

РОЗВИТОК РОЛЕР СПОРТУ В УКРАЇНІ

Доповідач: Дробницький А.Д., студент групи М-23

Науковий керівник: Бойко В.М., старший викладач кафедри фізичного виховання

Спорт – це не тільки засіб оздоровлення людей, досягнення результатів, перемог, але й змога активно проводити дозвілля. Протягом останніх 10 років у світі виникло багато нових видів спорту, які стають все більш популярними. Прикладом цього є і ролер спорт. Цей вид спорту виник і став поширюватися зовсім недавно. В останні роки він активно розвивається не тільки в Європі, Америці, Азії, але й в Україні.

Ролер спорт в нашій країні не є ще досить масовим, але прихильників цього виду спорту стає все більше, зокрема серед молоді. Великий вибір рухових дій і методів їх застосування, що складають зміст ролер спорту, дозволяє цілеспрямовано впливати на розвиток всіх основних функцій організму, розвивати координаційні здібності, підіймати життєвий тонус. Завдяки емоційності та в деякому сенсі екстремальності, зацікавленість студентської молоді ролер спортом зростає, чим і зумовлена *актуальність* нашого дослідження.

Об'єктом дослідження в нашій роботі став розвиток ролер спорту як в Україні, так і за її межами та його вплив на фізичний стан організму людини.

Мета роботи полягає в тому, аби ознайомити більше людей з цим новим видом спорту, показати тенденцію збільшення кількості ролерів в Україні за останні 7 років, показати сприятливий вплив на організм і здоров'я людини, яка займається ролер спортом.

Зі створенням Української федерації роликового спорту, яка функціонує з 27 серпня 2007 року, в ролер спорті ведеться розвиток таких напрямків:

- СПІДСКЕЙТИНГ - швидкісний біг, який є одним із найпопулярніших та найстаріших видів ролерного спорту;
- СЛАЛОМ – катання між фішками із виконанням складних художніх елементів;
- ІНЛАЙН ХОКЕЙ – хокей на роликах;
- ФРІСКЕЙТИНГ - різні види стрибків, трюків, ігрові дисципліни;
- АРТИСТИК - фігурне катання на роликівих ковзанах.

Федерація, яку очолює майстер спорту СРСР міжнародного класу зі швидкісного бігу на ковзанах, багаторазовий чемпіон України, СРСР та міжнародних змагань Олександр Симоненко, за свій термін існування досягла багатьох успіхів: створила осередки та федерації в інших містах України, клуби та школи, регулярно проводить заходи та змагання різного рівня. Одним з таких є традиційний «КИЇВСЬКИЙ РОЛЕР МАРАФОН», який збирає більш ніж 500 учасників з різних країн світу - Німеччини, Росії, Білорусії, Естонії, Латвії, Чехії, Словаччини та інші.

На першому етапі нашого дослідження було виявлено як впливає ролер спорт на розвиток функціональних можливостей людини. Можна виділити загальні групи м'язів, які розвиваються при заняттях: литкові, стегнові м'язи, м'язи стопи, сідниць, рук, а також поперекові м'язи та м'язи пресу. Як було сказано, ролер спорт поділяється на декілька дисциплін. Тож займаючись слаломом, укріплюється робота вестибулярного апарату, серцево-судинної системи, покращується та виробляється рівновага через виконання ролером кругових вправ тощо; займаючись фріскейтингом, розвивається витривалість, більший розвиток мають стегнові м'язові масиви, а також литкові м'язи через виконання ролером стрибкових вправ у висоту, або в довжину, вільне катання та ін; спідскейтингом – до розвитку всього вище сказаного додається поліпшення координації, розвиток дихальної системи через бігові вправи спортсмена (ролера). Сюди слід додати, що заняття ролер спортом формують у людини правильну осанку через постійне напруження м'язів спини, а також те, що катання в помірному темпі дозволяє людині витратити 350-450 кілокалорій за годину, а при швидкому катанні та напружених тренуваннях – 800-900 кілокалорій.

На другому етапі дослідження ролер спорту було виявлено, що кількість людей, які займаються та є зацікавленими у ньому виросло в декілька разів. За останні 7 років в Україні в цілому кількість ролерів збільшилася в десятки разів. На прикладі нашого міста 7 років тому, в Сумах було всього 2 ролери, зараз же їх кількість виросла приблизно до 100 чоловік, які займаються цим видом спорту професійно, а кількість зацікавлених у ньому зараз набагато більша.

Причинами збільшення кількості спортсменів можуть бути наступні: надання умов для тренувань, створення ролердромів, проведення спортивних заходів, зборів, спортивних змагань на

місцевих ролердромах, обладнаних доріжках в парках, створення ролер шкіл тощо.

На основі соціологічного опитування було виявлено, що 25% ролерів – діти, 65% - це люди віком від 17 до 30 років, та 10% - це люди, старші 30 років, а це значить, що найголовнішою причиною збільшення кількості ролерів є те, що ролер спорт – насамперед, молодіжний вид спорту.

Висновки:

Таким чином, можна зазначити, що популярність ролер спорту в Україні невинно зростає та ведеться розвиток таких напрямків як: слалом, фріскейтинг, спідскейтинг, інлайн хокей та ін. Розвиток цього виду спорту врегульовано Українською федерацією ролер спорту, що виводить ролер спорт в нашій країні на новий рівень.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Детская академия роллер спорта [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.miniroller.ru/selftutor/2-uncategorised/47-state1.html>
2. Лейкин А.Л. Роликобежный спорт [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://gatchina3000.ru/great-soviet-encyclopedia/bse/097/532.htm>
3. Материал из Википедии [Электронный ресурс]. – Режим доступа:http://ru.wikipedia.org/wiki/Катание_на_роликовых_конька

Науково-теоретична конференція викладачів, аспірантів, співробітників та студентів кафедри фізичного виховання і спорту : тези доповідей, м. Суми, 25 квітня 2013 р. / Відп. за вип. А.Є. Шепелев. - Суми : СумДУ, 2013. - С. 23-26.