

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ АЕРОКОСМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ М. Є. ЖУКОВСЬКОГО  
«ХАРКІВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»**

**КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,  
СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**



**ЗБІРНИК ТЕЗ**



**II ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**

**«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,  
СПОРТУ, ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ  
РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ»**

**22 березня 2024 року**



**Харків - 2024**

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ АЕРОКОСМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ М. Є. ЖУКОВСЬКОГО  
«ХАРКІВСЬКИЙ АВІАЦІЙНИЙ ІНСТИТУТ»  
КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,  
СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ

## ЗБІРНИК ТЕЗ

II ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ  
«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ,  
ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ  
РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ»

22 березня 2024 року

Харків – 2024

**УДК 796(063)**

**A43**

Актуальні питання фізичного виховання, спорту, здорового способу та якості життя різних верств населення : збірник тез II Всеукраїнської науково-практичної конференції (електронне видання), 22 березня 2024 року. Харків : Національний аерокосмічний університет імені М. Є. Жуковського «Харківський авіаційний інститут», 2024. 372 с.

У збірнику представлені тези за напрямками роботи конференції: фізичне виховання та рухова активність різних верств населення; удосконалення підготовки спортсменів; олімпійський, паралімпійський та професійний спорт; проблеми формування здорового способу та якості життя людини у сучасному суспільстві.

Збірник тез представляє теоретичний і практичний інтерес для докторів, аспірантів, магістрів, студентів, тренерів, спортсменів, викладачів, наукових працівників.

**Голова організаційного комітету:** *Баканова О.Ф., к.фіз.вих., доцент, завідувач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.*

**Організаційний комітет:** *Рядова Л. О., к.фіз.вих., старший викладач кафедри, Крамаренко В. І., старший викладач кафедри.*

**Редакційна колегія:**

**Баканова Олександра Феліксівна** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.

**Рядова Ліліана Олегівна** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.

**Крамаренко Валентина Іванівна** – старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.

**Білоус Наталія Сергіївна** – старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.

**Єварницький Ігор Андрійович** – старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.

**Єрмоменко Віталій Миколайович** – старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.

**Кононенко Неллі Миколаївна** – старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.

**Криворучко Світлана Миколаївна** – старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.

**Самохін Олексій Олексійович** – старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.

**Слободянюк Олег Вячеславович** – старший викладач кафедри фізичного виховання, спорту та реабілітації.

**Затверджено**

Вченою радою гуманітарно-правового факультету  
Національного аерокосмічного університету імені М. Є. Жуковського  
«Харківський авіаційний інститут»  
(протокол № 6 від 12 березня 2024 року)

**II Всеукраїнська науково-практична конференція**  
**«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ, ЗДОРОВОГО СПОСОБУ**  
**ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ»**

<b>Маслова О. В., Тисленко С. В., Ростоцька В. О.</b> <i>Окремі аспекти професійної діяльності баскетбольних арбітрів в умовах дії шумового забруднення навколишнього середовища.....</i>	261
<b>Мусієнко І. Ю.</b> <i>Ефективність різних типів велосипедів у залежності від умов маршруту.....</i>	264
<b>Осадча О. І., Шевцов С. М., Волошина В. С.</b> <i>Резистентність організму спортсменів з урахуванням негативних факторів антропогенного середовища.....</i>	267
<b>Панасенко Д. В.</b> <i>Роль тренера в розвитку спортивного потенціалу у здобувачів вищої освіти, які займаються тенісом.....</i>	271
<b>Риженко Д. Ю.</b> <i>Побудова тренувального процесу з техніки гірського туризму в командному заліку.....</i>	274
<b>Рожков В. О.</b> <i>Особливості застосування інженерно-технічних засобів у лижному спорті.....</i>	277
<b>Рябченко О. В.</b> <i>Сучасні реалії підготовки спортсменок до змагань з художньої гімнастики.....</i>	280
<b>Самохін О. О.</b> <i>Ризики та переваги участі у змаганнях з кікбоксингу: аналіз впливу на здоров'я спортсменів.....</i>	283
<b>Слободянюк О. В.</b> <i>Вплив раціонального харчування на досягнення високих спортивних результатів у важкій атлетиці.....</i>	286
<b>Чернікова О. О., Барчук М. А., Редько Н. О.</b> <i>Сучасні підходи до вивчення окислювального стресу та дії антиоксидантів у практиці спортивної підготовки.....</i>	290
<b>Шахліна Л. Г., Котко Д. М., Журомський С. В.</b> <i>Сучасний стан питання щодо участі трансгендерів в олімпійському спорті.....</i>	293
<b>Шевчук О. К.</b> <i>Бібліометрична структура дослідницького поля «інклюзія в спорті».....</i>	296
<b>Шестерова Л. Є., Козарь С. С.</b> <i>Особливості вдосконалення техніки бігу на середні дистанції.....</i>	299
<b>Ясько Л. В., Сова В. М.</b> <i>Психофізіологічний стан юних тхеквондистів у процесі тренувальних занять.....</i>	303

