



ISU

INTERNATIONAL SCIENTIFIC UNITY

**XIX INTERNATIONAL SCIENTIFIC
AND PRACTICAL CONFERENCE
«Modern Trends are the Driving
Force of Scientific Progress»**

**April 17-19, 2024
Lisbon, Portugal**

ISBN 978-617-8427-11-5



INTERNATIONAL SCIENTIFIC UNITY

XIX INTERNATIONAL SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE

«Modern Trends are the Driving Force
of Scientific Progress»

Collection of abstracts

April 17-19, 2024
Lisbon, Portugal

UDC 01.1

XIX International scientific and practical conference «Modern Trends are the Driving Force of Scientific Progress» (April 17-19, 2024) Lisbon, Portugal. International Scientific Unity, 2024. 269 p.

ISBN 978-617-8427-11-5

The collection of abstracts presents the materials of the participants of the International scientific and practical conference «Modern Trends are the Driving Force of Scientific Progress».

The conference is included in the Academic Research Index ReserchBib International catalog of scientific conferences.

The materials of the collection are presented in the author's edition and printed in the original language. The authors of the published materials bear full responsibility for the authenticity of the given facts, proper names, geographical names, quotations, economic and statistical data, industry terminology, and other information.

The materials of the conference are publicly available under the terms of the CC BY-NC 4.0 International license.

ISBN 978-617-8427-11-5



© Authors of theses, 2024
© International Scientific Unity, 2024
Official site: <https://isu-conference.com/>

SECTION: PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

Кулин І.М., Сокол О.В.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПІДЛІТКІВ, ЩО
ЗІМАЮТЬСЯ ЛЕГКОЮ АТЛЕТИКОЮ..... 237

Сокол О.В., Кулин І.М.

ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОФІЛАКТИКИ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ У
ШКОЛЯРІВ..... 241

SECTION: PSYCHOLOGY

Комар Т., Біла Л.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ШЛЮБНО-СІМЕЙНИХ
НАСТАНОВ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ..... 246

Варгата О., Дубицька І.

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ВАЖЛИВА ЯКІСТЬ ВОЛОНТЕРІВ В
УМОВАХ ВІЙНИ..... 248

SECTION: PUBLIC MANAGEMENT AND ADMINISTRATION

Бірюшов Д.

ДЕРЖАВНО-ПРИВАТНЕ ПАРТНЕРСТВО ТА ШЛЯХИ ЙОГО
РЕАЛІЗАЦІЇ..... 251

SECTION: TECHNICAL SCIENCES

Босий М.В., Ботнаренко В.О., Шуть А.О., Хомяк Н.І.

ОЦІНКА ТЕРМОДИНАМІЧНОЇ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ
ТЕПЛОВОГО НАСОСА НА ПІДПРИЄМСТВАХ ДЛЯ
ВИГОТОВЛЕННЯ КОНСТРУКЦІЙНИХ МАТЕРІАЛІВ..... 254

Конохов В.І., Лавінський Д.В., Шергін С.Ю.

ДИСТАНЦІЙНИЙ КУРС ЯК МЕТОД НАВЧАННЯ ПРЕДМЕТУ..... 258

SECTION: TRANSPORT AND LOGISTICS

Таценко О.В., Савойський О.Ю.

ОРГАНІЗАЦІЯ ТРАНСПОРТНИХ СЛУЖБ В ПІДПРИЄМСТВАХ
АГРАРНОГО ВИРОБНИЦТВА..... 260

SECTION: VETERINARY MEDICINE

Карчевська Т.

АНАЛІЗ ЕПІЗООТИЧНОЇ СИТУАЦІЇ ЩОДО ЛЕЙКОЗУ ВЕЛИКОЇ
РОГАТОЇ ХУДОБИ ЗА 2019-2023 РОКИ..... 266

SECTION: PHYSICAL EDUCATION AND SPORT

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПІДЛІТКІВ, ЩО ЗІМАЮТЬСЯ ЛЕГКОЮ АТЛЕТИКОЮ

Кулин І.М.

ст. викладач

Сокол О.В.

