

process of formation of teachers' individual health preservation competence in the system of continuous pedagogical education]. Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T.H. Shevchenka – The Annual of T. G. Shevchenko Chernihiv National Pedagogical University. / ed. Nosko M. O. Vol. 152. Issue 1. Chernihiv: ChNPU. 276. 28–33.

6. Zhára, H. I. (2018). Pedahohichni tekhnolohii formuvannia kompetentnosti indyvidualnoho zdoroviazberezhennia vchyteliv u protsesi profesiinoi pidhotovky ta samorozvytku. [Pedagogical technologies for forming the teachers' individual health preservation competence in the process of professional training and self-development]. Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seria 5. Pedahohichni nauky: realii ta perspektyvy. – M. P. Drahomanov NPU Scientific Bulletin. Series 5. Pedagogical sciences: realities and prospects. / ed. Andrushchenko V. P. Vol 60. Issue 1. 156–161.

7. Zhára, H. I. (2018). Spetsyfika protsesiv starinnia, emotsiinoho intelektu ta stanu zdorovia vchyteliv riznykh spetsialnosti. [Specification of ageing processes, emotional intelligence and health status of teachers of different specialties]. Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seria 16. Tvorchia osobystist uchytelia: problemy teorii i praktyky. – M. P. Drahomanov NPU Scientific Bulletin. Series 16. Creative personality of a teacher: problems of theory and practice. / ed. N. V. Huzii. Vol 30 (40). 110–115.

**Зіньків О.В., Любіжанін Ю.Г., Ковцун В.В.**  
**кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент; старший викладач; викладач.**  
**Львівський державний університет фізичної культури імені І. Боберського, м. Львів**

#### ЕТАПИ ТА ОСНОВНІ ЧИННИКИ СТАНОВЛЕННЯ ГІРСЬКОЛИЖНОГО СПОРТУ

*Історичні дані вказують на те, що люди використовували лижі з прадавніх часів. У побуті для полювання, риболовлі, подорожей тощо. Для оборони своїх поселень, ведення військово-тактичних дій та військових походів. Саме створення гірськолижного спорту припадає на 19 століття, коли почали активно розвиватися спортивні осередки. Перші змагання з гірських лиж пройшли у 1883 році у Норвегії. У 1910 році створено Міжнародну лижну комісію м. Крістіані (тепер м. Осло, Норвегія). Ця комісія вперше видала правила для проведення міжнародних лижних змагань. Вона стала передумовою для виникнення Міжнародної лижної федерації - FIS. Дата заснування 1924 рік. Проведення першого Чемпіонату світу. Включення гірськолижного спорту до програми зимових Олімпійських Ігор. Початок проведення розіграшів Кубка світу. Основні етапи становлення гірськолижного спорту: зародження культури катання на лижах з гір; проведення перших офіційних змагань; уніфікація правил проведення змагань; створення Міжнародної лижної федерації FIS; включення гірських лиж у програму зимових Олімпійських Ігор; початок проведення розіграшу Кубка світу; включення нових дисциплін. Чинник які вплинули на становлення гірськолижного спорту: соціально-побутові, географічні, військові, науково-історичні, розвиток технологій спорядження спорту.*

**Ключові слова:** гірські лижі, історія, етапи, чинники становлення виду спорту, зимові Олімпійські Ігри.

**Зіньків О.В., Любіжанін Ю.Г., Ковцун В.В. Етапы и основные факторы становления горнолыжного спорта.** Исторические данные показывают, что люди использовали лыжи с древнейших времен. В быту для охоты, рыбалки, путешествий и тому подобное. Для защиты своих поселений, ведение военно-тактических действий и военных походов. Именно создание горнолыжного спорта приходится на 19 век, когда начали активно развиваться спортивные центры. Первые соревнования по горным лыжам прошли в 1883 году в Норвегии. В 1910 году создана Международная лыжную комиссию м. Кристиане (ныне г. Осло, Норвегия). Эта комиссия впервые выдала правила для проведения международных лыжных соревнований. Она стала предпосылкой для возникновения Международной лыжной федерации - FIS. Дата основания 1924 год. Проведение первого Чемпионата мира. Включение горнолыжного спорта в программу зимних Олимпийских игр. Начало проведения розыгрышей Кубка мира. Основные этапы становления горнолыжного спорта: зарождение культуры катания на лыжах с гор; проведения первых официальных соревнований; унификация правил проведения соревнований; создание Международной лыжной федерации FIS; включения горных лыж в программу зимних Олимпийских игр; начало проведения розыгрыша Кубка мира; включение новых дисциплин. Факторы которые повлияли на становление горнолыжного спорта: социально-бытовые, географические, военные, научно-исторические, развитие технологий снаряжения спорта.

