

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ**

**ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ**

**XII Міжнародної конференції молодих вчених  
«МОЛОДЬ ТА ОЛІМПІЙСЬКИЙ РУХ»**

*17 травня 2019 р.*

*Київ, Україна*

УДК: 796.032-053.67(063)

ББК 75.4(0)90к.я431

В 78

Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей XII Міжнародної конференції молодих вчених, 17 травня 2019 року [Електронний ресурс]. – К., 2019.

У збірнику представлені тези з актуальних питань: правові, організаційні, соціальні, екологічні та економічні аспекти сучасного спорту, олімпійська освіта: соціально-філософські, історичні, психологічні та педагогічні аспекти, актуальні проблеми сучасної спортивної підготовки, медико-біологічні аспекти олімпійського спорту, передові практики та інновації сучасної спортивної медицини, фізична терапія та ерготерапія, теорія і практика спорту для всіх.

Матеріали збірника представляють теоретичний і практичний інтерес для докторантів, аспірантів, магістрів, тренерів, спортсменів, викладачів, наукових співробітників, студентів.

Електронна версія збірника розміщена на сайті:

<http://www.uni-sport.edu.ua/content/naukovi-konferenciyi-ta-seminary>

*Редакційна колегія:*

Платонов В. М., д.пед.н., професор  
 Дутчак М.В., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Борисова О.В., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Булатова М. М., д.пед.н., професор  
 Андрєєва О. В., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Бутенко Ю. І., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
 Василенко М. М., д.пед.н., доцент  
 Воронова В. І., к.пед.н., професор  
 Гончаренко Є. В., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
 Драгунов Л. О., к.пед.н., професор  
 Дяченко А. Ю., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Єрмолова В. І., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
 Жарова І.О., д.фіз.вих. і спорту, доцент  
 Гльїн В.М., д.б.н., професор  
 Козлова О. К., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Когут І.О., д.фіз.вих. і спорту, доцент  
 Коробейніков Г. В., д.б.н., професор  
 Кропивницька Т. А., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
 Круцевич Т.Ю., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Лазарєва О.Б., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Лисенко І. А., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
 Литвиненко Ю. В., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
 Матвєєв С. Ф., к.пед.н., професор  
 Мічуда Ю. П., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Ніколаєнко В. В., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Олешко В. Г., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Павленко Ю.О., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Пастухова В. А., д.мед.н., професор  
 Радченко Л. О., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
 Семененко В. П., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
 Трачук С. В., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
 Філіппов М. М., д.б.н., професор  
 Футорний С. М., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Шахліна Л.–Я. Г., д.мед.н., професор  
 Шинкарук О. А., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Шкрєбтій Ю.М., д.фіз.вих. і спорту, професор  
 Ярмоленко М. А., к.фіз.вих. і спорту  
 Ярмолюк О. В., к.фіз.вих. і спорту, доцент

Рекомендовано Вченою радою Національного університету фізичного виховання і спорту України

