

**ПУТЯТИНА Г.М.**, к.фіз.вих., доцент  
**ДОРОФЄЄВА Т.І.**, к.фіз.вих., доцент

*Харківська державна академія фізичної культури, м. Харків*

## **ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ДОЗВІЛЛЯ ПІДЛІТКІВ 13-14 РОКІВ ЗАСОБАМИ МАУНТИНБАЙКУ**

**Анотація (мовою статті).** У даній статті обґрунтовується ідея про використання маунтинбайку, як дієвої форми організації дозвілля підлітків у клубах за місцем проживання.

**Ключові слова:** рекреація, дозвілля, підлітки, маунтинбайк.

**Вступ.** Корінні зміни в політичній, соціальній і особливо економічній системах суспільства, які відбуваються в даний час в Україні, призвели до істотних змін у сфері фізичної культури та спорту. Значно розширюється вибір напрямів і форм роботи, в залученні і використанні фінансових, матеріальних, трудових ресурсів у цій сфері. Це створює умови для підвищення ефективності діяльності фізкультурно-спортивних організацій, які задовольняють потреби населення у фізкультурно-оздоровчих і спортивних послугах.

У сучасному світі відпочинок, рекреація, туризм, оздоровлення – є найвищою соціальною цінністю. Тому за останні кілька десятиріччів у світі поступово зростає значення різних форм рекреації [1, 3, 4]. Це пов'язано в першу чергу із значним зростанням доходів населення економічно розвинутих країн, зростанням загальноосвітнього рівня людей, розвитком транспортного сполучення. Крім того, індустріальний розвиток цивілізації, забруднення екологічних систем навколо великих промислових районів, збільшення психологічного навантаження на людину через прискорення темпу життя, змушує все більшу кількість людей шукати відпочинок та оздоровлення в використанні різних доступних форм.

**Мета дослідження** – визначення організаційно-педагогічних умов дозвілля підлітків 13-14 років засобами маунтинбайку за місцем проживання.

Для досягнення поставленої мети використовувалися наступні **методи дослідження**: теоретичний аналіз і узагальнення науково-дослідної літератури; організаційний аналіз, опитування.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Маунтинбайк входить до програми Олімпійських ігор з 1996 року (Ігри XXVI Олімпіади в Атланті). Основні центри розвитку маунтинбайку в Україні – Харків, Донецьк, Луганськ, Київ, Львів. На даний час у зв'язку з постійним зростанням спортивних результатів, конкуренцією, що загострилася на змаганнях різного рівня у велосипедному спорті (зокрема маунтинбайку), проблема вивчення організаційно-педагогічних умов дозвілля дітей засобами маунтинбайку, стає актуальнішою.

Життєдіяльність сучасних підлітків гранично насичена й суворо регламентована, а тому вимагає великих витрат фізичних, психічних та

інтелектуальних сил. На цьому тлі дитяче дозвілля, яке здійснюється переважно на основі ігрової діяльності, допомагає зняти напругу. Саме в рамках дозвільного часу відбувається відновлення і відтворення втрачених сил, тобто, реалізується рекреаційна функція.

Більш того, закладене від природи прагнення людини до отримання задоволення також переважно реалізується в сфері дозвілля. Діти, підлітки та юнаки отримують насолоду від найрізноманітніших дозвіллевих занять: ігри і перемоги в ній; впізнавання нового і можливість творити на цій основі модель літака. Іншими словами, дитячому дозвіллю властива гедоністична функція.

Уся спортивна і фізкультурно-оздоровча робота серед дітей, підлітків і дорослих проводиться на спеціально обладнаних дитячих майданчиках, спортивних базах шкіл та інших закладів і організацій, що мають у своєму розпорядженні спортивні споруди.

Сьогодні у багатьох містах створюються багатoproфільні клуби. Часом вони займають цілі поверхи житлових будинків. Тут обладнуються приміщення для юних техніків, натуралістів, художників, зали настільного тенісу і боротьби, плавальні басейни, тренажерні та ігрові зали. Щоденно такі клуби, створені за принципом культурно-спортивних комплексів мікрорайону, збирають сотні мешканців. Клуби відвідують не тільки діти, а й дорослі. Діти тут засвоюють ази акробатики, гімнастики, тенісу, боксу, плавання, а дорослі займаються у групах здоров'я. У роботі за місцем проживання широко використовуються паркові зони, природні умови, "стежки здоров'я".

