesnik fizicheskoy kultury Ukrainy (Fizkulturnik Ukraini, Sport) [Bulletin of Physical Education of Ukraine], Kharkiv; Kiiv, 1921–1944.
21. Kukushkin B. Vse o sporte: Spravochnik [All about sports], Moscow, 1976, vol. 1–3.
22. Grot Yu. I., Zhikol O., Priz N. Sportivnaya doblest predmestya [Athletic prowess suburbs], Kharkov, 2011, 512 p.
23. Belgray V. Olimp: nezavisimyy informatsionno-reklamnyy zhurnal po silovym vidam sporta [Olympus: independent information and magazine advertising for power sports], Izhevsk, 1992, vol. 1 (4), pp. 10–12.
24. Draga V., Kravtsov P. Tyazhelozhatlety Ukrainy [Weightlifters of Ukraine], Kyiv, 1985.
25. Istoriya mista Kharkova XX stolittya [History of the city of Kharkiv XX century], Kharkiv, 2004, 686 p.

Пятницька Д. В.

Коммунальное учреждение «Харьковская гуманитарно-педагогическая академия» Харьковского областного совета

ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОК 1-2 КУРСОВ СРЕДСТВАМИ ЧЕРЛИДИНГА

В эксперименте принимали участие 450 студенток в возрасте 17-23 лет. Проанализированы более 40 литературных источников имеющих данные, посвященных особенностям исследования развития физических качеств студенток с использованием средств танцевальных видов фитнеса, в частности чер-данса. Цель: разработать и обосновать методику использования средств чер-данса в процессе внеаудиторных занятий студенток первых и вторых курсов высших учебных заведений. Материал и методы: обобщены теоретические знания и практический опыт по вопросам отбора содержания и организации физического воспитания студенток высших учебных заведений в процессе внеаудиторных занятий, а также проведены экспериментальный опрос и сравнительный анализ показателей физического состояния и физической подготовленности студенток первых и вторых курсов, которые не занимаются спортом, и тех, кто посещает секцию чер-данса (черлидинга). Результаты: отмечен значительный интерес к занятиям по физическому воспитанию с использованием предложенной методики. Установлено, что основными путями совершенствования физического воспитания студенток в системе образования могут быть сформированы потребности в укреплении здоровья средствами танцевальных видов черлидинга (чер-данса и чер-данс шоу). Выводы: выявлена перспектива совершенствования физического воспитания студенток. Это дает возможность разрабатывать варианты решений на занятиях физического воспитания в вузах с целью успешной реализации образовательной здоровьесберегающей стратегии.

Ключевые слова: студентки, высшие учебные заведения, фитнес, чер-данс, чер-данс шоу, физические качества, здоровье.

Пятницька Д. В. Шляхи вдосконалення організації фізичного виховання студенток 1-2 курсів засобами черлідінгу. В експерименті брали участь 450 студенток у віці 17-23 років. Проаналізовано більш ніж 40 літературних джерел наявних даних, присвячених особливостям дослідження розвитку фізичних якостей студенток з використанням засобів танцювальних видів фітнесу, зокрема чер-дансу. Мета: розробити й обґрунтувати методику використання засобів чер-дансу в процесі позааудиторних занять студенток перших та других курсів вищих навчальних закладів. Матеріал і методи: узагальнено теоретичні знання й практичний досвід з питань відбору змісту та організації фізичного виховання студенток вищих навчальних закладів у процесі позааудиторних занять, а також проведено експериментальне опитування та порівняльний аналіз показників фізичного стану та фізичної підготовленості