

Матеріальне забезпечення уроків шкільної гімнастики

Волинський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк)

Постановка проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій. У системі фізичного виховання одне з провідних місць належить гімнастиці. Про позитивний вплив гімнастики на організм дітей та підлітків свідчать і наукові дослідження останніх років. Вправи гімнастики здійснюють сприятливий вплив на зміни ритму серцевих скорочень, формують правильну поставу, сприяють розвитку фізичних і психомоторних здібностей. Отже, актуальність використання засобів гімнастики очевидна насамперед тому, що стан здоров'я школярів із року в рік погіршується. Учні закінчують навчальний рік із різними відхиленнями в роботі серцево-судинної системи, шлунково-кишкового тракту, зору. Зростає кількість нервово-психічних захворювань, порушень постави. Ці діти, зазвичай, мають середній або низький рівень фізичної підготовленості, знижений рівень життєвої ємності легень. Вони мають більший ризик захворювань різними інфекційними, частіше хворіють ГРЗ. Однією з причин низького здоров'я вчені вважають гіподинамію.

Сьогодні на майданчиках усе рідше можна побачити дітей, які вправляються в "гімнастичній спритності". Автори [1; 2; 3] свідчать, що років 15–20 тому, збираючись на шкільних майданчиках, старшокласники змагались між собою, виконуючи відомі, а також придумані ними самими вправи на перекладині, драбині, брусах. На жаль, інтереси сучасних школярів змінилися не в кращий бік. Із кінця 90-х років чисельність контингенту дітей і підлітків, залучених до регулярних занять у дитячо-юнацьких спортивних школах, спортивних секціях підприємств, установ та організацій скоротилась більше ніж на 300 тис. чоловік [8]. Це стосується і гімнастики. К. Г. Петренко [4] заявляє, що причиною призупинки планомірної роботи в навчальних закладах із популяризації і розвитку масової гімнастики є економічні негаразди та об'єктивні труднощі, які виникли на початку 90-х років. Скорочення дитячих спортивних шкіл, скоротило потребу в тренерських кадрах [6].

Якщо в 60–80-х роках українських гімнастів, серед яких В. Чукорін, Б. Шахлін, Л. Латиніна, Я. Астахова, С. Захарова, Б. Макуц та ін., знав увесь світ, то на Чемпіонаті світу в 2007 році чоловіча команда України з гімнастики не потрапила навіть у число 12-ти олімпійських ліцензіатів, а в жінок у фіналі з багатоборства виступала Валентина Голенкова, де вона зайняла останнє 24 місце.

Стривожені станом гімнастики і в Росії. Професор В. М. Смолевський [7] повідомляє, що президент ФІЖ Бруно Гранді, перебуваючи в 2004 році в Києві, підкреслив важливість і необхідність активних дій із метою популяризації всіх видів гімнастики, а для цього, крім гімнастики високих досягнень, необхідно розвивати масову гімнастику. Адже спортивна гімнастика високого рівня досягнень починається з гімнастики "для всіх". Саме в цьому напрямі потрібно розвивати шкільну доступну гімнастику, шкільні змагання всіх масштабів. Загальновідомо, що гімнастика – це вид спорту, який вимагає специфічного обладнання та інвентарю. Тому передусім ми звернули увагу на місця занять та обладнання гімнастичними приладами.

Мета дослідження – вивчити стан гімнастики в загальноосвітніх закладах м. Луцька.

Виклад основного матеріалу дослідження. Усі загальноосвітні заклади, які підлягали огляду, на території школи мають спортивні зали. Серед них дві школи, в яких є великі спортивні зали розміром 36×18 м, сім шкіл мають по одному залу розміром 24×12 м, одна школа має два зали розміром 24×12 м і десять шкіл мають по два зали, один з яких розміром 24×12 м, а другий (у двох школах) 18×9 м. У вісьмох школах звичайні класні кімнати або інші приміщення переобладнано у спортивні зали і пристосовано для занять дітей молодшої шкільної ланки.

Спостереження показали, що в цих спортивних залах у рідких випадках займався один клас. На одному уроці в залі могли займатися учні різних вікових груп. Введення третього уроку фізичної культури стало причиною переповнення спортивних залів і порушення їх пропускну здатності.

У додатку 3 Програми для загальноосвітніх навчальних закладів "Фізична культура" 5–12 класи [5] є перелік типового навчального обладнання з фізичної культури для навчального закладу, який має один комплект класів. Для порівняння ми визначили наявну кількість гімнастичного обладнання, що в середньому припадає на одну луцьку школу (табл. 1).

