

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І
СПОРТУ УКРАЇНИ**

**ІННОВАЦІЙНІ ТА ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ У
ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ, СПОРТІ, ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ ТА
ЕРГОТЕРАПІЇ**

**Матеріали
VI Всеукраїнської електронної науково-практичної
конференції з міжнародною участю**



31 травня 2023 р.

Київ, Україна

УДК 796: 004+615.83 (063)

ББК 75.153+3297 Я431

I-67

Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії: Матеріали VI Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю (Київ, 31 травня 2023 р.) / ред. О. А. Шинкарук. – К.: НУФВСУ, 2023. – 120 с.

Редакційна колегія:

<i>Бишевец Н.Г.</i>	к.пед.н., доцент
<i>Лисенко О.М.</i>	д.б.н., професор
<i>Сергієнко К.М.</i>	к.фіз.вих., доцент
<i>Шинкарук О.А.</i>	д.фіз. вих., професор
<i>Яковенко О.О.</i>	к.фіз.вих., доцент
<i>Ярмоленко М.А.</i>	к.фіз.вих., доцент

Збірник містить наукові статті учасників VI Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю **«Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії»**. Розглянуто актуальні питання використання сучасних інноваційних та інформаційних технологій в системі підготовки спортсменів, фізичному вихованні різних груп населення, оздоровчо-руховій діяльності, адаптивному фізичному вихованні та фізичній реабілітації, спортивній медицині та ерготерапії. Висвітлено сучасні інформаційні технології в системі підготовки фахівців у галузі фізичної культури та спорту, розвиток кіберспорту в світі та Україні.

Надані матеріали пройшли рецензування і представлені в авторській редакції.

© Національний університет фізичного виховання і спорту України, 2023

ЗМІСТ

НАПРЯМ 1. СУЧАСНІ ІННОВАЦІЇ ТА ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

<i>Khmelnińska I.V., Yukhno Y.O. Modeling the motor structure of a horse's gait in the process of preparing for competitions</i>	6
<i>Андрієнко Г.С., Шинкарук О.А. Розробка етапу безпосередньої підготовки до змагань в черліденгу</i>	8
<i>Бугайова А. М. Сучасні інновації в системі підготовки спортсменів застосування інноваційних технологій у дистанційних заняттях з художньої гімнастики</i>	10
<i>Вако І.І., Жирнов О.В. Кінематична структура ударної техніки висококваліфікованих спортсменів які спеціалізуються в рукопашному бою</i>	12
<i>Закорко І.П., Костюченко В.І., Закорко А.І. Цифрове моделювання змагальної діяльності в навчально-тренувальному процесі висококваліфікованих самбістів на підготовчому етапі</i>	14
<i>Івченко В.Ю. Визначення залежності точності стрільби від способу переміщення спортсменів, які спеціалізуються у практичній стрільбі</i>	16
<i>Мітова О.О., Шинкарук О.А., Костюкевич В.М. Формування сучасної системи контролю в спортивних командних іграх</i>	18
<i>Прокопчук В.М., Рожкова Т.А. Оптимізація плану підготовки спортсменів, які спеціалізуються у спортивних танцях до змагань</i>	20
<i>Радченко Ю.А., Радченко АА. Показники постави юних єдиноборців</i>	22
<i>Чижевська Н.В., Шинкарук О.А.. Вплив занять шашками на психологічний та фізіологічний розвиток дітей дошкільного віку</i>	24
<i>Шинкарук О.А., Куницька А.О. Обґрунтування моделі організаційно-методичних засад розвитку вейкбордингу: інноваційні підходи</i>	26

НАПРЯМ 2. ЗАСТОСУВАННЯ СУЧАСНИХ ІННОВАЦІЙНИХ ПІДХОДІВ ТА ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ, ОЗДОРОВЧО-РУХОВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

