

**МІЖНАРОДНА НАУКОВО-ПРАКТИЧНА  
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЯ**

**«ТЕНДЕНЦІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ  
НАУКИ І ОСВІТИ  
В УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ»**



**ВИПУСК 69**

**31 березня 2021 р.**

**м. Переяслав**

УНІВЕРСИТЕТ ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ  
В ПЕРЕЯСЛАВІ

Рада молодих учених університету

Матеріали  
Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції  
**«ТЕНДЕНЦІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ  
НАУКИ І ОСВІТИ В УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ»**

31 березня 2021 року

Вип. 69

Збірник наукових праць

Переяслав – 2021

УДК 001+37(100)

ББК 72.4+74(0)

Т 33

Матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації»: Зб. наук. праць. Переяслав, 2021. Вип. 69. 474 с.

**ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР:**

**Коцур В.П.** – доктор історичних наук, професор, академік НАПН України

**РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:**

**Воловик Л.М.** – кандидат географічних наук, доцент

**Дашкевич Є.В.** – кандидат біологічних наук, доцент (Білорусь)

**Євтушенко Н.М.** – кандидат економічних наук, доцент

**Кикоть С.М.** – кандидат історичних наук (відповідальний секретар)

**Носаченко В.М.** – кандидат педагогічних наук

**Руденко О.В.** – кандидат психологічних наук, доцент

**Садиков А.А.** – кандидат фізико-математичних наук, доцент (Казахстан)

**Скляренко О.Б.** – кандидат філологічних наук, доцент

**Халматова Ш.С.** – кандидат медичних наук, доцент (Узбекистан)

**Юхименко Н.Ф.** – кандидат філософських наук, доцент

Збірник матеріалів конференції вміщує результати наукових досліджень наукових співробітників, викладачів вищих навчальних закладів, докторантів, аспірантів, студентів з актуальних проблем гуманітарних, природничих і технічних наук

*Відповідальність за грамотність, автентичність цитат, достовірність фактів і посилань несуть автори публікацій*

©Автори статей

©Рада молодих учених університету

©Університет Григорія Сковороди  
в Переяславі

гораздо проще и доступнее, чем преподаватель. Время общения в процессе оказания тьюторской помощи не ограничено пребыванием в университете и может осуществляться по месту проживания в виде совместного обсуждения планов и выбора стратегии предстоящей деятельности, а так же посредством общения в социальных сетях и онлайн-консультирования.

### **Выводы.**

Активные способы обучения и непосредственное взаимодействие в виде иерархической тьюторской лестницы позволяет детально проработать задания, идентифицировать проблемы, возникающие при осуществлении профессиональной деятельности, и найти пути их решения самостоятельно, чтобы избежать их в будущем. В результате студенты учатся выполнять постановочные работы, создавать сценарии спортивно-художественных представлений и составлять композиционно-постановочные планы, вести подбор постановочной группы, координировать соподчиненность различных видов спортивных и художественных форм с идейно-тематической направленностью программы и все это с постоянно работающей массой людей.

### **ИСТОЧНИКИ И ЛИТЕРАТУРА**

1. Студенческое тьюторство в БГПУ / А.И.Жук и др.; под общ. ред. д-ра пед. наук, проф. А.И.Жука. Минск: БГПУ, 2017. 68 с.
2. Яковлев С.В. Тьютор и воспитанник. 2-е изд., исправл. и доп. Москва: Инфра-М, 2017. 20 с.

УДК 796

*Володимир Ковальов, Володимир Муха, Олег Крайнюк  
(Київ, Україна)*

### **ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР В ДОЗВІЛЛЄВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

*Статтю присвячено побудові програми занять рекреаційною діяльністю для студентів з використанням спортивних ігор. Обґрунтовано програму занять для студентів з використанням спортивних ігор.*

**Ключові слова:** *дозвіллева діяльність, студенти, молодь.*

*The article is devoted to the construction of a program of recreational activities for students using sports games. The program of employment for students with use of sports games is substantiated.*

**Key words:** *leisure diligence, students, youth.*

На сьогоднішній день найактуальнішою проблемою суспільства є здоров'я нації в цілому та підростаючого покоління зокрема. За останні роки обсяг навчального навантаження студентів університетів значно зріс, що й призводить до зниження обсягу рухової активності молоді, та негативно позначається на показниках їхнього фізичного стану [1, с.78; 6, с.36; 9, с.54].

