

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет кораблебудування
імені адмірала Макарова
Klaipėda University
Lithuanian Olympic Academy
Gdansk University of Physical Education and Sport
German Sport University Cologne
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського

РОЗВИТОК ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ: НОВІТНІ ВИКЛИКИ, ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

**Матеріали
Міжнародної онлайн-конференції студентів,
аспірантів і молодих вчених**

28–29 жовтня 2022 року



ВИДАВНИЦТВО
НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
ІМ. АДМІРАЛА МАКАРОВА

2022

Редакційна колегія:

Адаменко О. О., канд. пед.наук, доцент кафедри ТООПС
Бірюк С. В., канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент кафедри ТООПС
Деркач В. М., канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент кафедри ФВС
Марцінковський І. Б., канд. мед. наук, доцент кафедри ТООПС
Сокол О. В., доцент кафедри ФВС
Савіна О. Ю., канд. техн. наук, доцент кафедри ФВС
Челушкіна М. В., провідний фахівець кафедри ТООПС

Головний редактор:

Кувалдіна О. В., канд. наук з фіз. вих. та спорту,
доцент, завідувач кафедри ТООПС

*Матеріали надруковані в авторській редакції.
За зміст матеріалів і достовірність наведених даних
несуть відповідальність автори публікації та їх наукові керівники.*

Розвиток фізичної культури та спорту: новітні виклики, проблеми та перспективи: матеріали Міжнародної онлайн-конференції студентів, аспірантів і молодих вчених, 28 жовтня 2022 року. – Миколаїв: НУК імені адмірала Макарова, 2022. – 242 с.

ISBN 978-966-321-448-1

У збірнику представлено тези за напрямками роботи конференції: олімпійський рух: спадщина, інновації та перспективи; олімпійський і професійний спорт: актуальні проблеми, перспективи розвитку та взаємодії; фізична активність та фізичне виховання населення різних вікових груп; організаційно-правові, соціально-економічні та культурологічні аспекти розвитку сучасного спорту.

ПРИВІТАННЯ УЧАСНИКІВ КОНФЕРЕНЦІЇ

IVANS KLEMENTJEVS

д-р, президент Олімпійської Академії Латвії, Олімпійський чемпіон



Dear Colleagues, student, friends

Let me welcome you on behalf of the Latvian Olympic Academy and the European Olympic Academy in international conference called **«Development of Physical Activity and Sports»: the Latest Challenges, Problems and Prospects’**.

The organisers of the conference have prepared very interesting topics, each of which requires expertise and requires a special approach.

Sometimes we think it doesn't matter to know the history of Olympism, the path of creating Olympic ideas and developing a harmonious contemporary athlete. But behind each phase, there is a great deal of progress in the development and development of a whole sector. Our civilisation has gone a long way to rebuild and improve modern sport, and this process continues. I'll tell you he'll never end up. Full has no borders.

There is a big difference between professional and Olympic sport. It is very important to mark in these borders and stay clean without doping.

All of us are trying to show high results, win medals. But the main question is how athletes will stay healthy after the end of their careers.

That is why we learn, develop our knowledge and share our experiences with others. Every sporting track is unique. We are studying general laws, legal relationships, but each person is unique and requires a special approach.

Your participation in the conference will give you additional expertise in addressing organization issues and will indicate the direction in the development of modern sport.

I can't keep your grief from the war events in Ukraine and the loss of your close and close people. All wars will end once and the country will need specialists, scientists, coaches.

I wish you creative and productive work at the conference.

Olympic champion
Dr. Ivans Klemenjevs

МАРІЯ БУЛАТОВА

віцепрезидент Асоціації Європейських олімпійських академій, віцепрезидент НОК України, президент Олімпійської академії України



**Учасникам і гостям
Міжнародної науково-практичної конференції
студентів, аспірантів та молодих учених
«Розвиток фізичної культури та спорту: новітні
виклики, проблеми та перспективи»**

Від імені Асоціації Європейських олімпійських академій, Національного олімпійського комітету України та Олімпійської академії України щиро вітаю учасників Міжнародної науково-практичної конференції студентів, аспірантів та молодих учених «Розвиток фізичної культури та спорту: новітні виклики, проблеми та перспективи».

