

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
імені АДМІРАЛА МАКАРОВА

ГУМАНІТАРНИЙ ВІСНИК НУК

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

ВИПУСК 17

Миколаїв
2024

Редакційна колегія збірника:

Бобіна О. В., канд. іст. наук, доц. (Миколаїв)
Вашкевич В. М., д-р філос. наук, проф. (Київ)
Гогоренко О. В., д-р філол. наук (Миколаїв)
Деркач В. М., заслужений тренер,
канд. наук з фіз. виховання та спорту, доц. (Миколаїв)
Карсканова С. В., канд. психол. наук, доц. (Миколаїв)
Коваль С. С., канд. фіз.-мат. наук, доц. (Миколаїв)
Матійко О. В., заслужений діяч мистецтв (Миколаїв)
Міняйлова А. В., канд. пед. наук, доц. (Миколаїв)
Наливайко В. С., канд. техн. наук, проф. (Миколаїв)
Трибулькевич К. Г., д-р пед. наук, доц. (Київ)
Філатова О. С., д-р філол. наук, проф. (Миколаїв)
Філіппова Н. М., канд. філол. наук, проф. (Миколаїв)
Чугуєва І. Є., канд. психол. наук, доц. (Миколаїв)
Яцунський О. С., заслужений тренер, доц. (Миколаїв)

Відповідальний за випуск: **Бобіна О. В.**

*Друкується за рішенням Вченої ради
Навчально-наукового гуманітарного інституту
Національного університету кораблебудування
імені адмірала Макарова
(протокол № 3 від 24.10.2024 р.)*

Гуманітарний вісник НУК: збірник наукових праць. — Випуск 17. —
Г 94 Миколаїв : Іліон, 2024. — 122 с.

У віснику опубліковані статті, що узагальнюють досвід роботи та результати досліджень у сфері вищої освіти та інших галузях знань. Основні рубрики вісника відповідають напрямам гуманітарної підготовки та соціально-гуманітарної освіти, яка здійснюється Навчально-науковим гуманітарним інститутом Національного університету кораблебудування. Вісник розрахований на викладачів, наукових працівників, фахівців, молодих науковців у сфері вищої освіти.

УДК 001(062.552)

© Національний університет кораблебудування
імені адмірала Макарова, 2024

4. Олешко В. Г. Моделювання процесу підготовки та вибір спортсменів у силових видах спорту: монографія. Київ: Полімед, 2005. 254 с.
5. Олешко В. Г. Підготовка спортсменів у силових видах спорту: навч. посіб. Київ: ДІА, 2011. 444 с.
6. Полулященко Ю. М., Клименчуков О. В. Особливості багаторічної підготовки спортсменів, які спеціалізуються з важкої атлетики. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2016. №4 (301) травень. С. 104–111.

Kuzikova R. S., Student of Speciality 017 Physical Culture and Sports, Educational and Scientific Humanities Institute of the Admiral Makarov National University of Shipbuilding, (Ukraine, Mykolaiv), rusilakuzar@gmail.com

Derkach V. M., Associate Professor of the Department of Theoretical Foundations of Olympic and Professional Sports, Educational and Scientific Humanities Institute of the Admiral Makarov National University of Shipbuilding, (Ukraine, Mykolaiv), vderkac61@gmail.com

FEATURES OF THE STAGE OF INITIAL SPORTS TRAINING IN WEIGHTLIFTING

The article examines and defines the peculiarities of sports training of weightlifters at the initial stage of training. The purpose of the work was the scientific substantiation and experimental development of methodical approaches to the process of initial sports training of weightlifters aged 10-12 years. It was developed a methodology for the development of basic strength training of young athletes taking into account the laws of age-related development of the athlete's body.

Key words: weightlifting, initial stage, general physical training, special physical training, strength training.

УДК 796.412.2:614.8.027]-047.44+614.8.084

Марцінковський І. Б.

доцент кафедри теоретичних основ олімпійського та професійного спорту, Навчально-науковий гуманітарний інститут Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова (Україна, Миколаїв), ihor.martsinkovskiy@nuos.edu.ua

Єремєєва Є. А.

