

**SCI-CONF.COM.UA**

# **PERSPECTIVES OF WORLD SCIENCE AND EDUCATION**



**ABSTRACTS OF III INTERNATIONAL  
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE  
NOVEMBER 27-29, 2019**

**OSAKA  
2019**

# **PERSPECTIVES OF WORLD SCIENCE AND EDUCATION**

Abstracts of III International Scientific and Practical Conference

Osaka, Japan

27-29 November 2019

**Osaka, Japan**

**2019**

**UDC 001.1**

**BBK 79**

The 3<sup>rd</sup> International scientific and practical conference “Perspectives of world science and education” (November 27-29, 2019) CPN Publishing Group, Osaka, Japan. 2019. 829 p.

**ISBN 978-4-9783419-8-3**

The recommended citation for this publication is:

*Ivanov I. Analysis of the phaunistic composition of Ukraine // Perspectives of world science and education. Abstracts of the 3rd International scientific and practical conference. CPN Publishing Group. Osaka, Japan. 2019. Pp. 21-27. URL: <http://sci-conf.com.ua>.*

**Editor**

**Komarytskyy M.L.**

*Ph.D. in Economics, Associate Professor*

**Editorial board**

Ryu Abe (Kyoto University)

Yutaka Amao (Osaka City University)

Hideki Hashimoto (Kwansei Gakuin University)

Tomohisa Hasunuma (Kobe University)

Haruo Inoue (Tokyo Metropolitan University)

Osamu Ishitani (Tokyo Institute of Technology)

Nobuo Kamiya (Osaka City University)

Akihiko Kudo (Tokyo University of Science)

Takumi Noguchi (Nagoya University)

Masahiro Sadakane (Hiroshima University)

Vincent Artero, France

Dick Co, USA

Holger Dau, Germany

Kazunari Domen, Japan

Ben Hankamer, Australia

Osamu Ishitani, Japan

Collection of scientific articles published is the scientific and practical publication, which contains scientific articles of students, graduate students, Candidates and Doctors of Sciences, research workers and practitioners from Europe, Ukraine, Russia and from neighbouring countries and beyond. The articles contain the study, reflecting the processes and changes in the structure of modern science. The collection of scientific articles is for students, postgraduate students, doctoral candidates, teachers, researchers, practitioners and people interested in the trends of modern science development.