Відзначено, що спортивні ігри широко застосовуються в оздоровчому тренуванні. Окрім оздоровчого та тренувального ефекту, вони супроводжуються зміною середовища діяльності, різноманітністю ситуацій, рухів, приносять задоволення, забезпечують активний відпочинок, розвивають швидкісно-силові якості, спритність, спеціальну витривалість до роботи перемінної потужності, пам'ять, органи відчуття (особливо зір). Одночасно спортивні ігри активізують діяльність нервової системи та внутрішніх органів, підвищують загальну фізичну працездатність [2, с.76; 3, с.86; 5, с.44; 7, с.44].

Аналіз сучасних наукових досліджень засвідчує, що рухова активність – невід’ємна частина поведінки людини, яка повинна забезпечувати нормальне функціонування систем організму й збереження здоров’я. Урахування індивідуальних норм рухової активності є одним із суттєвих чинників удосконалення системи фізичного виховання студентів. Практика свідчить, що спортивні заняття на перших курсах університету не дають змоги забезпечити мінімальний рівень рухової активності студентів. Тому зрозуміло, що необхідність самостійних занять фізичними вправами у вільний час є об’єктивно обґрунтованою [4, с.68; 6, с.36; 8, с.153 9, с.54].

**Мета роботи** – Розробити програму занять з використанням спортивних ігор, що спрямована на знайомство з технікою волейболу, тенісу, футболу, сприяти залученню студентів до занять спортивними іграми, сприяти формуванню позитивного ставлення до здорового способу життя та рухової активності.

Метою нашого дослідження було вивчення самооцінки свого здоров’я студентів.

Для вивчення самооцінки рівня здоров’я, ми запропонували студентам оцінити власне здоров’я за 5-ти бальною шкалою, де 5 – відмінний стан; 4 – добрий; 3 – задовільний; 2 – не задовільний; 1 – дуже поганий.

Отримані дані всіх респондентів із самооцінки стану здоров’я свідчать про те, що 20% – опитаних оцінюють свій стан здоров’я як відмінний, 60 % як добрий, 10 % – як задовільний, 6 % – як незадовільний та 4% – оцінили як дуже поганий стан.

Аналізуючи дані опитування самооцінки стану здоров’я серед респондентів, бачимо, що відмінним свій стан здоров’я вважають 24 % опитаних дівчат, 40 % оцінюють свій стан здоров’я як добрий, 24 % – як задовільний, 10% оцінили свій стан не задовільним, та лише 2 % вважає свій стан здоров’я як дуже поганий.

Студентів які не пропускають заняття через погане самопочуття лише 20%.

Хронічні захворювання мають більша половина респондентів – 60%, та студенти які мають шкідливі звички – 20%.

Ми погоджуємось з думкою ряду авторів, що у свідомості більшості студентів рухова активність не є тим чинником здорового способу життя, що об’єднує інші: збалансоване харчування, раціональний режим праці й відпочинку, відсутність шкідливих звичок та ін. Це зумовлено низькою мотивацією до занять руховою активністю, дотримання здорового способу життя й недостатньою ефективністю сучасної організації фізичного виховання студентів.

Проаналізувавши отримані дані нами була розроблена програма занять спортивними іграми для молоді, яка враховувала інтереси та вподобання студентів та рівень рухової активності.

Метою програми є: отримання позитивних емоцій, відпочинок, зняття стресу і психічного напруження, поліпшення самопочуття та підвищення рівня рухової активності.

Програма передбачала вирішення таких задач:

- організація змістовного, цікавого дозвілля;
- підвищення рівня рухової активності;
- сприяння підвищення соціальної адаптації студентів, розширення кола знайомств;
- покращення психоемоційного стану студентів;
- всебічний гармонійний розвиток фізичних здібностей студентів;
- зміцнення здоров’я, підвищення самооцінки.

Розробка програми базувалася на основних принципах рекреаційно-дозвілдової діяльності: принцип свідомості і активності, принцип наочності, принцип доступності і індивідуалізації, принцип повторюваності та систематичності.

Передбачає безперервність процесу формування рухових навичок для підтримання працездатності та активності тих, хто займається. Закріплює та розвиває набуті знання в процесі регулярних тренувань протягом тижня. Перерва в заняттях негативно впливає на досягнення тих, хто займається.

Для успішного застосування засобів слід дотримуватися ряду вимог і правил:

- вибір засобів завжди залежить від мети якого-небудь заходу, саме ціль визначає засіб;
- кількість і характер обраних засобів впливу повинні відповідати завданням, недолік засобів і їхній надлишок однаково шкідливі;
- тренер (науково-педагогічний працівник) повинен досконало оволодіти методикою їхнього застосування, знати їхні слабкі й сильні сторони;
- наявні в розпорядженні засоби повинні бути завжди під рукою й у повній справності.

Тривалість занять не перевищувала 60 хвилин. Кратність занять складала 3 рази на тиждень.