Оздоровлення нації, виховання вільної, творчої, самодостатньої і духовно багатой особистості є актуальними проблемами сучасного суспільства, рішення яких визначає потенціал держави.

Приємно відмітити, що у програмах цієї конференції представлено філософські, історичні, соціальні, педагогічні, психологічні та інші аспекти олімпійського руху, які посідають сьогодні провідне місце в системі освіти й виховання підростаючого покоління і становлення особистості, що особливо важливо у важкий для нашої країни час.

Плекаю надію, що під час дискусій буде знайдено нові підходи до вирішення проблем розвитку олімпійського руху, спорту вищих досягнень, фізичного виховання, реалізації ідей олімпізму, інтеграції спорту та освіти.

Бажаю всім учасникам конференції плідної роботи!

Гостєва Д. В., Шаповал С. О., Деркач В. М. Методика розвитку витривалості у бігунів 16-17 років на довгій дистанції.....	60
Гусєв В., Адаменко О. О. Відбір юних спортсменів у кікбоксингу на етапі попередньої базової підготовки.....	62
Дикусар Михайло, Сокол О. В. Методика навчання подач у настільному тенісі.....	66
Єпіфанцева А. Д., Петренко Г. В. Профілактика травматизму в тенісі настільному	68
Єрофєєнко А. Д., Фаріонов В. М. Актуальні проблеми професійного спорту.....	71
Заборей Ігор, Сокол О. В. Навчання техніки J-гребка в гребле на каное	74
Запша Марія, Адаменко О. О. Проблеми психологічної підготовки спортсменів-легкоатлетів	76
Ізаров О. Т., Бірюк С. В. Сучасні проблеми вітрильного спорту в Україні.....	79
Калініченко І. В., Кувалдіна О. В. Оцінка ефективності техніки виконання високо-далекого удару в бадмінтоні спортсменів спеціалізованої базової підготовки....	82
Кос Р. С., Улан А. М. Анатомо-фізіологічні особливості спортсменів в підготовці футболістів-початківців.....	85
Курочкін І. Г., Яцунський О. С. Техніко-тактична підготовка юних спортсменів з греко-римської боротьби на етапі попередньої базової підготовки.....	88
Лисенко Анастасія, Сокол О. В. Класифікація технічних прийомів і бойових дій у фехтуванні	93
Лу Шань, Фольварочний І. В. Особливості «батьківської опіки» китайських плавців.....	95
Макарова І. Р., Марцінковський І. Б. Психологічна підготовка суддів у баскетболі	97
Прокопенко А. О., Копил О. М. Фізична підготовка на «червоному» рівні тенісу в групах початкової підготовки	100
Рзаєв Р. А., Яцунський О. С. Управління формуванням індивідуальної манери ведення бою	102
Рибак О., Скальські Д. В., Крефт П., Рибак Л., Козловський С. Регулювання передстартових станів веслувальників	105
Сметана О. К., Фаріонов В. М. Допінг як актуальна проблема сучасного спорту.....	108
Сова М. А., Градусов В. Узгодженість дій спортсменів, які спеціалізуються у мотокросі на мотоциклах з коляскою	111
Шаповал С. О., Гостєва Д. В., Деркач В. М. Особливості фізичної підготовки бігунів на середній дистанції у юніорів.....	112
Шилова О. Є., Кувалдіна О. В. Особливості забезпечення психологічного супроводу кваліфікованих фехтувальників.....	114
Шутова С. Є., Ткаченко М. І., Свентицька М. В. Типологічні особливості кваліфікованих баскетболісток характерні для їх ефективної ігрової діяльності.....	118
Яковенко Д. В., Фаріонов В. М. Допінг як актуальна проблема сучасного спорту.....	120

Під час проведення гонки, втомленість будь-якого зі складових компонентів системи «екіпаж – мотоцикл» знижує кінцевий результат, і визначальним чинником у цьому випадку є найбільш слабка ланка. Цей факт показує необхідність повного узгодження дій екіпажу з технічними можливостями мотоцикла, керування яким, є невід’ємний компонент динамічного стереотипу поведінки системи «екіпаж – мотоцикл».