**e-mail: [osaka@sci-conf.com.ua](mailto:osaka@sci-conf.com.ua)**

**homepage: [sci-conf.com.ua](http://sci-conf.com.ua)**

©2019 Scientific Publishing Center “Sci-conf.com.ua” ®

©2019 CPN Publishing Group ®

©2019 Authors of the articles

	РЕКРЕАЦІЙНОЇ СФЕРИ ЗА ДОПОМОГОЮ РЕЙТИНГОВОГО ОЦІНЮВАННЯ.	
69.	ГАРГАУН Н. М. ФОРМУВАННЯ ЕКОНОМІЧНОЇ КУЛЬТУРИ МОЛОДШИХ СПЕЦІАЛІСТІВ ТЕХНІКІВ-ЕЛЕКТРИКІВ У ПРОЦЕСІ ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ.	502
70.	ВИТЮК А. РОЖДЕНИЕ БЕЗЛАДОВОЙ МОДЕЛИ БАС-ГИТАРЫ, КАК НОВОГО ВИДА ИНСТРУМЕНТОВ БАСОВОГО ДИАПАЗОНА.	506
71.	VALEVSKAYA L., SOKOLOVSKAYA O., SHALENYU V., SHULYANSKA A. SUPERFOOD SUPPLY PRODUCTS.	510
72.	KRASNOPOLSKYU Y. A., SAVCHENKO L. V. APPLICATION OF MODERN DIGITAL TECHNOLOGIES IN SUPPLY CHAINS.	515
73.	КРІВЦОВ В. В., КОЗЯР М. М., КРІВЦОВ В. В. ОБЕРНЕНА ЗАДАЧА ЯК ЗАСІБ ОТРИМАННЯ ДОДАТКОВОЇ ІНФОРМАЦІЇ ПРО ЗВ'ЯЗКИ МІЖ ВЕЛИЧИНАМИ ВИХІДНОЇ ЗАДАЧІ.	525
74.	КУНДЕНКО Н. П., ЕГОРОВ А. Б., ЕГОРОВА О. Ю. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ОПТИЧЕСКОГО ИЗЛУЧЕНИЯ НА МОЛОЧНЫХ ФЕРМАХ	534
75.	МІХЄЄВА Г. В., МІХЄЄВ А. О. МІКРООРГАНІЗМИ В ОТОЧУЮЧОМУ СЕРЕДОВИЩІ ТА ЇХ ЗНАЧЕННЯ.	541
76.	НЕМЧЕНКО А. S., MISHCHENKO V. I., VYNNYK E. V., NAKONECHNAYA K. S. OVERVIEW OF THE DEVELOPMENT OF THE DISTANCE FORM OF EDUCATION IN UKRAINE.	549
77.	SALUKVADZE I. N., TARABANOVSKAYA S. V. CONVERSION MONITORING OF ECONOMIC DEVELOPMENT OF THE NON-CONTROLLED TERRITORY BY UKRAINIAN GOVERNMENT AFTER THE WAR: THE UKRAINIAN VISION.	554
78.	СТАРИКОВА Г. Г. СПЕЦИФИКА ПОНЯТИЙНОЇ ФОРМАЛІЗАЦІЇ В ЛОГІКЕ І ЕСТЕСТВЕННОМ ЯЗЫКЕ.	559
79.	КНОМЕНКО О., МАКЕДОНСКАЯ О., DATSENKO B. BIOACTIVE GLASS MATERIALS OBTAINED BY ZOL-GEL METHOD.	566
80.	КНОМОВИЙ S., ТОМИЛОВА-ЯРЕМЧУК N., ЛЯТВИНЕНКО V., КНОМОВИЙ M. FEATURES INTRODUCTION OF PROCESS OF USE OF THE DIGITAL SIGNATURE IN UKRAINE (ACCOUNTING AND LEGAL ASPECTS).	570
81.	ШКРАБАЧЕНКО О. І., ЛИТВИН А. Г. ФОРМУВАННЯ МОВЛЕННСВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЧЕРЕЗ РОЗВИТОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ.	575
82.	ШЛЄІНА Л. І., ОБЕСКОВ О. В. КОМУНІКАЦІЇ В СФЕРІ ТУРИЗМУ.	580
83.	ЮРЧЕНКО А. А., ХВОРОСТИНА Ю. В., ОСТРОГА М. М., ПУНЬКО В. В. ИЗУЧЕНИЕ ПРОГРАММИРОВАНИЯ: АНАЛИЗ ПРОГРАММ ПО ИНФОРМАТИКЕ ДЛЯ СТАРШЕЙ ШКОЛЫ В УКРАИНЕ.	587
84.	ЯНКОВСЬКА Л. А., СЕМЧУК Ж. В., КОШОВИЙ Б.-П. О., КОНОВАЛОВА Н. Т. СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНОГО РОЗВИТКУ МОЛОДІ .	596

## ВЛИЯНИЕ СТРЕССОГЕННЫХ ФАКТОРОВ НА СОРЕВНОВАТЕЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СПОРТСМЕНОВ

Курдыбаха О. М.

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины  
Украина, Киев

**Аннотация:** профессиональная специфика спортсменов, их хронический травматизм, накопление усталости на протяжении постоянных соревновательных мероприятий не проходит бесследно и причиной того есть стрессогенные факторы, которые влекут за собой ряд негативных последствий и снижение уровня потенциала в соревновательной деятельности. Поэтому важно знать причины, механизмы стресса и их преодоление для хорошей стрессоустойчивости спортсменов и положительной динамики в соревновательной деятельности.

**Ключевые слова:** стресс; стрессогенные факторы; тревога; резистентность; истощение.

В истории современного спорта и физического воспитания одной из ключевых проблем выступают стрессогенные факторы, которые снижают уровень потенциала спортсменов в соревновательной деятельности. Область психологической науки изучает закономерности развития и формирования психической деятельности под влиянием учебно-тренировочной и соревновательной деятельности.

Специфика занятий физическими упражнениями определяет предмет психологического обеспечения физического воспитания и спорта. Им является человек, сознательно овладевающий движениями своего тела, умениями целенаправленно перемещать его во времени и пространстве с помощью собственных усилий [3]. Развитие физических качеств, психических процессов

и контроль эмоциональных состояний личности – есть целью совершенствования в условиях спортивной деятельности. От уровня этих качеств зависит положительная динамика спортсмена в соревновательной деятельности. При помощи регулярных физических тренировок вырабатывается: сила, быстрота, выносливость и ловкость. В процессе спортивной деятельности формируются общие и специальные алгоритмы действий (умения и навыки), необходимые для реализации физической и психической активности в условиях собственной жизнедеятельности. «В условиях спортивной деятельности наряду с физиологическими компонентами психические аспекты также могут быть сильными стрессорами. Не сама ситуация является стрессором, а отношение спортсмена к ней может сделать ее таковой» [2].

Классификация стресс-факторов спортивной деятельности (рис. 1).



Рис. Классификация стресс-факторов спортивной деятельности  
Fig. Classification of stress-factors of competition activity

Спортивные стрессы можно разделить на две группы: с кратковременным действием на организм и с длительным действием на организм.

В первой группе - стрессоры, которые:

- провоцируют страх (при исполнении упражнения, где ранее была получена травма, встреча с победителем);
- вызывают неприятные физиологические ощущения (болевыe симптомы, утомление);
- завышают установки на рекордный результат;

- отвлекают внимание во время соревновательной деятельности из-за опасения за свое здоровье, семейные, или бытовые трудности;

- вспоминаются во время соревнований, как неудачный опыт или старт (при ошибке в технике движения);

Во второй группе (длительного действия на организм) такие стрессогенные факторы, связанные:

- с риском и опасностью (прыжки с трамплина, хоккей, мотоспорт);

- с длительной нагрузкой (продолжительное выполнение упражнений на фоне физического и психического утомления);

- с борьбой (длительные соревнования);

- с изоляцией (отрыв от дома и семьи во время соревнований).

Стрессоры влияют негативно на соревновательную деятельность спортсменов, способствуют к физическому и психологическому дискомфорту, вследствие чего возникает стресс. В психологической науке различают три формы соревновательного стресса:

- предстартовую лихорадку;

- стартовую апатию;

- боевую готовность.

При первой форме спортивного стресса выражено чрезмерное перевозбуждение нервной системы, отмечается повышенный тонус мышц и трудности в поддержании ясности тактического мышления

Вторая форма возникает при длительном ожидании соревнований и сопровождается ваготонией, пониженной мотивации и общей слабости

При третьей форме стресса - отмечается стадия боевой готовности, когда у спортсмена выражен повышенный уровень стремления победить, психическое состояние характеризуется высокой мотивационной деятельностью, умеренным эмоциональным напряжением, способностью к сознательной саморегуляцией поведения, мыслей и чувств и хорошей концентрацией внимания [1].

Известным фактом успешности опытных и квалификационных спортсменов являются адаптационные возможности личности в состоянии

соревновательного стресса, так как установлено, что воздействие раздражающих факторов небольшой интенсивности повышает адаптацию к тем же стрессорам большой интенсивности. Эта закономерность способствовала новым разработкам методики антистрессовой психологической подготовки: стресс-прививочная терапия Д. Мейхенбаума [7].

Для преодоления стресса в спортивной практике применяются:

- психологическое сопровождение спортсмена (спортивной команды) - направленно на улучшение и актуализацию психических свойств, процессов и состояний для повышения эффективности тренировочного процесса, подготовки к соревнованиям и выступлениям в них;
- психологическая помощь спортсмену по устранению проблем и трудностей, характерных для разных этапов спортивной карьеры;
- консультирование спортсмена, тренера (рекомендации направлены для анализа стрессовой ситуации, предложение вариантов, анализ последствий того или иного выбора, а также помощь спортсмену в поиске «внутренней опоры» для самостоятельного преодоления трудностей, также консультация тренеров по волнующим их проблемам в психологической подготовке спортсменов)
- лекции и практические занятия, которые направлены на формирование психологической грамотности и компетентности спортсмена и тренера.

Большинство тренеров помогают спортсменам в решении возникающих проблем, но следует учитывать, что возможности тренера по оказанию психологической помощи ограничены, поскольку он не может оценить результаты психологической диагностики, провести тренинги и занятия направлены на улучшения взаимодействия, стрессоустойчивость, релаксацию. В практической работе спортивных психологов эффективными являются психологическое сопровождение по преодолению стрессовых состояний, при котором одновременно психолог и сам работает со спортсменами, и дает необходимые рекомендации тренеру.

При правильной физической и психоэмоциональной подготовке спортсменов можно сохранить на долгое время оптимальный уровень эмоциональных



переживаний в течение всей спортивной деятельности и непосредственно перед ней. Для эффективного преодоления стресса необходимо реально оценивать затраты энергии и ресурсы для достижения цели. Процесс личного развития должен включать механизмы восстановления психической деятельности и саморегуляции личности.

### **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Вяткин, Б.А. Диагностика и регулирование психического состояния спортсмена в соревнованиях / Б. А. Вяткин. – П., 1974.
2. Гиссен, Л. Д. — Психогигиеническая подготовка спортсменов. Сб. «Готовность спортсмена к соревнованиям». М., 1970, 110 — 145.
3. Пуни, А. Ц. предмет психологи физического воспитания и спорта / А. Ц. Пуни. – М. : Физкультура и спорт, 1984.
4. Родионов, А. В. Влияние психологических факторов на спортивный результат. — М., 1983.
5. Харре, Д. Учение о тренировке / Пер. с нем. — М., 1971.
6. Meichenbaum D. H. Stress inoculation training. - New York, Pergamon Press, 1985.
7. Meichenbaum D. H., Cameron R. Cognitive-behavior therapy // Wilson G. T. & Franks C. M. (Hrsg.) Contemporary behavior therapy: Conceptual and foundations. - New York, The Guilford Press, 1982.