

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Національний університет кораблебудування  
імені адмірала Макарова  
Klaipėda University  
Lithuanian Olympic Academy  
Gdansk University of Physical Education and Sport  
German Sport University Cologne  
Національний університет фізичного виховання і спорту України  
Львівський державний університет фізичної культури  
імені Івана Боберського

## **РОЗВИТОК ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ: НОВІТНІ ВИКЛИКИ, ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

**Матеріали  
Міжнародної онлайн-конференції студентів,  
аспірантів і молодих вчених**

*28–29 жовтня 2022 року*



**ВИДАВНИЦТВО**  
НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ  
КОРАБЛЕБУДУВАННЯ  
ІМ. АДМІРАЛА МАКАРОВА

2022

**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.*

**Розвиток фізичної культури та спорту: новітні виклики, проблеми та перспективи:** матеріали Міжнародної онлайн-конференції студентів, аспірантів і молодих вчених, 28 жовтня 2022 року. – Миколаїв: НУК імені адмірала Макарова, 2022. – 242 с.

ISBN 978-966-321-448-1

У збірнику представлено тези за напрямками роботи конференції: олімпійський рух: спадщина, інновації та перспективи; олімпійський і професійний спорт: актуальні проблеми, перспективи розвитку та взаємодії; фізична активність та фізичне виховання населення різних вікових груп; організаційно-правові, соціально-економічні та культурологічні аспекти розвитку сучасного спорту.

### Секція 3. Фізична активність та фізичне виховання населення різних вікових груп

<b>Барна-Кліщун С. В., Шукатка О. В.</b> Вплив рухливих ігор на розвиток фізичних якостей молодших школярів.....	123
<b>Батіг Г. В., Шукатка О. В.</b> Фізичне виховання молодших школярів у спадщині відомих українських педагогів.....	125
<b>Білик С. І., Рожкова Т. А.</b> Вплив спортивних танців на психологічний та фізичний стан людей з вадами зору.....	128
<b>Варгаль Л. М., Шукатка О. В.</b> Формування інтересу до уроків фізичної культури у дітей молодшого шкільного віку .....	132
<b>Винарчик Н., Шукатка О.</b> Комплексний підхід Василя Сухомлинського до вирішення проблем фізичного виховання учнів початкової школи.....	134
<b>Гулюк Н. О., Шитікова Є. А.</b> Адаптивне фізичне виховання для дітей з особливими освітніми потребами в дошкільних навчальних закладах .....	136
<b>Гурець Валентин, Сокол О. В.</b> Футбол під час війни.....	137
<b>Демидюк Т. В., Шукатка О. В.</b> Розвиток фізичних якостей в учнів молодшого шкільного віку.....	140
<b>Дьоміна А. А., Чорний С. С.</b> Організаційно-методичні основи фізичного виховання здобувачів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» в Інституті Управління державної охорони України Київського національного університету ім. Т. Шевченка .....	143
<b>Жукова Г. В., Булгакова Т. М., Петровська Т. В.</b> Фізична активність дітей з особливими потребами.....	146
<b>Качарова Єлизавета, Митько Артур, Нагорна Вікторія.</b> Більярдний спорт як засіб позашкільних фізкультурно-спортивних технологій .....	148
<b>Кірієнко Л., Адаменко О. О.</b> Оцінювання показників фізичної підготовленості студентів НУК імені адмірала Макарова за 2017–2019 рр.....	151
<b>Ковальов В. О., Константиновська Н. О., Назаренко Л. І.</b> Інноваційні підходи до застосування рекреаційних ігор в дозвіллевій діяльності учнівської молоді.....	156
<b>Колосков А. С., Фаріонов В. М.</b> Фізичне виховання різних груп населення .....	158
<b>Кривейко Христина, Шукатка О. В.</b> Особливості організації сучасних уроків фізичної культури .....	160
<b>Криворучко Ілля, Шукатка О. В.</b> Педагогічні підходи до проблем фізичного виховання Івана Боберського крізь призму сучасних освітніх викликів у країнах Європи та США.....	163
<b>Кульчицька Марія, Шукатка О. В.</b> Взаємодія сім'ї та школи для успішного фізичного виховання школярів.....	165
<b>Лещишин Анастасія, Шукатка О. В.</b> Фізичне виховання школярів – складова частина національного виховання .....	168
<b>Локатир Юліанна, Шукатка О. В.</b> Фізичне виховання учнів початкової школи .....	170