Висновки:

1. Завищена інтенсивність діяльності на початковому етапі проходження траси, неправильне визначення запасу швидкості на різних етапах дистанції, не дотримання правильних кутів розгину між біокінематичні ланками в статичних положеннях робочої пози спортсменів, вказує на накопичення ефекту втоми і призводить до збільшення числа допущених помилок.

2. Оптимальна швидкість проходження траси залежить від поточного фізичного стану спортсмена.

3. Основою забезпечення успішності підготовки спортсменів високого класу, в мотокросі клас з а екіпаж, необхідно здійснювати організацію тренувального процесу відповідно до положень, що визначають оптимальний алгоритм забезпечення умов індивідуального адаптаційного процесу.

Список літератури

1. Друзь В.А. Аналіз взаємодії функцій систем організму в динаміці. [Текст]: дис ... Д.Б.Н.: / Валерій Анатолійович Друзь - До., 1986. 365 с.

2. Пугач Я.І., Чередниченко М.А., Друзь В.А., Інноваційні технології в підготовці спортсменів в технічних, Прикладний і екстремальних видах спорту [Текст] / Я.І. Пугач, М.А. Чередниченко, В.А. Друзь // журнал Спортивна наука України - 2014 -№59 - з 35-42

3. Адаптація[Текст]: уч. Посібник / Артем’єва Г.П., Друзь В.А., Пугач Я.І. - Харків 2013 - 94 с.

4. Пугач Я.І., Вплив емоційного стану спортсмена різної кваліфікації на успішність змагальної діяльності. [Текст] дис. ... канд наук з Ф.В. і спорту / Ярославна Ігорівна Пугач. - 2014. -236с

5. Артем’єва Г.П., Пугач Я.І., Друзь В.А. Проблеми адаптації в структурі наукових досліджень системи олімпійської освіти. [Текст] / Г.П. Артем’єва, Я.І. Пугач, В.А. Друзь. - Х.: - 2014 року - 114с.

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ БІГУНІВ НА СЕРЕДНІ ДИСТАНЦІЇ У ЮНІОРІВ

Шаповал С. О., Гостєва Д. В., Деркач В. М.

*Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова,
Миколаїв, Україна*

Вступ. В процесі розвитку спорту вищих досягнень можливість досягнення високих результатів, встановлення нових Світових рекордів, забезпечення

перемоги кожного року вимагає все більших зусиль. Це пов'язано з багатьма чинниками, включаючи збільшення конкуренції, жорсткі змагальні вимоги, обмежені умови для використання сучасних методичних підходів до відбору спортсменів, удосконалення засобів та методів спортивного тренування (Філіппов М., 1987; Колчинская А., 2003, Вовканич Л., 2006–2009; Гаркави Л., 2007).

Водночас з постійним покращенням традиційних методів підготовки спортсменів, значне місце займає розробка та використання альтернативних засобів і методичних підходів, спрямованих на розширення функціональних резервів організму спортсменів. (В. Н. Платонов, 1997–2008).

Мета дослідження: проаналізувати стан фізичної підготовленості бігунів на середні дистанції серед юніорів.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення спеціальної наукової та методичної літератури, тести на визначення фізичного стану спортсменів та методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. У дослідженні прийняло участь 22 спортсмени різних спортивних розрядів, серед яких 4 спортсмени Майстри Спорту України, 6 спортсменів з розрядом Кандидат у Майстри спорту України, та 12 спортсменів з першим спортивним розрядом.