студентка спеціальності 017 Фізична культура і спорт, Навчально-науковий гуманітарний інститут Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова (Україна, Миколаїв), eliza05122004@gmail.com

ПОШИРЕНІ ТРАВМИ У ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ ТА ЗАХОДИ ЇХ ПОПЕРЕДЖЕННЯ (ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ)

Досліджена література з художньої гімнастики та зі спортивного травматизму для з'ясування причин виникнення травм та заходів для їх попередження, що визначило актуальність і мету дослідження. Встановлено, що сучасна художня гімнастика характеризується складними компонентами, інтенсифікацією тренування, які загрожують виникненню травм. Аналіз з'ясував причини травм, їх тип, локалізацію та характер, а також етапи проведення реабілітаційних заходів та їх особливості. Комплексна реабілітація забезпечує ефективне повернення спортсменок до тренувань та змагань.

Ключові слова: художня гімнастика, спортивна травма, профілактика.

Художня гімнастика – видовищний та витончений вид спорту, сутність якого складає виконання різних гімнастичних, акробатичних і танцювальних вправ та елементів без предмета або з предметом під музичний супровід [5, с. 3]. Специфіка гімнастичних вправ потребує суворого дотримання певних організаційних і методичних вимог. Виконання складних за координацією вправ на гімнастичних снарядах, акробатичних вправ, опорних стрибків тощо, створює ризики падіння, невдалого приземлення, що може призвести до травмування спортсменки. Інтенсивні тренування та участь у змаганнях, в умовах сучасного спорту, нерідко призводять до хронічної перенапруги локомоторного апарату та загальної втоми, і, як наслідок, до виникнення різних травм у спортсменів [1]. Спортсменки з художньої гімнастики, як й усі спортсмени, зазнають хронічних травм через часті перевантаження або розтягнення та гострі травми через високе навантаження.

Питання з'ясування причин виникнення травм серед спортсменів, у тому числі й у художній гімна-

стиці, та розроблення заходів для їх попередження завжди залишаються значущими, що й визначило актуальність нашого дослідження. Виконана дослідницька робота спрямована на підвищення безпеки спортсменів та зменшення ризику отримання травм під час тренувань і змагань.

Мета роботи полягала у вивченні літератури для з'ясування поширених травм серед спортсменок у художній гімнастиці, та розроблені заходи, спрямовані на їх попередження. **Об'єктом дослідження** є спортивні травми у художній гімнастиці. **Матеріал та методи.** Досліджена методична література з художньої гімнастики та зі спортивного травматизму із фондів Миколаївської обласної універсальної наукової бібліотеки, електронні ресурси для з'ясування особливостей розвитку спортивних травм та розроблених заходів з їх попередження з використанням методів – бібліографічного, абстрагування, аналізу й синтезу.

Виклад основного матеріалу. Поширеність спортивних травм у світі серед спортсменів різних спеціалізацій постійно збільшується та набула за-

грозливих розмірів. 40 років тому спортивні травми становили тільки 1,4% від загальної кількості травм. У 1970 р. ця цифра збільшилася до 5–7%. До кінця 1980-х рр. – початку 1990-х рр. кількість травм перевищила 10%, у середині 1990-х рр. становила 12–17%, а у 2001–2003 рр. досягла 17–20%. Проте у різних країнах світу статистика кількості травм у спорті натеper коливається у межах 10–17% від усіх пошкоджень. Наприклад, у США спортивні травми складають 16% від усіх випадків пошкоджень серед дітей та молоді, водночас кількість транспортних травм складає 7,1%. У Швеції спортивні травми складають 10% від загальної кількості травм. Прямі та непрямі витрати на лікування спортивних травм сягають значних сум. У Нідерландах, наприклад, щорічні витрати на лікування спортивних травм коливаються у межах 200–300 млн доларів США [6].