доведена гіпотеза Н1: залежність між розвитком моторних навичок у дітей молодшого шкільного віку із ДЦП та рівнем знання батьками особливостей розвитку їх дитини із дитячим церебральним паралічем існує. Відповідно результатів емпіричного дослідження рівень розвитку моторних навичок дітей із ДЦП високий рівень статистичної значущості залежить від розуміння батьками основних аспектів дитячого церебрального паралічу ( $p \leq 0,001$ ) та від вміння дітей володіти навичками самообслуговування ( $p \leq 0,001$ ) і рівнем сформованості локомоторної функції рук ( $p \leq 0,001$ ). На рівні достовірної значущості підпорядковані моторні навички на рівні статистичної значущості залежать від рухового розвитку дитини, а саме вміння вірно займати положення стоячи ( $p \leq 0,01$ ) та сидячи ( $p \leq 0,05$ ). Сформовані моторні навички дитини із ДЦП створюють основу для подальшого фізичного та всебічного розвитку дитини з особливими потребами.

#### Список літератури

1. Імас Є. В., Кашуба В. О., Буховець Б. О. Ефективність застосування інноваційного методу Бобат-терапії у фізичній реабілітації дітей з ДЦП. Спортивний вісник Придніпров'я. 2018. № 2. С. 9-14.
2. Куценко О. Методологічні основи та складові програми відновлення активності та участі дітей з геміплегічною та диплегічною формами церебрального паралічу засобами ерготерапії та фізичної терапії. Спортивна медицина і фізична реабілітація. 2017. № 2. С. 95-102.
3. Луковська О. Петречук Л., Мизніков Є., Овчаренко С. Функціональний стан дихальної системи спортсменів-інвалідів з наслідками дитячого церебрального паралічу. Спортивний вісник Придніпров'я. 2015. № 1. С.142-146.
4. Яценко К. В. Дитячий церебральний параліч: етіопатогенез, клініко-нейрофізіологічні аспекти та можливості неврологічної реабілітації. Український неврологічний журнал. 2015. № 2. С. 19-24.
5. Kashuba V, Bukhovets B. The indicators of physical development of children with Cerebral Palsy as the basis of differential approach to implementation of the physical rehabilitation program of using Bobath-therapy method. Journal of Education, Health and Sport for merly Journal of Health Sciences. Kazimierz Wielki University in Bydgoszcz. 2017. № 7 (3). С. 835-849.

---

### БІЛЬЯРДНИЙ СПОРТ ЯК ЗАСІБ ПОЗАШКІЛЬНИХ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

---

Качарова Єлизавета, Митько Артур, Нагорна Вікторія  
Національний університет фізичного виховання і спорту України  
Київ, Україна

---

**Актуальність.** Фізичне виховання та спортивні тренування – це специфічний процес, до якого залучаються люди різного віку і через який досягаються важливі цілі та здійснюється функції фізичної культури і спорту. І

звичайно, фізичне виховання відіграє важливу роль у самореалізації школяра. У сучасній складній соціально-політичній ситуації для українських школярів спеціалісти освітньої та фізкультурно-спортивної сфер шукають нові підходи для реалізації потреб молоді у збереженні і зміцненні здоров'я, розвитку та удосконаленні їх фізичних, морально-вольових якостей, дисциплінованості та ментального переключення від страшних наслідків війни. Саме тому нас зацікавило питання використання спортивних ігор, які не входять в навчальну програму, як засобів позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку. І в даному випадку, більярдний спорт був розглянутий як один з засобів фізкультурно-спортивних технологій [1-4].

