

VI Всеукраїнська науково-практична конференція  
з міжнародною участю

# ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

*Збірник наукових праць*



Полтава – 2022

УДК 37.015.31:796(062)  
П 78  
DOI: <https://doi.org/>

*Рекомендовано Вченою радою  
Полтавського національного педагогічного університету  
імені В. Г. Короленка (протокол № 12 від 21.04.2022 р.)*

**Редакційна колегія:**

*Головний редактор:* к.н. з ф.в. та с., доц. **Синиця С.В.**  
*Заступник головного редактора:* к.п.н., доц. **Даниско О.В.**  
*Члени редакційної колегії:*

**Корносенко О.К.** – д.п.н., проф.  
**Кіприч С.В.** – д.н.з ф.в. та с., проф.  
**Свертнев О.А.** – к.п.н., доц.  
**Бондаренко В.В.** – к.п.н., доц.  
**Шапаренко І.Є.** – асистент

**П 78** **Проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання спорту і здоров'я людини** : м-ли VI Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнарод. участю (21-22 квітня 2022) / голов. ред. С. В. Синиця ; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2022. 387 с.

*Збірник містить тези доповідей в яких висвітлюються результати досліджень щодо історичних аспектів розвитку фізичного виховання і спорту, інновацій у професійній підготовці майбутніх бакалаврів та магістрів фізичної культури і спорту та середньої освіти (фізична культура), шляхів удосконалення викладання спеціалізованих дисциплін та фізичного виховання у закладах освіти, проблем та перспектив підготовки спортсменів різної кваліфікації, сучасних підходів щодо впровадження рекреаційно-оздоровчих та реабілітаційних технологій, медико-біологічних засад збереження фізичного та психічного здоров'я людини, тенденцій управління і економічних перемін у фізичній культурі та спорті.*

УДК 37.015.31:796(062)  
DOI: <https://doi.org/>

**Відповідальність до достовірності та зміст опублікованих матеріалів несуть автори публікацій.**

2. Методика проведення фізичної культури в спеціальних медичних групах. (2021). Чернівці: Чернівецький нац. ун-т.
3. Теорія і методика фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи. (2004). Львів: ЛДДФК.
4. Яців Я. М., Полатайко Ю. О., Лапковський Е. Й., Дума З. В., Маланюк Л. Б., Пятничук Г. О., Синиця А. В., Хохлова Л. А. (2012). *Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах*. Івано-Франківськ: Місто-НВ.

## ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ ВИНИКНЕННЯ ПІЛОННОГО СПОРТУ

**Собко І. М.**

*Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди*

**Золотухін О. О.**

*Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця*

Сьогодні спорт характеризується такими рисами як динамічність, результативність та масовість. Разом з тим, важлива відмінна риса сучасного спорту полягає у появі безлічі нових видів, які швидко набирають популярності та відтісняють традиційні види спорту [1; 3]. Так, в Україні набирає популярності новий вид спорту – пілонний спорт. Пілонний спорт включає елементи гімнастики, акробатики і хореографії, це сукупність гімнастичних і акробатичних вправ, поданих у хореографічному стилі. Статус спорту був отриманий відносно недавно, коли було утворено першу федерацію «International Pole Sports». В даний час діє низка організацій, які об'єднують любителів пілону з різних держав, кількість їх учасників зараз значно зросла. Даний вид спорту включає в себе непрості різновиди стилів та елементів (гімнастики, акробатики та хореографії). Під час занять пілонним спортом йде правильне навантаження на всі групи м'язів: від м'язів живота та закінчуючи біцепсами. Для цього необхідно багато працювати і витримувати великі навантаження, такі як витривалість, спортивна підготовка, пластичність, координація, граціозність, акторська майстерність.

Розглядаючи літературні дані офіційних сайтів, практичну діяльність приватних клубів, академій та спортивних шкіл було виявлено, що змістом Pole Sport є демонстрація номера на спортивних снарядах під музичний супровід [8]. Дані номери включають елементи, що вимагають від тих, хто займається розвитку сили, динамічної та статичної рівноваги, гнучкості. Спортмени виступають на висоті до

4 м, без страховки. Під час виступу атлета також оцінюється складність елементів, техніка, хореографія та артистизм.