Спортивний травматизм залежить від масовості виду спорту, інтенсивності тренувань – чим більше тренувань, тим ризик отримання травм більший. До уваги беруть показник кількості отриманих травм на 1000 тренувань чи змагань із врахуванням загальної кількості учасників (athlete-exposures). Тобто одне тренування або змагання трактується як одна «схильність до спортивної травми» – у сучасному світі найчастіше застосовується саме цей коефіцієнт. Національна асоціація студентського спорту (National Collegiate Athletic Association, NCAA), до якої входять освітні заклади США та Канади, з 1982 р. збирає стандартизовані дані про травми на університетських спортивних змаганнях і тренуваннях через Систему спостережень за травмами (Injury Surveillance System, ISS). Дослідження NCAA свідчать, що показники травм є вищими на змаганнях (13,8 пошкодження на 1000 змагань), аніж на тренуваннях (4,0 пошкодження на 1000 тренувань). За останні роки суттєвих змін у цій пропорції не спостерігається [3].

Через високі фізичні навантаження, складні елементи та амплітудні рухи, художні гімнастки часто піддаються ризику травм. Причинами виникнення травм у художній гімнастиці є різноманітні фактори, які часто пов'язані з високими фізичними та технічними вимогами до спортсменок. Найбільше вразливим є хребет через часті згинання і розгинання, які виконуються під час тренувань і змагань. До основних факторів, що спричиняють травматизм, включають:

1. *Перевантаження та повторювані рухи.* Часте повторення однакових рухів і вправ для досягнення технічної досконалості призводить до перевтоми м'язів, зв'язок і суглобів. Це може стати причиною хронічних травм, зокрема мікротравм, які накопичуються з часом.
2. *Неправильна техніка виконання.* Недосконала техніка виконання складних елементів або недостатній контроль рухів може призводити до травм, особливо під час стрибків, розтяжок чи обертів.

3. *Недостатня підготовка м'язів і суглобів.* Нерівномірна фізична підготовка або слабкість певних м'язових груп може спричиняти перевантаження окремих частин тіла, що підвищує ризик травм. Особливо це стосується недостатньо розвиненої стабілізаційної мускулатури.
4. *Недостатнє розігрівання перед тренуванням.* Відсутність або недостатнє проведення розігрівання та розтяжки перед тренуванням знижує еластичність м'язів і зв'язок, що збільшує ризик отримання розтягнень та інших гострих травм.
5. *Інтенсивний тренувальний графік.* Значна кількість тренувань і змагань без належного відпочинку може призвести до накопичення втоми, що знижує здатність організму відновлюватися і збільшує ризик перевантаження та травм.
6. *Психологічні фактори.* Постійний стрес, пов'язаний зі змаганнями, прагнення досягти високих результатів або страх невдачі можуть змушувати спортсменів ігнорувати ознаки перенапруження або незначні травми, що погіршує ситуацію.
7. *Зовнішні фактори.* Невідповідне тренувальне обладнання (жорстке покриття підлоги, неналежні вимоги спортивного снаряду для виконання вправ), неправильне взуття або навіть несприятливі умови приміщень можуть спричинити травми.
8. *Недостатній контроль за здоров'ям спортсменів.* Відсутність регулярного медичного огляду та своєчасного виявлення ознак перевтоми або мікротравм призводить до прогресування травм [7].

Кожен із зазначених факторів окремо чи в поєднанні впливає на виникнення травм у художній гімнастиці, тому важливо вживати комплексних заходів для їх попередження.

Згідно з даними літератури, у художній гімнастиці переважають хронічні травми, або травми перевтомлення, які становлять близько 75% від загальної кількості травм. На частку гострих травм припадає близько 25%. Вони виникають внаслідок таких ситуацій, як невдалий рух, падіння або неправильне приземлення [8].

За літературою, у структурі травм серед спортсменок з художньої гімнастики найчастішими є розтягнення зв'язок (29,7%), розтягнення м'язів (23,2%), ушкодження епіфізарних пластин кісток (12,3%), переломи (8,3%), вивихи (0,6%), гострі тендиніти (6,9%), струси мозку (6%). Водночас тяжкі травми, які призводять до інвалідності, трапляються нечасто [9].

За локалізацією травм, найчастіше зазнають ушкодження великі суглоби та хребет, які, згідно з літературою, мають наступний розподіл за ділянками тіла: стопа та гомілковостопний суглоб – 38%, гомілка та колінний суглоб – 19%, спина (хребет) – 17%, стегно і кульшовий суглоб – 15% [8].