**Мета дослідження** – розробка та наукове обґрунтування змісту навчальної програми з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Більярдний спорт».

**Результати дослідження.** Навчальна програма з позашкільної освіти фізкультурно-спортивного напрямку «Більярдний спорт» розроблена з врахуванням специфіки кадрового, навчально-методичного, матеріально-технічного забезпечення закладу позашкільної освіти, нахили, інтереси та відсутність попередньої підготовленості учнів. Програма передбачає навчання дітей 7-18 років в групах початкового, основного і вищого рівнів протягом одинадцяти років. На опрацювання навчального матеріалу кожен навчальний рік відводиться 216 годин (6 академічних годин на тиждень).

Програма 1-го року навчання спрямована на розвиток у вихованців пізнавального інтересу до видів більярдного спорту (пул, снукер, піраміда). Всебічного розвитку спеціальних фізичних якостей з акцентом на координаційні здібності. Знайомство з основами тренувального процесу і виконанням підвідних вправ та базових видів ударів в більярдному спорті (табл. 1).

Програма 2-6-го років навчання спрямовує діяльність на більш глибоке вивчення основного курсу занять з конкретного виду більярдного спорту, знайомство з основними видами ударів, біомеханікою та базовими законами механіки щодо руху куль. Передбачає застосування доступних учню параметрів тренувальної роботи і змагальної практики, розвиток його фізичних якостей і функціональних можливостей з урахуванням природного розвитку різних якостей і здібностей. Підвищення рівня загальної, допоміжної і спеціальної підготовленості. Створення міцного фундаменту високої технічної підготовленості.

Програми на 7-11-ий роки навчання спрямовані на виконання основного курсу занять з конкретного виду більярдного спорту на більш професійному рівні. Передбачає різке збільшення частки спеціально-підготовчих та змагальних вправ. Відпрацювання тактичних варіантів, що у найбільшій мірі відповідають можливостям конкретного вихованця. Засвоєння учнем всього необхідного для

ефективної підготовки до вищих досягнень комплексу знань, що потребує поряд з творчим спілкуванням з тренером, лікарями також самостійного творчого ставлення до занять спортом.

Заняття гуртка поділяються на періоди:

- *підготовчий* (знайомство з методикою тренування, інвентарем, розминкою, виконання загальнорозвиваючих вправ);
- *основний* (спеціальна фізична підготовка шляхом виконання спеціалізованих вправ, техніка виконання різних видів ударів та тактика їх застосування у різних ігрових ситуаціях або техніко-тактичних вправах);
- *заклучний* (підсумкове тестування, участь в змаганнях).

Програмою гуртка передбачені теоретичні й практичні заняття, що включають: ознайомлення з видами та дисциплінами більярдного спорту, основами термінології та правил; оволодіння технікою виконання базових та ускладнених видів ударів; послідовне дотримання і виконання відповідно до програми спеціалізованих для більярдного спорту вправ; самоконтроль, виконання тестових вправ; участь у змаганнях з більярдного спорту (пул, снукер та піраміда). На початку кожного навчального року гуртківці повинні проходити медичний огляд та надавати керівнику медичну довідку про стан свого здоров'я.