<i>Арасланова В.В. Сергієнко К.М. Сучасні інформаційні технології у підготовці фахівців з фізичної культури і спорту</i>	28
<i>Бишевец Н.Г., Лазакович Ю.І. Рухова активність як чинник покращення психоемоційного стану студенток економічних закладів вищої освіти</i>	30
<i>Бочарова А.О. Використання різноманітних мобільних додатків у тренувальному процесі українців в умовах війни</i>	32
<i>Василенко М.М., Корнєва Ю.В. Корекція стресових станів жінок зрілого віку засобами спеціально-організованої рухової активності</i>	33
<i>Качарова ЄВ., Митько А.О, Назорна В.О. Сучасні проблеми тренерсько-викладацької діяльності в дитячо-юнацькій спортивній школі</i>	35
<i>Корольчук Б.В. Сучасне бачення побудови тренувального процесу з плавання дітей у шкільному спортивному клубі</i>	36
<i>Плешакова О.В. Вплив рухової активності на рівень стресу студентів з во в період воєнного стану</i>	38
<i>Рачінська К.В. Інформаційні технології у підготовці фахівців з фізичної культури та спорту</i>	40
<i>Сергієнко І.Р., Бишевец О.І. Вплив оздоровчого плавання на фізичний стан учнів середньої школи</i>	43
<i>Ярмоленко М. А., Жуков В. О, Ковальчук Н.В. Інноваційні підходи у організації навчального процесу з дисципліни «фізичне виховання»</i>	44

Матеріали VI Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії, 31 травня 2023 року

СУЧАСНІ ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Арасланова В.В., Сергієнко К.М.

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ

Вступ. Багато авторів відзначають, що традиційний підхід до організації фізичного виховання студентської молоді не дозволяє в достатній мірі здійснювати вирішення основного завдання – всебічного розвитку особистості, що обумовлює доцільність розробки і впровадження в процес фізичного виховання студентів різних інноваційних технологій.

Нинішній світ як у глобальному, так і в локальному вимірі зазнає змін, що вимагає нових підходів до підготовки людини до життя, зокрема, засобами освіти. Традиційна освіта, зберігаючи загалом свій конструктивний зміст, багато в чому відстає від потреби дня, а тим більше – від перспектив, що очікують на людину вже в недалекому майбутньому.

Причинами необхідності створення інноваційних технологій у галузі фізичного виховання є:

- незадовільний стан фізичного здоров'я та рухової активності студентської молоді;
- поява нового програмного забезпечення, надають можливість покращити розвиток фізичних якостей студентів;
- інтегрування наукових досягнень і обмін інформацією щодо фізичного виховання;
- переосмислення історичної спадщини з питань фізичного виховання молоді в Україні та інших країнах

Багато авторів відзначають, що традиційний підхід до організації фізичного виховання студентської молоді не дозволяє в достатній мірі здійснювати вирішення основного завдання – всебічного розвитку особистості, що обумовлює доцільність розробки і впровадження в процес фізичного виховання студентів різних інноваційних технологій. У сучасній науково-методичній літературі поняття «освітня технологія», «педагогічна технологія», «технологія навчання», «технологічний підхід» зустрічається досить часто. Їх використовують для опису різних авторських методик, нетрадиційних педагогічних систем і підходів до організації навчального процесу.

Вони мають на меті поопераційне впровадження різних видів педагогічних нововведень, що викликають зміни в традиційному педагогічному процесі. У фізичному вихованні студентів авторами розроблялися й застосовувалися технології навчання рухової діяльності, технології розвиваючого навчання, технології суб'єкт – суб'єктної взаємодії, технології індивідуального розвитку, рейтингові технології тощо

Мета роботи. Вивчити особливості використання інноваційних освітніх технологій в процесі занять руховою активністю студентів.

Методи дослідження. Аналіз сучасної наукової та навчально-методичної літератури.