<b>ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА СПОРТУ ДЛЯ ВСІХ</b>		282
1.	Бевзюк Д. О., Андреев К. І. ШЛЯХИ ЗАЛУЧЕННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ	282
2.	Бєлов С. О., Ботузова А. С., Воробійова А. В. МАСАЖ ЯК ЗАСІБ ВІДНОВЛЕННЯ ОРГАНІЗМУ ПІСЛЯ ФІТНЕС-ТРЕНУВАНЬ РІЗНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ	284
3.	Блиствіт Т. В., Хрипко І. В., Ковальчук Д. Р. ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ АКТИВНОГО ТУРИЗМУ В ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ У ПОЗАШКІЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ	286
4.	Бородіна Н. В. ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ ЮНАКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ СПОРТИВНОЮ ДІЯЛЬНІСТЮ	288
5.	Ващук Л. М., Деделюк Н.А., Кренделева В. А. ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ СТАРШОКЛАСНИЦЬ ЗАСОБАМИ ФІТНЕСУ	290
6.	Вржесневська Г. І. УРАХУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ У ПРОБЛЕМНОМУ КОЛІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОГО МЕДИЧНОГО ВІДДІЛЕННЯ	292
7.	Гакман А. В., Мороз О. О. ТЕХНОЛОГІЯ ОРГАНІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПІД ЧАС АКТИВНОГО ДОЗВІЛЛЯ ЛЮДЕЙ ПОХИЛОГО ВІКУ	294
8.	Гресь М. Я. ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ У СУЧАСНИХ УМОВАХ	296
9.	Дєдх М. О. ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТАТІ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ	299
10.	Дутчак М. В., Катерина У. М., Чеховська Л. Я. ПРОФЕСІЙНИЙ СТАНДАРТ – ЗАПОРУКА ЯКІСНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ ФІТНЕС-ІНДУСТРІЇ УКРАЇНИ	301
11.	Єременко Н. П. ІСТОРІЯ ВЕЙКБОРДИНГУ ЯК ВИДУ СПОРТУ ТА ЗАСОБУ АКВАРЕКРЕАЦІЇ	303
12.	Задніпровський-Кононенко О. М. МОТИВАЦІЙНІ ПРІОРИТЕТИ ЧОЛОВІКІВ ПЕРШОГО ПЕРІОДУ ЗРЛОГО ВІКУ ДО ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧИМ ФІТНЕСОМ	305
13.	Іванік О. Б. ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ І ЯКІСТЬ ЖИТТЯ ОСІБ ДРУГОГО ЗРЛОГО ВІКУ	307
14.	Іванко В. О., Кириченко В. М. ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ТРЕНІНГУ У ЗАНЯТТЯХ З ЧОЛОВІКАМИ ПЕРШОГО ПЕРІОДУ ЗРЛОГО ВІКУ	309
15.	Кадієва М. В. ВПЛИВ РЕКРЕАЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ЕЛЕМЕНТАМИ СКЕЛЕЛАЗІННЯ НА РІВЕНЬ ТРИВОЖНОСТІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВИМИ ПОРУШЕННЯМИ	311
16.	Корольов Б. А., Ужвенко В. А., Лошинський І. В. ОЗДОРОВЧИЙ БІГ ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	313
17.	Куликовська С. М., Кулигін О. В. ХАРАКТЕРИСТИКА ДОБОВОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ЮНАКІВ ПРИЗИВНОГО ВІКУ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	315
18.	Левінська К. І., Мартин П. М. ТЕНДЕНЦІЇ У СТАНІ ЗДОРОВ'Я ОСІБ ЗРЛОГО ВІКУ ТА ЇХ УРАХУВАННЯ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧИМ ФІТНЕСОМ	317
19.	Ляшенко О. Р., Михайлова М. В., Параскевич Б. В. ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ОЗДОРОВЧОГО ФІТНЕСУ В СИСТЕМІ КОРЕКЦІЇ МАСИ Й СКЛАДУ ТІЛА ЖІНОК	319
20.	Марченко А. В., Кириченко В. М. ПРОГРАМУВАННЯ ПЕРСОНАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ З ЧОЛОВІКАМИ І ПЕРІОДУ ЗРЛОГО ВІКУ НА ОСНОВІ ВРАХУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ	321



Теорія і практика спорту для всіх.

## ІСТОРІЯ ВЕЙКБОРДИНГУ ЯК ВИДУ СПОРТУ ТА ЗАСОБУ АКВАРЕКРЕАЦІЇ

Єременко Н. П.

*Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна*

**Вступ.** Сьогодні в Україні спостерігається підвищена увага населення до різних видів рухової активності. Така тенденція викликана рядом чинників, такими як малорухливий спосіб життя, зниження рівня фізичного стану населення у зв'язку з екологічним дисбалансом і соціально-економічною нестабільністю. Одним з рішень даних проблем є пропаганда здорового способу життя та розвиток масового спорту [1]. Водні види спорту і акварекреації й це особливий вид рухової активності, який ведеться одночасно в двох середовищах - повітряному і водному, на природних водоймах і в мінливих погодних умовах, що робить її засобом оздоровлення, загартовування, підвищення сили і витривалості, а також засобом активної розрядки [1,2,3]. Нині активно розвиваються різні засоби акварекреації, наприклад слалом, морське веслування, фрістайл, серфінг, водний туризм, спортивне веслування, драгонбот тощо.

**Мета дослідження** - вивчення історії та організаційних аспектів використання вейкбордингу у рекреації.

**Методи дослідження:** аналіз даних спеціальної літератури та Інтернет-ресурсів.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Вейкбординг, або вейкборд, активно розвивається як екстремальний вид спорту та вид активного відпочинку, який встиг завоювати серця любителів екстриму усього світу. У ньому поєднуються воднолижний слалом, акробатика і стрибки. У вейкбордингу вдало скомбіновані водні лижі, сноуборд, скейтборд і серфінг. Спортсмени - райдери не просто рухаються по прямій, а виконують різні трюки: стрибки, розвороти, сальто. За їх віртуозним виконанням із захопленням спостерігають уболівальники. Щоб повною мірою відчутти всі принади вейкбордингу потрібно його освоїти [4,5].

Воднолижний спорт почав свій розвиток у середині 1920-х років у Сполучених Штатах Америки, де відразу було створено Федерацію водних лиж. У 1946 р. у Женеві (Швейцарія) було створено Міжнародний союз воднолижного спорту (IWSU).

1980-х років Тоні Фін з Сан-Дієго створив «скарфер» короткий серф з ременями - прототип вейкборду. Трава О'Брайн створив промисловий пресований вейкборд. Так виникли три основні напрями: стрибки з трампліна, слалом, фігурне катання.

