

методики фізичного виховання у Самбірському педагогічному коледжі імені Івана Филипчак.

Висновки. Наукове вирішення сучасних проблем освіти і виховання неможливе без знання внеску, зробленого педагогами минулого в осмислення й переосмислення вітчизняного педагогічного досвіду.

Аналіз педагогічної спадщини Г.Ващенка показує, що вчений приділяє значну увагу фізичному вихованню справжнього патріота України.

Вивчаючи творчу спадщину та аналізуючи погляди видатного педагога, приходимо до висновків, що тіловиховання є невід'ємною частиною виховання молоді та посідає провідне місце у структурі виховного ідеалу молоді.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів розглянутої проблеми. Вважаємо, що педагогічна спадщина видатного українського педагога Григорія Ващенка потребує ще поглибленого наукового опрацювання.

Список літератури:

1. *Васянович Г. Проблеми фізичного виховання молоді у педагогічній спадщині Г.Ващенка / Г.Васянович. – Львів: ЛДФЕІ. – 60 с.*
2. *Ващенко Г. Тіловиховання як засіб виховання волі і характеру / Г.Ващенко. – Мюнхен: Авангард, 1956. – 56 с.*
3. *Гайдучок С. Золоті слова І. Боберського / С. Гайдучок // Сокільські вісти. – Л., 1933. – С. 3–5.*

Лаврін Г.З.

**ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ЖІНОЧОГО БАСКЕТБОЛУ У
ТЕРНОПІЛЬСЬКОМУ НАЦІОНАЛЬНОМУ ПЕДАГОГІЧНОМУ
УНІВЕРСИТЕТІ ІМЕНІ В.ГНАТЮКА**

*Тернопільський національний
педагогічний університет імені
В.Гнатюка*

Анотація. У публікації розкриваються історичні аспекти заснування та розвитку жіночого баскетболу у Тернопільському національному педагогічному університеті ім.В.Гнатюка.

Annotation. Abstract. The publication reveals the historical aspects of the founding and development of women's

basketball in Ternopil National Pedagogical University named after V. Gnatyuk.

В минулому і до сьогодні у Тернопільському національному педагогічному університеті імені В.Гнатюка (раніше у Тернопільському державному педагогічному інституті) жіночий баскетбол культивували на факультеті фізичного виховання, і цю команду називали I команда або «Збірна», основу якої склали гравці, що навчалися на факультеті фізичного виховання. Інша команда організувалася на кафедрі фізичного виховання, це була команда «Міжфаку» або II команда інституту (університету). Основу II команди склали переважно гравці «міжфаку».

I команда

З початком існування факультету фізичного виховання у Тернополі (після переїзду інституту з Кременця у Тернопіль) здійснювалася підготовка жіночої команди з баскетболу. Відповідальними за формування та тренувальний процес дівчат баскетболістів на факультеті фізичного виховання з 1970 по 1980 рік була Четвертак Уляна Всеволодівна. У цей період команда дівчат переважно перемагала у обласних змаганнях по «Буревіснику», які проходили двічі на рік. Баскетболістки брали участь у всеукраїнських змаганнях серед педагогічних вузів (факультети фізичного виховання), на яких вдалося вибороти 3-4 місця. В той час за команду виступали: Кравцева Л., Кулик І., Пилиця Л., Процик Л. та інші.

Найвищих досягнень, напевне, у жіночому баскетболі в історії існування Тернопільського педагогічного університету (інституту) жіноча команда досягла в період з 1985 по 1992 рік. Тоді тренером команди був Третяк Віктор Степанович – заслужений працівник фізичної культури і спорту (2009р). Тренер відповідально та ретельно підшукував здібних гравців серед школярів усієї України, яких пізніше запрошував на навчання в Тернопільський педагогічний інститут. Для цього Третяк В.С. оглядав ігри Першості України між ДЮСШ. У 1985 році відбувся перший набір баскетболісток. Тоді за команду виступали Яковенко (Якубів) Олена, Безпалова Наталія, Кір'якіді Людмила та інші. Пізніше команду підсилили Курило Оксана, Опришко (Задриборода) Наталія, Хоценко Ірина, Михайлова Тетяна, Моєсеєнко Тетяна, Вітер Марина та інші.