ст. викладач

olgavs697@gmail.com

0000-0001-7144-351x

Кафедра фізичного виховання та спорту
Національний університет кораблебудування імені
адмірала Макарова м. Миколаїв, Україна

Для успішного вирішення завдань спортивної підготовки високе значення має психологічний стан юного спортсмена, яким можна керувати за допомогою ідеомоторних вправ, аутогенного тренування, цілеспрямованою зміною умови довкілля (музика, природний фон з різноманітним ландшафтом, ароматизація), застосуванням засобів відновлення та гігієнічним режимом. Різка зміна настрою, зайве самолюбство, відсутність впевненості у власних силах, емоційна нестійкість, сором'язливість, і навіть гострота суджень – всі перелічені риси поведінки властиво періоду підліткового віку.

Ключові слова: психорегуляція, підлітки, легка атлетика.

In order to successfully solve the tasks of sports training, the psychological state of a young athlete is of great importance, which can be managed with the help of ideomotor exercises, autogenic training, a purposeful change in the environment (music, natural background with diverse landscape, aromatization), the use of recovery tools and a hygienic regime. A sharp change in mood, excessive self-love, lack of confidence in one's own abilities, emotional instability, shyness, and even sharpness of judgment - all the listed behavioral traits are characteristic of the period of adolescence.

Key words: psychoregulation, teenagers, athletics.

Об'єкт дослідження – механізм психологічної підготовки протягом періоду змагань підлітків, які займаються легкою атлетикою.

Предмет дослідження – сукупність методів емоційної підготовки протягом періоду змагань підлітків, які займаються легкою атлетикою.

Мета роботи: визначення допустимих методів психорегуляції підлітків, які займаються легкою атлетикою на основі вивчення компонентів психологічної підготовки.

Проаналізувавши літературу і спостереження у цій сфері, можна дати невтішну висновку, що психологічні складові особистості, найбільш емоційно чуттєва область, яка впливає на інтелектуальну складову, увагу підлітка тощо.

Організм дитини в період онтогенезу чутливий до надлишкового навантаження та впливу стресових факторів. Результатом такого навантаження може бути так званий стан дезадаптації спортсмена, що, у кращому разі, може спричинити низькі показники результатів у змаганні.

Психологічна підготовка є однією із складових частиною підготовки спортсмена-легкоатлета. Психологічна підготовка сприяє розв'язанню організуючих, мобілізуючих і виконавчих завдань у процесі підготовки спортсменів, вона здійснюється у комплексі з тренерським складом і спеціалістами психологами.

У основу психолого-педагогічних впливів, які супроводжують забезпечення розвитку професійно важливих якостей, особистісних відмінностей, повинно бути покладено виховання у спортсменів постійної мотивації, активної установки на довільне самовдосконалення, самовиховання, саморозвиток, а також високих суб'єктивних вимог до рівня функціональної підготовленості і спеціальної працездатності зі спрямованістю на досягнення високих результатів у значущих змаганнях. [1]

У системі психологічної підготовки спортсменів В.М. Платонов [1] виділяє наступні напрямки:

- формування мотивації занять спортом;
- вольову підготовку;
- ідеомоторне тренування;
- удосконалення реагування;
- регулювання психічного напруження;
- удосконалення толерантності до емоційного стресу;
- управління стартовими станами.

До формування психологічних якостей, які сприяють успіху у легкої атлетики відносять психологічні якості, які визначають піраміду успіху, а також і в інших видах спорту.

У психологічній підготовці спортсменів рекомендуються застосовувати такі форми як психологічна консультація, психологічне навчання, психотренінг, психогігієна і психотерапія. [2]

Психотренінг. Найбільш перспективною формою психотренінгу є використання комплексів психологічних ігор, які дозволяють, плавно вставляючи їх у тренувальний процес, розвивати і удосконалювати необхідні на цьому етапі спортивного удосконалення психічні процеси, властивості та стани, а також навчання методам психологічної регуляції.