Найбільша частка травм припадає на нижні кінцівки (53%). Більшість із них є легкими та не призводять до пропуску тренувань. Однак серед

значущих травм, що викликають вимушені перерви у тренувальному процесі, перше місце ділять травми нижніх кінцівок і спини.

У профілактиці травм на заняттях з художньої гімнастики важливу роль відіграють інструктаж з безпеки, дотримання правил страхівки та надання допомоги. Особливої уваги заслуговує навчання дітей раннього віку правильним навичкам падіння. Воно повинно досягти автоматизації навички безпечного падіння назад, вперед чи вбік за принципом падіння у групуванні з перекатом у напрямку руху – із виконанням елементів самостраховки на рівні стійкого динамічного стереотипу. Повна страхівка розглядається як комплекс дій, спрямованих на попередження травм, які виконує як тренер, так і спортсмен, особливо під час вивчення складних фізичних вправ. Самостраховка, своєю чергою, це самостійні дії спортсмена, що допомагають уникнути травм. Найчастіше спортсмени засвоюють елементи самостраховки при падінні (перекати, групування), втраті рівноваги (зіскоки, приземлення), зіткненні (зміна напрямку руху, різке зупинення) та при ударах (блоки, використання спеціального спорядження). Важливо пояснити, що кожен вид спорту має власні вимоги до техніки самостраховки [2, с. 18–23].

Звертається увага, що для надання допомоги під час виконання вправ велике значення має досвід тренера або вчителя фізичної культури, на якого покладається вихованець. Тренер повинен знати техніку виконання вправ, можливі небезпечні елементи, рівень готовності спортсмена, його індивідуальні особливості та прийоми страхівки. Особливо важливо вміти уникати травм під час допомоги, що може бути складним при виконанні рухів з великою амплітудою або рухів без опори. Окрім цього, страхуючий повинен мати достатній рівень фізичної підготовки, добре володіти технікою страхівки, постійно контролювати дії спортсмена і коригувати їх, супроводжуючи процес підказками [2].

Особливе місце займає реабілітація та відновлення спортсменки після травм у художній гімнастиці, що є важливими складовими процесу повернення спортсмена до повної фізичної форми. Посттравматичну реабілітацію спортсменки розділяють на етапи:

1. Медичне обстеження та діагностика. Після отримання травми проводять ретельне медичне обстеження для встановлення точної діагностики та оцінки ступеня пошкодження. Лікар призначає відповідне лікування, яке може включати медикаментозну терапію, іммобілізацію, а також фізіотерапевтичні процедури.

2. Етап реабілітаційних заходів. На початковій фазі реабілітації головним завданням є зменшення болю та набряку, відновлення рухливості пошкодженого суглоба або ділянки тіла. Зазвичай використовуються такі методи, як кріотерапія (холодові процедури), електротерапія, масаж та вправи на розтяжку. Рухова активність на початковому етапі обмежена, щоб уникнути повторних травм.

Під час фази відновлення рухливості та сили, яка розпочинається зі зменшенням болю, поступово вводяться вправи для відновлення повної амплітуди рухів і сили м'язів. Рекомендують різні види активної терапії, такі як ізометричні вправи, вправи на розтяжку та зміцнення м'язів, зокрема, тих, які оточують ушкоджену ділянку.

Фаза функціональної реабілітації. Під час неї у реабілітаційний процес рекомендують включати специфічні вправи, спрямовані на відновлення балансу, координації та витривалості. Це важливо для того, щоб спортсмен зміг поступово повернутися до тренувань, виконуючи вправи з мінімальним ризиком повторних травм. Застосовуються вправи для відновлення пропріоцепції (відчуття власного тіла до його положення в просторі), а також спеціальні тренування на стабільність суглобів.

3. Етап повернення до спортивної діяльності. У завершальну стадію реабілітації рекомендують поступове повернення до звичайних тренувань. Спортсмен починає з простих елементів гімнастики, поступово збільшуючи інтенсивність та складність вправ. Звертають особливу увагу, щоб тренер і медичний персонал слідували за тим, щоб спортсменка не перевантажувалася і виконувала вправи з дотриманням техніки безпеки [5].