Серед засобів використовувалася серія веселих ігрових вправ з волейбольним, тенісним та баскетбольними м'ячами: естафети, рухливі ігри, конкурси.

Оскільки групи комплектувалися не за рівнем фізичної підготовленості та майстерності, а об'єднували всіх бажаючих, особлива увага зверталася на безпечність та доступність пропонуваніх вправ.

Включення до програми спеціальних вправ, спрямованих на знайомство з технікою волейболу, гандболу, баскетболу сприяло освоєнню елементів початкової технічної підготовки.

Програма для студентів зі спортивних ігор включала в себе 3 основні частини: теоретичну, практичну та пізнавальну.

До теоретичної частини відносяться: слово (лекція, розповідь, пояснення, тобто усна передача інформації від викладача до студента); показ, демонстрація (сенсорна передача та засвоєння інформації), робота з документальною інформацією (друкована передача, засвоєння та відтворення інформації). Основною метою є отримання знань про достатній рівень рухової активності, раціонального харчування, вплив занять зі спортивних ігор на організм, основні протипоказання.

До практичної частини відносяться вправи загальної фізичної підготовки, спеціальні вправи тенісу, волейболу та футболу. Вибір вправ з того чи іншого виду спорту залежить від умов залу та рівня кваліфікації тренера. До пізнавальної частини відносяться організаційні заходи пов'язані з відвідуванням історичних місць, екскурсії, груповий перегляд матчів.

### ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Андреева О. В. Історичні, теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2015. № 2. С. 19–23.
2. Андреева О. Теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2015. № 2. С. 29-43.
3. Єременко Н., Ковальова Н., Бобренко С. Сучасні підходи до формування культури здоров'я студентів в процесі фізичного виховання. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць*. Вип. 7(26). Вінниця: ТОВ «Планер», 2019. С. 57-63. URL: <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/1766>
4. Єременко, Н. П. Ставлення до здоров'я – як один з вагомих факторів здорового способу життя. *Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту і туризму: збірник тез доповідей III Міжнародної науково-практичної конференції*. Запоріжжя, 2011. С. 196-197. URL: <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/2302>.
5. Ковальова Н., Ковальов В. Рекреаційні ігри в організації активного дозвілля студентської молоді. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2019. №4. С.75-80
6. Ковальова Н. Особливості проектування рекреаційно-оздоровчої діяльності старшокласників. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2017. №1. С.62–67. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS\\_2017\\_1\\_13](http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS_2017_1_13)
7. Ковальова Н.В. Підгайна В.О. Оцінка ефективності оздоровчо-рекреаційної програми школярів старшого шкільного віку. *Матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Фізична культура, спорт та здоров'я нації»*. Вінницький державний педагогічний університет ім. М.Коцюбинського. 2016. С.79–84.

8. Круцевич Т., Андреева О., Благій О., Погасій Л. Характеристика складових теорій фізичної рекреації. *Фізичне виховання, спорт і туристсько-краєзнавча робота в закладах освіти: зб. наук. праць*. Переяслав-Хмельницький, 2017. С. 313-320. URL: <http://reposit.unisport.edu.ua/handle/787878787/1444>

9. Мороз Ю. Значення впливу рухливих ігор на розвиток особистості в сфері рекреації. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2019. №25. С. 230-234.

УДК 796.412-057.874:613.955

*Наталія Ковальова, Наталія Єременко,  
Вікторія Ужвенко, Олександра Левченко  
(Київ, Україна)*

### АКВАФІТНЕС ЯК ЗАСІБ ПОБУДОВИ РЕКРЕАЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ ДЛЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

*На сьогодні аквааеробіка є найбільш універсальним засобом дії на організм. В ній використовується широкий спектр адаптованих вправ, ефективність яких зростає за рахунок впливу специфічних умов проведення занять (дизайн басейну; чиста, прозора вода; естетична зовнішність викладача; вдало підібраний музичний супровід).*

**Ключові слова:** *молодші школярі, інноваційні технології, аквафітнес.*

*Today water aerobics is the most versatile means of influencing the body. It uses a wide range of adapted exercises, the effectiveness of which is increased due to the influence of specific conditions for conducting classes (pool design; clean, clear water; aesthetic appearance of the teacher; well-chosen musical accompaniment).*

**Key words.** *junior high school students, innovative technologies, aqua fitness.*

Одним із завдань фізичної рекреації в Україні є підвищення стану здоров'я і рівня фізичної підготовленості підростаючого покоління. Значний інтерес у цьому напрямку викликають питання раціонального використання потенціалу аквафітнесу, методики якого формуються у результаті синтезу різних компонентів дистанційного плавання, рекреаційно-розважальних заходів і спеціалізованих вправ із арсеналу засобів нових нетрадиційних форм рухової активності у воді. Значна кількість даних позитивного впливу занять у воді на організм людей різних вікових груп, говорить про актуальність теми [1, с.78; 6, с.36; 9, с.54; 12, с.88].

