

6. Стрельбицька Л.Я., Цуняк Д.В. Миротворча функція спорту як його символічна цінність / Науковий вісник Херсонського державного університету. Сер.: Юридичні науки. 2017. Вип. 1(2). С. 176-179.

**Палічук Ю.І.¹ <https://orcid.org/0000-0002-6589-096X>
Ладика П.І.² <https://orcid.org/0000000317217196>**

БІАТЛОН - ОЛІМПІЙСЬКИЙ ВИД СПОРТУ

¹Буковинський державний медичний університет
²Тернопільський національний педагогічний університет
ім. В. Гнатюка

Анотація. Зимові Олімпійські ігри – це міжнародні змагання із зимових видів спорту, що відбуваються кожні чотири роки під егідою Міжнародного Олімпійського комітету в рамках Олімпійського руху і які важко вже уявити без біатлону. Біатлон - найбільш культовий і популярний зимовий вид спорту. Змагання з біатлону в сезон лише трохи поступаються за популярністю футболу. Біатлон являє собою поєднання змагань у лижній гонці та стрільбі з малокаліберної рушниці.

Annotation. The Winter Olympic Games are international competitions in winter sports that take place every four years under the auspices of the International Olympic Committee as part of the Olympic Movement and which are hard to imagine without biathlon. Biathlon is the most iconic and popular winter sport. Biathlon competitions in the season are only slightly inferior in popularity to football. Biathlon is a combination of cross-country skiing and small-caliber rifle shooting.

Ключові слова: біатлон, Олімпійські ігри, популярність біатлону, змагання, спортсмени, зимові види спорту.

Key words: biathlon, Olympic Games, popularity of biathlon, competitions, athletes, winter sports.

Актуальність теми дослідження (постановка проблеми). Серед зимових видів спорту виділяються кілька тих, які вважаються самими захоплюючими і поширеними. Крім хокею з шайбою, багато любителів здорового способу життя цікавляться біатлоном. Число прихильників цього спорту в світі зростає з кожним днем.

Біатлон – це не просто цікавий вид спорту. Він є спортом неймовірної краси, сили волі, жаги до перемоги і тяжкої праці. Біатлон вартий того, щоб про нього знали більше, ніж «це коли біжать і стріляють».

Мета дослідження полягає у теоретичному дослідженні етапів історії розвитку та популярності біатлону на Зимових Олімпійських іграх.

Результати досліджень. Біатлон – зимовий вид спорту, в якому спортсмени одночасно сперечаються на швидкість та влучність. Найсильнішого визначають в гонках: чим влучніше біатлоніст стріляє та якомога швидше їде на лижах по трасі, тим вірогідніше він стане переможцем. В біатлоні борються в індивідуальних та командних гонках. Зародження цієї дисципліни пов'язане з прикордонними силами скандинавських країн. Досі представники цих держав залишаються одними з лідерів світового біатлону.

Біатлон виник в Скандинавії, як змагання в лижних перегонах зі стрільбою. Перші змагання з подібних перегонів були проведені в Норвегії в 1767 р. У двох номерах програми з трьох лижники під час проходження певного схилу мають влучити у певну ціль, котра знаходилась на відстані приблизно 40-50 кроків від них. Однак, попри ранню появу цей вид спорту культивувався переважно в скандинавському регіоні, не поширюючись в інші країни Європи.

Період активного розвитку біатлону припадає на 1920-30-ті роки ХХ століття. Перегони на лижах зі стрільбою починають проводитися в Норвегії, поступово трансформуючись в «перегони військових патрулів». Перегони військових патрулів увійшли до програми перших Зимових Олімпійських ігор в Шамоні, що відбулися у 1924 році. У такому вигляді цей спорт «дожив» до 1948 року. Проте у зв'язку з антивоєнними настроями в суспільстві, коли людство вирішило все-таки «дати миру шанс», такі змагання були визнані дуже мілітаристськими. Біатлон був скасований.

Лише у 1958 році мода на біатлон повернулася. З цього року проводяться чемпіонати світу з біатлону та чемпіонати Європи. Вже у 1960 році біатлон, практично в сучасному вигляді, був включений до програми Олімпійських ігор. Тоді ж у Скво-Веллі(США) був розіграний перший комплект олімпійських медалей у чоловіків. А ось жінки вперше виступили на Олімпійських іграх тільки у 1992 році в Альбервілі (Франція).

Перші олімпійські медалі в спринті були розіграні лише через 20 років, 1980 року в Лейк-Плесіді (США). Першим олімпійським чемпіоном став Франк Ульріх (Німеччина). А гонка переслідування з'явилася в програмі Олімпійських ігор тільки на Олімпіаді 2002р. в Солт-Лейк-Сіті (США) (доти розігрувалися медалі тільки на чемпіонатах світу з біатлону). Першою олімпійською чемпіонкою з біатлону в гонці переслідування стала Ольга Пильова. Серед чоловіків Уле Айнер Бйорндален. Мас-старт включили до програми Олімпійських Ігор лише 2006р. в Турині. Першою олімпійською чемпіонкою в мас-старті стала Анна-Карін Олофсон(Швеція). Серед чоловіків - Міхаель Грайс (Німеччина).

На сьогоднішній день в біатлоні існує 6 видів змагань. Спринт (для жінок 7,5 км., для чоловіків 10 км.), гонка переслідування (для жінок 10км., для чоловіків 12,5 км.), мас-старт (для жінок 12,5км., для чоловіків 15 км.), класична індивідуальна гонка (для жінок 15 км., для чоловіків 20 км.). А також два види командних змагань: естафета (для жінок 4x6 км., для чоловіків 4x 7,5 км.) і змішана естафета, в якій жінки на кожному етапі пробігають 6 км., а чоловіки 7,5 км.

