

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

Громко Є.А.

**НЕОБХІДНІСТЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ
ВІЙСЬКОВИХ МЕДИКІВ СТУДЕНТІВ.....46-52**

Здоровець А.О.

**ПРОБЛЕМИ ОЗДОРОВЛЕННЯ МОЛОДІ В УМОВАХ
СЬОГОДЕННЯ ТА ШЛЯХИ ЇХ ВИРІШЕННЯ.....52-57**

Корчевська О.Г., Стратій Н.В.

**ВПЛИВ ВПРАВ СИСТЕМИ КАЛЛАНЕТИКА НА
ПОКРАЩЕННЯ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ТА
РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТОК.....57-65**

Коцар О.В., Селіванов Є.В.

**НАСЛІДКИ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО РОЗЛАДУ НА
ЗДОРОВ'Я УКРАЇНЦІВ ПІД ЧАС ВІЙНИ.....66-70**

Kutsiy D.V., Achourov A.E.

**ETUDIER LE SENS DES MESURES D'HYGIENE
APPROPRIEES LORS DE L'ENTRAÎNEMENT
D'ATHLÈTES EN CONDITIONS DE MONTAGNE.....70-84**

Kutsyi D.V., Posypayko A.O.

**GENERAL PHYSICAL TRAINING OF VOLLEYBALL
PLAYERS IN STUDENT TEAMS.....85-91**

Kutsyi D.V., Hryshchenko O. I., Posypayko A. O.

**NORMS OF PHYSICAL ACTIVITY FOR STUDENTS IN
UNIVERSITIES.....92-99**

працівників до професійної діяльності. Молода спортивна наука України. 2014. Т.4. С. 117-121.

4. Поливач В. Значення та роль фізичного виховання у підготовці військових лікарів на додипломному та післядипломному рівнях: аналіз світового досвіду та вітчизняної системи фізичної підготовки Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: Педагогічні науки. 2019. № 2(17). С. 256 - 271.

Здоровець Анастасія Олександрівна
**ПРОБЛЕМИ ОЗДОРОВЛЕННЯ МОЛОДІ В УМОВАХ
СЬОГОДЕННЯ ТА ШЛЯХИ ЇХ ВИРІШЕННЯ**

Здобувачка вищої освіти 2 курсу, групи 032, III медичного
факультету

aodzorovets.3m21@knmu.edu.ua

Харківський медичний університет

Кафедра фізичного виховання та здоров'я

Науковий керівник: старший викладач Стародубцев Д.С.

ds.starodubtsev@knmu.edu.ua

На сьогоднішній день питання фізичної культури та оздоровлення молоді є досить актуальним, оскільки все більше та більше людей почали вести малорухливий спосіб життя, через що мають суттєві проблеми з опорно-руховим

апаратом (хвороби суглобів, викривлення хребта), з вагою (ожиріння), з серцево – судинною та нервовою системами.

Актуальність: Здоров'я населення, особливо молоді, є найважливішим фактором успішного суспільного розвитку та забезпечення стабільності усіх сфер життя.

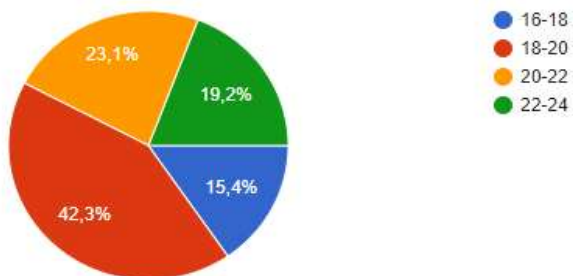
На сьогодні загострення питання здорового способу життя викликане зростанням та зміною характеру навантажень на організм людини у зв'язку з ускладненням суспільного життя, збільшенням ризиків техногенного, екологічного, психологічного, політичного та військового характеру, що провокують негативні зрушення у фізичному та психічному стані населення.

Для молоді заняття спортом є важливими як ніколи. Особливість сучасного суспільства у тому, що люди почали мало рухатись. Зокрема це стосується і молоді. Негативною тенденцією є те, що населення країни все рідше і рідше долучається до процесу заняття фізичною культурою та спортом.

