

Гацко О.В., Соляник Т.В.	
СТАВЛЕННЯ СУЧASНИХ СТУДЕНТІВ ДО ОЗДОРОВЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ .....	54
Дерека Т.Г., Туманова В.М.	
ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ: СУЧASНИЙ ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД ДЛЯ УКРАЇНИ .....	60
Зеленюк О.В., Чекмар'єва В.В., Бикова Г.В.	
ОЗДОРОВЧО-ПРОФІЛАКТИЧНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ (ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ) .....	66
Іскра У.В., Палуб Р.В., Павлюк А.А.	
ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО ТА ДІЄВОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВ'Я У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВНЗ .....	72
Єретик А.А., Тупиця Ю.І.	
ОСНОВА ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ .....	82
Кобеньок Г.В., Яценко С.П.	
ЕКОЛОГІЧНІ СТЕЖКИ ЯК ОСОБЛИВИЙ ВІД ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ .....	87
Кожанова О.С., Косік Н.Л., Косік М.С.	
ІСТОРИКО-СОЦІАЛЬНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ДЬОРТ-ДЖАМПІНГУ В УКРАЇНІ .....	96
Кожанова О.С., Гнотова Н.П., Гнотов Є.І.	
ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ШВИДКІСНИХ ЗДІБНОСТЕЙ В УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ ПІД ЧАС ГРИ У ВОЛЕЙБОЛ .....	103
Колумбет О.М.	
АНАЛІЗ ВІДНОШЕННЯ МАЙБУТНІХ ДИЗАЙНЕРІВ ДО СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ У ВНЗ .....	110
Лахтадир О.В., Євдокимова Л.Г., Коротя В.В.	
ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ І ЧИННИКИ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ ПЕДАГОГІЧНОГО ПРОФІЛЮ .....	115
Лопатенко Г.О.,	
SPORT PRODUCT FROM A MARKETING POINT OF VIEW .....	122

УДК 796.011:37

**Кожанова О.С.,**

старший викладач кафедри фітнесу та рекреації  
 Факультету здоров'я, фізичного виховання і спорту  
 Київського університету імені Бориса Грінченка,  
 кандидат наук з фізичного виховання та спорту,  
 майстер спорту України з художньої гімнастики

**Косік Н.Л.,**

старший викладач кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту  
 Факультету здоров'я, фізичного виховання і спорту  
 Київського університету імені Бориса Грінченка

**Косік М.С.,**

старший викладач кафедри фізичного виховання і педагогіки спорту  
 Факультету здоров'я, фізичного виховання і спорту  
 Київського університету імені Бориса Грінченка

## ІСТОРИКО-СОЦІАЛЬНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ДЬОРТ-ДЖАМПІНГУ В УКРАЇНІ

У проведених дослідженнях були виявлені передумови формування дъорт-джампінгу та його особливості розвитку в сучасному світі, проблеми та фактори, що регламентують ефективність розвитку дъорт-джампінгу в Україні як екстремального виду спорту. Були визначені компоненти та динаміка набуття популярності дъорт-джампінгу в Україні, зокрема у Києві.

**Ключові слова:** дъорт-джампінг, екстремальний вид спорту, реїдер, BMX-велосипеди, трюки.

**Постановка та обґрунтування актуальності проблеми.** Існує багато видів активної фізичної діяльності, які поєднують у собі сукупність навичок володіння своїм тілом, що в потрібну мить можуть знати застосування в будь-якій життєвій ситуації [2].

Дъорт (англ. dirt — земля, багно) — спеціалізована траса для катання на BMX велосипедах або спеціалізованих гірських велосипедах у стилі дъорт-джампінг (dirtjumping — стрибки в багні). Це стиль катання, головною особливістю якого є трюки. Для зльоту використовуються земляні насипи-трампліни (радіуси), побудовані спеціально для дъортових велосипедів. Частіше дъорт є серією трамплінів, які йдуть один за одним і розташовані таким чином, що велосипедист

ля приземлення з одного трампліну, потрапляє до місця вильоту з наступного. Рейдери набирають швидкість лише на самому початку та використовують її для зльотів протягом усієї серії трамплінів [1, 4].

Дъорт-джампінг — це не тільки вид фізичної дисципліни, а й стиль життя людей, які займаються культурою вільно пересуватися по місцевості. Немає меж, а є лише перешкоди, будь-яку з яких можна подолати. Зародившись у Каліфорнії в 80-х роках ХХ століття, дъорт-джампінг стає все більш популярним захопленням у всьому світі, в тому числі в Україні. Усе більше молодих людей починає захоплюватися мистецтвом вільного пересування на велосипедах, розвиваючи свої фізичні здібності та постійно удосконалюючи техніку рухів: бігу, стрибків, ходьби, лазіння, роботи над балансом та рівновагою та підняттям тяжких предметів. Подолання перешкоди на шляху потребує значної фізичної підготовки для того, щоб зробити це максимально швидко та безпечно [5, 9, 10].

