

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

3. Гармонійний розвиток дитини – є пріоритетним завданням тренерів з художньої гімнастики. Правильна постава, легка та технічна хода, біг, стрибки – все це життєво необхідні навички які починають формуватися у дошкільному віці.

Література

1. Бышевцев Н. Г., Усыченко В. В. Использование выборочного метода для анализа результатов измерений в спортивно-педагогической практике. *Физическое воспитание студентов творческих специальностей*, 2006. №5. С. 104–111.
2. Заплатинська О. Удосконалення системи підготовки гімнасток-художниць згідно із сучасними правилами. *Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society*, 2016. № 2(18). С. 284–288.
3. Пятницкая Е. В. Психологическая подготовка девочек к спортивным соревнованиям по художественной гимнастике. // *Международная научно-практическая конференция, посвященная 85-летию Балашовского института (филиала) ФГБОУ ВО «Саратовский национальный исследовательский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского»*, 2018. С. 510–514.

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

Sokol O. V., Associate Professor of the Department of Physical Education and Sports, Educational and Scientific Humanities Institute of the Admiral Makarov National University of Shipbuilding, (Ukraine, Mykolaiv), olgavs697@gmail.com

RHYTHMIC GYMNASTICS AS A SPECIFIC SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION OF GIRLS

Rhythmic gymnastics is a type of sport, a sports discipline that combines elements of ballet, gymnastics and dance and consists in performing exercises without an object and with an object in complex coordination motility, accompanied by music. Today, the course of history and social progress requires solving the problems of introducing girls' physical education. In this regard, rhythmic gymnastics should be considered as one of the most effective types of physical culture for girls, which consists of various types of exercises that harmoniously affect not only the physical condition, but also the personal development of those who practice [1].

Key words: artistic gymnastics, history, gymnastics, rhythm, plastic, dance.

УДК 796.8

Кузікова Р. С.

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

Деркач В. М.

доцент кафедри теоретичних основ олімпійського та професійного спорту, Навчально-науковий гуманітарний інститут Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова (Україна, Миколаїв), vderkac61@gmail.com

ОСОБЛИВОСТІ ЕТАПУ ПОЧАТКОВОЇ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ У ВАЖКІЙ АТЛЕТИЦІ

В статті розглянуто і визначено особливості спортивної підготовки важкоатлетів на початковому етапі підготовки. Мета роботи полягала у науковому обґрунтуванні та експериментальній розробці методичних підходів до процесу початкової спортивної підготовки важкоатлетів 10–12 років. Було розроблено методику розвитку базової силової підготовки юних спортсменів з урахуванням закономірностей вікового розвитку організму спортсмена.

Ключові слова: важка атлетика, початковий етап, загальна фізична підготовка, спеціальна фізична підготовка, силова підготовка.

У сучасному спортивному світі зростає кількість шанувальників таких видів спорту як пауерліфтинг, гирьовий спорт, атлетична гімнастика та силовий екстрим. Але ведучим видом спорту залишається важка атлетика і саме вона входить до програми Олімпійських ігор.

Актуальність досліджень силової підготовки саме у юнацькому віці не викликає сумнівів. Спортивні досягнення юніорів та молоді Туреччини, Болгарії, Кореї та особливо Китаю переконують, що значно інтенсифікується силова підготовка у юнацькому та юніорському віці. Йде цей процес і в Україні.

За останні десятиліття відбувається процес омолодження у сучасному спорті. Залучення у тренувальний процес дедалі молодших спортсменів накладає величезну відповідальність на спортивних

педагогів, ставить підвищені вимоги до науково-методичного забезпечення підготовки молодих спортсменів, особливо за навантажень силового характеру, рекомендованих до використання з 10-річного віку. Отже, вивчення проблеми вдосконалювання методики підготовки молодих важкоатлетів на етапі початкової спортивної підготовки, з урахуванням їх віку, здобуває висхідне значення й актуальність [1; 3].