Психологічна консультація. У процесі тренувань і змагань у спортсменів і тренерів виникає безліч питань з приводу методів і засобів підготовки спортсменів, їхніх психічних станів, рівня розвитку актуальних сторін психіки й ін., що вимагають кваліфікованої психологічної відповіді. Психологічну консультацію проводить спортивний психолог, але можуть проводити тренер і лікар (за умови у них достатніх знань і досвіду психологічних бесід). Консультація може носити як індивідуальний, так і груповий характер та

проводитися у формі бесіди, питань і відповідей, в офіційній або неофіційній обстановці.

Психологічне навчання. Ступінь потреби в отриманні постійних психологічних знань і оновленні їх є показником розвитку особистості спортсмена і тренера. Велика потреба в психологічних знаннях спостерігається не тільки у спортсменів, але й у тренерів, і перш за все тих знань, що безпосередньо стосуються успішності їхньої діяльності.

Психогігієна і психотерапія. Щоб уникнути стану пере тренованості застосовується така форма психологічних впливів як психогігієна. Одним із способів психогігієни під час тренувань є психопаузи. Коли виникають симптоми несприятливих реакцій, необхідна психотерапевтична допомога. Дуже важливо навчити спортсменів прийомам ефективної саморегуляції.

Психологічних впливів тренера на спортсменів, здійснюватися за трьома основними напрямками: по-перше – це формування необхідної мотивації у кожного спортсмена у процесі тренувальної роботи, особливо це стосується навчально-тренувальних зборів у період підготовки до основних змагань; по-друге – тренер повинен засвоїти психологічні аспекти управління командою чи спортсменом у різних станах, включаючи настрій на змагання, передстартові стани, несприятливий хід спортивної боротьби тощо; по-третє - тренеру необхідно сформулювати та обґрунтувати з усіх боків, у тому числі і з психологічної, основну мету команди у визначених змаганнях (Чемпіонат, Кубок, першість тощо).

Змагання. У практиці спорту виділяють підготовчі, контрольні, підвідні(модельні), відбірні і головні (основні) змагання.

Підготовчі змагання. У цих змаганнях головними завданнями є: удосконалення раціональної техніки і тактики, змагальної діяльності спортсменів, адаптація різних функціональних систем організму до змагальних навантажень, одночасно підвищується рівень тренованості спортсмена, набувається змагальний досвід.

Контрольні змагання дозволяють оцінювати рівень підготовленості спортсменів. У них перевіряється ступінь оволодіння технікою, тактикою, рівень розвитку рухових якостей, психічна готовність до змагальних навантажень. Результати контрольних змагань дають можливість коректувати процес підготовки спортсменів. Контрольними можуть бути як спеціально організовані, так і офіційні змагання різного рівня.

Підвідні (модельні) змагання. Найважливішим завданням цих змагань є підведення спортсменів до головних (основних) змагань. Підвідними змаганнями можуть бути як спеціально організовані у системі підготовки спортсменів, так і офіційні календарні змагання.

Відбірні змагання проводяться для відбору спортсменів у збірні команди для визначення учасників особистих змагань вищого ґатунку. Відмінною рисою таких змагань є умови відбору: завоювання визначеного місця або виконання контрольного нормативу, який дозволить виступити у головних змаганнях.

Відбірний характер можуть носити як офіційні, так і спеціально організовані змагання.

Головні (основні) змагання. Головними змаганнями є ті, в яких спортсменам необхідно показати найвищий результат на цьому етапі спортивного удосконалення.

Важливим чинником у психологічній підготовці спортсменів є психологічний контроль, який здійснюється одночасно тренером і спортивним психологом.

Для збереження оптимального стану, як у процесі навчально-тренувальних занять, так і під час виступів на змаганнях, необхідно дотримуватись певних положень, що створюють для підлітка умови досягнення успіху. До основних факторів які впливають на успішний виступ юного спортсмена на змаганнях відносять: відвідування змагань як глядач; збереження звичного режиму; індивідуально адаптоване застосування масажу та інших засобів відновлення; вербальна взаємодія з тренером, що зміцнює переконаність у своїй перемозі; використання методу аутобіотрансфузії; використання полегшених варіантів тренувальних вправ; аутогенне тренування та ідеомоторні вправи; ароматизація та адекватний кольоромузичний супровід; самонавіювання; залежно від виду легкоатлетичних вправ – раціональне дозування передстартових навантажень, що оптимізує психофізичний стан.

