

Національний університет  
фізичного виховання і спорту України



# ЗБІРНИК ТЕЗ ДОПОВІДЕЙ

XVIII Міжнародної студентської  
наукової конференції  
«Спорт та сучасне суспільство»

Київ 2025

УДК: 796:316.3(063)

Спорт та сучасне суспільство: Збірник тез доповідей XVIII Міжнародної студентської наукової конференції, 28 березня 2025 року [Електронний ресурс]. – К., 2025. – 96 с.

У збірнику представлені тези з питань: актуальні проблем підготовки спортсменів, соціальні, правові та організаційно-управлінські аспекти розвитку сучасного спорту, новітні тренди оздоровчо-рекреаційної рухової активності та фізичного виховання різних груп населення..

Матеріали збірника представляють теоретичний і практичний інтерес для докторантів, аспірантів, здобувачів ступенів бакалавра та магістра, тренерів, спортсменів, викладачів, науково-педагогічних працівників, студентів.

***Редакційна колегія:***

Байрачний О. В., канд. фіз.виховання і спорту, доц.  
Безмилов М. М., д-р. фіз.виховання і спорту, доц.  
Бобровник В. І., д-р. фіз.виховання і спорту, проф.  
Борисова О. В., д-р. фіз.виховання і спорту, проф.  
Булгакова Т. М., канд. пед. наук, доц.  
Гончаренко Є. В., канд. фіз.виховання і спорту, доц.  
Гринь О. Р., канд. пед. наук, проф.  
Дудорова Л. Ю., д-р. пед. наук, проф.  
Кропивницька Т. А., канд. фіз.виховання і спорту, доц.  
Маринич В.Л., канд. фіз.виховання і спорту, доц.  
Пальчук М. Б., канд. фіз.виховання і спорту, доц.  
Петренко Г. В., канд. пед. наук, доц.  
Приймак М.М., канд. фіз.виховання і спорту, доц.  
Прокопенко А. О., д-р. філософ. ФКС  
Русанова О. М., д-р. фіз.виховання і спорту, доц.  
Салямін Ю. М., канд. пед. наук, доц.  
Сергієнко К. М., канд. фіз.виховання і спорту, доц.  
Усиченко В. В., канд. фіз.виховання і спорту, доц.  
Футорний С. М., канд. мед. наук, д-р. фіз.виховання і спорту, проф.  
Шутова С. Є., канд. фіз.виховання і спорту, доц.  
Яковенко О.О., канд. фіз.виховання і спорту, доц.

Тези пройшли перевірку з використанням сервісу пошуку плагіату StrikePlagiarism.

Рекомендовано Вченою радою Національного університету фізичного виховання і спорту України, протокол № 13 від 24.04.2025 р.

**ЗМІСТ****РОЗДІЛІ****АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ**

- БЛОНДИК М., БАЛАН Б. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК КРИТЕРІЙ РАЦІОНАЛЬНОГО ВИКОНАННЯ ТАКТИКО-ТЕХНІЧНИХ ДІЙ ФУТБОЛІСТІВ В ПЕРІОД ПЕРЕХОДУ ДО ПРОФЕСІЙНИХ КОМАНД 8**
- ВНАРОВСЬКИЙ В., ШИРОКОСТУП В. НОВІТНІ ПІДХОДИ ДО ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У БАЛАНСІ МІЖ НАВАНТАЖЕННЯМ І ВІДНОВЛЕННЯМ 10**
- ГОЛУБ М., ШУТОВА С., КОПИЛ О. ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ БАСКЕТБОЛІСТІВ В ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОМУ СПОРТІ 12**
- ДАДІВЕРЕН Є., БАБЕНКО Д. ЦИФРОВІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФУТБОЛЬНОМУ ТРЕНУВАННІ 14**
- КУШНЕРЧУК С., ПРОКОПЕНКО А., КОНСТАНТИНОВСЬКА Н. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ДО ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ТЕНІСІСТІВ ГРУП СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ ПІДГОТОВКИ 16**
- МАРШИНА Р., МАКСИМОВА Ю. ВДОСКОНАЛЕННЯ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ГІМНАСТОК ВІКОМ 8-9 РОКІВ 18**
- МЕЩЕРІНА Д., СМІРНОВА З. ФІЗИЧНІ ЯКОСТІ СПОРТСМЕНІВ ТА ЇХ ЗНАЧЕННЯ В ЛИЖНИХ ГОНКАХ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ 20**
- МИХАЙЛЮК Д., МИТЬКО А., НАГОРНА В. АНАЛІЗ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ПОКАЗНИКІВ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ ГРАВЦІВ ВОЛЕЙБОЛЬНОЇ КОМАНДИ 22**
- НАПОЛЬСЬКИЙ В., КОНОВАЛ Ю. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У ВЕЛОСИПЕДНОМУ СПОРТІ НА ТРЕКУ 24**
- НЕДІЛЯ Д, ПУНДА К., ШУТОВА С. АНАЛІЗ РІВНЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ 25**
- ПЛЯМКА В., ХУРТИК Д. ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ 14-15 РОКІВ В ГІРСЬКОЛИЖНОМУ СПОРТІ 27**
- САВЧЕНКО Д., СЕРЕБРЯКОВ О. СУЧАСНІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ РУХЛИВИХ ІГОР ПІД ЧАС ТРЕНУВАНЬ РЕГБІСТІВ У ДЮСШ 29**

## СУЧАСНІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ РУХЛИВИХ ІГОР ПІД ЧАС ТРЕНУВАНЬ РЕГБІСТІВ У ДЮСШ

Савченко Д., Серебряков О.

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

**Вступ.** Рухливі ігри є невід'ємною складовою сучасного тренувального процесу у дитячо-юнацьких спортивних школах (ДЮСШ), зокрема у підготовці юних регбістів. Вони сприяють комплексному фізичному розвитку, формуванню базових технічних навичок, а також підтримують високий рівень мотивації та емоційної залученості спортсменів. Через одноманітність тренувальних занять нерідко спостерігається зниження відвідуваності, що зумовлено втратою інтересу з боку вихованців [4]. Саме тому актуальним є впровадження ігрових методів, які роблять тренування більш динамічними та захопливими.

**Мета роботи** – дослідити сучасні підходи до застосування рухливих ігор у тренувальному процесі регбістів у ДЮСШ та оцінити їхній вплив на розвиток фізичних якостей і технічної майстерності юних спортсменів.

**Методи дослідження:** аналіз науково-методичної літератури та джерел Інтернет.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Рухливі ігри відіграють ключову роль у гармонійному фізичному та психологічному розвитку юних регбістів. Вони сприяють підвищенню витривалості, швидкості, координації, а також мотивації до занять спортом. Важливо адаптувати ігри до вікових, фізичних і психологічних особливостей спортсменів, що дозволяє покращити технічну підготовку та досягти більш високих результатів [5].

Сучасні підходи до ефективного застосування рухливих ігор у навчально-тренувальному процесі:

1. Роль рухливих ігор у тренувальному процесі. Розвиток основних фізичних якостей (витривалості, сили, швидкості, спритності та координації). Поліпшення психологічного стану спортсменів - зниження рівня стресу, підвищення емоційного тону. Підвищення зацікавленості дітей та підлітків у тренуваннях через використання ігрових методів [4].

2. Сучасні методики використання рухливих ігор. Застосування модифікованих ігор, що наближені до реальних ситуацій у регбі (відбір м'яча, боротьба за територію, удари ногою). Інтеграція рухливих ігор у загальну та спеціальну фізичну підготовку [2].

3. Вплив рухливих ігор на розвиток регбістів у ДЮСШ. Покращення техніки та тактики гри - навчання основам ухилення від суперника, захватів, передачі м'яча та швидкості реакції. Адаптація серцево-судинної системи - регулярні ігрові навантаження сприяють розвитку витривалості. Формування командної взаємодії - поліпшення комунікації та співпраці між гравцями [1].

4. Сучасні підходи до організації тренувань у ДЮСШ. Використання інтерактивних методів навчання - відеоаналіз, розбір ігор та ситуацій. Застосування періодизації тренувань з використанням рухливих ігор на різних етапах підготовки. Врахування вікових та індивідуальних особливостей спортсменів при плануванні рухливих ігор [5].

**Висновки.** Рухливі ігри є ефективним засобом підвищення якості тренувального процесу у регбі серед вихованців ДЮСШ. Вони сприяють розвитку фізичних якостей, технічної майстерності та психологічної стійкості юних спортсменів. Інтеграція сучасних методик, дозволяє не лише урізноманітнити заняття, але й підвищити їх результативність.

### Список використаних джерел.

1. Дьяків А. І. Ігрові методи в навчанні техніки та тактики регбі. *Спортивна наука*. 2018. Т. 7, № 3. С. 88–92.
2. Коваленко В. В. Методика тренувань у регбі. Харків : Олімпійська література, 2019. 192 с.
3. Пономаренко О. М. Рухливі ігри та їх застосування в спортивному тренуванні. *Спортивна педагогіка*. 2020. Т. 12, № 1. С. 45–57.
4. Тимошук А. А. Психологічний аспект тренувального процесу в регбі. Київ : Видавничий центр "Педагогіка", 2020. 144 с.
5. Bunker R. W., Thorton J. L. *Coaching Rugby: The Essential Guide for Coaches and Players*. Champaign : Human Kinetics, 2019. 240 p.