**Ключевые слова:** горные лыжи, история, этапы, факторы становления вида спорта, зимние Олимпийские Игры.

**Zinkiv Olha, Lyubizhanin Yuriy, Kovtsun Vitalii. Stages and main factors becoming alpine skiing.** Historical data indicate that people have been using skis since ancient times. In the home for hunting, fishing, travel, etc. To protect their settlements, conduct military tactical actions and military campaigns. It is the creation of skiing falls on the 19th century, when sports centers began to actively develop. The first skiing championships were held in Norway in 1883. Winner was Sondre Norheim from Norway. In 1910 the International Ski Commission of Christiana (now Oslo, Norway) was established. This commission first issued rules for international skiing competitions. It became a prerequisite for the emergence of the International Ski Federation – FIS founded in 1924. For the first time held the World championship. Including skiing in the winter Olympic Games. Beginning of World Cup tournament. The main stages of the formation of skiing: the birth of a culture of skiing from the mountains; holding of the first official competitions; unification of the rules of the competition; creation of the International Ski Federation FIS; the inclusion of mountain skiing in the program of the Winter Olympic Games; the beginning of the World Cup draw; inclusion of new disciplines. Factors that influenced the formation of skiing: social, domestic, military, scientific and historical, the development of equipment

sports equipment.

**Keywords:** *alpine skiing, history, stages, factors, winter Olympic games.*

**Постановка проблеми.** Гірськолижний спорт – один з найвидовищних зимових видів спорту. Змагання організують від звичайних клубних, шкільних, регіональних до Чемпіонатів світу та зимових Олімпійських Ігор. Трансляції Чемпіонатів світу та Кубків світу дивляться багато телеглядачів. Марсел Лузі та Джені Вайдеке у своїх статтях щорічного “FIS Bulletin” зазначають, що Чемпіонат світу з гірськолижного спорту в 2015 році який проходив у м. Вейл (США) спостерігало 221 тисяча глядачів, з яких 25 тисяч відвідало змагання з чоловічого швидкісного спуску, а ще 25 тисяч глядачів були присутні на церемонії нагородження у жіночому слаломі [ 13, 18].

Зимові Олімпійські Ігри у м. Пхьончхан (Південна Корея) у гірськолижному спорті принесли нові рекорди. У супер–гіганті перемогла володарка Кришталевого глобуса та золотої медалі у паралельному гігантському слаломі з сноубордингу Естер Ледечкова (Республіка Чехія). Це перша жінка яка змогла завоювати дві золоті медалі у різних видах спорту на одній Олімпіаді [12]. Розвиток технологій, прогрес у спорядженні спортсменів, обладнання та нових курортів піднімає інтерес до занять гірськими лижами.

Початок розвитку цього виду спорту можна віднести до середини 19 сторіччя. У країнах Європи розвивалися спортивні напрямки, особливо у Альпійських та Скандинавських країнах.

На даний час багато публіцистичних джерел, інтернет ресурсів висвітлює походження та конструкцію лиж, палиць, черевик, кріплень тощо. Зародження культури катання на лижах у країнах, де були сприятливі клімато – географічні умови. Стисло описано, які дисципліни були вперше включені у програму зимових Олімпійських Ігор, Чемпіонатів світу та Кубків світу. Не повністю сформульована науково – методична думка, щодо історії гірськолижного спорту, а саме основні етапи становлення, розвитку та передумов виникнення гірськолижного спорту. У схожих видах спорту наприклад сноубординг було досліджено історичні аспекти, передумови виникнення, як виду спорту [4,5].

На нашу думку аналіз етапів та основних чинників становлення гірськолижного спорту надасть можливість детальніше вивчити історичні фактори, що сприяли зародженню цього виду спорту, визначення чинників які вплинули на суспільство, що з звичайної розваги у горах ця фізична активність перетворилась на один з найпопулярніших видів спорту у світі. Дослідження цих чинників надасть можливість ввести в науково – методичну базу нові систематизовані дані, щодо історичних даних гірськолижного спорту.