Водні лижі вперше з'явилися в СРСР в середині 1950-х років. У 1962 р. засновником воднолижних канатних доріг став німець Бруно Ріксен (Мюнхен).

У 1989 р. Джімі Редмон організував Всесвітню асоціацію вейкборду - World Wakeboard Association (WWA) - основну організацію вейкбордистів у світі, яка розвиває вейкборд, вейкскейт (канатна і катерна версія) і вейксерф. Перші змагання було проведено в 1989 р. на острові Кауаї, Гаваї, на річці Ваула, першим чемпіоном став Ерік Перез. Найбільшого розвитку вейкбордингу набув у Сполучених Штатах, особливо в штаті Флорида.

У 2009 р. федерація IWSF змінила свою назву, додавши Wakeboarding, перші змагання пройшли в 2001 р. в Дізбут Німеччина.

Після здобуття Україною незалежності воднолижний спорт у 1990-ті роки пережив період занепаду і забуття, відродження цього виду спорту почалося в 2003 р. Зозулею Юрієм, Антоном Молодцовим і Василем Гришко було створено перший кайт-вейк клуб "X-Traction" в Україні.

З 2004 р. з ініціативи клубу стали регулярно проводитися змагання, в яких регулярно брали участь українські, російські, білоруські спортсмени, райдери з країн далекого зарубіжжя. У 2005 р. вейкбординг було включено до програм Всесвітніх ігор.

У 2007 р. на установчій конференції було засновано Українську федерацію вейкбордингу та воднолижного спорту (УФВВ). На конференції було представлено 12 колективних членів, 24 індивідуальних учасники.

У 2007 р. у м. Києві запущено першу в Україні кільцеву канатну дорогу і проведено етап Кубка світу і етап Кубка Європи (канатна версія). Канатні дороги почали встановлювати по



регіонах України. У 2008 р. вейкбординг було визнано як вид спорту, а в 2009 р. Українська федерація вейкбордингу і воднолижного спорту отримала статус Національної федерації. З 2004 по 2015 рік Українська федерація вейкбордингу і воднолижного спорту провела 56 змагань, щорічно проводить чемпіонати Києва та України.

Українська федерація вейкбордингу та воднолижного спорту розвиває такі дисципліни:

- вейкбординг - канатна версія, в якій рухи спортсмена по воді відбуваються на спеціальній водній дошці, прикріпленій до ніг (вейкборд), за допомогою механізованої канатно-буксиральної установки, яка оснащена спеціальною системою автоматичного управління і безпеки, що заміняє катер. Виконуються трюки акробатичні елементи з рівної води або використовуючи перешкоди (трампліни, рейли, фанбокси). Існують кільцеві установки, де рух відбувається по колу (вейк-парки), і реверсивні установки, де рух спортсмена можливий тільки вперед і назад. У вейк-парках на водній поверхні розміщуються трампліни та інші плавучі або стаціонарні фігури, на які спортсмени заїжджають під час руху по колу [3,4];

- вейкбординг - катерна версія (класична), де використовуються спеціалізовані спортивні катери – буксирувальники для катання на вейкборді. Спортсмена тягне катер-буксир, завантажений баластом і обладнаний спеціальною системою автоматичного регулювання постійної швидкості. Спортсмен на вейкборді використовує подвійну кільватерну хвилю від катера як трамплін для виконання трюків;

- вейкскейт - канатна і катерна версія. Дошка для катання не має кріплень, спортсмен може виконувати трюки, обертаючи її під собою;

- вейксерфінг – під час виконання вправ не використовується фал з ручкою, спортсмен ковзає і виконує трюки на дошці - вейксерфі на серф - хвилі, створеної несиметричним завантаженням катера баластом на борту. Катер рухаючись на швидкості 29-38 км/год залишає за собою хвилю, яку спортсмен використовує як трамплін для стрибка. У стрибку можна виконати безліч різноманітних трюків.

В Європі кабельний вейкбординг розвинений набагато більше, ніж катерний, з огляду на доступність і екологічність. На території Європи побудовано більше 100 вейк-парків.

**Висновки.** Вейкбординг дуже популярний вид активного відпочинку як в Україні, так і за кордоном, що дуже важливо для підвищення рухової активності населення України, особливо молоді.

#### Література

1. Єременко Н. П. Характеристика водних видів спорту як засобів оздоровлення. Матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення; Львів; 2012. С. 216-219.

2. Благій О. Л., Андрєєва О. В. Рухова активність як фактор формування здорового способу життя учнівської молоді. Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту та туризму. 2011. С. 27,28.

3. Теория и методика физической рекреации: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений В. С. Макеєва, В. В. Бойко. – Москва: Советский спорт, 2014. 152 с.

4. <http://xpark.kiev.ua/>

5. <http://www.uwsf.com.ua/>