Формування вміння рухатися, доляючи перешкоди майстерно, розвиваючи свої вміння та навички, допомагає людині опанувати себе, навчаючи такі якості, як: стриманість, порядність, кмітливість, сміливість, швидке орієнтування на місцевості тощо. Тому дослідження достатньо нової дисципліни у сфері фізичного виховання є актуальним завданням сьогодення.

Мета цієї роботи — дослідити історико-соціальні аспекти розвитку дъорт-джампінгу в Україні.

**Виклад основного матеріалу з обґрунтуванням отриманих результатів.** Проаналізувавши історію виникнення дъорт-джампінгу можна зробити висновок, що перші кроки у розвитку BMX-культури простежити складно, але швидше за все почала вона зароджуватися ще наприкінці ХХ століття. Справедливо вважати, що перші BMX-гонки зародилися в Голландії. До нас дійшли фото одних з найбільш ранніх змагань у середині і наприкінці 50-их рр. — задовго до буму BMX в Каліфорнії (США) [1, 6].

Існують такі стилі екстремального катання на MTB і BMX, які поєднують екстремальні спортивні дисципліни (4x, ds, bmx-race, dh) і спортивні дисципліни (шосе: mtb xc) [7].

На сьогодні зроблений значний успіх в організації та проведенні змагань, популяризації дъорт-джампінгу серед невеликої кількості населення, Зокрема, у Дніпропетровській області у 2010 році було засновано Федерацію екстремального велоспорту. Але її функціонування не поширяється на столичний територіальний простір та райони інших областей нашої країни. Вважаємо, що на даному етапі розвитку дъорт-джампінгу в Україні важливо, щоб цей вид екстремального спорту став офіційною

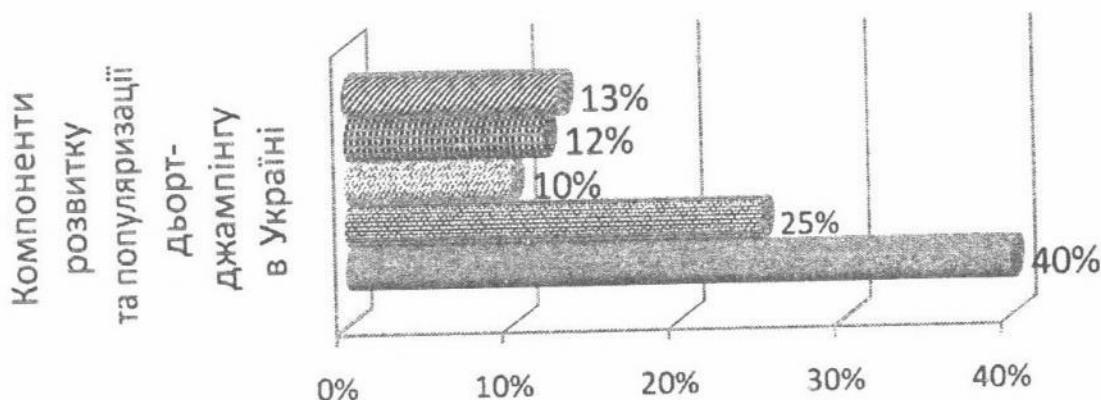
спортивною дисципліною. Таким чином можна буде отримувати додаткову фінансову державну підтримку для того, щоб облаштувати тренувальні майданчики та закупити необхідний інвентар [8].

За результатами анкетного опитування експертів, що беруть участь в організації змагань з дъорт-джампінгу в Україні, було встановлено, що всі респонденти одностайно оцінюють ситуацію становлення екстремальних видів велоспорту в Україні взагалі та дъорт-джампінгу зокрема наразі незадовільно. Підтримки з боку державних органів управління ніякої, лише велике прагнення заробити на цьому грошей, а в деяких випадках навіть перешкоджають здійснювати будь-які належні заходи.