**Аналіз літературних джерел** з проблематики гірськолижного спорту показав, що на даний час існує недостатня кількість досліджень у напрямку історії зародження та походження гірськолижного спорту. Наявна інформація існує у публіцистичних журналах, книжках про гірські лижі та фрагментарно на інтернет сайтах. У книжках, які розповідають про гірські лижі, а це Горяйнов Л. “Горные лыжи и сноуборд” 2006 р., Гуршман Г. “Пьянта Су! или горные лыжи глазами тренера” 2005, Ronald W. Kipp “Alpine skiing. Outdoor adventures” 2018 р. [1,2,15] більшою мірою розказано, як підібрати спорядження, як обрати інструктора, на яких схилах кататися, як проходити етапи навчання для звичайного любителя гірських лиж. Вони мають більше публіцистичний характер ніж науковий. Ґрунтовні дослідження щодо процесу підготовки, техніки проходження поворотів у різних дисциплінах гірськолижного спорту, проводилося 35-40 років назад у нашій країні.

Питанням підготовки спортсменів у гірськолижному спорті займався Гуцель А.Н. та Орехов Л.І. Їхні дослідження були скеровані на засоби та методи тренувальних навантажень та вивчення питання удосконалення технічної підготовки гірськолижників [3,7]. Дослідження іноземних авторів Мюллер Е., Кроль Д., Споррі Й., показали аналіз небезпеки отримання травм під час занять гірськолижним спортом та біомеханіки повороту [14, 16]. Автори Радигіна К. та Віхляев В. вивчали у своїх дослідженнях впливи стрибкових вправ на вдосконалення техніки гірськолижників які спеціалізуються у слаломі [8]. Соболев В. та Брюханов Б. вивчали питання явища симетрії та асиметрії в локомоціях гірськолижника при виконанні поворотів у дисциплінах гірськолижного спорту [10].

Одними з сучасних досліджень у гірськолижному спорті які скеровані на процес підготовки спортсменів є наукова робота Рогової М. та співавторів. У їхньому полі дослідження було підготовка юних спортсменів, а саме розвиток координаційних здібностей у дітей які займаються гірськолижним спортом [9].

Сучасна система змагань вимагає від тренерів та спортсменів чіткого розуміння структури та регламентації змагальної діяльності. Кожен олімпійський цикл впроваджують нові правила або дисципліни, і для якісної підготовки потрібно вивчати цей стан питання. Автори Зінків О.В., Лопушанська А.А., Любіжанін Ю.Г., Ченікало О.В. розглядали питання структури та регламентації змагальної діяльності у сучасних гірських лижах [6].

Аналіз науково методичної літератури показав, що на даний час є висвітлені питання техніки проходження поворотів у дисциплінах гірськолижного спорту, вплив тренувальних навантажень на техніку проходження траси, вивчалось питання симетрії та асиметрії, ризик отримання травм під час змагальної діяльності. Фрагментарно у публіцистичних журналах та книжках було висвітлена історія походження, зародження та становлення гірськолижного спорту в світі, як самостійної одиниці у великій сім'ї спорту. Саме питання етапів та основних чинників історичного становлення гірськолижного спорту потребують наукової систематизації та узагальнення.

**Мета статті (постановка завдань).** Метою дослідження є визначення основних етапів та чинників походження, зародження та становлення гірськолижного спорту.

**Методи та організація дослідження.** Для розв'язання указаної мети були використані такі методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел, історичні, теоретичної інтерпретації. Для висвітлення цієї проблематики використовували наукові праці іноземних та українських дослідників, інтернет ресурси, офіційні видання Міжнародної лижної федерації FIS та Міжнародного Олімпійського комітету.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Історія розвитку спорту засвідчує, що одні його види часто ставали основою, або стимулом для формування інших. Гірськолижний спорт розпочався з звичайного бажання людей у північних країнах швидше пересуватися по засніжених місцевостях або кататися з гір, спочатку для своїх потреб, а далі для розваги та змагань. Таким чином лижі входять в життя людей, як потреба у соціально-побутовому характері. Тобто можливість пересування по глибокому снігу, полювання тощо. Поява лиж була обумовлена потребою людини добувати на їжу і пересуватися на засніженій місцевості. На початках лижі мало нагадували своїх сучасних побратимів, переважно були зроблені з дерева у деяких народів ще обгорталися шкірою.

Перші письмові відомості про застосування "ступаючих лиж" містяться в працях давньогрецького історика Ксенофонта. Описуючи свій похід в Малу Азію в 401 р. до н.е., він повідомляє, що вірмени для ходьби по снігу в горах Кавказу використовували прив'язані до ніг круглі дерев'яні дощечки, по нашому – "ступаючі лижі". Перші письмові документи про застосування ковзних лиж відносяться до VI -VII ст. н.е. Готський чернець Жорданес в 552 р., історики Йордан в VI ст., Авел Диякон в 770 р., Верефрид наприкінці VII ст. дали докладний опис використання лиж у побуті, як засоби зв'язку, і в праці, головним чином, на полюванні [24].