**СЕКЦІЯ 3**

**ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ ЛЮДИНИ У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ**

<b>Tsyhanovska N., Skalski D. W.</b> <i>Aktywność fizyczna jako profilaktyka stresu фізична активність як профілактика стресу.....</i>	308
<b>Висоцька Н.С., Кравченко О. С.</b> <i>Проблеми формування здорового способу та якості життя людини у сучасному суспільстві.....</i>	312
<b>Дух Т. І., Кіщак М. Ю.</b> <i>Аналіз компонентного складу тіла здобувачів вищої освіти спеціальності фізична терапія та ерготерапія.....</i>	316

**Маслова О. В., к.фіз.вих., доцент, доцент кафедри**  
**Тисленко С. В., здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти**  
**Ростоцька В. О., здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти**  
*Національний університет фізичного виховання і спорту України,*  
*м. Київ, Україна*

### **ОКРЕМІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ** **БАСКЕТБОЛЬНИХ АРБІТРІВ В УМОВАХ ДІЇ ШУМОВОГО** **ЗАБРУДНЕННЯ НАВКОЛИШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА**

**Анотація.** Представлені у роботі дослідження спрямовані на встановлення специфіки професійної діяльності баскетбольних арбітрів в умовах дії шумового забруднення вболівальників під час змагань. Визначено, що шум має широкий спектр впливу, починаючи від перешкоджання когнітивній обробці інформації і закінчуючи негативним впливом на психічне та фізичне здоров'я людини. Тому розуміння факторів, які пом'якшують взаємозв'язок між шумом і реакцією людини, має вирішальне значення для вирішення проблем, починаючи від загальних теорій стресу і закінчуючи прагматичною розробкою стратегій зменшення професійного шуму, зокрема у практиці фізичної культури і спорту.

**Ключові слова:** арбітр, баскетбол, вболівальники, суддівство, шум, шумове забруднення.

**Вступ.** Сьогодні не викликає сумнівів, що ті або інші дії вболівальників, особливо шумовий фон, впливають на безпосередніх учасників самого процесу змагань. У психології такий вплив зацікавлених спостерігачів на учасників змагання отримав назву ефекту присутності (соціальною мовою – «фацілітація») [1, 3].

Оскільки самопочуття уболівальників залежить від успіхів спортсменів, за яких вони вболівають, свою допомогу «своїм» спортсменам уболівальники бачать у тому, щоб надихнути їх і деморалізувати «чужих». Здійснюється це за допомогою гучних криків, пісень, «кричалок», гри на музичних інструментах, шумових сигналів і т. д. [5].

З цих причин знання щодо дії шумового забруднення на нейтральних учасників змагального процесу, а саме арбітрів визначило **мету нашого дослідження** – встановити особливості професійної діяльності баскетбольних арбітрів в умовах дії шумового забруднення вболівальників під час змагань.

**Матеріал і методи дослідження.** Дослідження проводилося на базі Національного університету фізичного виховання і спорту України, кафедра спортивної медицини, відповідно до плану підготовки кваліфікаційних робіт здобувачів ступеня магістра, за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт. У дослідженні прийняло участь 58 арбітрів Федерації баскетболу України:

**II Всеукраїнська науково-практична конференція**  
**«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ, ЗДОРОВОГО СПОСОБУ**  
**ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ»**

22 учасника – арбітри національної категорії, 36 респондентів – судді першої категорії.

*Методи дослідження:* аналіз спеціальної наукової та методичної літератури, моніторинг інформаційних джерел мережі Інтернет, соціологічні методи, методи математичної статистики.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Існує значна кількість наукових та методичних робіт щодо впливу шуму на сприйняття і засвоєння інформації людиною, формуючи у відповідь стресові реакції організму різних типів і на різному рівні (клітинному, тканинному і органному).

