

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ЗДОРОВ'Я**



ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

**II Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною
участю**

«Сучасні досягнення фізичного виховання»

29 листопада 2023 року



Харків 2023

УДК 378.015.31:796(082)

C91

Сучасні досягнення фізичного виховання : зб.матеріалів II Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (електронне видання) 29 листопада 2023 р. Харків : Харківський національний медичний університет, 2023. - 168 с.

Збірник містить матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю в якій взяли участь науковці, викладачі та здобувачі закладів вищої освіти України та інших держав, а також фахівці з фізичного виховання, спорту та фізичної реабілітації.

У наукових працях висвітлено актуальні проблеми та розвиток фізичного виховання молоді в умовах воєнного стану, актуальні питання фізичного виховання у закладах вищої освіти, інновації при організації занять спортом та фізичною культурою в сучасних умовах, здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні, популяризація здорового способу життя, професійно-прикладна фізична підготовка. Матеріали конференції можуть бути використані в науково-дослідній роботі та освітньому процесі закладів вищої освіти.

Редакційна колегія:

Шутєєв Вячеслав Вадимович – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання та здоров'я ХНМУ

Попрошаєв Олександр Володимирович – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання НЮУ ім. Ярослава Мудрого

Галашко Максим Миколайович – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я ХНМУ

Петрухнов Олександр Дмитрович – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я ХНМУ

Ленська Ольга Вячеславна - старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я ХНМУ

Стратій Наталія Володимирівна - старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я ХНМУ

Куций Денис Васильович - старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я ХНМУ

Якименко Олександр Сергійович - старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я ХНМУ

ЗМІСТ

I. ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ І ЗДОРОВ'Я

Березницька М. Р., Кравченко О. С. <i>Фізична активність та психічне здоров'я.....</i>	7
Гриценко В. О., Рядова Л. О. <i>Вплив систематичних занять оздоровчим бігом на стан здоров'я здобувачів вищої освіти</i>	10
Джерелій В. В. <i>Психічні перенапруги в тренувальному процесі.....</i>	14
Жорник А. Д., Мкртічян О. А. <i>Вплив фізичної активності на здоров'я здобувачів вищої освіти та засоби підвищення її рівня.....</i>	22
Здоровець А. О., Олійник Д. І., Стратій Н. В. <i>Оцінка впливу війни на фізичну активність студентської молоді в прифронтових містах.....</i>	27
Косік К. В. Кравченко О. С. <i>Сучасні технології в фізкультурно-оздоровчій та спортивній діяльності</i>	33
Курицький В. С., Кравченко О. С. <i>Вплив гендерних стереотипів на фізичну активність жінок та чоловіків.....</i>	37
Lenska O. V., Lapko S. V. <i>Health-improving activities of physical education in preparation for the profession.....</i>	42
Лисенко В. О., Кравченко О. С. <i>Новітні технології для моніторингу та керування здоров'я</i>	44
Парамонов М., Доценко О. Шутєєв В. В. <i>Фізична культура і рухова активність у повсякденному житті медичних працівників.....</i>	49
Петренко Д. М., Кравченко О. С. <i>Гаджети в самостійній фізичній діяльності здобувачів вищої освіти</i>	52
Прокопенко Є. Ю., Рибалко В. В., Лапко С. В. <i>Вплив фізичної активності на організм людини</i>	55
Ружицька Е. О., Кравченко О. С. <i>Фітнес – каталізатор довготривалого життя.....</i>	57
Тислюкова О. В., Стратій Н. В. <i>Фізична активність – засіб для профілактики та лікування хронічних захворювань.....</i>	61

II. ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ У ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА СОЦІАЛЬНІЙ АДАПТАЦІЇ

Гавриляк Р. О., Гурська М. І., Стратій Н. В. <i>Фізична активність у фізичній реабілітації та соціальній адаптації.....</i>	65
--	-----------

Galashko M. M., Lisina A. V. <i>The possibilities of medical and physical rehabilitation for restoration of normal functioning of the body in patients after surgical treatment of toxic goiter</i>	68
Гарт А. О., Новікова А. М., Петрухнов О. Д. <i>Застосування фізичної активності у фізичній реабілітації для осіб похилого віку</i>	70
Kulikova O. V., Stratii N. V. <i>Physical rehabilitation under martial law</i>	72
Літвінова В. О., Петрухнов О. Д. <i>Вплив фізичної активності при захворюванні цукровий діабет</i>	74
Підгайна П. І., Петрухнов О. Д. <i>Застосування фізичної реабілітації при гіпертонічній хворобі</i>	77
Рожков В. О., Рядова Л. О., Цигановська Н. В. <i>Адаптивна легка атлетика як засіб соціалізації осіб з інвалідністю</i>	81
Poproshayev O. V., Bilyk O. A. <i>Grounding the appearance of planting a doctor in the department of physical education at the guards of high education of Ukraine</i>	84
Шаніна В. В., Петрухнов О. Д. <i>Дослідження впливу фізичної активності у відновленні пацієнтів з онкологічними захворюваннями після лікування хіміотерапією</i>	90

III. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ

Капустян К. С., Кравченко О. С. <i>Вплив фізичних навантажень на психічне здоров'я та стресову стійкість в умовах сьогодення</i>	94
Lenska O. V., Kutsii D. V., Lapko S. V. <i>The problem of preserving the health of teachers</i>	98
Мулик Д. К., Кравченко О. С. <i>Проблема зайвої ваги в сучасному суспільстві</i>	100
Орда Д. К., Кравченко О. С. <i>Тенденції розвитку фізкультурно-оздоровчих та інноваційних технологій</i>	104
Приймак К. О., Кравченко О. С. <i>Мотивація до занять спортом у населення підліткового віку</i>	108
Удовиченко А. О., Якименко О. С. <i>Фізична культура як засіб профілактики хронічних захворювань</i>	111
Харківська Д. К., Кравченко О. С. <i>Здоровий спосіб життя для всіх: фізичне виховання та рухова активність у різних соціальних групах</i>	113
Цигановська Н. В., Скальські Д. В. <i>Оцінювання навчальних досягнень учнів у галузі фізкультурної освіти у країнах ЄС</i>	119
Шутєєв В. В., Лапко С. В. <i>Здоровий спосіб життя студентської молоді</i>	123
Yakimenko O. S., Kutsyi D. V. <i>The role of physical culture in the system of modern education</i>	125

IV. ХАРАКТЕРИСТИКА ВИДІВ СПОРТУ ТА РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

Білоносова О. О., Тихонова А. О. <i>Засоби відновлення у підготовці баскетболістів.....</i>	131
Кононенко Н. М. <i>Ефективність занять атлетизмом здобувачами закладів вищої освіти.....</i>	136
Kutsii D. V., Stratii N. V., Posypaiko A.O. <i>Optimization of training loads in students volleyball players at the stage of general physical training</i>	140
Подмарьова І. А. <i>Вплив занять аеробікою на стан здоров'я здобувачів вищої освіти.....</i>	144
Сафонова Н. О., Галашко М. М. <i>Animal flow – новий напрямок у світі спорту.....</i>	149
Сіренко П. О., Жіденс Я., Ленська О.В. <i>Функціональні умови розвитку швидкісної витривалості в кваліфікованих футболістів.....</i>	152
Стратій О. І., Козарь С. С. <i>Флорбол як засіб рухової активності.....</i>	155
Чепелєв П. С., Шестерова Л. Є. <i>Вплив занять пауерліфтингом на силові здібності спортсменів_початковців</i>	159

V. ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.

Громко Є. А. Петрухнов О. Д. <i>Основні принципи організації військово-патріотичного виховання студентів-медиків засобами фізичного виховання при дистанційному форматі навчання.....</i>	163
--	------------

V. ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.

Громко Євгенія Артурівна

здобувачка освіти 3 курсу,

Харківський національний медичний університет

eahromko.1m21@knmu.edu.ua

Науковий керівник: Петрухнов Олександр Дмитрович

кандидат наук з фізичного виховання та спорту,

старший викладач,

Харківський національний медичний університет

od.petrukhnov@knmu.edu.ua

ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ ОРГАНІЗАЦІЇ ВІЙСЬКОВО- ПАТРІОТИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ПРИ ДИСТАНЦІЙНОМУ ФОРМАТІ НАВЧАННЯ

Вступ. Організація військово-патріотичного виховання сучасної молоді за допомогою фізичного виховання в умовах дистанційного навчання є важливим аспектом підготовки здобувачів освіти, у тому числі студентів-медиків, що має здійснюватися відповідно до вимог та особливостей сучасної ситуації. Тому встановлення основних принципів даної підготовки є важливим для повноцінного їх використання та можуть служити загальним орієнтиром для організації системи, що сприяє ефективному та комплексному військово-патріотичному вихованню студентів засобами фізичного виховання.

Актуальність. Актуальність цього питання визначається важливістю підготовки майбутніх медиків щодо організації військово-патріотичного виховання, здатних до ефективної реакції на кризові ситуації, у світлі чого фізична підготовка має одне з ключових значень попри ускладнення організації такої підготовки в умовах дистанційного навчання.

Мета дослідження. Метою дослідження є встановлення та опис основних принципів організації військово-патріотичного виховання студентів-медиків засобами фізичного виховання при дистанційному форматі навчання.

Методи дослідження: аналіз наукової літератури, порівняльно-описовий, узагальнення, класифікація.

Результати дослідження. Військово-патріотичне виховання за допомогою фізичного виховання у дистанційному форматі передбачає використання різних засобів та методів для формування у здобувачів вищої медичної освіти патріотичних цінностей, розвитку фізичних якостей та готовності до захисту своєї країни навіть в умовах дистанційного навчання [1, с. 165]. Для повноцінної реалізації концепції такого навчання важливим є урахування низки принципів, серед яких ми визначили одні з найбільш значимих.