Для успішної реабілітації застосовуються наступні принципи:

1. *Індивідуальний підхід.* Автори звертають увагу на те, що кожна спортсменка потребує індивідуального плану реабілітації з урахуванням характеру травми, фізіологічних особливостей і рівня підготовки.
2. *Мультиmodalність.* Рекомендують поєднувати різні методи лікування, такі як фізіотерапія, лікувальна фізкультура, масаж, кінезіотерапія.
3. *Поступовість.* Реабілітація має бути поступовою, з плавним збільшенням навантажень, щоб уникнути повторних травм.
4. *Психологічна підтримка.* Важливий елемент допомоги, адже травми можуть впливати на мотивацію та впевненість спортсмена [2, с. 19; 3].

Таким чином, реабілітація після травм у художній гімнастиці – це комплексний і багаторічний процес, що включає не тільки фізичні процедури, але й психологічну підтримку, щоб спортсменка могла безпечно та ефективно повернутися до тренувань та змагань.

Висновки:

1. На підставі проведеного аналізу спеціальної методичної літератури з художньої гімнастики та зі спортивного травматизму встановлено, що художня гімнастика на сучасному етапі її розвитку характеризується постійним ускладненням компонентів змагальної діяльності, інтенсифікацією тренувального процесу та надзвичайно високою координаційною складністю елементів, які створюють загрозу виникнення травм різного характеру у спортсменок, що вимагає пошуку нових шляхів профілактики травматизму на усіх етапах підготовки гімнасток.

2. Зроблений аналіз дозволив з'ясувати причини травм, їх тип, локалізацію та характер, а також етапи проведення реабілітаційних заходів та їх особливості на кожному з етапів. Дотримання усіх вимог процесу реабілітації дозволяє уникнути ускладнень від отриманих можливих травм. Комплексний і багатетапний процес реабілітації, що включає не тільки фізичні процедури, але й психологічну підтримку, забезпечують спортсменці безпечне та ефективно повернутися до тренувань та змагань.

Література

1. Білокопитова Ж. А., Нестерова Т. В., Дерюгіна А. М., Безсонова В. А. Художня гімнастика для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. Київ, 1999. 115 с.
2. Бріжата І. Впровадження технології травмопрофілактики школярів у підготовці майбутніх вчителів фізичної культури. *Освіта і здоров'я: Формування фізичної культури, здоров'я дітей, підлітків та молоді в умовах навчальних закладів*. Суми: СумДПУ, 2008. С. 36–40.
3. Дедишина Л. Травматизм у спорті. *Формула руху*. URL: <http://formula-rukhu.com.ua/injury-in-sport/> (дата звернення: 22.10.2024).
4. Муллагільдіна А. Я. Теорія та методика обраного виду спорту (художня гімнастика): навчальний посібник. Харків: ХДАФК, 2016. 170 с.
5. Романишин М. Я. Фізична реабілітація в спорті. Рівне: Волинські обереги, 2007. 368 с.
6. Хіменес Х. Р. Травматизм у спорті. Лекція з навчальної дисципліни «Спорт вищих досягнень». URL: <https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/3741/1/Тема%205%20Травматизм%20у%20спорті.pdf> (дата звернення: 22.10.2024).
7. Carter, C. W., & Micheli, L. J. (2011). Training the child athlete: physical fitness, health and injury. *British journal of sports medicine*, 45(11), 880–885. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2011-090201>
8. Cupisti, A., D'Alessandro, C., Evangelisti, I., Umbri, C., Rossi, M., Galetta, F., Panicucci, E., Lopes Pegna, S., & Piazza, M. (2007). Injury survey in competitive sub-elite rhythmic gymnasts: results from a prospective controlled study. *The Journal of sports medicine and physical fitness*, 47(2), 203–207.
9. Zetaruk, M. N., Violan, M., Zurakowski, D., Mitchell, Jr W. A., Micheli, L. J. (2006). Injuries and training recommendations in elite rhythmic gymnastics. *Medicina de l'esport*, 41 (151), 100–106.

