

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ

Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини

Науково-практична конференція

(Харків, 27 жовтня 2022 року)

ХНМУ
Харків
2022

ЗМІСТ

Аммосова С.Е.

**ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В
ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І
СПОРТУ, ЗДОРОВ'Я І ЗДОРОВОГО СПОСОБУ
ЖИТТЯ.....8-10**

Білоносова О.О.

ФІГУРНЕ КАТАННЯ - ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я.....11-16

Бойко С.В.

**СУТНІСТЬ МЕТОДУ ТАБАТА. ЇЇ ВПЛИВ НА
СХУДНЕННЯ.....17-20**

Войлокова Г.О., Скиданенко Є.В.

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ОЗДОРОВЛЕННЯ НАСЕЛЕННЯ
ТА ШЛЯХИ ЇХ ВИРІШЕННЯ.....21-26**

Halashko M.M.

**STUDY OF THE PECULIARITIES OF THE PHYSICAL
STRUCTURE OF ARM SPORTS ATHLETES.....27-38**

Гончаров О.Г.

**ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ
ХРОНІЧНОМУ НЕСПЕЦИФІЧНОМУ БОЛЮ В
СПИНІ.....38-46**

Аммосова Софія Едуардівна
**ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ
В ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І
СПОРТУ, ЗДОРОВ'Я І ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ**

Здобувачка вищої освіти 2 курсу, групи 003, 1 медичного
факультету

seamosova.1m21@knmu.edu.ua

Харківський медичний університет

Кафедра фізичного виховання та здоров'я

Науковий керівник:

старший викладач кафедри Селіванов Євген Вікторович

yv.selyvanov@knmu.edu.ua

Вступ: У зв'язку з розвитком інформаційних технологій звичайні методи фізичного виховання вже застаріли, тому для молоді ця дисципліна все більш стає менш цікавою. Таким чином, процес інформатизації зумовлює гостру потребу в кардинальних змінах, щодо моделі заняття фізичною культурою.

Мета: Відтак, постає питання про модернізацію засобів фізичного виховання з метою впровадження інформаційно-комунікаційних технологій.

Матеріали та методи: Для розуміння масштабу проблеми звернемося до статистичних даних, а саме дослідження, щодо до стану здоров'я населення української молоді. Дослідження показали, що значна кількість студентів

має надлишкову вагу або ожиріння, виявлено високий ризик розвитку у дівчат метаболічного синдрому, з яким асоціюється ризик розвитку серцево-судинних захворювань.

Також варто взяти до уваги готовність викладачів-тренерів впроваджувати інформаційно-комунікаційні технології у своїй роботі, адже від цього залежить можливість модернізації спротивних занять. Так опитування 2018 року RestrchGate показало, що 60 відсотків тренерів вважають процес запровадження новітніх технологій у своїй роботі складним, але можливим, 30 відсотків вважають цю ідею занадто складною і 10 відсотків для яких впровадження інформаційно-комунікаційних технологій відбувається дуже легко. Таким чином 70 відсотків викладачів мають бажання впровадити у свою практику інформаційні технології. Проблемою є недостатня проінформованість з приводу цього питання, а також складність вибору зручної та актуальної технології для проведення заняття з фізичного виховання. Вирішення цієї проблеми дасть можливість молоді займатися спортом із задоволенням та покращувати стан свого здоров'я. Існує багато методів впровадження інформаційно-комунікаційних технологій у роботу під час занять з фізичного виховання. Одним із прикладів може

стати застосування фітнес-браслетів, які дають змогу стежити за показниками здоров'я людини і це є не тільки цікавим дивайсом, але й дуже корисним. Іншим варіантом є дуже актуальний метод впровадження інформаційно-комунікаційних технологій, у зв'язку з останніми подіями - заняття спортом онлайн, які дають змогу покращувати свою фізичну форму не виходячи з дому.

Висновок: Отже, впровадження інформаційно-комунікаційних технологій суттєво змінить підхід до фізичного виховання та не тільки підвищить інтерес молоді, але й зробить спорт більш безпечним. На даний момент існує багато доступних методів, які можна застосовувати для проведення занять, варто тільки знайти свій метод.

Використані джерела:

1. <https://www.researchgate.net/publication/339630506> **INFORMACIJNI TEHNOLOGII V SISTEMI FIZICNA KULTURA-SPORT**

2. https://scholar.google.it/scholar?cluster=6212102100531376351&hl=uk&as_sdt=0,5#d=gs_qabs&t=1666100217033&u=%23p%3DXA9TBCSv1TwJ