

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Равська Людмила

Науковий керівник – проф. Гуменюк Сергій

ІСТОРИКО-СПОРТИВНА ДІЯЛЬНІСТЬ ШКОЛИ СДЮСШОР «ЕКСТРІМ»

Актуальність. Історична роль спортивної діяльності школи «Екстрім» полягає в її важливому значенні у розвитку гірськолижного спорту в Тернополі та в популяризації зимових видів спорту серед молоді. Школа пройшла шлях становлення від клубу ентузіастів до спеціалізованого спортивного закладу олімпійського резерву, що демонструє успішність спортивної ініціативи навіть у складних економічних умовах. Завдяки постійній підтримці та адаптації до змін, школа стала значущим центром виховання спортсменів високого рівня, що є важливим для фізичної культури та майбутнього українського спорту.

Мета статті полягає у дослідженні історичного розвитку і значення школи «Екстрім» для гірськолижного спорту та сноубордингу в регіоні та з'ясування ключових етапів її становлення.

Виклад основного матеріалу. Історія спортивної діяльності школи «Екстрім» розпочинається з неймовірного ентузіазму її засновника – Володимира Савича Ліщука, який заклав основи для майбутнього розвитку гірськолижного спорту в регіоні. У 1985 році вихованці гірськолижного клубу, створеного при спортивному товаристві «Буревісник», вперше взяли участь у республіканських змаганнях у мальовничих куточках України: с. Ясиня на Закарпатті та в м. Славську на Львівщині. Саме в травні 1985 року клуб отримав земельну ділянку на вул. М. Тарнавського в Тернополі, де розпочалося облаштування гірськолижної траси, що стала початком великої спортивної історії.

З часом клуб перетворився на дитячо-юнацьку спортивну школу, яка стала важливим осередком для розвитку молодих талантів. У листопаді 1985 року завдяки фінансовій підтримці обласної ради профспілок на трасі було встановлено освітлення та підйомник завдовжки 185 метрів, що суттєво покращило умови для тренувань. У 1990 році клуб перейшов на баланс заводу «Сатурн», але внаслідок економічної кризи на початку 90-х років підтримка спортивної діяльності зменшилася, що вплинуло на розвиток школи. Проте, незважаючи на труднощі, у 1994 році була створена ТОВ «Дитячо-юнацька спортивна школа «Скіф», яка в 1997 році реорганізувалася у госпрозрахункову гірськолижну школу. Початковий штат складався з директора та одного тренера, а матеріальну підтримку надавали міський відділ спорту, обласна ДЮСШ, ТОВ «Технотерн» та ТОВ «Громада».

У січні 1999 року Тернопільська міська рада розширила штат до трьох працівників і передала школу на баланс міського управління освіти. Цього ж року спортсмени школи почали здобувати призові місця на змаганнях з гірськолижного спорту та фристайлу в Україні, а школа отримала один із корпусів дитячого садка, що дозволило облаштувати адміністративні та тренувальні приміщення. Це стало важливим кроком у розвитку школи, в результаті якого було відкрито відділення сноубордингу, а кількість тренерів та учнів зросла до понад 100 осіб. 26 грудня 2009 року, за наказом № 3/718 Головного управління з питань туризму, сім'ї, молоді та спорту Тернопільської облдержадміністрації, школі було присвоєно Першу категорію.

Школа отримала нову назву 5 лютого 2010 року – дитячо-юнацька спортивна школа «Екстрім» (ДЮСШ «Екстрім»). Наказом № 1328 Міністерства молоді та спорту України ДЮСШ «Екстрім» з 26 грудня 2013 року отримала Вищу категорію та статус «спеціалізована» (СДЮСШ «Екстрім»). 23 квітня 2021 року, за рішенням сесії Тернопільської міської ради №8/5/25, школу перейменували на Спеціалізована дитячо-юнацька спортивна школа олімпійського резерву «Екстрім» Тернопільської міської ради (СДЮСШОР «Екстрім» ТМР) [3].