Стосовно міркувань щодо стану розвитку такого виду спорту, як дъорт-джампінг в інших країнах світу, було визначено, що, на відміну від України, спостерігається достатньо високий рівень його функціонування, бо простежується піклування з боку держав про стан самих фігур, на яких будуть кататися рейдери, про їх безпеку, фінансову підтримку проведення змагань тощо. Звичайно, масштаби таких змагань, місця для тренувань, кількість учасників досить відрізняються. Вважається, що широко розповсюджений дъорт-джампінг в Іспанії, а саме у Барселоні, на даний момент туди приїжджають «покататись» рейдери з різних куточків світу, тому що там один із найкращих байк-парків, який підтримується як рейдерами, так і державними органами управління.

Для поширення цього виду спорту серед населення та приросту рівня професіоналізму молодих спортсменів респонденти вважать цільним втручання державних органів управління шляхом підтримки та фінансування їх діяльності; визнати дъорт-джампінг офіційною спортивною дисципліною та внести до програм спортивних змагань, що дозволить привернути увагу спонсорів і тим самим забезпечити матеріально-технічну та фінансову підтримку; створити єдиний інформаційний простір, що вдосконалить пошук інформації щодо методів тренувань, місць тренувань тощо; проведення наукових досліджень з дисципліни, що збільшить зацікавленість людей та запустить механізми створення та написання науково-методичної літератури; проводити якомога більше показових та змагальних виступів, що буде сприяти популяризації цього виду спорту (рис. 1).

За результатами анкетування спортсменів-рейдерів міста Києва, які приймають участь у змаганнях з дъорт-джампінгу, встановлено, що причинами, що спонукають їх до заняття, стали, по-перше, велике заневолення від того виду діяльності, яким вони займаються, по-друге, хоплюючі відчуття польоту, до яких хочеться весь час повернутися, по-третє, видовищність самого виду спорту.



- проведення показових виступів і змагань
- проведення наукових досліджень
- єдиний інформаційний простір
- окрема спортивна дисципліна
- підтримка державних органів управління

*Рис. 1. Співвідношення компонентів розвитку та популяризації дъорт-джампінгу в Україні за результатами опитування експертів міста Києва (n=15)*

Серед респондентів більшість за своє спортивне життя не отримували тяжких ушкоджень під час тренувань та показових виступів та змагань. Співвідношення отриманих травм залежить, на їх думку, від рівня підготовленості рейдера, стану відповідного устаткування та психолічних характеристик участника. Найбільш розповсюдженими травмами вважаються пошкодження суглобів — у 10 % випадків, розтягнення зв'язок — 54 %, вивихи — 20 %, переломи кісток — 16 % (рис. 2).



*Рис. 2. Співвідношення випадків травмування при заняттях дъорт-джампінгом на думку спортсменів-рейдерів м. Києва (n=20)*

На ймовірність перешкоджання тренуванню чи виступу у дъорт-жампінгу погодних умов чи пори року спортсмени-респонденти одно-також не зважають. Це свідчить про велике завзяття та інтерес з боку ірихильників цього екстремального виду рухової діяльності.

Таким чином, на думку експертів-респондентів, система розвитку, допуляризації та тренувань спортсменів, які спеціалізуються у дъорт-жампінгу в Україні, потребує уваги та якнайшвидших зрушень.

### **Висновки.**

1. З аналізу науково-методичної літератури було встановлено, що перші кроки у розвитку BMX-культури були зроблені ще наприкінці ХХ століття. Перші BMX-гонки зародилися в Голландії. Однак дійшли фото одних з найбільш ранніх змагань у середині і наприкінці п'ятдесятих — задовго до бума BMX в Каліфорнії (США). Dirt jumping — («стрибки в багні») — стиль катання, головною особливістю якого є трюки. Для зльоту використовуються земляні насипи-трампліни (радіуси), побудовані спеціально для дъортових велосипедів.

2. Було встановлено, що спортсменам-початківцям потрібно звернути увагу на комплекс вправ, які допоможуть уникнути травмування та засвоїти практику безпечного приземлення. Внутрішнє налаштування на успіх та зосередження на своїх можливостях прискорить досягнення професійного рівня підготовки. Важливо зосереджуватись не на швидкості досягнення результатів, а на подоланні перешкод й відкритті нових можливостей у фізичній підготовці та психологічному стані.

3. На сьогодні функціонування ФЕВу не поширюється на столичний територіальний простір та райони інших областей нашої країни, окрім Дніпропетровська. За результатами анкетного опитування ( $n=15$ ) було встановлено, що на думку всіх експертів в розвитку дъорт-жампінгу в Україні важливо, щоб цей вид екстремального виду спорту став офіційною спортивною дисципліною (25 %) та мав підтримку з боку державних органів управління (40 %).