Аналіз розвитку сучасної системи шкільної освіти в Україні свідчить, що незважаючи на значну кількість новацій у системі навчання і виховання, у переважній більшості випадків вони не стосуються галузі фізичного виховання. Навчально-виховний процес у школі все більше перевантажується предметами, які сприяють формуванню тільки інтелекту учня, не враховуючи при цьому негативних наслідків втому від розумової діяльності, що є одним з важливих чинників погіршення фізичного здоров'я. Водночас відхилення практики від мети фізичного виховання не тільки суперечить ідеї формування всебічно розвиненої особистості, але й підсилює існуючий критичний стан здоров'я учнів [2, с.19; 4, с.66; 9, с.68; 11, с.14].

Беручи до уваги вищезазначене, можна констатувати недостатнє вивчення комплексу питань, пов'язаних з особливостями проведення оздоровчих занять з дітьми які б були спрямовані на покращення їхнього психоемоційного і деяких показників фізичного стану. Це можливо впровадити в практику використовуючи засоби акафітнесу, оскільки вода позитивно впливає на організм дітей [1, с.79; 7, с.76; 8, с.68].

У зв'язку з тим, що вправи в умовах водного середовища мають значний діапазон навантаження (від перебування у воді без рухів до виконання роботи з ЧСС до 160-180

<i>Ірина Колодяжна</i> ЕМПАТІЙНІ ЗДІБНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ: АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ	278
<i>Ганна Мазур</i> ВПЛИВ РІВНЯ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ НА СТУПІНЬ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ПЕДАГОГІВ	280
<i>Дмитро Соколовський, Микола-Василь Мицько</i> ПСИХОЛОГІЧНІ БАР'ЄРИ У ПОБУДОВІ ІНТИМНИХ СТОСУНКІВ У ЮНАЦЬКОМУ ВІСІ	283
<i>Галина Невейкіна</i> СХИЛЬНІСТЬ ДО СТРЕСУ У СТУДЕНТІВ В ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ ПЕРІОД: ПРИЧИНИ ТА ПРОЯВИ	285
<i>Таміла Попович</i> ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНІХ ПРАВНИКІВ	287
<i>Ірина Сильченко</i> СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧЕСКІЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ СТУДЕНТОВ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ	289
<b>ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ / ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ</b>	
<i>Володимир Грицак, Ірина Беца</i> ВИЗНАЧЕННЯ ШВИДКОДІЇ ПІДКЛЮЧЕННЯ БАЗИ ДАНИХ SQL В СЕРЕДОВИЩІ VISUAL STUDIO	293
<i>Ірина Кожан, Наталя Гнедко</i> РОЗВИТОК ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ УЧНІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ПРОЄКТНОГО МЕТОДУ В СЕРЕДОВИЩІ SCRATCH	297
<b>ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ / ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ</b>	
<i>Артем Алещенко</i> ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА У СТУДЕНТІВ-ПРОГРАМІСТІВ	301
<i>Артем Гузь</i> ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ЛФК ТА ІНШИХ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ХРОНІЧНОМУ АУТОІМУННОМУ ТИРЕОЇДИТУ	303
<i>Анна Житник</i> ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДЛЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ	306
<i>Леонід Житомирський</i> ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ РЕЙТИНГУ ОЦІНЮВАННЯ ДІЯЛЬНОСТІ ВИКЛАДАЧІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	309
<i>Лариса Індиченко, Єлизавета Філоненко</i> КРУГОВЕ ТРЕНУВАННЯ З ЕЛЕМЕНТАМИ ТРАДИЦІЙНИХ ТА НЕТРАДИЦІЙНИХ ВИДІВ СПОРТУ ЯК ЕФЕКТИВНА ФОРМА ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ЗВО	314
<i>Юлія Каптюг, Татьяна Чернявская, Наталья Шкулева</i> АКАДЕМИЧЕСКОЕ ТЬЮТОРСТВО КАК ПЕРСПЕКТИВНОЕ НАПРАВЛЕНИЕ РАБОТЫ ПО ПОВЫШЕНИЮ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО СПОРТИВНОЙ РЕЖИССУРЕ	318
<i>Володимир Ковальов, Володимир Муха, Олег Крайнюк</i> ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР В ДОЗВІЛЛЄВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	320
<i>Наталя Ковальова, Наталя Єременко, Вікторія Ужвенко, Олександра Левченко</i> АКВАФІТНЕС ЯК ЗАСІБ ПОБУДОВИ РЕКРЕАЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ ДЛЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	323