Настрій спортивного тренування на рекордні змагальні результати, прояв максимальних психофізичних можливостей людини визначають найвищий рівень навантаження на нервову систему, свідомі та несвідомі механізми діяльності особистості.

Мотиваційна, емоційна, пізнавальна, ціннісно-орієнтаційна сфери, ряд психічних процесів у умовах змагань зазнають перевантаження, що дезадаптують юного спортсмена, що може призвести до низьких показників виступів на змаганнях. Це детермінує важливість психологічних методів підготовки у спорті.

Висновки:

У процесі аналізу доступної нам літератури ми дійшли таких висновків. Вольові якості психологічної підготовленості підлітка формуються у боротьбі з труднощами зовнішнього середовища, у його боротьбі із самим собою. Велику роль цьому відіграє самовиховання.

Оптимальний психологічний стан полягає у позитивному емоційному фоні, бажанні перемоги, розумінні можливих спортивних ситуацій та способів досягнення намічених цілей залежно від зміни цих ситуацій. Оптимальна «бойова» готовність проявляється в активному настрої на виступ, впевненості у своїх силах, знаннях та вміннях.

Мотиваційна, емоційна, пізнавальна, ціннісно-орієнтаційна сфери, ряд психічних процесів у умовах змагань зазнають перевантаження, що дезадаптують юного спортсмена, що може призвести до низьких показників виступів на змаганнях. Це детермінує важливість психологічних методів підготовки у спорті.

Список використаних джерел

1. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсмена/ В.Н.Платонов.-К.6 Олимп. Лит., 2017. -656с.
2. Сергієнко Л. П. Практикум з психології спорту : Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту / Л.П. Сергієнко. – Харків : «ОВС», 2008.– 256с.

**ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОФІЛАКТИКИ ПОРУШЕНЬ
ПОСТАВИ У ШКОЛЯРІВ**

Сокол О.В.

0000-0001-7144-351x

ст. викладач

olgavs697@gmail.com

Кулин І.М.

ст. викладач

Кафедра фізичного виховання

Навчально –науковий гуманітарний інститут

Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова

Україна, м. Миколаїв

Постава є комплексним показником здоров'я та фізичного розвитку дітей. Правильна постава забезпечує оптимальне становище та нормальну діяльність внутрішніх органів, створюючи найкращі умови для діяльності всього дитячого організму.

Ключові слова: підлітковий період, сколіоз школяра, порушення постави, корекція постави, профілактичні заходи.

Мета статті: організація та профілактика порушень постави із застосуванням фізичної культури та коригуючої гімнастики.

Однією з найпоширеніших проблем дитячого віку є різні порушення постави. Статистика говорить, що майже 20% дошкільнят мають різну ступінь викривлення хребта, а у учнів старших класів ця цифра досягає 65%! Такий колосальний приріст пояснюється недостатньою залученістю батьків і викладачів в питанні організації робочого місця школяра і тренування навичок тримати спину рівно. Всупереч уявній нешкідливості, сутулість - не тільки естетична проблема.

Сколіоз – це викривлення хребта вбік, при якому хребет викривляється вбік. Це може бути у вигляді букви С чи S.

Це може виникнути у людей будь-якого віку, але найчастіше зустрічається у дітей віком від 10 до 15 років.

Причина сколіозу включають: вроджені аномалії хребта, нервово-м'язові захворювання, такі як церебральний параліч або м'язова дистрофія, травми спини, інфекції хребта.

Collection of abstracts
XIX International Scientific and Practical Conference
«Modern Trends are the Driving Force of Scientific Progress»
April 17-19, 2024
Lisbon, Portugal

Organizing committee may not agree with the authors' point of view.
Authors are responsible for the correctness of the papers' text.

Contact details of the organizing committee:

Sole Proprietor Viktoriia Tsiundyk
E-mail: info@isu-conference.com
URL: <https://isu-conference.com/>

Certificate of the subject of the publishing business: ДК №7980 of 03.11.2023.



INTERNATIONAL SCIENTIFIC UNITY