Таблиця 1

Кількість гімнастичного обладнання та інвентарю

№ з/п	Інвентар та обладнання	Розраховано на навчальний заклад, який має один комплект класів (шт.)	Наявна кількість, що в середньому припадає на одну школу м. Луцька (шт.)	Недокомплектованість (%)
1	Бруси гімнастичні паралельні	1	0,9	10
2	Бруси гімнастичні різновисокі	1	0	100
3	Колода гімнастична	1	0,6	40
4	Перекладина гімнастична	2	1,1	45
5	Перекладина навісна	6	3,8	36,6
6	Стінка гімнастична	16 прольотів	8	50
7	Козел гімнастичний	2	1,05	47,5
8	Кінь гімнастичний	2	0,85	57,5
9	Місток гімнастичний	4	1,5	62,5
10	Канат для лазіння	6	1,25	79,1
11	Канат для перетягування	2	0	100
12	Мати гімнастичні	22	5,75	73,9
13	Палиці гімнастичні	40	12,1	69,75
14	Обручі гімнастичні	40	9,9	75,29
15	Скакалки гімнастичні	40	18,6	53,5
16	Стрічки гімнастичні	20	3	85
17	Лави гімнастичні	10	4,65	53,5
18	М'ячі набивні (вага 1 кг, 3 кг, 5 кг)	70	6,2	91,1
19	Еспандер гумовий	40	1,1	97,25
20	Гантелі розбірні	30	3,8	87,3
21	Тренажери	8	0,9	88,75

Слід відзначити, що всі загальноосвітні навчальні заклади міста мають більше одного комплексу класів. Навіть при наявності одного комплексу класів у школі доволі значна недокомплектованість приладів та обладнання, вона сягає від 10 % до 100 %.

Огляд гімнастичних приладів показав, що обладнання не обновлювали з часів заснування шкіл. У шести школах відсутні гімнастичні бруси зовсім, десять шкіл мають по одному приладу, у двох школах – по два прилади. Окремо різновисоких брусів немає. При необхідності одну жердину паралельних брусів закріплюють вище і таким чином вирішують проблему відсутності жіночого приладу. У більшості шкіл бруси вносять тільки на період уроків гімнастики, в інший час вони знаходяться в підсобних приміщеннях.

У жодній зі шкіл у період дослідження не було в залах перекладини. За словами вчителів, вона займає багато місця в залі, або знаходиться в такому стані, що небезпечно нею користуватися.

В окремих школах є пристінні перекладини, але вони входять у розбірний комплект, який використовується тільки під час проходження розділу гімнастики. Найчастіше для вивчення висів учителі користуються консольними (навісними) перекладинами, кількість яких теж не відповідає нормі. У різних школах їх максимальна кількість становить від 1 до 8 шт.

Для виконання вправ у рівновазі більшість учителів використовують гімнастичні лави, адже вісім шкіл міста зовсім не мають гімнастичних колод.

Через відсутність відповідного інвентарю у трьох школах учнів не навчають опорному стрибку. У більшості шкіл є і гімнастичний кінь (17 шт., у семи школах по 2 шт.), і гімнастичний козел (21 шт., у чотирьох школах по 2 шт.). Але шість шкіл не мають гімнастичних містків, тому повноцінно навчати опорних стрибків можуть тільки в 14 школах із 20.

Наявність гімнастичних матів у школі дає можливість не тільки проводити акробатичні вправи, а насамперед організувати безпеку дітей під час виконання вправ на приладах. Такої можливості немає в одній із шкіл. Інші школи мають від 2 до 20 матів різної кондиції. Приблизно 20 % із них можна вважати непридатними для уроків гімнастики.

В жодній із шкіл міста немає окремих канатів для перетягування. У разі необхідності знімають навісні канати. У шести навчальних закладах програму в лазінні по канату не виконують із об'єктивних причин: висота залу більше семи метрів, довжина канату п'ять метрів. У багатьох випадках відстань до підлоги більша одного метра. Щоб попередити травматизм канат не вішають.

Частково відсутність гімнастичних приладів у залах компенсує наявність нестандартного обладнання на відкритих майданчиках, у комплект яких входять паралельні бруси, перекладини різної висоти, колоди, горизонтальні та вертикальні драбини, шести. Але оскільки займатися на них можна лише в певний сезон і в гарну погоду та в період, коли за навчальними програмами проходять розділ легкої атлетики та футболу, то ці прилади в основному використовують для загальної фізичної підготовки.

Наявність у школі малого гімнастичного інвентарю дає можливість урізноманітнити загально-розвиваючі вправи, підвищити їх емоційність, використати інвентар для розвитку таких фізичних якостей, як спритність, сила, гнучкість та для проведення рухливих ігор.