За весь період еволюції лижного інвентарю, зустрічалися дуже різні варіанти лиж, черевиків і палиць. Перші пристосування для пересування по снігу, природно, більше були схожі на сучасні снігоступи, але з часом вони трансформувалися, ставали більш довгими і вузькими для збільшення швидкості, вони вже могли ковзати по снігу і своїм зовнішнім виглядом нагадували звичні для нас лижі. Пізніше стали застосовуватися лижі, обтягнуті знизу шкірою лося, оленя або нерпи з коротким ворсом, розташованим назад, що дозволяло уникнути прослизання при підйомі в гору. Перше лижне взуття не мало жорсткої підшви і просто прив'язувалася до лиж, так як не існувало спеціальних кріплень. Цікаву історію мають і палиці, до кінця XIX сторіччя лижники використовували тільки одну палицю. Це пов'язано з тим, що лижі застосовувалися в основному для полювання і в армії. Перші палиці були дерев'яними або бамбуковими висотою приблизно в ріст людини. Тільки в наш час палки перетворилися на продукт високих технологій, виробляються з легкого алюмінію або композитних матеріалів [20,23,24].

У сучасному розвитку спорядження варто згадати винахідника лижника Рудольфа Летнера з м. Зальцбург (Австрія), який у 1928 році придумав металеві обкатування знизу лиж, що надало можливість краще ними керувати по твердій поверхні. Вони стали прототипом сучасних кантів, без яких неможливо спуститися по льодових схилах [20].

Одним з засновників гірськолижного спорту вважають Матіаса Здарскі (1856-1940), який народився у Республіка Чехія. Він заснував гірськолижну техніку, включаючи поворот лиж, якої він навчав на пологому схилі. Він винайшов та запровадив змагання через ворота. Він розпочав використовувати коротші лижі, розробив прототип сучасних кріплень та використовував дві палиці [20].

Автор Рональд В. Кіпп у своїй книзі описує побутові потреби людини використовувати лижі. Тобто лижі для виживання. Вони допомагали на полюванні та риболовлі у північній Скандинавії. На них можна було дійти у важко доступні місця, або легше пересуватися [15].

Також слід наголосити, що лижі використовувалися у військових походах у багатьох північних народів, як засіб пересування під час воєнних дій. Знаменитий норвезький художник Кнуд Бергслейн змалював це у XIX сторіччі мал. 1 [15, 20, 22]. Події розгорталися 1206 році воїни Біркебінери Торстейн Скевла і Скервальд Скрукка врятували 2-річного принца Хакона Хансонса, спадкоємця престолу, їдучи на лижах по горах Довр від Ліллекхаммера до Остердалена. Вони пройшли 54 кілометри з королівською дитиною з Ліллекхаммера до Остердалена. З 1932 року почали проводити традиційний пробіг на лижах за цим маршрутом від Рени до Ліллекхаммеру. Це був прекрасний спосіб пересування. На даний час – лижі як метод зимової подорожі в процесі становлення націоналістичної гордості та ідентифікації для Норвегії. [15, 20].



Мал.1 Лижники проходить гори з королівською дитиною

Перші офіційні видання які стосувалися лиж, підготовки до катання, як підібрати спорядження було видано у 1733 році. Полковник Ян Генріха Етахусен був командиром Норвезьких військових лижників. У книзі він рекомендував довжину



лиж, і як ходити з гвинтівкою на лижах. У літературі згадано про те що фінські військові використовували лижі під час війни. Багато країн навчилися їздити на лижах через досвід війни. Впродовж I світової війни італійці мали загін Альпіні (Alpini), французи мали Мисливців (Chasseurs Alpains), німці їх називали голубими дияволами (Blauen Teufel) [15, 20].

На нашу думку одним з головних чинників становлення виду спорту є утворення спортивних організацій, проведення змагань тощо. Детально зупинимось на цих аспектах. Аналіз літератури вказує на те що багата історія лижного спорту, розпочавшись в Норвегії, та отримала стрімкий розвиток у всіх великих світових державах. Лижі змінили свій шлях від способу перевезення до спортивної діяльності. Перші не військові змагання на лижах проводилися у 1840 – х роках у Північній і центральній Норвегії. Перші національні лижні змагання в Норвегії, що проходили в столиці Крістіанії (тепер Осло) відбулися у 1868 році. Перемого отримав Сондре Норхайм. Кілька десятиліть пізніше цей вид спорту популяризувався на решту частини Європи, США та Канаду [17, 21].