В Україні велосипедний спорт дуже популярний. Людей, які займаються однією з велосипедних дисциплін, величезна кількість. Але, насправді, цей спорт в Україні з'явився недавно, а підлітки та діти займаються велоспортом і того менше. Все почалося з того, що у продажу з'явилися перші гірські велосипеди. В цей час спортсмени знали одну єдину дисципліну – крос-кантрі. Крос-кантрі – це звичайна їзда не по дорогах, катання в лісі або горах. Багато екстриму тут не знайдеш, але раніше і слово «екстрім» знали не всі. Для різноманітності спортсмени, які спеціалізуються в гонках на шосе у підготовчій період тренуються на гірських велосипедах [6].

Потім це були діти заможних батьків. І, врешті-решт, гірський велосипед став доступний більшості громадян. Через деякий час з'явилася нова дисципліна – даунхіл, яка перевернула всі велосипедні правила і традиції. Спортсмени-даунхилльщики на швидкість і час спускаються з горба, гори або іншого схилу. Даунхіл перекладається як «швидкісний спуск». А всього 11 років тому даунхіл був визнаний самим екстремальним видом спорту з усіх існуючих. Правда, за 11 років даунхіл давно втратив цю лідируючу позицію. Основна проблема даного спорту – вартість велосипеда. Вартість професійного велосипеда для швидкісного спуску – близько 2 тис. доларів, для підлітків і дорослих – 4 тис. доларів. Також набрала популярність і набирає така дисципліна, як дьорт. Дьорт або дьорт-джампінг – це стрибки на трамплінах, які вириваються прямо в землі. Спортсмени розганяються в лісі, вилітають вгору на трамплінах і роблять різні акробатичні трюки і фігури. Зараз в Україні

розвивається більше десяти спортивних дисциплін, пов'язаних з маунтинбайком.

Маунтинбайк – (англ. mountain – гора, bike - велосипед) – різновид велосипедного спорту, змагання на горних велосипедах. Перший турнір з маунтинбайку відбувся в США у 60-ті рр. XX ст. На Іграх в Атланті відбувся олімпійських дебют кросових змагань велосипедистів на маунтинбайках. Слід зазначити, що останні три десятиліття в різних країнах, особливо в Європі та Північній Америці, спостерігається значний зріст популярності маунтинбайка. Найбільш успішно на змаганнях з даного виду велосипедного спорту виступають представники Італії, Нідерландів, Франції, Іспанії, Швейцарії, Германії, США, Канади.

Певного розповсюдження даний вид спорту за напрямом масовості набуває в Україні та її регіонах, зокрема серед контингенту підлітків 13-14 років [2]. Кількість дітей та підлітків, які займаються даним видом велосипедного спорту за останні п'ять років зросла на 19 % [6].

У результаті проведених досліджень встановлено, що вдосконалення маунтинбайку як виду спорту тісно пов'язане з сукупним впливом соціальних умов суспільства і з закономірностями розвитку цього виду спорту в світу. У процесі систематизації факторів встановлено, що процес розвитку виду спорту являє собою складну систему компонентів. Ця система має ієрархічну підпорядкованість, де збільшення або зниження ефективності одного з компонентів впливає на ефективність всієї системи в цілому. Детальний аналіз співвідношення факторів розвитку на кожній стадії свідчить про зміну домінуючої ролі того чи іншого чинника розвитку виду спорту. Складовими компонентами цього процесу є :

- роль держави;
- розвиток інфраструктури;
- розширення географії;
- розвиток дитячо-юнацького велосипедного спорту;
- створення самостійної системи маркетингу;
- створення сприятливого інвестиційного клімату;
- впровадження сучасних технологій організації спортивних змагань;
- впровадження сучасних технологій організації тренувального процесу;
- збільшення ролі і впливу міжнародної системи організації маунтинбайку.

Останні десятиліття в Україні позначені суттєвими політичними, економічними, соціальними змінами, які вражають своєю масштабністю, драматизмом та глибиною суперечностей. Складний період реформування країни супроводжується процесами трансформації у системі освіти, культури, фізичної культури та спорту, охорони здоров'я, соціального забезпечення.

Як свідчать дослідження О. Безпалько, І. Зверевої, А. Капської, Ж. Петровича спостерігається різке зниження виховного впливу сім'ї та спільноти та їх ролі на процес соціалізації дітей, зниження можливостей

виховання дітей у позанавчальний час, байдужість дорослих до проблем дітей, що призводить до:

- утворення неформальних асоціальних молодіжних угруповань;
- зростання кількості дітей з девіантною поведінкою;
- раннє зловживання алкоголем та наркотиками;
- масова бездоглядність неповнолітніх;
- соціальна самотність.