Окремі школи міста Луцька незадовільно забезпечені цим гімнастичним спорядженням: вісім шкіл не мають жодної палиці та гантелей, дві школи не мають скакалок, у чотирьох школах немає набивних м'ячів і в 15 школах відсутні гімнастичні стрічки. Наявність у деяких школах 2–6 предметів теж не вирішує проблеми забезпечення класу. У такому випадку цю кількість предметів можна використати з користю, якщо урок проводити за методом колового тренування.

Анкетування вчителів підтвердило, що до занепаду гімнастики призводить передусім відсутність належної матеріальної бази, яка тягне за собою і перевантаженість залів. Застаріле гімнастичне обладнання вчителі бояться використовувати, щоб не було нещасних випадків. Недостатність приладів призводить до низької щільності уроків, втрати інтересу учнів до гімнастики.

Таким чином, аналіз матеріального забезпечення уроків гімнастики в загальноосвітніх навчальних закладах міста Луцька показав, що найменшу кількість гімнастичного обладнання мають школа-інтернат, школи № 5 та № 15. Найкраще обладнані школи № 11, № 25 та гімназія № 18. Але, як уже було зазначено вище, ні в одному із цих навчальних закладів наявна кількість гімнастичних приладів, обладнання та інвентарю не відповідає, задекларованій шкільною програмою, нормі.

Висновки. Комплектація гімнастичними приладами та інвентарем загальноосвітніх закладів міста Луцька відбувалася ще до років незалежності України. Існуюче обладнання застаріле і частина його через травмонебезпечність не придатна для користування. Площа існуючих спортивних залів та обладнання у більшості шкіл недостатня для повноцінного забезпечення навчального процесу з гімнастики. Серед міських середніх навчальних закладів найгірші можливості для проведення уроків гімнастики мають школа-інтернат, школи № 5, № 15, а найкращі – школи № 11, № 25 та гімназія № 18. Матеріальна база останніх теж не відповідає стандартним нормам.

У подальшому наше дослідження буде спрямовано на в'яснення проведення у школах різних форм роботи з гімнастики як позаурочної, так і позакласної, а також культивування спортивних та оздоровчих видів гімнастики у спортивних організаціях і товариствах міста Луцька.

Література

1. Бейлин В. Р. Спорядовая гимнастика // Физ. культура в шк.– 2007.– № 2.– С. 27–30.
2. Бейлин Р. Р., Фролова С. В. Спорядовая гимнастика // Физ. культура в шк.– 2007.– № 7.– С. 25–27.
3. Белоусов А. И. Смелость воспитывается статическими упражнениями // Физ. культура в шк.– 2007.– № 3.– С. 42–44.
4. Петренко К. Стан та шляхи розвитку спортивної гімнастики у Львівській області // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики: Зб. матеріалів II Наук.-практ. конф.– Л., 2000.– С. 42–44.
5. Програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів (1–11 класи) // Фіз. виховання в шк.– 1998.– № 2.– С. 2–24.
6. Славик М. І. Перспективи розвитку кафедри теорії і методики гімнастики у Львівському державному інституті фізичної культури // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики: Зб. матеріалів II Наук.-практ. конф.– Л., 2000.– С. 63–65.
7. Смоленский В. М. Спортивная гимнастика: Эволюция или кризис вида // Теория и практика физ. культуры.– 2005.– № 1.– С. 30–32.
8. Худолій О. М. Обґрунтування теоретичних положень системи навчання гімнастичним вправам // Теорія та методика навчання та виховання: Зб. наук. пр.– Х.: ХДПУ, 1998.– Вип. 3.– С. 3–10.

Анотації

Розглянуто проблему занепаду шкільної гімнастики. З'ясовано, що уроки гімнастики в більшості шкіл м. Луцька проводяться за спрощеною програмою або не проводяться зовсім через те, що гімнастичні прилади відсутні або непридатні для користування.

Ключові слова: *гімнастика, загальноосвітні заклади, програма, фізична культура, матеріальне забезпечення, школярі.*

Рассмотрена проблема упадка школьной гимнастики. Выяснено, что уроки гимнастики в большинстве школ г. Луцка проводятся по упрощенной программе или не проводятся совсем в связи с тем, что гимнастические снаряды отсутствуют или не пригодны для использования.

Ключевые слова: *гимнастика, общеобразовательные учреждения, программа, физическая культура, материальное обеспечение, школьники.*

The problem of decline of school gymnastics rises in the article. It is found out by authors, that lessons of gymnastics in most schools of Lutsk is conducted on the simplified program or is not conducted quite in connection with that gymnastic shells are absent or not suitable for the use.

Key words: *gymnastics, general establishments, program, physical culture, material providing, schoolboys.*