Після організації в 1877 році першого лижного норвезького спортивного товариства, протягом 20 років у всьому світі виникли схожі спортивні клуби. Першою досвід перейняла Фінляндія. У 1881 році Джон Ф. Баделі заснував лижний клуб "Юккі" в Санкт – Петербурзі – раніше перед тим Англійській лижний клуб. Заснування лижних спортивних товариств у світі. Угорщина - 1883 рік. 1891 році Австрія та Швейцарія, в 1893 році - Німеччина та Італія, в 1895 році - Швеція і Росія, в 1900 році - США і Болгарія, в 1902 році - Англія, в 1912 році - Японія [20,24].

У 1883 році пройшли перші офіційні змагання у м. Холменколени поблизу м. Осло. 18 лютого 1910 року була створена Міжнародна лижна комісія м. Крістіані (тепер м. Осло, Норвегія) та існувала з 1910 по 1924 рік. У неї входило 22 делегата з 10 країн. Цей комітет вперше видав правила для проведення міжнародних лижних змагань. Ця організація стала передумовою для виникнення Міжнародної лижної федерації - FIS. Дата заснування FIS 2 лютого 1924 року впродовж I зимових Олімпійських Ігор в м. Шамоні (Франція). Було присутньо 14 представників різних країн [17, 19, 20].

Наприкінці XIX-початку XX ст. змагання стали регулярно проводитися у багатьох країнах світу. Проте напрям розвитку видів в різних країнах було різним. У Норвегії розвивалися стрибки, гонки по пересічній місцевості і двоборство. У Фінляндії розвиток отримали лижні гонки по рівнині. Гірські види популярні в альпійських країнах. У США на спеціалізацію розвитку спорту вплинули скандинави [15, 17, 23].

З 1905 року в Альпах почали проводити змагання лижників на кількість поворотів. Враховували максимальну кількість поворотів на заданому відрізку плюс кількість поворотів за одиницю часу.

Взимку 1911 року – біля містечка Монтани (Швейцарські Альпи) були проведені перші змагання по швидкісному спуску: 10 лижників одночасно мчали на навипередки з верхів'їв льодовика по цілині до загального фінішу. Перші змагання з слалому були організовані сером Арнольдом Луном (Sir Arnold Lunns) в 1922 році в м. Мюррен (Швейцарія) [17, 21].

Офіційні змагання які проводилися новоствореною Міжнародною лижною федерацією FIS відбулися у 1931 році. Це дата першого Чемпіонату світу з гірськолижного спорту, м. Мюррен Швейцарія. Він був організований Британією [11, 20].

1939 рік Закопане Польща Чемпіонат світу в якому були бігові лижі, стрибки на лижах з трампліну, лижне двоборство, слалом, швидкісний спуск та комбінація. У 1953 вперше розпочали розіграш Кубка світу з гірськолижного спорту [11, 12, 20].

Включення гірськолижного спорту у програму зимових Олімпійських Ігор відіграло велику роль у популяризації та розповсюдженні цього виду спорту. 1936 рік вперше до програми зимових Олімпійських Ігор включили змагання гірськолижників (слалом та швидкісний спуск - альпійська комбінація). Розігрували по одному комплекту медалей серед жінок та чоловіків. У 1948 році включили слалом гігант, а швидкісний спуск та слалом проводили, як окремі дисципліни для жінок та чоловіків. У 1988 році до програми зимових Олімпійських Ігор був включений супер гігант. У 2018 році командні змагання вперше проводили у програмі Олімпіад з гірськолижного спорту [11, 20, 21].

#### **Висновки.**

1. Проведені нами дослідження вказують на те, що використання лиж було з прадавніх часів. Для своїх повсякденних потреб на полюванні, риболовлі та подорожей. Для оборони своїх поселень, ведення військово-тактичних дій, військових походів у північних народів.

2. Лижі змінили свій шлях від способу перевезення до спортивної діяльності в кінці 19 століття. Чинники які вплинули на становлення гірських лиж як виду спорту. Сприятливі кліматичні умови. Стрімкий розвиток фізичної активності у Європі та світі у XIX століття. Виникнення спочатку регіональних, а потім міжнародних організацій. Відродження сучасного Олімпійського руху. Бажанням людей кататися на лижах. Розвиток лижної інфраструктури у гірських районах Альп, Скандинавії та інших гірських системах. Тобто соціально-побутові, географічні, військові, науково-історичні, розвиток технологій спорядження спорту.