У 1985 році команді Тернопільського державного педагогічного інституту вдалося обіграти команди інших ВНЗ Тернополя. У той час це були так звані «Тернопільські

олімпійські ігри», адже кожен ВНЗ мав свої команди, тоді спеціально спортсменів запрошували у ВНЗ для відстоювання честі ВНЗ. Далі команда Третяка В.С. поступово нарощувала свої сили, удосконалювання вміння, навички та тактичні взаємодії у грі і крокувала «баскетбольними сходами» вгору, беручи участь, у різноманітних змаганнях з баскетболу всеукраїнського рівня.



Фото 1. Жіноча баскетбольна команда Тернопільського державного педагогічного інституту ім. Я.Галана, 1986 (тренер Третяк В.С.)

Жіноча баскетбольна команда під керівництвом Третяка В.С. приймала участь у I студентській лізі. У цій лізі на той час брали участь 12 команд і це був досить високий ранг змагань. Адже в ці роки Україна була у складі ССРСР, і таких ліг, як у сучасному баскетболі (вища, суперліга, тощо) не було. Тоді дівчата виборювали місця у середині турнірної таблиці. Також, команда боролася із іншими баскетбольними командами у спартакіаді України, яка проводилася один раз на 4 роки. В Чемпіонаті України серед ВУЗів команда ТДПІ була завжди в призерах змагань. Окрім того, дівчата виступали і виборювали титули у безлічі інших змаганнях обласного та Всеукраїнського рівня, засвідчуючи цим самим високий рівень майстерності гравців та ефективності тренувального процесу Третяка В.С.



Фото 2. Жіноча баскетбольна команда Тернопільського державного педагогічного інституту ім. Я.Галана, 1989 (тренер Третьак В.С.)

Сформована Віктором Степановичем команда існувала до розпаду СРСР. Із здобуттям Україною незалежності 1991 року, баскетбол, як і всі інші види опинився на роздоріжжі. Така ж ситуація трапилася в цих роках з баскетболом і у ТДПІ.

З 1998 по 2001 рік до тренувального процесу жіночої збірної команди університету долучилася Пенюва Любов Захарівна. Команда під керівництвом Пенювої Л.З. брала участь у обласних змаганнях з баскетболу, які проводилися двічі на рік. Кожного року дівчатам у боротьбі за I місце (серед 6-7 команд ВНЗ Тернопільщини) доводилося конкурувати із командою від Тернопільського економічного університету. В результаті протистоянь команда педагогічного університету посідала 1-2 місця. В той час переможці обласних змагань (чи педагогічний чи економічний університет) не приймали участь у всеукраїнських змаганнях, а за команду Педагогічного університету виступали Нога І., Максимів (Лаврін) Г.

У 2001 році до підготовки команди дівчат з баскетболу запросили Кір'якіді Людмилу Георгіївну, яка працювала з командою до 2006 року. Як і в попередні роки, дівчата брали участь у обласних змаганнях між ВНЗ і знову ж основним суперником для них була команда з економічного університету. У квітні 2003 команда стала переможцем обласних змагань. Тоді за команду Педагогічного університету виступали Нога І., Максимів (Лаврін) Г., Вахромаєва Т, Берегуля (Осіп) Н. та інші. З 2003 року і до сьогодні команді педагогічного університету не вдавалося сходити на найвищу сходинку обласних змагань.

З 2006 року і до сьогодні з жіночою командою з баскетболу працює кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичного виховання Лаврін Галина

Зиновіївна. З 2007 року, у зв'язку із скороченням годин на тренувальний процес баскетболісток на факультеті фізичного виховання команда продовжує тренуватися при кафедрі фізичного виховання.

II команда або «Міжфак»

Із переїздом у 69 році педагогічного інституту з Кременця у Тернопіль за жіночий баскетбол на кафедрі фізичного виховання відповідала асистент кафедри фізичного виховання, відмінник народної освіти – Пенова (Панькова) Любов Захарівна. В той час команда, сформована із дівчат «міжфаку», брала участь у змаганнях Першості Буревісника (обласних та всеукраїнських), спартикіадах педвузів. Команда «міжфаку» в окремі роки виграла і у першій команди інституту.

У ТДПІ щорічно організовувались змагання з баскетболу: «Першість міжфаку», де приймали участь команди від усіх факультетів, окрім факультету фізичного виховання та Першості інституту (приймали участь всі команди інституту включно із факультетом фізичного виховання).

Вихованці Пенової Л.З. продовжували долучалися до розвитку баскетболу в Україні. Серед них були, до прикладу, тренери із баскетболу Стукалова Н. (тренер баскетбольної команди у м.Самборі), також гравці, які грали пізніше за інші професійні команди: Козак І. (гравець команди м.Львів), Лотоцька О. (гравець команди м.Сімферопіль) та багато інших.