Результати дослідження та їх обговорення. Отже, варто сказати, що під інноваційною освітньою технологією розуміють відтворену в масовій педагогічній практиці цілеспрямовану систему дій по розробці ієрархії навчальних цілей і завдань, визначення раціональних способів їх досягнення у вигляді конкретних результатів навчання. Інноваційні технології покликані переводити інноваційні нововведення в систему норм, вказівок, засобів та прийомів, які забезпечують їх результативність і реалізацію на практиці в певний історичний час.

В останні роки у фізичному вихованні студентів все ширше використовуються комп'ютерні технології, що дозволяє індивідуалізувати та інтенсифікувати процес фізичного виховання, підвищує активність студентів, їх мотивацію до занять фізичними вправами, створює умови для самостійної роботи, сприяє виробленню самооцінки у студентів, створює комфортне середовище в процесі занять фізичними вправами. Результатом є підвищення ефективності процесу фізичного виховання студентів.

Так, наприклад, ученими розроблялися методики використання і досліджувалися особливості впливу на показники фізичного стану та мотивацію студентів до занять наступних видів рухової активності: - гідроаеробіки; - фітнес-програми «Пілоксінг» (програма являє собою комбінацію Пілатеса, танцювальних і боксерських рухів); - бойового фітнесу; - стретчинг-програм у фізичному вихованні студенток; - степ-аеробіки; - програми «Kango Jumps»; - методики комплексного застосування оздоровчих методик пілатесу і бодіфлекса; - хореографічних та гімнастичних вправ у факультативній формі фізичного виховання студентів.

У даний час активно розробляються і апробуються інноваційні технології фізичного виховання студентів, засновані на використанні сучасних видів рухової активності в різних формах занять. Впровадження таких технологій сприяє підвищенню інтересу студентів до занять, поліпшенню показників фізичного стану, покращення успішності, зацікавленості до навчання шляхом впровадження різних новітніх технологій загалом.

Висновки. Таким чином, аналіз змісту інноваційних педагогічних технологій дозволяє зробити висновок, що для вирішення проблеми підвищення ефективності фізичного виховання студентів, можна використовувати різні типи технологій, виходячи з цілей, завдань, фізичної підготовленості та мотиваційної готовності студентів. Інноваційні технології у сучасній науковій літературі розглядаються як процесуально

Актуальні проблеми і перспективи розвитку фізичного виховання і спорту є структурованою сукупністю прийомів і методів, спрямованих на вивчення, актуалізацію та оптимізацію інноваційної діяльності у результаті якої створюються нововведення, які викликають якісні зміни. Принцип оздоровчої спрямованості фізичного виховання конкретизується у фізкультурно-оздоровчих технологіях, які в даний час активно розвиваються.

Основним завданням сучасної системи фізичного виховання мають бути: підвищення у студентів рівня фізичної підготовленості, забезпечення оптимальних умов для їх фізичного розвитку, формування потреби до систематичних занять фізичними вправами. Водночас, результати численних досліджень науковців свідчать, що сучасні підходи, які використовуються під час організації освітнього процесу фізичного виховання у закладах вищої освіти, не забезпечують ефективного вирішення означених завдань. Саме тому, пошук нових, ефективних форм організації навчального процесу з фізичного виховання у закладах вищої освіти є важливим завданням фахівців в галузі фізичного виховання.

Саме тому, використання інноваційних технологій в фізичному вихованні студентів повинно здійснюватися на основі інтегрального підходу, який обумовлює реалізацію студента у навчальній, соціальній, професійній та суспільній діяльності

1. Кошелева ОО, Скрипченко ІТ. Інноваційні технології в системі фізичного виховання студентів ЗВО: методичні рекомендації. Дніпро: Журфонд, 2021. 46 с.

2. Качан ОА. Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність закладів освіти: навчально-методичний посібник. Слов'янськ: Витоки, 2017. 138 с.

3. Сидорчук ТВ. Використання інноваційних технологій зміцнення здоров'я студенток у навчальному процесі вищих навчальних закладів. Спортивна медицина. 2014;1:75-79.