За останні десятиліття отримані досить позитивні результати досліджень процесу багаторічної підготовки юних штангістів, які в цілому показали, що при правильному, методично грамотному підході і ефективному контролі, такі заняття з вагами в даному віковому періоді не призводять до яких-небудь несприятливих наслідків у здоров'ї юних атлетів, а найголовніше – не затримують зростання.

Багаторічна підготовка молодих важкоатлетів повинна бути суворо орієнтована на їх вікові можливості (в першу чергу), а також будуватися відповідно до рівня фізичної, технічної та функціональної готовності організму.

Істотний внесок у вирішення цієї проблеми зробили такі відомі вчені, як Б. Є. Підскоцький (1956), А. Н. Воробйов (1977), А. І. Фаламеев (1974), Р. А. Роман (1975), А. С. Медведєв (1985), Л. С. Дворкін (2001), В. Г. Олешко (2011, 2013) та ін. Але у вітчизняній та закордонній літературі останніх 10 років не виявлено достатньо повної інформації про методику тренування важкоатлетів в окремо взятій віковій групі, починаючи з 10 і до 12 років [2; 3; 5].

Мета роботи полягає у науковому обґрунтуванні та експериментальній розробці методичних підходів до процесу початкової спортивної підготовки важкоатлетів 10–12 років.

Методи досліджень: теоретичний аналіз і узагальнення спеціальної наукової та методичної літератури з проблеми дослідження; аналіз контрольних нормативів; аналіз документів планування та обліку; педагогічне спостереження; педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

Багато спеціалістів відмічають, що спортивний результат є інтегральним показником функції тренувального процесу, є повною сумою всіх його різних сторін і компонентів, а також визначає взаємозв'язок між ними. Прагнення постійного поліпшення спортивних результатів потребує постійного вдосконалення, оновлення та оптимізування навчально-тренувального процесу з обов'язковим врахуванням закономірностей вікового розвитку молодого організму та його індивідуальних особливостей [3; 6].

У 60-ті рр. минулого століття юнацька важка атлетика так і не набула широкого поширення в нашій країні, а противники ранньої спеціалізації, гальмували розвиток важкої атлетики. У середині 60-х рр. почалися комплексні дослідження юних важкоатлетів, які розпочали заняття в секції з 13–14 років, а наприкінці 60-х – на початку 70-х рр. з 11–12 років. Результати цих досліджень показали доцільність ранньої спеціалізації у цьому виді спорту з 11-річного віку.

У 1977 р. в Софії було видано «Єдина програма та методика тренування у важкій атлетиці» (автори – Д. Гюрков та І. Іванов), де на першому етапі (початкова підготовка) допускалися три вікові групи: 11–12, 12–13 та 13–14 років. При цьому автор вказував, що позитивний ефект виходить лише тоді, коли тренувальні заняття з юними штангістами будуються із ухилом на всебічний фізичний розвиток.

У грудні 1984 р. Комітет з фізичної культури і спорту при Раді Міністрів СРСР затвердив нове Положення про спортивні школи з важкої атлетики, яке набрало чинності з вересня 1985 р. Відповідно до цього Положення до групи загальної фізичної підготовки з силовою спрямованістю дозволялося приймати дітей з 10 років [3].

В сучасній Україні це положення діє і сьогодні. В навчальній програмі для дитячо-юнацьких спортивних шкіл з важкої атлетики зазначено мінімальний вік для зарахування – 10 років. Там також зазначено, що чіткої межі поміж етапами багаторічної підготовки важкоатлетів не існує. Вирішувати питання про перехід до чергового етапу підготовки треба із врахуванням паспортного та біологічного віку спортсмена, рівня його підготовленості та показників педагогічного контролю, відповідно до зростаючих тренувальних і змагальних навантажень та кваліфікаційних вимог [1].

