

Зміст

ТОМ 1

<a href="#">ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ПРЕДСТАВНИКІВ ІГРОВИХ ВИДІВ СПОРТУ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Вікторія БАБИЧ, Юрій ЛЕЖНЮК, Мирослава ГРИНЬКІВ</i>	
<a href="#">ПЕРСПЕКТИВИ ДОСЛІДЖЕНЬ У ТЕХНІЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ КВАЛІФІКОВАНИХ ГАНДБОЛІСТІВ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Олег БІЛИК</i>	
<a href="#">ПРОБЛЕМА КОМЕРЦІАЛІЗАЦІЇ ЗМАГАНЬ З ФЕХТУВАННЯ В УКРАЇНІ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Олександр ВАУЛІН</i>	
<a href="#">СТАТЕВІ ОСОБЛИВОСТІ АЕРОБНОЇ Й АНАЕРОБНОЇ ПРОДУКТИВНОСТІ ПЛАВЦІВ ВІКОМ 11-12 РОКІВ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Вікторія ГОЛОВКІНА</i>	
<a href="#">ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ ФУНКЦІЙ СПОРТСМЕНОК, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ХУДОЖНЬОЮ ГІМНАСТИКОЮ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Тетяна ЕКТОВА, Сергій ГОЛЯКА, Світлана СТЕПАНЮК</i>	
<a href="#">«ДИТЯЧА ЛЕГКА АТЛЕТИКА» – ІННОВАЦІЙНИЙ ПРОЕКТ РОЗВИТКУ МАСОВОГО СПОРТУ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Валерій ЄДНАК</i>	
<a href="#">МЕТОДИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ-ІНВАЛІДІВ ДО ЗМАГАНЬ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Софіко КАТАМАДЗЕ</i>	
<a href="#">ВИКОРИСТАННЯ МАКСИМАЛЬНИХ ТА СУБМАКСИМАЛЬНИХ НАВАНТАЖЕНЬ ДЛЯ ОЦІНЮВАННЯ КОМПОЗИЦІЇ М'ЯЗОВИХ ВОЛОКОН СПОРТСМЕНІВ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Соломія КЛЕБАН, Наталія БОРОТЮК, Любомир ВОВКАНИЧ</i>	
<a href="#">ДИНАМІКА ПАРАМЕТРІВ Н-РЕФЛЕКСОМЕТРІЇ В СПОРТСМЕНІВ-СТРИБУНІВ У ВОДУ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Олена КОЛОСОВА, Тетяна ХАЛЯВКА</i>	
<a href="#">ЧАСОВІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕХНІКИ ПОТРІЙНОГО СТРИБКА ПРОВІДНИХ ЛЕГКОАТЛЕТОК УКРАЇНИ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Володимир КОНЕСТЯПІН, Олена ХАНІКЯНЦ</i>	
<a href="#">ФАКТОР «ВЛАСНОГО ПОЛЯ» НА ЧЕМПІОНАТАХ ЄВРОПИ З БОКСУ 1953-1991 РОКІВ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Роман КУЗЬМА</i>	
<a href="#">ПОКАЗНИКИ ДЛЯ АНАЛІЗУ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УКРАЇНСЬКОМУ РУКОПАШІ ГОПАК</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Ігор КУКУРУДЗЯК</i>	
<a href="#">ФІЗИЧНА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ТА АЕРОБНІ МОЖЛИВОСТІ СПОРТСМЕНІВ РІЗНИХ СПЕЦІАЛІЗАЦІЙ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Катерина ЛАТИШЕВСЬКА, Соломія МИЛЬЧУК, Дзвенислава БЕРГТРАУМ</i>	
<a href="#">ПРАВИЛА ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ З КУЛАЧНОГО БОЮ В ДАВНЬОГРЕЦЬКОМУ СВІТІ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Вероніка ЛАХІМАН, Оксана ГРЕЧАНЮК</i>	
<a href="#">ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК СПОРТСМЕНІВ, ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ КАРАТЕ ВЕРСІЇ WKF</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Андрій ПАВЛИШИН, Тетяна КУЦЕРИБ</i>	
<a href="#">ПЕРМАНЕНТНА КОРЕКЦІЯ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ КВАЛІФІКОВАНИХ БОРЦІВ ВІЛЬНОГО СТИЛЮ З УРАХУВАННЯМ ПОТОЧНОГО БАЛАНСУ МІЖ ОКРЕМИМИ КОМПОНЕНТАМИ АНАЕРОБНОГО МЕХАНІЗМУ ЕНЕРГОЗАБЕЗПЕЧЕННЯ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Ростислав ПЕРВАЧУК, Марія СИБІЛЬ, Віктор ШАНДРИГОСЬ</i>	
<a href="#">ВИЗНАЧЕННЯ ПРОВІДНИХ ФАКТОРІВ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ БІГУНОК НА 800 М</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Тетяна РИБАЛЬЧЕНКО, Олена НАСОНКІНА</i>	
<a href="#">ОСОБЛИВОСТІ СТАНОВЛЕННЯ ТА РОЗВИТКУ ПАУЕРЛІФТИНГУ В СТРУКТУРІ АДАПТИВНОГО СПОРТУ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Марія РОЗТОРГУЙ</i>	
<a href="#">МОНІТОРИНГ ПІДГОТОВКИ ЛЕГКОАТЛЕТІВ-СПРИНТЕРІВ ЗА ВПЛИВУ ШТУЧНОЇ ГІПОКСІЇ НА ПОКАЗНИКИ СИМПАТО-АДРЕНАЛОВОЇ СИСТЕМИ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Марія СИБІЛЬ, Ярослав СВИЩ, Володимир ТРАЧ</i>	
<a href="#">ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ ФЕХТУВАЛЬНИКІВ, ЯКІ ВИКОРИСТОВУЮТЬ ЗБРОЮ З ГЛАДКИМ РУКІВ'ЯМ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Сергій СМІРНОВСЬКИЙ, Діна ПАНТЕЛЕЄВА</i>	
<a href="#">ДИНАМІКА ШВИДКОСТІ БІГУ ПРОВІДНИХ СПРИНТЕРІВ СВІТУ ТА ФАКТОРИ, ЯКІ ЇЇ ВИЗНАЧАЮТЬ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Владислав СОКОЛОВ</i>	
<a href="#">ПРОБЛЕМА УСПІШНОСТІ У СПОРТІ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Олена СПЕСИВИХ</i>	
<a href="#">ОСОБЛИВОСТІ РЕАКЦІЇ НА РУХОМИЙ ОБ'ЄКТ У СПОРТСМЕНІВ ЗА УМОВ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО НАПРУЖЕННЯ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Світлана ФЕДОРЧУК, Олена ЛИСЕНКО</i>	
<a href="#">ТЕХНІКО-ТАКТИЧНІ ДІЇ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ РІЗНОГО ІГРОВОГО АМПЛУА</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Муантадр Фадел Кадхам Хаммуді, Олена ЛИСЕНКО</i>	
<a href="#">УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОГРАМНО-МЕТОДИЧНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ З ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Віктор ШАНДРИГОСЬ, Ростислав ПЕРВАЧУК, Володимир ЯРЕМЕНКО, Микола ЛАТИШЕВ</i>	
<a href="#">THE ROLE OF SPORT FUNCTIONARIES IN ATHLETS' DUAL CAREER</a>	<a href="#">PDF</a>
<i>Ilvis ABELKALNS</i>	
<a href="#">NUTRITIONAL BEHAVIORS OF A GROUP OF BOYS AGED 10-13 PRACTICING BASKETBALL, DEPENDING ON THEIR MOTHERS EDUCATION LEVEL</a>	<a href="#">PDF</a>