DOI: <https://doi.org/10.32652/spmed.2014.1.75-79>

РУХОВА АКТИВНІСТЬ ЯК ЧИННИК ПОКРАЩЕННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ СТУДЕНТОК ЕКОНОМІЧНИХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Бишевец Н.Г.¹, Лазакович Ю.І.²

¹ Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ

² Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана, м. Київ

Вступ. Складні умови здійснення навчальної діяльності вітчизняних студентів закладів вищої освіти (ЗВО) в умовах дистанційного навчання, тривала соціальна ізоляція зумовили посилення в них тривожності, погіршення самопочуття, порушення міжособистісних стосунків [3]. А воєнний стан на території країни загострив ситуацію, що призвело до поширення стрес-асоційованих розладів серед студентської молоді [1, 2]. Тому актуальним питанням сьогодення є пошук шляхів для підтримки психоемоційного стану здобувачів вищої освіти засобами оздоровчо-рекреаційної рухової активності (ОРРА).

Мета роботи – перевірити вплив оздоровчо-рекреаційної рухової активності на показники психоемоційного стану студенток економічних закладів вищої освіти.

Методи дослідження: теоретичний аналіз, анкетування, статистичний аналіз.

Результати досліджень та їх обговорення. У дослідженні, яке тривало в 2022 – 2023 навчальному році, прийняли участь 65 студенток Київського національного економічного університету імені Вадима Гетьмана. Їм було запропоновано оцінити свої активність, сон, настрій, апетит, працездатність та самопочуття за 5-бальною шкалою, де 1 - найбільш низький рівень, а 5 – максимальний.

Установлено, що найвищим балом студентки оцінили свою працездатність: її середня оцінка склала 4 (3; 4) бала, де представлення має вигляд Ме (25 %; 75 %). І хоча середні інших досліджуваних показників склали 3 бала, утім, як можна пересвідчитися з рисунка (рис. 1), якість сну та рівень апетиту були оцінені студентками нижче порівняно з іншими показниками, а саме у 3 (2; 4) бала.

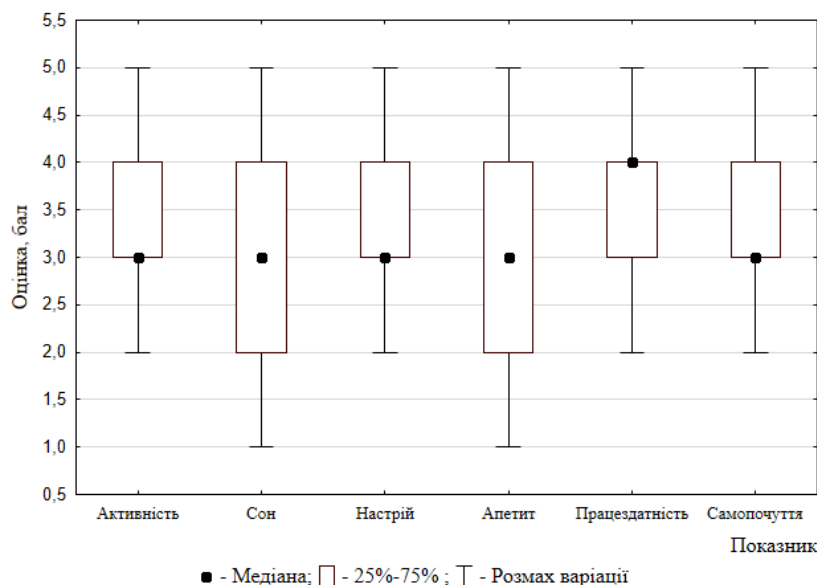


Рис. 1. Оцінка показників, що впливають на якість життя (n=65)

За результатами рангового дисперсійного аналізу встановлено відсутність статистично значущих відмінностей між вказаними показниками ($H(df=54 N=390)=6,429; p=0,2667$).

Зменшивши число градацій досліджуваних показників до трьох рівнів – знижений, середній та підвищений – ми здійснили розподіл студенток за їх самооцінкою показників, що впливають на якість життя (рис. 2).