Мішені на вогневих рубежах розміщені на віддалі 50 м. Діаметр мішені для стрільби з положення лежачи дорівнює 45 мм., для стрільби з положення стоячи - 115 мм.

За кожну незакриту мішень біатлоніст повинен додатково пробігти штрафне коло (150 м.), а в індивідуальній гонці за кожну незакриту мішень до часу спортсмена додається одна штрафна хвилина. В естафетних гонках у спортсмена є три запасних патрони, якщо не вдається закрити мішені за допомогою них, то за кожну мішень нараховується штрафне коло.

Після фінішу зброя (вона не повинна бути заряджена) і лижі (повинні бути марковані) ще раз перевіряються. А біатлоністи відправляються на допінг контроль.

Українські біатлоністи неодноразово здобували медалі на чемпіонатах світу й олімпійських іграх. Олімпійськими чемпіонами стала на Іграх 2014 р. в Сочі жіноча естафетна команда в складі: Віта Семеренко, Юлія Джима, Валя Семеренко, Олена Підгрушна. Серед олімпійських призерів - Валентина Цербе (бронзова медаль на Олімпіаді 1994 р. в Ліллекхаммері), Олена Петрова (срібна медаль Олімпіади 1998 р. в Нагано), Лілія Єфремова (бронзова медаль Олімпіади 2006 р.

в Турині), Віта Семеренко (бронзова медаль Олімпіади 2014 р. в Сочі).

Три рази чемпіонкою світу ставала Олена Зубрилова. Також варто відзначити Оксану Хвостенко, Оксану Яковлеву, Віту та Валю Семеренко, які завоювали срібні медалі в естафеті на чемпіонаті світу 2008 р.

На чемпіонаті світу 2011 р. українська збірна здобула дві нагороди: бронзу Віти Семеренко та бронзові нагороди чоловічої естафети (Сергій Седнев, Андрій Дериземля, Сергій Семенов, Олександр Біланенко).

На чемпіонаті світу 2013 р. українська збірна здобула п'ять нагород: золоту (Олена Підгрушна в спринті), срібну (естафета в складі Юлія Джима, Віта Семеренко, Валя Семеренко, Олена Підгрушна) й три бронзові (Олена Підгрушна в гонці переслідуванні, Віта Семеренко в спринті, Валя Семеренко в індивідуальній гонці).

На чемпіонаті світу 2015 Україна здобула одну золоту і одну бронзову медаль. Валя Семеренко здобула золото у мас-старті і бронзу у спринті.

На чемпіонаті світу 2016 р. Україна здобула одну бронзову медаль: Сергій Семенов у спринті.

Також регулярно проходять Всеукраїнські змагання з біатлону серед учнів дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

Висновки. Біатлон входить до програми Олімпійських ігор, тому найважливішими змаганнями серед біатлоністів найвищого класу є олімпійський турнір із біатлону, який проходить кожні чотири роки на Зимових олімпіадах. Щорічно проводиться чемпіонат світу з біатлону, а впродовж зимового сезону, що триває з грудня по березень, проходить серія турнірів на кубок світу. В кубку Європи беруть участь здебільшого спортсмени резервного складу збірних команд. Популяризацією та розвитком цього виду спорту в межах нашої держави займається Федерація біатлону України.

Список літератури:

1. Казик Д. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти. Олімпійський рух на теренах Західної України – минуле та сьогодення: матеріали третього регіонального науково-методичного семінару / За заг. ред. Огністого А.В./ – Тернопіль: В-во СМТ «ТАЙП», 2019. – С.62-66

2. Наумчук В.І. Зимові Олімпійські ігри. Всеукраїнська наукова конференція "Олімпійський рух на теренах України –

минуле та сьогодення". 27 лютого 2023р. м. Тернопіль. С. 149 - 153.

3. Палічук Ю.І. Зимові види спорту з методикою викладання. Чернівці: ЧНУ ім. Ю. Федьковича, 2018. – 336 с. (навчально – методичний посібник)

Попович С.І.

МІСЦЕ ОЛІМПІЙСЬКИХ ВИДІВ СПОРТУ В ПІДГОТОВЦІ ВИСОККВАЛІФІКОВАНИХ ШАХІСТІВ

Львівський національний університет
імені Івана Франка

Анотація. У публікації розглянуто проблематику включення олімпійських видів спорту в підготовку шахістів. Розглянуто історичні аспекти впливу стану фізичного здоров'я на здобутки спортсмена.

Annotation. The publication examines the issue of including Olympic sports in the training of chess players. The historical aspects of the influence of the state of physical health on the athlete's achievements are considered.

Шаховий тренер повинен бути педагогом-психологом і мати серйозні знання з багатьох медико-біологічних питань, добре розуміти, як гра в шахи впливає на психіку та здоров'я людини. Мова йде перш за все про те, що гра в шахи, захоплення ними або прагнення досягнути високих результатів, повинно приносити користь, а не викликати несприятливий вплив на стан здоров'я.

Шахи, як відомо, є спортом, незважаючи на те, що ця гра, на відміну від більшості видів спорту, не пов'язана з посиленою м'язовою діяльністю. Окрім цього, шахи можна назвати гіподинамічним видом спорту, тому що в період професійної діяльності шахіст проводить значний час сидючи за шаховою дошкою, тобто веде малорухливий спосіб життя. На цю особливість треба звернути увагу, оскільки в інших видах спортивної діяльності, особливо в період проведення змагання, емоційна напруга, як правило, поєднується з підвищеною руховою активністю. Це має суттєве значення в зв'язку з тим, що рухова активність захищає організм від несприятливого