Важка атлетика – вид спорту, що передбачає виконання двох вправ: ривка та поштовху. У сучасному тренувальному процесі важкоатлети застосовують широке коло вправ різної спрямованості. Для класичного двоборства існують перевірені багаторічним досвідом методики підготовки, дуже чітко розроблені типові програми спортивних шкіл, але розширення арсеналу засобів та прийомів різних сторін спортивної підготовки, дозволяє підвищити ефективність спортивного тренування юних важкоатлетів.

Спеціалісти стверджують, що існує проблема одноманітності вправ спеціальної силової підготовки, що дають гарантований спортивний результат. Через це чимало здібних юних важкоатлетів із високою лабільністю нервових процесів залишають важку атлетику [2; 4].

Таким чином, більшість авторів при визначенні тієї або іншої величини навантаження сходяться в думці, що адаптаційний механізм організму людини найбільше суттєво реагує на варіаційний метод тренування. Монотонний тренувальний процес призводить до швидкої адаптації організму до таких навантажень і до зниження результатів [5].

Підготовка спортсменів високого класу, починаючи з дитячого віку, будується строго за певними етапами, де головна увага приділяється виконанню тих завдань, які характерні для тієї чи іншої вікової групи. За структурою така підготовка юних важкоатлетів складається з шести етапів, що відрізняються один від одного як співвідношенням ОФП і СФП, виконанням розрядних нормативів, так і застосуванням певних засобів в тренувальному процесі.

Широке використання на початковому етапі підготовки у важкій атлетиці засобів ОФП, а також дозування спеціального силового навантаження у суворій відповідності до віку, дозволяє на тлі економізації рухового потенціалу юних важкоатлетів 10–12 років досягти вищого рівня їх спеціальної фізичної підготовленості.

На початковому етапі тренувального процесу у важкоатлетичному спорті планування засобів ЗФП та СФП здійснюється у суворій відповідності до віку юного спортсмена. Співвідношення ЗФП та СФП у 10–12-річному віці становить 60 та 40%. Поступове скорочення навчального часу, виділеного на ЗФП, не призводить до погіршення процесу всебічної фізичної підготовки, оскільки включення до СФП

різноманітних вправ силового характеру дозволяє розвивати не тільки максимальні силові якості, а й не меншою мірою силову та загальну витривалість, швидкість та спритність юних атлетів [1; 2].

На етапі початкової підготовки у важкій атлетиці ЗФП повинна включати елементи гімнастики та легкої атлетики. Вправи із власною вагою – виси, упори, віджимання, підтягування, акробатичні елементи, біг, стрибки, метання мають бути основою ОФП юних атлетів.

Основними засобами для розвитку сили в спеціальній фізичній підготовці можуть бути наступні: жим лежачи, жим стоячи, нахили зі штангою на плечах – тяги поштовхові та ривкові (в нашому випадку не більше 60-70% від максимального результату), підйоми штанги на груди, вправи з гантелями, гириями, статичні вправи для м'язів спини, м'язів живота. Із загальнорозвивальних вправ – підтягування, махи, підйоми, перенесення важких предметів тощо.

Мета ОФП на початковому етапі – зміцнити опорно-руховий апарат і серцево-судинну систему і сформувати елементарні навички керування тіла у просторі (спритність). Особливу увагу необхідно приділяти гнучкості як загальній, так і спеціальній. Усі необхідні структурні зміни в організмі проходять без зовнішнього обтяження, у цьому віці найкращі умови для формування навичок, тому змагання серед дітей мають враховувати техніку виконання ривка та поштовху.

Збільшення фізіологічної напруженості тренування «на силу» під час початкової підготовки (високий темп рухів, малі інтервали між заняттями), за Ю. В. Верхошенським, не завжди призводить до підвищення ефективності розвитку сили. Цей спосіб тренування дає результати лише надалі, у міру підвищення тренуваності.