Саме тому я вирішила провести опитування серед студентів нашого університету і своїх знайомих. Нижче наведу статистику і результати:

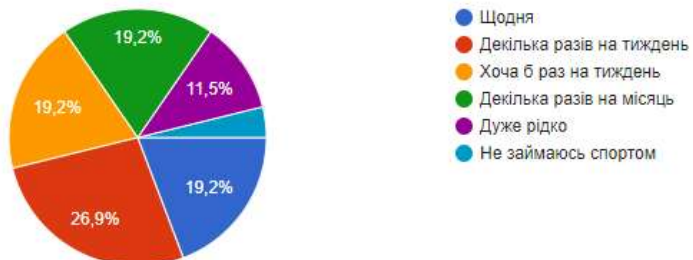
Вкажіть Ваш вік

26 ответов



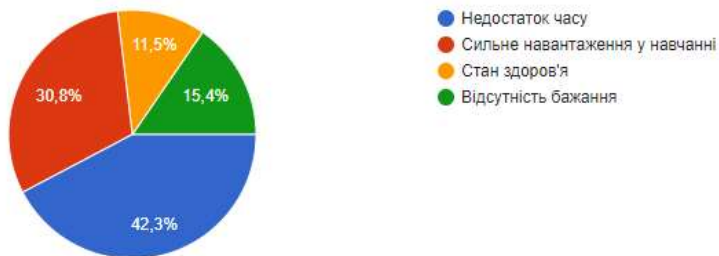
Як часто Ви займаєтесь будь - яким спортом (ранкові вправи/заняття в залі/гра з м'ячем)?

26 ответов



Що Вам заважає займатись спортом?

26 ответов



Як ми можемо побачити з опитування, більшість студентів намагається займатися спортом декілька разів на тиждень, інша частина хоча б раз на тиждень або декілька разів на місяць, і найменша частина - дуже рідко або не займається взагалі. Найчастішими причинами, що їм заважають є недостаток часу та сильне навантаження у навчанні.

З цього ми можемо зробити висновок, що не дивлячись на те, що більшість веде малорухливий спосіб життя, молодь все ж таки намагається виділити хоча б трішки часу на зайняття спортом. Людина постійно повинна рухатися, це є важливою частиною її життя. Особливо це необхідно для молодого організму. Зайняття фізичною культурою та спортом дозволяють не лише розвиватися фізично, а також

підтримувати спілкування з однодумцями. Це надзвичайно важливий етап соціалізації молоді.

У сучасних умовах виділяються такі інноваційні вирішення проблем застосування фізичної культури у молоді: формування нової системи спортивного навчання населення та нових ціннісних орієнтирів; модернізація системи фізичного навчання різних категорій та соціальних груп населення; покращення інфраструктури в галузі спорту.

Висновки: У ході роботи я провела опитування та з'ясувала ставлення молоді до занять спортом. Зі статистики зрозуміло, що більшість намагається приділяти увагу своєму тілу та здоров'ю, але через недостаток часу та важке навчання не робить це тією мірою, якою би хотілося. Необхідно популяризувати фізичне виховання, оскільки завдяки спорту кістки та зв'язки стають міцнішими, серце - витривалішим, а, отже, знижується можливість інсультів та інфарктів у літньому віці. Молодь, що дбає про себе зараз, скаже собі велике дякую у майбутньому.

Список використаних джерел:

1. Віленський М.Я., Горшаков А.Г. Фізична культура та здоровий спосіб життя студентів: навчальний посібник. - М.: Гардаріки. 2018. - 218 с.

2. Баченіна Є.А., Хачатурян А.Ю. Пошук нових форм та методів оптимізації викладання фізкультури та спорту у вищій школі. У збірнику: Двигуна активність. Спорт. Особистість. Матеріали (з міжнародною участю) науково-практичної конференції. 2019. - С. 67-71.
3. Ільїн С.М., Ішмухаметова Н.Ф. Проблеми та перспективи розвитку студентського спорту. Соціально-педагогічні аспекти фізичного виховання молоді. Збірник наукових праць XVII Міжнародної науково-практичної конференції. 2019. - С. 67-72.

Корчевська Оксана Геннадіївна
Стратій Наталія Володимирівна

Вплив вправ системи калланетика на покращення фізичного розвитку та рухових якостей студенток

Харківській національний університет імені В.Н. Каразіна

Кафедра фізичного виховання та спорту

Korchevskajaksu@gmail.com

Харківський національний медичний університет

Кафедра фізичного виховання та здоров'я

nv.stratij@kntmu.edu.ua

Постановка проблеми. В результаті зростання науково-технічного прогресу на сучасному етапі продовжує прогресувати гіподинамія, що негативно впливає на здоров'я