4. За результатами анкетування спортсменів-рейдерів міста Києва ( $n=20$ ), які приймають участь у змаганнях з дъорт-джампінгу, було встановлено, що причинами, що спонукають їх до заняття, стали, по-перше, велике задоволення від того виду діяльності, яким вони займаються, по-друге, захоплюючі відчуття польоту, до яких хочеться весь час поверватися, по-третє, видовищність самого виду спорту. Співвідношення найбільш розповсюджених травм ( $n=10$ ): пошкодження суглобів — у 10 % випадків, розтягнення зв'язок — 54 %, вивихи суглобів — 20 %, переломи кісток — 16 %.

**Перспективи подальших досліджень.** У результаті проведеного дослідження для продовження розвитку і популяризації дъорт-джампінгу на території України можна запропонувати наступні рекомендації:

- успішна реформа Міністерства молоді та спорту України прискорить темпи розвитку та поширення серед мас населення нових дисциплін фізичної діяльності, які справляють позитивний вплив на виховання молоді;

- визнання дъорт-джампінгу на світовому рівні прискорить поширення дисципліни фізичного та духовного розвитку на місцевих та міжнародних рівнях, що дасть поштовх для створення і об'єднання у групи молодих людей для подальшого спільноготренування;

- визнання дъорт-джампінгу офіційною спортивною дисципліною та внесення до програм спортивних змагань дозволить привернути увагу спонсорів та забезпечить матеріально-технічну базу для заняття цим видом екстремальної рухової активності;

- створення єдиного інформаційного простору, що вдосконалить пошук інформації щодо методів тренувань, місць тренувань, оптимізує роботу соціальних мереж, де інформація буде викладена в доступному вигляді;

- проведення наукових досліджень збільшить зацікавленість людей до даної дисципліни та запустить механізм створення та написання науково-методичної літератури;

- проведення щорічних показових та змагальних виступів сприятиме популяризації серед молоді дъорт-джампінгу та приверне увагу державних органів управління до нагальної потреби створення умов для розвитку даної дисципліни.

## ДЖЕРЕЛА

1. Dirt Jumping [Електронний ресурс]. — Режим доступу: [https://en.wikipedia.org/wiki/Dirt\\_jumping](https://en.wikipedia.org/wiki/Dirt_jumping)
2. Dirtjumping: Culture, History, Types of Jumps [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <https://spotsport.wordpress.com/.../dirt-jumpingculturehistorytypes-of-jumps/>
3. Лопес Б. Мастерство езды на маунтинбайке [Електронний ресурс] / Брайан Лопес, Ли Маккормак. — Режим доступу : [http://easycycling.com/books\\_about\\_bicycles.htm](http://easycycling.com/books_about_bicycles.htm)
4. Захаров А.Л. Велосипедный спорт. Гонки на шоссе [Електронний ресурс] / А.Л. Захаров. — Режим доступу : [http://easycycling.com/books\\_about\\_bicycles.htm](http://easycycling.com/books_about_bicycles.htm)
5. Красников А.А. Тактика в велосипедном спорте [Електронний ресурс] / А.А. Красников. — Режим доступу : <http://easycycling.com/books.htm>

6. Стили экстремального катания [Електронний ресурс]. — Режим доступу : X-Bikers.ru
7. Все что нужно знать о BMX [Електронний ресурс]. — Режим доступу : [http://www.furfur.me/furfur/culture/culture/158409-old\\_school\\_bmx](http://www.furfur.me/furfur/culture/culture/158409-old_school_bmx)
8. Федерація екстремального велоспорту України [Електронний ресурс]. — Режим доступу : <http://fev.org.ua>
9. Туркатенко А.П. Молодіжні субкультури сьогодні: спроба енциклопедії / А.П. Туркатенко. — Знання сила, 2007. — № 1(955). — С 59–64.
10. Управління рухом / [за ред. А.А. Митькіна]. — М. : Наука, 2005. — 68 с.

*В проведенных исследованиях были выявлены предпосылки формирования дерт-джампинга и его особенности развития в современном мире, проблемы и факторы, регламентирующие эффективность развития дерт-джампинга в Украине как экстремального вида спорта. Были определены компоненты и динамика приобретения популярности дерт-джампинга в Украине, в частности в Киеве.*

**Ключевые слова:** дерт-джампинг, экстремальный вид спорта, рейдеры, BMX-велосипеды, трюки.

*The following research finds out the background of the dirt jumping formation and the features of its development in the modern world, the problems and factors that regulate the efficiency of dirt jumping in Ukraine as an extreme sport. Components and dynamics of dirt jumping popularity in Ukraine have been identified, in particular, in Kyiv.*

**Key words:** dirt jumping, extreme sport, riders, BMX bikes, tricks.