Таблиця 1

**Початковий рівень, 1-ий рік навчання, навчально-тематичний план**

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
<b>Розділ 1. Вступна частина</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>16</b>
1.1. Вступне заняття	2	-	2
1.2. Історія розвитку більярдного спорту. Види та дисципліни більярдного спорту	2	2	4
1.3. Правила з видів та дисциплін більярдного спорту	4	2	6
1.4. Особливості проведення змагань з видів та дисциплін більярдного спорту.	2	2	4
<b>Розділ 2. Початковий курс занять з більярдного спорту. Загальна фізична підготовка.</b>	<b>12</b>	<b>74</b>	<b>86</b>
2.1. Розминка. Загальнорозвиваючі вправи	1	1	2
2.2. Заспокійливі вправи	1	1	2
2.3. Вправи на розвиток координаційних якостей	4	6	10
2.4. Вправи на точність	2	10	12
2.5. Вправи на увагу	2	6	8
2.6. Виконання вправ з використанням спеціального інвентарю та тренажерів	2	50	52
<b>Розділ 3. Початковий курс занять з більярдного спорту. Спеціальна фізична підготовка.</b>	<b>6</b>	<b>102</b>	<b>108</b>
3.1. Вправи спрямовані на ознайомлення з ігровими ситуаціями.	2	50	52
3.2. Вправи на диференціацію сили - швидкості ударів, позиційна гра	2	38	40
3.3. Правила проведення змагань. Техніко-тактична підготовка.	2	14	16
<b>Розділ 4. Гігієна. Безпека життєдіяльності</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>4</b>
4.1. Правила санітарії та гігієни	1	1	2

Розділ, тема	Кількість годин		
	теоретичних	практичних	усього
4.2. Безпека життєдіяльності	1	1	2
<b>Розділ 5. Підсумок</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
5.1. Підсумкове заняття. Завдання на літній період	1	1	2
<b>Разом</b>	<b>31</b>	<b>185</b>	<b>216</b>

**Висновки.** В програмі розглянуті комплексні методики навчання, тренування і виховання, компоненти педагогічної діяльності, необхідні для успішного засвоєння учнями знань, умінь. Програмою передбачено удосконалення та розвиток техніко-тактичних показників, формування рухових навичок гуртківців шляхом спеціальних методів тренувань та планування змісту підготовки, виховання почуття відповідальності за свій фізичний стан, їх моральних і вольових якостей, дисципліни та мотивації до самовдосконалення.

#### Література

1. Андрошук Н І. Основи здоров'я і фізична культура: теоретичні відомості. Тернопіль; 2011. 24-62 с.
2. Нагорна В О. Більярдний спорт: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Київ; 2014. 96 с.
3. Нагорна В О. Побудова рекреаційних занять з пул-більярду для осіб зрілого віку: дис. ...канд. наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. 2008. 194 с.
4. Нагорна В, Митько А, Денисюк Я. Більярдний спорт: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Київ; 2021. 73 с.

---

### ОЦІНЮВАННЯ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ НУК ІМЕНІ АДМІРАЛА МАКАРОВА ЗА 2017-2019 РР.

---

**Кірієнко Л., Адаменко О. О.**

*Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова  
Миколаїв, Україна*

---

На сучасному етапі збереження здоров'я нації є провідною проблемою в Україні. Здоров'я нації – категорія економічна, політична, що визначає соціальну стабільність. Одним з основних завдань збереження здоров'я студентської молоді є пошук шляхів первинної діагностики факторів ризику. А це можливо лише при системному щорічному оцінюванні фізичної підготовленості студентів. Що сприяє ранньому виявленню проблем, пов'язаних зі збереженням їх здоров'я.

Проблема оцінювання стану фізичної підготовленості студентів в Україні привернула увагу наступних науковців: Волкова В. [1], Дещаківської С. [2], Довженко Л. [3], Драчука А. [4], Коваленко Ю. [5]. Водночас роботи названих авторів, незважаючи на те, що в них висвітлюються численні важливі питання



**РОЗВИТОК ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ:  
НОВІТНІ ВИКЛИКИ, ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

**Матеріали  
Міжнародної онлайн-конференції студентів,  
аспірантів і молодих вчених**

*28–29 жовтня 2022 року*

Головний редактор *О. В. Кувалдіна*  
Комп'ютерне верстання *В. В. Москаленко*

---

Формат 60×84/8. Ум. друк. арк. 28,97. Тираж 100. Зам. № 1912-37  
Видавець і виготівник Національний університет кораблебудування  
імені адмірала Макарова  
просп. Героїв України, 9, м. Миколаїв, 54007  
E-mail : [publishing@nuos.edu.ua](mailto:publishing@nuos.edu.ua)  
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 6402 від 19.09.2018 р.