Людям доводиться докладати більше зусиль для виконання завдання в присутності шуму, а у практиці фізичної культури і спорту потенційно встановленими, але науково недоведеними є сформульовані твердження відносно того, що шум від занять, конкретно самих учасників навчально-тренувального процесу, відрізняється уривчастістю і високими тонами та викликає психічну втому вчителя [4].

Проведене нами анкетне опитування було спрямовано на вивчення фізичного стану під час обслуговування змагань в умовах відкритого і закритого середовища; виявлення суб'єктивних ознак погіршення стану організму; зниження рівня фізичної і розумової працездатності.

Перші результати опитування, які були нами оброблені у загальній виборці респондентів продемонстрували невеликі відсотки відміченої дії шуму на стан і професійну діяльність опитаних арбітрів. Слід відмітити, що найбільший відсоток було зареєстровано у суддів першої кваліфікації із зазначенням пункту погіршення фізичного стану під час обслуговування ігор. Цікавим є той факт, що за уточнення відповіді арбітри зазначили появу слабкості під час роботи, швидке відчуття втомлюваності, розсіяння уваги і зниження швидкості реакції на зміну ігрової ситуації.

Під час подальшої роботи з отриманими даними анкетування було прийнято рішення видокремити дві групи респондентів: арбітри, які працюють безпосередньо або в більшості на іграх у закритому середовищі в умовах спортивної зали, та арбітрів, які задіяні на іграх відкритих майданчиків. Дане рішення ґрунтувалося на теоретичних засадах визначення змісту поняття шумового забруднення і посилення його впливу на організм людини в умовах дії фактору відлуння – акустики [2, 3].

Отримані дані показали зовсім іншу динаміку результатів анкетування. Виявилось, що гіпотетичний фактор акустики дійсно має прояв на стан організму та професійну діяльність арбітрів у баскетболі в залежності від умов роботи. Значно збільшився відсоток респондентів саме у групі арбітрів, які працюють в умовах закритих спортивних залів, щодо визначення дії шумового подразника. Так, було встановлено, що 58% арбітрів високої кваліфікації та 44% суддів першої категорії відмітили погіршення фізичного стану, зазначивши додатково серед ознак порушення координації рухів, зокрема м'якої моторики; 68% опитаних арбітрів національної категорії і 48% суддів

**II Всеукраїнська науково-практична конференція**  
**«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ, ЗДОРОВОГО СПОСОБУ**  
**ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ»**

першої категорії відмітили появу суб'єктивних ознак порушення функціонального стану організму, серед яких відмічені були наступні: поява головного болю, поява головокружіння, слабкість м'язів, порушення ритму дихання, надмірне потовиділення, нудота, погіршення зору та зниження слуху.

Значна кількість респондентів також підтвердили зниження фізичної і розумової працездатності, активності робочих процесів, збільшення кількості помилок у прийнятті суддівських рішень і т. д.

**Висновки.** Спираючись на результати проведеного нами дослідження, формулювання практичних рекомендацій на даному етапі було приведено до групування положення застосування адекватних засобів зниження дії шуму на фізичний стан арбітрів та інтенсифікації процесу відновлення організму після такого навантаження.

**Перспективи подальших досліджень.** Подальші дослідження будуть спрямовані на побудову технології управління професійною діяльністю баскетбольних арбітрів за умов впливу на них шумового навантаження.

**Список використаної літератури**

1. Бахарєва Г. Ю. Забруднення атмосферного повітря як фактор впливу на безпеку життєдіяльності. *Безпека людини у сучасних умовах* : зб. наук. статей та мат. IX-ї міжнар. наук.-метод. конф. та 121-ї міжнар. конф., 7–8 груд. 2017 року. Харків : НТУ «ХП», 2017. С. 178.

2. Грибан Г. П., Сметанникова Т. В. Сучасний спорт і екологія навколишнього середовища. *Біологічні дослідження*. 2017. С. 413–415.

3. Котко Д. М., Гончарук Н. Л., Шевцов С. М., Левон М. М. Довкілля та фізична працездатність спортсмена. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. пр. / за ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2022. Вип. 12 (158) 22. С. 59–65.

4. Котко Д. М., Гончарук Н. Л., Шевцов С. М., Левон М. М. Забруднення повітря як фактор, що формує здоров'я та впливає на працездатність спортсменів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. пр. / за ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2022. Вип. 4 (149) 22. С. 64–69.

5. Szalma James Hancock, Peter. Noise effects on human performance: a meta-analytic synthesis. *Psychological bulletin*. 2011. № 137. С. 682–707.