Розвиток сноуборду в спеціалізованій дитячо-юнацькій спортивній школі олімпійського резерву (СДЮСШОР) «Екстрім» розпочався у момент, коли цей вид спорту став особливо популярним серед молоді. Наприкінці 90-х – на початку 2000-х років школа активно розширювала свої напрямки, залучаючи нові зимові дисципліни, серед яких з'явився й

сноуборд. СДЮСШОР «Екстрім» стала однією з перших шкіл у регіоні, яка відкрила відділення з сноубордингу. У цей період відділення сноубордингу почало активно набирати групи дітей віком 6-9 років, забезпечуючи їх кваліфікованими тренерами з досвідом у зимових видах спорту. Протягом весняно-осіннього періоду підготовка включала тренування на скейтах, спортивні ігри, гімнастичну та спеціальну підготовку [2]. Взимку вихованці школи тренуються на гірськолижній трасі в Савич парку, готуючи себе до нових досягнень та перемог. Також спортсмени беруть участь у змаганнях міського та обласного рівнів з катання на скейтах та загальної фізичної підготовки.

Тренерсько-викладацький штат СДЮСШОР «Екстрім» складає 10 осіб, з них 5 тренерів фристайлу (могул) та 5 тренерів зі сноубордингу. У школі активно займається 180 учнів, а команди СДЮСШОР «Екстрім» стабільно демонструють високі результати на всеукраїнських змаганнях. Більше десятка спортсменів школи входять у склади основного, юніорського та резерву збірних команд України. Колектив СДЮСШОР «Екстрім» підготував 15 майстрів спорту України з фристайлу (могул) та 17 майстрів спорту України зі сноубордингу [1].

Висновок. Школа сприяє популяризації зимових видів спорту серед молоді, забезпечуючи їх якісними тренуваннями та можливістю змагатися на різних рівнях. Таким чином, СДЮСШОР «Екстрім» є важливим осередком для розвитку зимових видів спорту, формуючи нове покоління талановитих спортсменів і роблячи значний внесок у спортивну культуру. Ця історія демонструє, як спільні зусилля, підтримка та любов до спорту можуть створити умови для успіху та досягнень у майбутньому.

ЛІТЕРАТУРА

1. Спеціалізована дитячо-юнацька спортивна школа олімпійського резерву «Екстрім» Тернопільської міської ради. URL: <https://www.extreme.te.ua/> (дата звернення 2.11. 2024).
2. ДЮСШ «Екстрім» (Тернопіль). URL: [https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%AE%D0%A1%D0%A8_%C2%AB%D0%95%D0%BA%D1%81%D1%82%D1%80%D1%96%D0%BC%C2%BB_\(%D0%A2%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%BF%D1%96%D0%BB%D1%8C\)](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%AE%D0%A1%D0%A8_%C2%AB%D0%95%D0%BA%D1%81%D1%82%D1%80%D1%96%D0%BC%C2%BB_(%D0%A2%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%BE%D0%BF%D1%96%D0%BB%D1%8C)) (дата звернення 1.11. 2024).
3. «Дитячо-юнацькі спортивні школи системи освіти. Історія розвитку» [Брошура]. Тернопіль, 2005. 14 с.

Реднік Мар'яна

Науковий керівник – доц. Наумчук Володимир

РОЗВИТОК ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ УЧНІВ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ВОЛЕЙБОЛУ

Вступ. У сучасних соціально-економічних умовах стратегія реформування вітчизняної системи шкільної освіти вимагає пошуку нових підходів до вдосконалення фізичного виховання школярів, оптимізації його змісту, форм та методів, які повинні безперервно розвиватися і відповідати нагальним потребам суспільства. Фізична культура і спорт мають закласти основи забезпечення фізичного та морального здоров'я особистості, комплексного підходу до формування її інтелектуальних і фізичних якостей, ведення здорового способу життя й самовдосконалення.

У дослідженнях В. Костюкевича [1], В. Платонова [4], Л. Сергієнка [6] та інших фахівців зазначається, що у процесі фізичного виховання дітей та молоді чинне місце належить вихованню швидкісно-силових здібностей, оскільки належний рівень їх розвитку значною мірою визначає досягнення запланованих результатів у фізкультурно-спортивній діяльності і сприяє покращанню життєвоважливих функцій.

Одними із найуживаніших засобів фізичного виховання школярів є ігрові види спорту і, зокрема, волейбол. Ця спортивна гра забезпечує всебічний та гармонійний розвиток особистості, уможливорює засвоєння основних рухових умінь і навичок, виховання необхідних якостей та здібностей. На заняттях волейболом створюється ситуація успіху, атмосфера свободи і комфорту, де кожен учень може реалізувати себе, розкриваючи наявні психофізичні та інтелектуальні ресурси.

Важливим підґрунтям позитивних зрушень у процесі підготовки юних волейболістів виступають функціональні можливості та фізичні якості, незамінну роль серед яких відіграють швидкісно-силові здібності. На думку К. Бреснахан [7], Дж. Дірінга [8], М. Носко [3],