Одним із основних принципів є принцип систематичності та послідовності, що означає регулярне та систематичне проведення занять фізичним вихованням у контексті військово-патріотичних заходів для досягнення сталого позитивного ефекту. Для реалізації цього принципу доцільною є розробка детального плану відповідних заходів та графіку занять з фізичної підготовки. Такими заходами можуть бути перевірки фізичної витривалості, сили, гнучкості студентів, індивідуальні бесіди та тренування, віртуальні командні змагання та конкурси та ін. Послідовність у цьому контексті означає систематичний та логічний порядок заходів, спрямованих на досягнення конкретного позитивного результату фізичної підготовки. Корисним також може бути досвід проведення регулярного моніторингу з метою виявлення прогресу здобувачів та напрямів фізичної підготовки, що потребують корекції [3, с. 363].

Наступним є принцип системності, який передбачає організацію всіх елементів програми фізичної підготовки у контексті військово-патріотичного виховання майбутніх медиків так, щоб ці елементи були взаємопов'язаними та спрямованими на досягнення загальних цілей. Під програмою підготовки тут слід розуміти систематично організований набір заходів та тренувань, спрямованих на досягнення конкретних цілей у покращенні фізичної форми, розвитку військово-патріотичних цінностей, та формування необхідних для студентів-медиків навичок [3, с. 361]. Відповідно, з метою реалізації цього принципу у програмі підготовки першочергово слід визначити загальні мету та завдання такої

підготовки, її очікувані результати та в подальшому дотримуватися усіх пунктів цієї програми.

Слід також згадати принцип адаптованості військово-патріотичного виховання засобами фізичного виховання щодо вимог дистанційного формату навчання. У цьому принципі сприятливими будуть спеціально розроблені фізичні вправи, які можна виконувати вдома з використанням відео- або онлайн-інструкцій [1, с. 169]. Найбільш простими прикладами впровадження такого досвіду можуть слугувати віртуальні тренування через відеоконференції, де викладач може давати вказівки та коригувати техніку виконання вправ. Можливо також впроваджувати використання онлайн екскурсій, онлайн майстер-класів, організацію онлайн-конкурсів та заходів для стимулювання участі та конкурентоспроможності, а також забезпечення доступу до електронних ресурсів для самостійного навчання.

Принцип інтерактивності, який має важливе значення для підвищення інтересу передбачає залучення більшої кількості здобувачів до активної участі у військово-патріотичному вихованні за допомогою фізичного виховання, а не лише виконання завдань, тобто передбачає творчий підхід [2, с. 171]. Як варіанти реалізації цього принципу можна розглядати створення спільнот на платформах соціальних мереж для обговорення важливих питань фізичної підготовки, організації позанавчальних заходів та консультування, залучення гостей та відомих особистостей для онлайн-дискусій і лекцій, використання віртуальних тренажерів для симуляції різних ситуацій, що стосуються реального досвіду, наприклад, медичної евакуації в бойових умовах та ін.

Висновки. У роботі визначено основні принципи організації військово-патріотичного виховання студентів-медиків засобами фізичного виховання при дистанційному форматі навчання (а саме принципи систематичності та послідовності, принцип системності, принцип адаптованості до дистанційного формату навчання і принцип інтерактивності), а також зазначено способи реалізації описаних принципів.

Вкотре утверджено необхідність інноваційних, індивідуальних та адаптивних підходів у військово-патріотичному вихованні студентів медичних закладів, особливо у сучасних умовах, де дистанційне навчання є переважаючим та необхідним.

Загалом забезпечення взаємодії між фізичним вихованням та військово-патріотичним вихованням вже є частиною забезпечення комплексного підходу. При цьому можливо передбачити міжпредметні зв'язки з метою відповідності фізичної підготовки тим завданням, з якими доведеться зіткнутися здобувачам освіти у майбутньому практичному досвіді в сучасних умовах.

Окрім покращення результативності навчання, описаний у роботі підхід до фізичної підготовки також забезпечує вдосконалення дисципліни серед здобувачів, що є особливо важливим у військово-патріотичному вихованні та підтверджує важливість застосування засобів фізичного виховання при дистанційному форматі навчання.

Джерела:

1. Добридень А. Фізичне виховання здобувачів вищої освіти в умовах воєнного стану в Україні. Перспективи та інновації науки. 2023. № 9(27). С. 164-172.
2. Пустолякова Л. Вплив спортивних заходів із елементами хортингу на виховання патріотизму у студентів національного медичного університету імені О.О. Богомольця. Теорія і методика хортингу. 2014. № 2. С. 165–171.
3. Фріга Л. Військово-патріотичне виховання сучасної молоді засобами фізичного виховання. Фізичне виховання і спорт в навчальних закладах України на сучасному етапі: стан, напрямки та перспективи розвитку. 2017. С. 360–365.