Martsinkovsky I. B., Associate Professor of the Department of Theoretical Foundations of Olympic and Professional Sports, Education and Research Institute of Humanities of Admiral Makarov National University of Shipbuilding (Ukraine, Mykolaiv), mib-1958@ukr.net

Yeremieieva Ye., Student of the Specialty 017 Physical culture and sports, Education and Research Institute of Humanities of Admiral Makarov National University of Shipbuilding (Ukraine, Mykolaiv), eliza05122004@gmail.com

COMMON INJURIES IN ARTISTIC GYMNASTICS AND MEASURES TO PREVENT THEM (LITERATURE REVIEW)

The literature on rhythmic gymnastics and on sports injuries was studied to find out the causes of injuries and measures for their prevention, which determined the relevance and purpose of the study. It has been established that modern rhythmic gymnastics is characterized by complex components, intensification of training, which threaten the occurrence of injuries. The analysis revealed the causes of injuries, their type, localization and character, as well as the stages of rehabilitation measures and their features. Comprehensive rehabilitation ensures effective return of sportswomen to training and competitions.

Key words: rhythmic gymnastics, sports injury, prevention.

ЗМІСТ

ДИЗАЙН

Матійко Н. О., Дюміна К. М.	
Концептуальна модель бренд-дизайну в умовах цифрової конкуренції.....	3
Матійко О. В., Куприяненко А. О.	
Вплив просторового макетування на естетичні та функціональні аспекти дизайну інтер'єру.....	5
Портнов Д., Кульчинська В.	
Творчі студентські виставки в контексті формування навичок студентів-дизайнерів	7
Сергієнко О. М., Кульчинська В. А.	
Використання виробів зі скла в оздобленні мінімалістичного інтер'єру.....	9
Сергієнко О. М., Толкушкіна А.	
Фотографія як засіб сюжетної організації літературного твору	11
Чигінцев С. І., Чигінцева О. В.	
Основні етапи при проєктуванні елементів дитячого майданчика.....	13
Данильченко Н. В., Гавловська Д.	
Інтеграція конкурсів з дизайну в навчальний процес.....	14

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І ОЛІМПІЙСЬКИЙ СПОРТ

Багбеков Т. Р., Савіна О. Ю.	
Розвиток тенісу як олімпійського виду спорту	16
Бровко А. С., Сокол О. В.	
Кікбоксинг сольні композиції (музичні форми)	23
Бурдін Д. С., Савіна О. Ю.	
Психосоціальна та фізична реабілітація ветеранів війни на Миколаївщині	25
Гриник Є. І., Бірюк С. В.	
Історичні аспекти розвитку легкої атлетики на Миколаївщині.....	28
Дон А. Г., Савіна О. Ю.	
Тенденції управління сферою фізичної культури і спорту в умовах глобалізації	31
Дратман Л. С., Сокол О. В.	
Художня гімнастика як специфічна система фізичного виховання дівчат.....	35
Кузікова Р. С., Деркач В. М.	
Особливості етапу початкової спортивної підготовки у важкій атлетиці	37
Марцінковський І. Б., Єремєєва Є. А.	
Поширені травми у художній гімнастиці та заходи їх попередження (огляд літератури)	40
Марцінковський І. Б., Єрофєєнко А. Д.	
Поширені травми у фехтуванні та заходи їх попередження за даними літератури	44
Цап А. О., Сокол О. В.	
Розвиток фехтування як виду спорту	47

СУЧАСНІ МОВИ І ПРИКЛАДНА ЛІНГВІСТИКА

Єганова Л. Л.	Особливості викладання німецької мови як другої іноземної після англійської.....	50
Литвинова А. Д., Ворчакова І. Є.	Автоматичний переклад юридичних текстів: аналіз неточностей і їхні правові наслідки	52
Філенко У. Ю.	Особливості функціонування вторинних текстів у сучасному комунікативному просторі (на матеріалі детективного дискурсу)	54

СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНІ НАУКИ

Бобіна О. В.	Третій рік навчання під час війни (2024): побіжний звіт директора ННГІ.....	57
Кравчук О. Ю., Гордієнко Д. О.	Практики забезпечення політичної безпеки в державі: міжнародний досвід	60
Матвієнко Л. В.	Спогади мешканців селища Первомайське: реалії лютого 2022 року.....	63
Оліфірова М. В., Матвієнко Л. В.	Особливості становища бізнесу на Миколаївщині, зумовлені російсько-українською війною 2014–2024 рр.	64
Сонечко О. С.	Рекреаційні та природні ресурси Миколаївщини: можливості відновлення	66
Сонечко О. С., Сугакова П. В.	Проблема водопостачання міста Миколаєва в умовах військової агресії: виклики та медико-соціальні наслідки	68