3. Основними етапами становлення гірськолижного спорту ми бачимо: зародження культури катання на лижах з гір; проведення перших офіційних змагань; уніфікація правил провдення змагань; створення Міжнародної лижної федерації FIS; включення гірських лиж у програму зимових Олімпійських Ігор; початок проведення розіграшу Кубка світу; включення нових дисциплін.

**Перспективи подальших досліджень.** Вивчення питання щодо становлення Міжнародної лижної федерації FIS, її особливості основні напрямки функціонування. Вплив на розвиток зимових видів спорту у світі та Україні.

#### **Література**

1. Горяйнов Л. Горные лыжи и сноуборд / Л. Горяйнов // М. – Рипол Классик. – 2006. – 240 с.
2. Гуршман Г., Пьянта Су! или горные лыжи глазами тренера / Г. Гуршман // - М., 2005. — 372 с.
3. Гуцель А.Н. Эффективность специально подготовительных упражнений при обучении горнолыжной технике людей различного возраста: автореферат диссертации/ Казахская академия спорта и туризма. Алматы.-2003.-26с.

4. Зіньків О. В. Історичні аспекти становлення та розвитку сноубордингу / О. В. Зіньків // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2002, – №14. – С.53–56.
5. Зіньків О. В. Передумови виникнення сноубордингу та його розвиток / О.В. Зіньків // Актуальні проблеми розвитку фізичного виховання, спорту і туризму у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. в галузі фіз. культури та спорту. – Івано – Франківськ. – 2008. – С. 83–88.
6. Зіньків О. Структура та регламентація змагальної діяльності у дисциплінах гірськолижного спорту / О.В. Зіньків, А. Лопушанська, Ю.Г. Любіжанін, О.В. Ченікало : Національний педагогічний університет ім. М.П. Драгоманова: Науковий часопис Науково – педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) Серія 15. – Київ. – 2017. – Вип. 12 (94) 17. – С. 40-45.
7. Орехов Л.И. Структура подготовленности квалифицированных горнолыжников // Система спортивной подготовки на этапе совершенствования мастерства: Сборник научных статей Алма-Ата.-1986.-с.44-52.
8. Радыгина К. И. Прыжковые упражнения горнолыжников / К. И. Радыгина, В. М. Вихляев // Лыжный спорт : [сб.]. – М., 1984. – Вып. 2. – С. 45–48.
9. Рогова М.С. Визначити рівень розвитку координаційних здібностей гірськолижників на етапі попередньої базової підготовки / М. С. Рогова, О. В. Зіньків, Ю. Г. Любіжанін, О. М. Стефанишин // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. культури, спорту і здоров'я людини. – Л., 2014. – Вип. 18, Т. 1. – С. 245 – 249.
10. Соболев В. Явление симметрии и асимметрии в локомоциях слаломистов – взаимосвязь и противоречие / В. Соболев, Б. Брюханов, Е. Макаренко // Наука в олимпийском спорте. – 1998. – № 2. – С. 38–44.
11. Burns K. Alpine and freestyle skiing / Kylie Burns // Winter Olympic sports. – 2009. – P.32.
12. Clivaz S. XXIII Olympic winter games 2018. Alpine skiing / S. Clivaz // FIS Bulletin . – Published by International ski federation.– Nr.167/2018.–54–55.
13. Looze M. Marketing & Major events / M. Looze // FIS Bulletin . – Published by International ski federation. – Nr. 164/ 2015. – 28 – 29.
14. Müller E. Biomechanical aspects of new techniques in alpine skiing and ski-jumping. / E. Müller, H. Schwameder //J Sports Sci 2003;21:679–92.
15. Ronald W. Kipp Alpine Skiing Outdoor Adventures / Human Kinetics// 2018 p. - 224 P. ISBN 149258200X, 9781492582007
16. Spörri J. Sidecut radius and the mechanics of turning – equipment designed to reduce risk of severe traumatic knee injuries in alpine giant slalom ski racing / Jörg Spörri, Josef Kröll, Matthias Gilgien, Erich Müller // Br J Sports Med January 2016;50: P. 14-19.
17. Taylor, J. (2015). Skiing into Modernity: A Cultural and Environmental History. Journal of interdisciplinary history, 46(3), 435-436.
18. Wiedeke Jenny FIS alpine world ski championships 2015 / J. Wiedeke // FIS Bulletin . – Published by International ski federation. – Nr. 164/ 2015. – P. 42 – 44.
19. Електронний ресурс: <https://www.fis-ski.com/en/inside-fis/about-fis/history/history-of-fis> (дата звернення 01.03.2019)
20. Електронний ресурс: <https://www.fis-ski.com/en/inside-fis/about-fis/history/history-of-snowsports> (дата звернення 01.03.2019)
21. Електронний ресурс: <https://www.olympic.org/alpine-skiing> (дата звернення 01.03.2019)
22. Електронний ресурс: [https://en.wikipedia.org/wiki/Knud\\_Bergslien](https://en.wikipedia.org/wiki/Knud_Bergslien) (дата звернення 01.03.2019)
23. Електронний ресурс: <http://skiclub.org.ua/g%D1%96rskolizhnij-sport%D1%96stor%D1%96ya-g%D1%96rskolizhnogo-sportu.html> (дата звернення 01.03.2019)
24. Електронний ресурс: <http://tsikave.ostriv.in.ua/publication/code-5F2C793C8287F/list-14DB2B54327> (дата звернення 01.03.2019)