З досліджень Н. В. Зімкіна відомо, що протягом восьми занять вправи з вантажем у 45–60% від максимального були дещо ефективнішими, ніж із вагою у 60–75% та 75–90%. Надалі після 66 занять найбільший ефект дали вправи з вагою 75–90%, а найменший – 45–60%.

Спеціалістами даються рекомендації з визначення оптимальної тренувальної ваги для юних штангістів. Автори вважають такою вагою ту, що спортсмен легко підіймає в одному підході 5–6 разів підряд, або рівні 60–75% від найбільшого результату в класичних вправах.

Дослідження показало, що у 10-річному віці юні важкоатлети знаходяться у чотирьох вагових категоріях (до 25, 30, 35 та 40 кг). Причому найбільше учасників (37%) виявилось до 35 кг. У 11-річному віці спортсмени розподіляються вже у п'яти категоріях. Збільшується й кількість атлетів вагою до 35 кг, у 12 років юні важкоатлети вже розподіляються по семи вагових категоріях, а найбільша їхня кількість мала вагу від 35 до 40 кг (40%).

Заняття в контрольній групі (12 хлопчиків) здійснювались за навчальною програмою для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Заняття в експериментальній групі (12 хлопчиків) здійснювались відповід-

но до розроблених нами рекомендацій. Тренувальні заняття юних важкоатлетів мали більший обсяг і інтенсивність. На фізичну підготовленість відводилось 60% часу, на вправи силового характеру – 40%.

Експериментальна програма з методики розвитку силових якостей юних важкоатлетів на етапі початкової підготовки включала в себе:

- вправи для розвитку швидко-силових здібностей (багаторазові присідання з вагою та без неї, стрибки в довжину з місця, вистрибування на предмети різної висоти, підстрибування з обтяженням і без них;
- вправи для розвитку силових здібностей (вправи з вагою не більше 60–65% від максимального результату для 10–11-річних та 70–75% для 12-річних);
- застосовували вправи на статичну напругу до 5 секунд при затримці дихання і до 15–20 с без затримки;
- основними засобами для розвитку сили в спеціальній фізичній підготовці були: жим лежачи (6×5), стоячи (5×3), тяги поштовхові (5×4) та ривкові (6×5), не більше 70% від максимального результату), поштовх зі стійок (5–4–3 підходи, 45–50–55% від максимального результату), ривок в присіді (6×3).

В процесі експерименту було визначено показники спеціальної фізичної і технічної підготовленості. Після впровадження розробленої програми було зафіксовано статистично достовірні ($p < 0,05$) вищі результати в спеціальній технічній підготовленості. Це відбулося в таких технічних елементах як присідання зі штангою та ривок із пів присіду. Покращилися результати і в поштовху.

Дослідження довело, що планування тренувального навантаження на початковому етапі підготовки юних важкоатлетів 10–12 років від 40 до 70% від ваги тіла у перших двох тримісячних макроциклах та від 50 до 60% максимального результату у третьому тримісячному макроциклі при шестиразовому підйомі штанги в одному підході у всіх випадках є адекватним для фізичного стану юного спортсмена.

Максимальне врахування вікових особливостей дитячого організму на етапі початкової підготовки виключає можливість негативного впливу тренувань з обтяженнями на фізичний стан організму молодих атлетів. Такий підхід до тренувального процесу у юному віці є перспективним у важкоатлетичному спорті та дає свої позитивні результати.

Література

1. Олешко В. Г., Лобко Б. М., Ткаченко К. В. Важка атлетика. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ: Логос, 2018. С. 32–42.
2. Дворкин Л. С. Особенности интенсивной силовой подготовки юных атлетов 12–13 лет. *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*. 1997. № 4. С. 33–40.
3. Дворкин Л. С. Юный тяжелоатлет. Москва: Физкультура и спорт, 1982. 160 с.

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-

ЗМІСТ

ДИЗАЙН

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

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І ОЛІМПІЙСЬКИЙ СПОРТ

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