**«ДИТЯЧА ЛЕГКА АТЛЕТИКА» –  
ІННОВАЦІЙНИЙ ПРОЕКТ РОЗВИТКУ МАСОВОГО СПОРТУ****Валерій ЄДНАК***Тернопільський національний педагогічний університет ім. В. Гнатюка,  
м. Тернопіль, Україна, e-mail: ednak@ukr.net*

**Вступ.** Легка атлетика є одним із найдоступніших і зрозумілих видів спорту та відіграє провідну роль у формуванні всебічно розвинених і здорових дітей. Міжнародна асоціація легкоатлетичних федерацій (IAAF) стурбована тим, що легка атлетика суттєво програє іншим видам спорту за віком початку занять і виступом дітей на змаганнях. У світі проводиться дуже мало стартів для юних спортсменів, і в будь-якому випадку вони практично повторюють змагання для дорослих. Такий підхід часто зумовлює ранню спеціалізацію в конкретному виді, що суперечить вимозі гармонійного розвитку дітей. [1]

**Мета** – вивчити передовий досвід масового залучення дітей до занять легкою атлетикою.

**Завдання:** визначити особливості програми «Дитяча легка атлетика IAAF».

**Метод дослідження:** аналіз доступних літературних джерел.

**Результати дослідження.** Ініційовану й розроблену Міжнародною асоціацією легкоатлетичних федерацій (IAAF) у 2005 році нову концепцію легкої атлетики, найбільш адаптовану для дитячого сприйняття, громадськість прийняла з великим ентузіазмом. Програма була названа «Дитячою легкою атлетикою IAAF». Вона відповідає сучасним вимогам і її основною метою є популяризація занять легкою атлетикою серед найменших дітей, маючи на увазі кінцеву мету – зробити легку атлетику видом спорту номер один у загальноосвітніх школах.

**Особливості програми:**

- змагаються тільки команди. Програма розрахована на три вікові групи: 7–8 років, 9–10 та 11–12 років (співвідношення хлопчиків і дівчаток приблизно однакове);
- змагання обов'язково проходять у формі багатоборства;
- використовується спеціальний інвентар (снаряди легші, безпечніші й адаптовані під дітей);
- заняття можуть відбуватися практично в будь-якому громадському місці: парку відпочинку, торговому центрі, пішохідній зоні, дитячому майданчику у дворі тощо.

**Висновки.** Програма «Дитяча легка атлетика IAAF» є передовим досвідом масового залучення дітей до занять легкою атлетикою, побудована переважно на спортивно-змагальних ігрових легкоатлетичних комплексах, пропонує нові вправи, різноманітні рухові завдання, які повинні вирішуватися командою.

**Ключові слова:** легка атлетика, IAAF, спорт.

**Список літератури**

1. Бегай! Прыгай! Метай! Официальное руководство IAAF по обучению легкой атлетике / под ред. В. В. Балахничева, В. Б. Зеличенко. – Москва : Советский спорт, 2013. – 216 с.