#### Reference

1. Horiainov L. Hornye lyzhy y snoubord [Alpine skiing and snowboard]. Moscow: Rypol Klassyk, 2006, 240 p.
2. Gurshman G., P'janta Su! ili gornye lyzhi glazami trenera [Pianta Su or skiing through the eyes of a coach]. Moscow., 2005, 372 p. [in Russian].
3. Gucel' A.N. Jeffektivnost' special'no podgotovitel'nyh uprazhnenij pri obuchenii gornolyzhnoj tehnikе ljudej razlichnogo vozrasta: avtoreferat dissertacii [Efficiency specially preparatory exercises in teaching ski equipment people of different ages] Kazahskaja akademija sporta i turizma. Almaty, 2003, 26 p.
4. Zin'kiv O. V. Istorychni aspekty stanovlennia ta rozvytku snoubordynhu [Historical aspects of the formation and development of snowboarding]. Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu. Kharkiv, 2002, 14, P. 53–56.
5. Zin'kiv O. V. Peredumovy vynykennia snoubordynhu ta joho rozvytok [Prerequisites the emergence of snowboarding and its development] Aktual'ni problemy rozvytku fizychnoho vykhovannia, sportu i turyzmu u suchasnomu suspil'stvi: zb. nauk. pr. v haluzi fiz. kul'tury ta sportu. Ivano – Frankivs'k. 2008. P. 83–88.
6. Zin'kiv O. Lopushans'ka A. A., Liubizhanin Yu.H, Chenikalo O.V. Struktura ta rehlamentatsiia zmahal'noi diial'nosti u dystsyplinakh hirs'kolyzhnogo sportu [Prerequisites the emergence of snowboarding and its development] Natsional'nyj pedahohichnyj universytet im. M.P. Drahomanova: Naukovyj chasopys Naukovo – pedahohichni problemy fizychnoi kul'tury (fizychna kul'tura i sport). Seriia 15. Kyiv. 2017. 12 (94) 17. P. 40-45.