Аналіз наукової літератури показав, що проблемами розвитку фізичних якостей організму засобами пілонного спорту та повітряної акробатики займались у своїх працях Steven (2013), Драч, Цимбалюк, Собко, Велієва (2021) та ін. [1; 3; 7]. Також автори Saldana, Gavira, Oliver (2017) розглядали питання оцінки мотиваційних факторів у практиці спорту на пілоні [6].

Таким чином, Pole Sport являє собою цікаве спортивне видовище та є ефективним засобом розвитку фізичних, технічних здібностей спортсменів, оволодіння руховими діями, їх музичністю, почуття ритму, художнім смаком, даний вид спорту має свою історію розвитку, що і обумовлює актуальність дослідження.

У зв'язку з цим *метою даної роботи є визначення особливостей зародження пілонного спорту.*

Дослідження проведено згідно науково-дослідній роботі за темою кафедри олімпійського і професійного спорту, спортивних ігор та туризму Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди на 2021-2026 рр.: «Розробка і обґрунтування технологій зміцнення здоров'я і гармонійного розвитку людей різних вікових і соціальних груп» (№ держреєстрації: 0121U110053).

Незважаючи на те, що причини зародження пілонної акробатики виникли ще в XII столітті, пілонне мистецтво почало активно розвиватися лише у XXI столітті. Історія формується тільки зараз, тому що це, мабуть, наймолодше з усіх спортивних напрямків [6; 8]. Перші згадки про спорт на пілоні можна знайти у життєписі кельтів XII століття. На території нинішньої Західної Європи у Кельтській Британії існувало свято закінчення зими. Стародавні кельти відзначали прихід літнього тепла, відродження життя, і припадало це свято на 1 травня. Назву місяцю дала римська богиня весни, квітів і трав – Травня. Таким чином, зі з'єднанням кельтської традиції та давніми римськими культами, утворився травневе весняне народне свято. У селах встановлювалася дерев'яна жердина, яка прикрашалася квітами, травами та стрічками. Перші травневі жердини являли собою високі дерева, з яких обрубували суки та гілки. Мешканці в гарних святкових шатах влаштовували навколо жердини танці, ігри та змагання. Це був язичницький ритуал вихваляння родючості та відродження природи [5].

Друга гілка зародження цього напрямку танцювального мистецтва виникла в Індії, на рубежі 11-12 століть. Мистецтво Маллакхамба дуже давнє. Дослівно, мистецтво володіння вправами на жердині – Маллакхамб («гімнасти стовпа»). Різноманіття акробатичних елементів, постійно мінливі позиції, стрибки та польоти навколо стовпа нагадують звички мавпячого племені, і вважається, що міфічним засновником

Маллакхамба був сам Хануман. Сьогодні цей напрямок оформився в самостійну дисципліну, що практикується юнаками та чоловіками [8].

Існував ще один родинний попередньому напрямок, який вже більше нагадує нинішні танці на пілоні – Меластамбха («гімнасти стовпа»). Залізну жердину використовували індійські бійці у своїх тренуваннях для покращення сили, спритності, витривалості. Стовпи завжди використовувалися у вправах борців [8].

Але до більш сучасної форми Маллакхамб прийшов лише в 19 столітті. У деяких джерелах йдеться про те, що жінки в африканських та індійських племенах застосовували жердину або пілон у своїх ритуальних танцях, але потім у танцях біля жердини з'явився і духовний характер [8].

Офіційно вважають, що спорт на пілоні – в тому вигляді, в якому ми його знаємо, – зародився у 1980-х роках у Канаді. Пізніше швидко почав набирати темпи США, потім з'явився в Австралії, Європі, Китаї. Що стосується вправ на полотнах, трапеціях та кільцях, циркові акробати успішно перейняли весь накопичений досвід. Спортсмени вдосконалили техніку володіння власним тілом на пілоні, розробили безліч трюків, які сьогодні широко використовують в повітряній акробатики, і у пілонному спорті [8].