Для визначення рівня силової витривалості було використано тест Купера:

Таблиця 1

Визначення рівня силової витривалості

Спортсмен №	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Час	2:46	2:40	2:44	2:38	2:47	2:58	2:53	2:59	3:04	3:01	3:31
Спортсмен №	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Час	2:54	2:38	3:14	3:09	2:49	3:11	3:26	3:17	3:21	3:56	3:43

Після проведення дослідження на визначення силової витривалості, ми визначили, що 49,5% спортсменів, мають чудову фізичну форму; у 37% бігунів хороша фізична форма і останні 13,5% – нормальна фізична форма.

Також ми використовували тест доктора Кеннета Купера, але на визначення рівня загальної витривалості.

Таблиця 2

Визначення рівня загальної витривалості

Спортсмен №	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Відстань	3920	3853	3925	3865	3960	3822	3735	3500	3445	3683	3770
Спортсмен №	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
Відстань	3445	3580	3750	3785	3460	3876	3405	3530	3765	3450	3489

Результати цього тестування показали, що 54% спортсменів мають високий рівень загальної витривалості, а 46% бігунів, що залишились мають хороший рівень фізичної підготовки.

Висновки. Формування спеціалізованої спрямованості фізичної підготовки бігунів на середні дистанції можливе лише при використанні широкого комплексу засобів і методів фізичного виховання і спорту. Тому під час дослідження було визначено рівень фізичної підготовки бігунів на середні дистанції за допомогою тестів Купера. Відповідно, за допомогою використання отриманих результатів проведення тестів можна урізноманітнити та більш індивідуалізувати спортивні програми для підготовки спортсменів, що позитивно впливатиме на майбутні результати.

Список використаної літератури

1. Криворученко О. Структура фізичної підготовленості кваліфікованих спортсменів, які спеціалізуються у бігу на короткі та середні дистанції / О. Криворученко // Спортивний вісник Придніпров'я: науково-практичний журнал Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту: ДДІФКС, 2008. – № 3 – 4. – С. 163–167.
2. Лёгкая атлетика : Учебник / под общей ред. Н. Г. Озолина, В. И. Воронкина, Ю. Н. Примакова. – 4-е издание, доп. и перераб. – М. : «Физкультура и спорт», 1989. – 671 с
3. Артющенко О.Ф. Легка атлетика: навчальний посібник для студентів ф-тів фіз. Культури / О.Ф.Артющенко, А.І.Стеценко. – Черкаси: Вид. Вовчок О.Ю., 2006. – 424 с.
4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: общая теория и её практические приложения / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
5. Степаненко Д. Взаємозв'язок фізичної і технічної підготовленості легкоатлетів-спринтерів різної кваліфікації / Дмитро Степаненко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Х., 2007. – № 12. – С. 70 – 72.
6. Суслов Ф.П. Подготовка сильнейших бегунов мира / Суслов Ф.П., Максименко Г.Н., Никитушкин В.Г., Брейзер В.Г., Тихонов С. А. – Киев: Здоровье, 1990.

ОСОБЛИВОСТІ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ КВАЛІФІКОВАНИХ ФЕХТУВАЛЬНИКІВ

Шилова О. Є., Кувалдіна О. В.

Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова
Миколаїв, Україна

Вступ. Вплив психологічних та психофізіологічних факторів на результати та ефективність тренувальної та змагальної діяльності фехтувальників не викликає сумнівів у сучасній теорії та методиці багаторічної підготовки. Більше

**РОЗВИТОК ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ:
НОВІТНІ ВИКЛИКИ, ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

**Матеріали
Міжнародної онлайн-конференції студентів,
аспірантів і молодих вчених**

28–29 жовтня 2022 року

Головний редактор *О. В. Кувалдіна*
Комп'ютерне верстання *В. В. Москаленко*

Формат 60×84/8. Ум. друк. арк. 28,97. Тираж 100. Зам. № 1912-37
Видавець і виготівник Національний університет кораблебудування
імені адмірала Макарова
просп. Героїв України, 9, м. Миколаїв, 54007
E-mail : publishing@nuos.edu.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 6402 від 19.09.2018 р.