Фото 3. Команда «Міжфаку» Тернопільського педагогічного інституту 1985р., тренер Пенова Л.З.

Команда «Міжфаку» спочатку тренувалась на відкритому спортивному майданчику (на верхніх площадках біля легкоатлетичного манежу), оскільки головний корпус ще будувався та у спортивному залі при кафедрі фізичного виховання. В результаті наполегливих тренувань жіноча команда Пенової Л.З. у змаганнях серед «міжфаківських» команд в Україні нижче 6-7 місць не опускалася.

В 90-их роках жіночий баскетбол на «міжфаку» очолила Мазуренко Надія Володимирівна. Вона відповідала за участь II жіночої команди з баскетболу від університету у обласних студентських змаганнях. Кілька років (2000-2003) II жіночу команду від університету до участі в обласних змаганнях готував Леськів А.Д.

З 2003 року і по сьогоднішній день (2018р.) організовує та готує команду до обласних змагань Лаврін Г.З. З 2007 року, у зв'язку із скороченням годин на тренувальний процес баскетболісток на факультеті фізичного виховання I команда університету продовжує тренуватися при кафедрі фізичного виховання. Останніх 10 років Лаврін Г.З. готує дві жіночі команди ТНПУ до участі в обласних змаганнях. В склад команд входять гравці усіх факультетів університету. I жіноча команда ТНПУ регулярно посідає призові місця (II і III) у обласних спартакіадах та універсіадах між ВНЗ Тернопільської області, попереду лише команда економічного університету.

Щорічно на базі університету регулярно проводяться першості ТНПУ з баскетболу, де студенти беруть участь в якості спортсменів та суддів.

Тренери жіночих команд з баскетболу у ТНПУ ім.Гнатюка

Роки	Факультет фізичного виховання (I команда)	«Міжфак» (II команда)	Роки
1970-1980	Четвертак Уляна Всеволодівна	Пенова Любов Захарівна	1969-1993
1985-1992	Третяк Віктор Степанович	Мазуренко Надія Володимирівна	1997-1999
1998-2001	Пенова Любов Захарівна	Леськів Антон Дмитрович	2000-2003
2001-2006	Кір'якіді Людмила Георгіївна	Лаврін Галина Зиновіївна	2003-2018
2006	Лаврін Галина Зиновіївна		

Інформацію зібрано та записано зі слів Третяка В.С., Пенової Л.З., Беспалової Н., Кір'якіді Л.Г. Використанні фото надали із власного архіву Беспалова Н., Пенова Л.

Ладика П.І.

ПРО КОРИСТЬ ТА НЕОБХІДНОСТІ ЗАНЯТЬ АТЛЕТИЗМОМ

Тернопільський національний педагогічний університет ім. В.Гнатюка

Анотація. У публікації розглядаються характерні особливості атлетизму як виду спорту. Визначено користь для організму людини від занять цим видом спорту.

Annotation. The publication deals with the peculiarities of athleticism as a sport. The benefit for the human body from the occupations of this sport is determined.

Актуальність. Серед різноманітних форм спрямованого використання фізичної культури, покликаних задовольняти інтереси молоді, все більш популярними стають заняття атлетизмом [3]. Розумне поєднання силових вправ з іншими видами фізичної активності - з бігом, аеробікою, спортивними іграми, єдиноборствами, дозволяє досягти високого рівня розвитку основних фізичних здібностей, сприяє формуванню високих моральних і вольових якостей у спортсмена [6].

Заняття з вагами займають особливе місце в спорті. Вони відомі з глибокої давнини. Ускладнення в формі снарядів, що нагадують сучасні гантелі, можна бачити на бронзових предметах V тисячоліття до н.е., розписах давньоєгипетських храмів, мозаїці і гравюрах тисячолітньої давності. Люди давно помітили, що фізична робота з обтяженнями робить м'язи міцніше, суглоби - більш рухливими, організм - витривалішими. Одним з найдавніших змагань є піднімання тягарів. Це заняття настільки ж природно, як і ходьба, біг, боротьба [5].

Бажання стати великим і сильним закладено в кожному юнакові з самого народження, але, на жаль, природа від народження не всіх наділяє потужним торсом і міцними м'язами. Виникає необхідність для багатьох чоловіків серйозно зайнятися культурою свого тіла.

Таким чином, враховуючи вище викладене **ми поставили собі за мету** визначити особливості занять атлетизмом та його користь для організму людини.