Станом на лютий 2022 року, спорт на пілоні представлений у міжнародних та національних федераціях або як самостійний вид спорту, або як спортивна дисципліна, що входить у вид спорту, наприклад, спорт на пілоні, є однією з дисциплін повітряної атлетики.

Сучасний танець на пілоні має кілька напрямків, найвідомішими з яких стали Pole Sport (Pole Fitness) та Pole Art (Артистик).

У напрямку «Pole sport» спортсмени віддають пріоритет трюкам на силу. Найчастіше на змаганнях прописані обов'язкові елементи кожної категорії (аматори, майстри). Виступ може містити танцювальну частину, але вона найчастіше не пріоритетна, а лише розбавляє виступ. В цій дисципліні образ не відіграє головну роль. Зовнішній вигляд спортсмена достатньо нейтральний. Співвідношення трюків до виступу близько 70% на 30% [3; 4].

Артистичний танець (Pole Art) – дуже цікавий напрямок [танцювально-цирково] діяльн з акцентом на образ виконавця. У даній категорії важливо наголосити індивідуальність та задум танцюриста. Відмінна риса даної категорії в наявності образу. Виконавцю необхідно розкрити сюжетну лінію за допомогою різноманітних засобів: хореографії, трюків, костюма, зачіски, аксесуарів, гриму. На відміну від спортивної категорії, в «Артистиці» немає обов'язкової таблиці елементів. У рівному ступені вітаються як силові, динамічні елементи, так і хореографічні. Співвідношення трюків до виступу 50% на 50%. Загалом виступ учасника даної категорії має бути видовищним та

викликати емоції у глядача. В обох напрямках повинні бути відсутні рухи, що підкреслюють сексуальну привабливість спортсмена. У разі додавання подібних елементів до номера, учасника змагання можуть дискваліфікувати [2; 3].

Pole Sport, як вид спорту, зародився в Канаді у 1980-х роках. У 2009 році відкрилась Міжнародна федерація Pole Sport IPSF. У 2012 році пройшов перший чемпіонат світу.

Перспективи подальших досліджень будуть спрямовані на аналіз організаційної діяльності «Федерації Pole Sport і повітряної акробатики України».

#### **Список використаних джерел:**

1. Драч Т., Цимбалюк О. Вплив занять пілонним спортом та повітряної акробатики на загальний фізичний стан виконавців. *Молодий вчений*. 2021. № (95), 6-8. <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2021-7-95-2>.
2. Олейник Г. А. Танец на пилоне: Учебное пособие. Одеса, 2017. С. 175
3. Собко І. М., Велієва А. Р. Методика розвитку фізичних якостей спортсменок, які займаються пілонним спортом (Pole Sport). *Технології збереження здоров'я, реабілітація і фізична терапія. Збірник статей XIV міжнародної наукової конференції*, Харків, 2021. С. 131–138.
4. Dale J. P. The future of pole dance. *Australasian Journal of Popular Culture*. 2013. № 2(3). С. 381–396.
5. Kartali I. Pole-dance fitness. *Maidenhead: Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd.*, 2018. 417 p.
6. Saldana C. G., Gavira J. F., Oliver A. J. Evaluation of motivational factors in the practice of pole sport: preliminary validation. *Revista de psicologia del deporte*. 2017. № 26. С. 62–67.
7. Santos S. Simply Circus. *Introduction to Rigging Lyras and Trapeze Bars. Simply Circus, Inc.* 2013. P. 34-43.
8. Ukrainian Pole Sport&Aerial Acrobatics Federation. URL: <https://www.polesportua.org/sport-na-piloni>

## **КОМП'ЮТЕРНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК ВАЖЛИВА СТРАТЕГІЯ МОДЕРНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ**

**Согоконь О. А., Гайдар А. Ю.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка*

Інтеграція та глобалізація соціальних, економічних і культурних процесів, які відбуваються в Україні, перспективи розвитку національної освіти на найближче десятиліття вимагають оновлення системи освіти. Це примушує змінювати та переосмислювати всі фактори, від яких залежить якість навчально-виховного процесу: