



МІНІСТЕРСТВО
ОСВІТИ І НАУКИ
УКРАЇНИ

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СПОРТУ, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СПОРТУ, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Матеріали
Всеукраїнської науково-практичної конференції
студентів, аспірантів та молодих учених
м. Миколаїв, 28-29 жовтня 2021 р.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
ІМЕНІ АДМІРАЛА МАКАРОВА

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СПОРТУ,
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**Матеріали
Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів,
аспірантів та молодих учених**

м. Миколаїв, 28–29 жовтня 2021 року

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.*

Актуальні проблеми спорту, фізичного виховання, здоров'я людини :
А 43 матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів, аспірантів
та молодих учених, 28–29 жовтня 2021 року. – Миколаїв: НУК імені адмірала
Макарова, 2021. – 318 с.

ISBN 978-966-321-436-8

У збірнику представлено тези за напрямками роботи конференції:
"Олімпійський рух, олімпійська освіта: історія проблеми, можливості";
"Олімпійський та професійний спорт: проблеми та перспективи розвитку";
"Фізичний стан, контроль фізичної підготовки та успішності фізичного
виховання"; "Адаптивна фізична культура і спорт"; "Розвиток Wellness-індустрії
в Україні та світі". Матеріали конференції становлять науковий інтерес для
науково-педагогічних працівників, тренерів, спортсменів, викладачів, наукових
співробітників.

Гринько В. С., Бірюк С. В. Вдосконалення ритмової структури бар'єрного бігу у жінок (на прикладі бігу на 100 м з бар'єрами).....	58
Дикусар М., Адаменко О. О. Психологічна підготовка спортсменів з настільного тенісу.....	60
Дубиненко І., Наконечний І. В. Система орієнтовної градації бальної оцінки показників фізичної підготовленості юних баскетболістів	62
Заборей І., Адаменко О. О. Підготовка спортсменів з греблі на каное в змагальному періоді.....	65
Заплотинський В., Наконечний І. В. Основні проблеми збереження фізичної підготовки студенток-баскетболісток в умовах карантинних обмежень.....	67
Запша М. С., Бірюк С. В. Історичний огляд досягнень миколаївських бігунів на середні дистанції.....	70
Іваненко А., Гримак А., Болотникова Т. Г. Особливості психологічної підготовки в олімпійському спорті.....	73
Калініченко І., Адаменко О. О. Адаптація організму спортсменів на заняттях з бадмінтону.....	75
Кірієнко Л. А., Кувалдіна О. В. Олімпійський та професійний спорт: проблеми та перспективи розвитку легкої атлетики.....	77
Козленко А. Д., Савіна О. Ю., Калініченко І. В. Ідентифікація ризиків спортивних проєктів.....	78
Курочкін І. Г., Савіна О. Ю. Техніко-тактична підготовка борців греко-римського стилю.....	83
Москвич А. І., Кувалдіна О. В. Методика навчання техніки стрибків у висоту юних спортсменів на етапі попередньої базової підготовки	85
Митько А. О., Нагорна В. О., Жигайлова Л. В., Качарова Є. В. Інтегральна підготовка гравців збірних команд України з більярдного спорту в умовах карантинних обмежень.....	87
Митько А. О., Нагорна В. О., Лялін І. В., Борисова О. В. Планування видів підготовки в тренувальному процесі висококваліфікованих більярдистів.....	90
Мулик К. В., Бершов С. І. Рівень фізичної підготовленості юних скелелазів 10-12 років.....	93
Нікітіна К., Савіна О. Ю. Особливості комунікування в кінному спорті	95
Півченко М. О., Семерджян М. Г. Олімпійська освіта та олімпійський спорт: проблеми та перспективи	97
Полулях І., Нагорна В. Контроль спеціальної фізичної та технічної підготовленості гравців в бейсболі.....	99
Сметана О. К., Фаріонов В. М. Сучасний стан проблеми спортивної підготовки жінок у пауерліфтіngu	101

3. Прыжки легкоатлетические: стаття // Легкая атлетика: Энциклопедия. В 2-х т.: [рос.] / В. Б. Зеличенко, В. Н. Спичков, В. Л. Штейнбах; общ. ред. В. В. Балахничев. – Москва: Человек, 2012. – Т. 2. – С. 200–201

4. Легкая атлетика: стаття // Легкая атлетика: Энциклопедия. В 2-х т.: [рос.] / В. Б. Зеличенко, В. Н. Спичков, В. Л. Штейнбах; общ. ред. В. В. Балахничев. – М.: Человек, 2012. – Т. 1. – С. 568–569

ІНТЕГРАЛЬНА ПІДГОТОВКА ГРАВЦІВ ЗБІРНИХ КОМАНД УКРАЇНИ З БІЛЬЯРДНОГО СПОРТУ В УМОВАХ КАРАНТИННИХ ОБМЕЖЕНЬ

Митько А. О., Нагорна В. О., Жигайлова Л. В., Качарова Є. В.

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ

Вступ. Сьогодні, в складний соціально-економічний період для нашої країни, коли карантинні заходи впливають на всі сфери діяльності людини, ми маємо шукати нові шляхи для реалізації наших планів. Інноваційних підходів подолання проблем, що завдає пандемічна ситуація у світі, вимагає і спорт вищих досягнень [3]. І хоча більярдний спорт не є контактним видом, все ж існує залежність навчально-тренувального процесу від правил карантинних заходів. Використовуючи науково обґрунтований підхід в побудові навчально-тренувального процесу в більярдному спорті, навіть в умовах дистанційного тренування можливо вдосконалювати техніко-тактичну підготовку більярдистів за рахунок використання спеціального обладнання та тренажерів для підвищення спортивної майстерності [1-4].

Пандемічна ситуація у всьому світі внесла свої корективи у змагальний та тренувальний процеси спортсменів. Для неолімпійських видів спорту було перенесено на рік строки проведення Всесвітніх ігор. Безпосередньо для пулу та піраміди було скасовано чемпіонати світу та Європи у 2020 році. І лише Міжнародна федерація снукеру, де чемпіонат Європи та світу в спортивному календарі 2020 року стояли у січні та лютому, встигла провести свої головні змагання [3].

Безумовно, така складна ситуація, як повна відсутність міжнародних турнірів для спорту вищих досягнень, має неминучі негативні наслідки в процесі багаторічної підготовки висококваліфікованих більярдистів. Тому перед нами стояли важливі завдання розробки інноваційної системи змагальної та техніко-тактичної підготовки гравців збірних команд України з більярдного спорту в умовах карантинних обмежень.

Мета дослідження – розробка індивідуальних планів та змісту планів-конспектів занять за умови дистанційного тренування з використанням інноваційних технологій та спеціального обладнання.

Методи та організація дослідження. Для вирішення поставлених завдань було проведено аналіз та узагальнення спеціальної науково-методичної

літератури, опитування, біомеханічні, педагогічні, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Для ефективного управління змагально-тренувальним процесом більярдистів національної збірної команди в умовах карантину нами було розроблено проект спеціального мобільного додатку. До цього додатку входять наступні розділи: профайл спортсмена, вихід на основну платформу турнірних сіток, ведення рахунку та статистики під час матчу, тестові завдання на 4 рівні спеціальної підготовленості більярдистів для пулу, снукеру та піраміди з можливістю внесення результатів виконання вправ в спеціальну форму для подальшої обробки даних тренером та корекції тренувальних навантажень з урахуванням оцінки по кожному виду підготовки.

Нами сформовано тестові завдання, які складаються з техніко-тактичних та ігрових вправ, виконання яких оцінюється за бальною системою і дають якісну оцінку рівня спеціальної підготовленості більярдистів на різних етапах багаторічної підготовки в снукері, пулі та піраміді. На основі отриманої інформації вносяться корективи в індивідуальні плани та зміст кожного навчально-тренувального заняття. Короткий зміст комплексу вправ кожного навчально-тренувального заняття вноситься в форму, в яку спортсмен вносить результати виконання кожної вправи.

Виконання кожної вправи контролювалося, як завдяки фіксації результатів у форму, так і при відеоспостереженні тренером виконання кожного завдання спортсменом.

Ця форма проведення навчально-тренувальних занять має місце не лише під час епідеміологічних умов, але може застосовуватися з позицій якісного засобу психологічної підготовки більярдистів до змагань. Моделювання такого ж психоемоційного стану гравця як і під час матчу, відбувається завдяки необхідності фіксації результату у форму з обов'язковим порівнянням отриманих балів за виконання таких же вправ іншими спортсменами, використання вебкамери через додаток, що дає можливість під'єднання відразу кількох фахівців-тренерів для експертної оцінки рівня підготовленості більярдиста.

Для визначення ефективності використання інноваційних технологій як засобу підвищення техніко-тактичної підготовленості гравців національної збірної команди з більярдного спорту ми провели порівняльний аналіз результатів тестів, які виконували висококваліфіковані більярдисти під час навчально-тренувального збору з інтегральної підготовки до чемпіонатів України 2019 та 2020 років. Як видно на рис. 1, результати тестування спортсменів з дистанційними елементами тренування у період застосування карантинних заходів 2020 року не мають статистично значущої різниці з виконанням тих же завдань тими же учасниками НТЗ у 2019 році.

Вказані факти підкреслюють якісне відображення ефективності застосованих нами методик дистанційного тренування спортсменів збірних команд України з більярдного спорту. Отримані данні були використані для впровадження їх у зміст індивідуального плану змагань та НТЗ для спортсменів основного складу національної збірної команди з більярдного спорту (пул) на сезон 2021 року.

Висновки. З метою дотримання під час навчально-тренувального процесу спортсменів збірної команди України з більярдного спорту законодавства в частині запобігання поширенню на території України гострої респіраторної хвороби COVID-19, спричиненої коронавірусом SARS-CoV-2, нами розроблено методику управління техніко-тактичною та інтегральною підготовкою гравців в умовах карантинних обмежень. Управління та контроль тренувальними навантаженнями і змагальними результатами кваліфікованих більярдистів здійснювався завдяки спеціальному мобільному застосунку. Ефективність програмування та контролю змагально-тренувального процесу підтверджена в аспектах техніко-тактичної і психологічної підготовленості контингенту, який досліджувався.

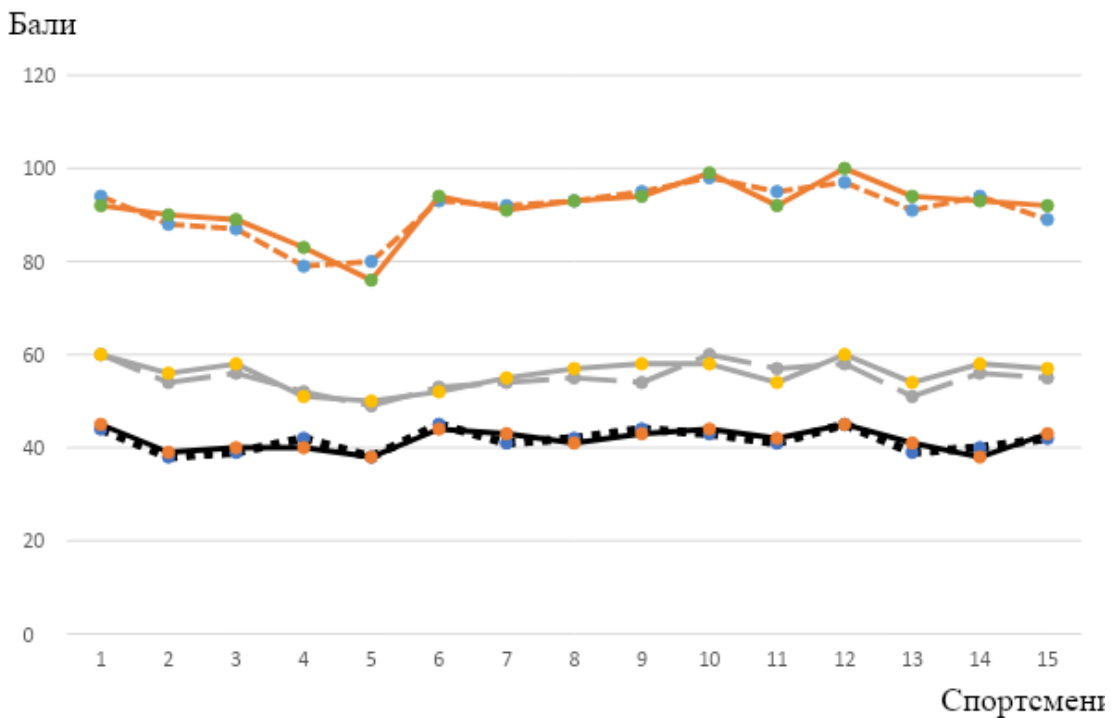


Рис. 1. Підготовленість висококваліфікованих більярдистів у 2019 та 2020 роках:
 ● – технічна підготовленість 2019;
 ● – технічна підготовленість 2020;
 ● – тактична підготовленість 2019;
 ● – тактична підготовленість 2020;
 ● – інтегральна (ігрова) підготовленість 2019;
 ● – інтегральна (ігрова) підготовленість 2020

Література

1. Борисова О, Нагорна В, Перетятко А, Митько А. Інноваційні підходи в підготовці більярдістів з порушеннями опорно-рухового апарату до чемпіонату Європи. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2019;32(179):15-8.
2. Борисова О, Нагорна В, Митько А. Індивідуальні підходи в програмуванні підготовки висококваліфікованих більярдістів. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. 2018;1(152):153-6.
3. Жигайлова Л, Митько А, Нагорна В. Інноваційні технології як засіб підвищення підготовленості висококваліфікованих більярдістів. В: Матеріали XIV Міжнародної студентської наукової конференції Спорт та сучасне суспільство [Інтернет]; 2021 Бер 19; Київ. Київ: НУФВСУ; 2021. с. 177–83.
4. Клестов АА, Митько АО, Нагорна ВО, Борисова ОВ. Контроль психологічної готовності кваліфікованих більярдістів до головних змагань макроциклу. В: Матеріали XIII Міжнародної студентської наукової конференції Спорт та сучасне суспільство [Інтернет]; 2020 Квіт 03; Київ. Київ: НУФВСУ; с. 82–6.

ПЛАНУВАННЯ ВИДІВ ПІДГОТОВКИ В ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ БІЛЬЯРДИСТІВ

Митько А. О., Нагорна В. О., Лялін І. В., Борисова О. В.

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ

Вступ. З 2001 року до програми Всесвітніх ігор увійшов більярдний спорт, а саме – три його основні дисципліни: карамболь, пул, снукер. Жодного разу українські більярдисти не ставали учасниками Всесвітніх ігор, хоча певні здобутки на міжнародних змаганнях в пулі наша країна має. Програми підготовки, які покладені сьогодні в основу тренування збірних команд з більярдного спорту, сфокусовані лише на вдосконаленні техніко-тактичної підготовленості спортсменів.

За останні 10 років результати виступів національної збірної з пулу на міжнародній арені значно покращилися [1], проте основними завданнями вітчизняних фахівців є потрапляння молодих талановитих спортсменів до складу учасників Всесвітніх ігор.

Аналіз сучасної літератури та передового досвіду свідчить, що використання оптимального планування видів підготовки у тренувальній та змагальній діяльності спортсменів дозволяє тренеру здійснювати ефективне управління рівнем спеціальної підготовленості вихованців до головних змагань макроциклу [3, 4].

Програми підготовки більярдістів сфокусовані лише на вдосконаленні техніко-тактичної підготовленості без урахування диференційованого підходу до