Клуби за місцем проживання мають займати дозвілля дітей та молоді в позаурочний час, навіть якщо останні прийшли просто поспілкуватися з однолітками [5]. Такі заклади частіше за все відвідують діти та молодь, яких не беруть до професійних студій через відсутність таланту, фізичні дані чи матеріальні можливості родини. Між тим вони можуть навчатися того ж виду творчості, що в професійних студіях, гуртках тощо. Оскільки клуб розташований в межах мікрорайону, то підліток може дістатися туди в будь-який час без батьків. Це місце забезпечення дозвілля не лише дітей, а й молоді. Клуб має бути доступний дітям і молоді, і в ідеалі заняття в ньому мають бути безкоштовні.

Особливості процесу дозвіллевої соціалізації дітей та молоді в умовах клубного об'єднання за місцем проживання полягають у тому, що вони мають право вибору найбільш вагомої для них справи; розширяють спектр видів своєї діяльності як основи для здобуття життєво важливих знань, умінь і навичок; виконують стійкі соціальні функції представників тієї чи іншої організації, асоціації, гуртка тощо, чим стимулюють процес свого самовизначення та самореалізації.

Діяльність клубів за місцем проживання сприяє творчій самореалізації молодої людини, розвитку її фізичних і духовних якостей, формуванню здорового способу життя, має запобігати проявам асоціальної поведінки дітей та підлітків, негативним явищам у молодіжному середовищі. Тож клуби за місцем проживання є важливими інструментами реалізації молодіжної політики. А маунтинбайк є дієвим засобом організації дозвілля підлітків, про що підтвердили 77 % респондентів.

### **Висновки.**

1. Важливою рекреаційною формою організації дозвілля дітей та підлітків сьогодні є дитячі фізкультурно-оздоровчі та спортивні установи призначені для відпочинку і оздоровлення дітей. Однією з таких є клуби за місцем проживання з організацією спортивних секцій з різних видів спорту. Саме вони поєднують основні завдання рекреаційної, дозвіллевої та спортивної діяльності.

2. На сьогодні маунтинбайк в Європі і особливо в Америці колосально популярний, що підтверджується великою кількістю змагань. В країнах створюються певні матеріально-технічні умови, що забезпечують умови для занять, спонукають дітей до щоденних тренувань, дають можливість молоді самореалізуватися.

3. Під час занять маунтинбайком, якщо фізичне навантаження не перевищує фізіологічно допустиму норму в організмі підлітка, відбувається ряд

адаптаційних процесів, які допомагають йому пристосуватися до умов регулярного фізичного навантаження, особливо в видах на витривалість.

**Перспективи подальших досліджень** у даному напрямку полягають в обґрунтуванні різних форм рекреаційної роботи з дітьми та підлітками.

**Список використаної літератури.**

1. Гудзь П.В. Економічна ефективність використання природних рекреаційних ресурсів // Регіональна економіка. - 2000. - № 4. - С.148-155.

2. Кравченко Д. Організаційні умови розвитку маунтинбайку в Харківському регіоні / Д. Кравченко // Стратегічне управління розвитком галузі «Фізична культура і спорт»: Матеріали II регіональної науково-практичної інтернет-конференції з міжнародною участю, 14 травня 2013 року. – Харків, 2014. – С. 82 – 86.

3. Кривачук Л.Ф. Державна молодіжна політика з питань неповнолітніх в Україні (державно-управлінський аспект) : [монографія] / Л.Ф. Кривачук. - Львів : ЛДФА, 2009. - 240 с.

4. Круцевич Т.Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення : навч. посібник / Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. - К. : Олімп. література, 2010. - 248 с.

5. Малков Д.Ю. Соціально-педагогічні умови забезпечення соціалізації підлітків у клубних об'єднаннях за місцем проживання. Наукові записки: Зб. наук. статей НПУ імені М.П. Драгоманова / Укл. П.В.Дмитренко, Л.Л. Макаренко. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2005. – Випуск LIX (59). - С. 103-110.

6. Пруднікова М.С. Вплив тренувального процесу на морфофункціональні показники юних велосипедистів 13-14 років (на матеріалі велосипедного мотокросу) / М.С. Пруднікова // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Х.: 2012. – №4. – С. 91–96.