ПСИХОЛОГІЯ

Домашевська Д. П., Литвиненко І. С.	Розвиток емоційної регуляції як стратегія соціальної адаптації осіб з обмеженими фізичними можливостями	70
Кудряшова Д. С., Литвиненко І. С.	Протидія та попередження булінгу в закладах освіти	72
Ларченко І. В.	Локус контролю як чинник професійного самовизначення, стресостійкості та ментального здоров'я випускників професійно технічних навчальних закладів в умовах стресогенності	74
Литвиненко І. С., Вітко Ю. С.	Особливості прояву пізнавальної активності у старшокласників у процесі навчально-пізнавальної діяльності	78
Литвиненко І. С., Догарева В. В.	Смислоутворення як чинник переживання травматичного досвіду	81
Литвиненко І. С., Жело Ю. В.	Організація інклюзивного навчання для дітей з особливими освітніми потребами в закладах дошкільної освіти	83
Литвиненко І. С., Жереги О. В.	Особливості використання почуття гумору як ресурсу психологічного подолання перешкод.....	86
Литвиненко І. С., Козирева Є. В.	Психологічна допомога членам сімей загиблих воїнів.....	89
Литвиненко І. С., Манзарук Н. О.	ПТРС у дітей, які пережили психотравмуючі події.....	91
Литвиненко І. С., Розумяк С. О.	Психологічні особливості попередження конфліктів у подружній сім'ї	92

Литвиненко І. С., Мочалова О. В.	Особливості мотивування на здоровий спосіб життя студентської молоді в сучасних реаліях українського суспільства.....	94
Литвиненко І. С., Тимченко С. О.	Психологічна готовність дітей дошкільного віку до навчання в школі.....	97
Миргородський С. О., Литвиненко І. С.	Агресивні реакції та шляхи їх корекції в молодших школярів	99
Олексюк О. М., Гучек О. В.	Структура психологічної готовності психологів до професійної діяльності.....	101
Олексюк О. М., Коваль А. С.	Психологічна характеристика юнацького віку в сучасних умовах.....	103
Олексюк О. М., Козут О. В.	Стресові фактори в умовах професійної діяльності вчителя.....	105
Олексюк О. М., Приходько О. А.	Механізми психологічного впливу реклами на світогляд молоді	107
Сінченко В. М., Коренєва Ю. П.	Війна і дитинство на Миколаївщині: психологічні наслідки та прогноз на майбутнє.....	109
Чугуєва І. Є., Болотня Г. Б.	Тривожність як сучасна психологічна проблема та методи її подолання.....	111

ЛІТЕРАТУРНІ СТОРІНКИ

Сонечко О. С.	Наші янголи... ..	114
	Хвили тихої, мілкої Балтики... ..	114
	Мій дім... ..	115
	Місто в гірлі Інгулу... ..	115
ВИМОГИ ДО СТРУКТУРИ ТА ОФОРМЛЕННЯ НАУКОВИХ СТАТЕЙ.....		119
ЗРАЗОК ОФОРМЛЕННЯ СТАТТІ		120
ВИПАДКИ СКОРОЧЕНЬ, ЩО ЧАСТО ТРАПЛЯЮТЬСЯ У НАУКОВИХ ТЕКСТАХ		121

Наукове видання

ГУМАНІТАРНИЙ ВІСНИК НУК

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

ВИПУСК 17

Редколегія не завжди поділяє погляд авторів статей.
За достовірність викладених фактів відповідальність несе автор.

Формат 60×84¹/₈. Ум. друк. арк. 14,2. Тираж 100 пр. Зам. № 3012-1.

Поліграфічне підприємство СПД Румянцева Г. В.
54038, м. Миколаїв, вул. Бузника, 5/1.
Свідоцтво МК № 11 від 26.01.2007 р.