7. Orekhov L.I. Struktura podgotovlennosti kvalificirovannykh gornolyzhnikov [Structure preparedness qualified skiers] Sistema sportivnoy podgotovki na jetape sovershenstvovaniya masterstva: Sbornik nauchnykh statej Alma-Ata.1986. P. 44-52.
8. Radygina K. I., Vihljaev V. M. Pryzhkovye upravneniya gornolyzhnikov [Jumping exercises alpine skiing] Lyzhnyj sport: Moscow, 1984. 2.P. 45–48.
9. Rohova M.S. Zin'kiv O. V., Liubizhanin Yu. H., Stefanyshyn O. M. Vyznachyty riven' rozvytku koordynatsijnykh zdibnostej hirs'kolyzhnykiv na etapi poperedn'oi bazovoi pidhotovky [Determine the level of development of coordination skills of alpine skiers at the stage of preliminary basic training] Moloda sportyvna nauka Ukrainy : zb. nauk. pr. z haluzi fiz. kul'tury, sportu i zdorov'ia liudyny. Lviv. 2014. 18, P. 245 – 249.
10. Sobolev V. Yavlenye symmetry y asymmetry v lokomotsiyakh slalomystov – vzyamosv'яз y protyvorechye / V. Sobolev, B. Briukhanov, E. Makarenko // Nauka v olimpiyskom sporte. – 1998. – № 2. – S. 38–44.
11. Burns K. Alpine and freestyle skiing / Kylie Burns // Winter Olympic sports. – 2009. – P.32.
12. Clivaz S. XXIII Olympic winter games 2018. Alpine skiing / S. Clivaz // FIS Bulletin . – Published by Internation ski federation.– Nr.167/2018.–54–55.
13. Looze M. Marketing & Major events / M. Looze // FIS Bulletin . – Published by Internation ski federation. – Nr. 164/ 2015. – 28 – 29.
14. Müller E. Biomechanical aspects of new techniques in alpine skiing and ski-jumping. / E. Müller, H. Schwameder // J Sports Sci 2003;21:679–92.
15. Ronald W. Kipp Alpine Skiing Outdoor Adventures / Human Kinetics// 2018 p. - 224 P. ISBN 149258200X, 9781492582007
16. Spörri J. Sidecut radius and the mechanics of turning – equipment designed to reduce risk of severe traumatic knee injuries in alpine giant slalom ski racing / Jörg Spörri, Josef Kröll, Matthias Gilgien, Erich Müller // Br J Sports Med January 2016;50: P. 14-19.
17. Taylor, J. (2015). Skiing into Modernity: A Cultural and Environmental History. Journal of interdisciplinary history, 46(3), 435-436.
18. Wiedeke Jenny FIS alpine world ski championships 2015 / J. Wiedeke // FIS Bulletin . – Published by Internation ski federation. – Nr. 164/ 2015. – P. 42 – 44.
19. Elektronnyi resurs: <https://www.fis-ski.com/en/inside-fis/about-fis/history/history-of-fis> (data zvernennia 01.03.2019)
20. Elektronnyi resurs: <https://www.fis-ski.com/en/inside-fis/about-fis/history/history-of-snowsports> (data zvernennia 01.03.2019)
21. Elektronnyi resurs: <https://www.olympic.org/alpine-skiing> (data zvernennia 01.03.2019)
22. Elektronnyi resurs: [https://en.wikipedia.org/wiki/Knud\\_Bergslien](https://en.wikipedia.org/wiki/Knud_Bergslien) (data zvernennia 01.03.2019)
23. Elektronnyi resurs: <http://skiclub.org.ua/g%D1%96rskolizhnij-sport%D1%96stor%D1%96ya-g%D1%96rskolizhnogo-sportu.html> (data zvernennia 01.03.2019)
24. Elektronnyi resurs: <http://tsikave.ostriv.in.ua/publication/code-5F2C793C8287F/list-14DB2B54327> (data zvernennia 01.03.2019)

УДК: 615.825:611.71-053,2

**Заїкін А.В.,**  
*кандидат педагогічних наук, доцент*  
**Єдинак Г.А.,**  
*доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор*  
**Галаманжук Л.Л.,**  
*доктор педагогічних наук, доцент,*  
**Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка**

#### **ПРОФІЛАКТИКА ТА КОРЕКЦІЯ РОЗВИТКУ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ ДІТЕЙ ЯК КОМПЛЕКСНА ПРОБЛЕМА ПЕДАГОГІКИ І ФІЗІОТЕРАПІЇ**

Проаналізовано сучасні тенденції, концептуальні ідеї щодо правильного розвитку дітей у аспекті формування опорно-рухового апарату та забезпечення високого рівня здоров'я. Визначено провідні причини відхилень від норми формування постави і стопи дітей. Систематизовано сучасні підходи і способи профілактики відхилень у розвитку таких елементів опорно-рухового апарату, а також деякі провідні принципи реабілітації.

**Ключові слова:** діти, опорно-руховий апарат, порушення, корекція.

**Заикин А. В., Единач Г. А., Галаманжук Л. Л. Профилактика и коррекция развития опорно-двигательного аппарата детей как комплексная проблема педагогики и физиотерапии.** Проанализированы современные тенденции и концептуальные идеи о правильном развитии детей в аспекте формирования опорно-двигательного аппарата и обеспечения высокого уровня здоровья. Определены ведущие причины отклонений от нормы формирования осанки и стопы детей. Систематизированы современные подходы и способы профилактики отклонений в развитии этих компонентов опорно-двигательного аппарата, некоторые ведущие принципы реабилитации.

**Ключевые слова:** дети, опорно-двигательный аппарат, нарушения, профилактика и коррекция.