

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»
Департамент освіти і науки, молоді та спорту Закарпатської ОВА
Закарпатський інститут післядипломної педагогічної освіти

**СУЧАСНИЙ СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ ВДОСКОНАЛЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ
СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА У
ПІСЛЯВОЄННИЙ ПЕРІОД**

**II науково-практична конференція з міжнародною участю, присвячена 75-й річниці
кафедри фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ»**

19-20 квітня 2023

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ КОНФЕРЕНЦІЇ



м. Ужгород – 2023

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»
Департамент освіти і науки, молоді та спорту Закарпатської ОВА
Закарпатський інститут післядипломної педагогічної освіти

**СУЧАСНИЙ СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ ВДОСКОНАЛЕННЯ
НАЦІОНАЛЬНОЇ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ В
УМОВАХ ВІЙНИ ТА У ПІСЛЯВОЄННИЙ ПЕРІОД**

**II науково-практична конференція з міжнародною участю присвячена 75-й річниці
кафедри фізичного виховання ДВНЗ «Ужгородський національний університет»**

19-20 квітня 2023

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ КОНФЕРЕНЦІЇ

м. Ужгород – 2023

Сучасний стан і перспективи вдосконалення національної системи фізичного виховання і спорту в умовах війни та у післявоєнний період: збірник матеріалів II науково-практичної конференції 19-20 квітня 2023 року, присвяченої 75-й річниці кафедри фізичного виховання ДВНЗ «Ужгородський національний університет», Ужгород, 2023. – 199 с. [Електронне видання].

Збірник матеріалів II науково-практичної конференції: «Сучасний стан і перспективи вдосконалення національної системи фізичного виховання і спорту в умовах війни та у післявоєнний період», присвяченій 75-й річниці кафедри фізичного виховання. Матеріали, включені до збірника, відображають результати науково-дослідної роботи науково-педагогічних та наукових працівників національних і міжнародних закладів вищої освіти. В основу доповідей покладені важливі для демократичного суспільства проблеми розвитку системи фізичного виховання і спорту учнів закладів загальної середньої освіти, здобувачів вищої освіти та дорослого населення в парадигмі європейського вектору розвитку в складних умовах воєнного стану та у післявоєнний період. Відповідальність за точність поданих фактів, цитат і прізвищ несуть автори.

Голова оргкомітету конференції:

Володимир СМОЛАНКА, доктор медичних наук, професор, ректор ДВНЗ «Ужгородський національний університет»

Співголови оргкомітету:

Іван МИРОНЮК, доктор медичних наук, професор, проректор з наукової роботи ДВНЗ «Ужгородський національний університет»

Мар'яна МАРУСИНЕЦЬ, доктор педагогічних наук, професор, директор Департаменту освіти і науки, молоді та спорту Закарпатської обласної військової адміністрації

Ярослав СИВОХОП, кандидат педагогічних наук, доцент директор Закарпатського інституту післядипломної педагогічної освіти

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Едуард СИВОХОП, кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету здоров'я та фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ»

Світлана СТЕБЛЮК, доктор педагогічних наук, заступник декана факультету здоров'я та фізичного виховання з наукової роботи

Іван МАРІОНДА, кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ»

Валерій ТОВТ, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ»

Тетяна ХОМА, кандидат педагогічних наук, заступник декана факультету здоров'я та фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ»

Рекомендовано до друку:

- Редакційно-видавничою радою ДВНЗ «Ужгородський національний університет», протокол № 3 від 02 травня 2023 року.
- Вченою радою ДВНЗ «Ужгородський національний університет», протокол № 5 від 04 травня 2023 року.

ЗМІСТ

Розділ I. СУЧАСНИЙ СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ ВДОСКОНАЛЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

БІЛОГУР Влада	7
Життя українського спорту під час війни	
БОНДАРЧУК Наталія, СУЩЕНКО Ірина	14
Методичне обґрунтування педагогічних умов виховання фізичних якостей юних спортсменів на етапі початкової підготовки в умовах ДЮСШ	
ДУТКЕВИЧ-ІВАНСЬКА Юлія, МЕЛЕГА Ксенія	19
Особливості гирьового спорту в умовах війни	
КАРАБАНОВ Євген	23
Фізична активність дорослого населення та методи її визначення	
КОЗАР Юрій, СИВОХОП Едуард, КОВАЧ Шандор	27
Європейський досвід вирішення спортивних спорів	
МАДЯР-ФАЗЕКАШ Емілія	32
Основні аспекти поєдинків у сучасному фехтуванні	
ПОТОП Володимир, ЧЕРНОЗУБ Андрій, ФЕДОРОВ Станіслав, САВЕНКО Андрій, ШТЕФЮК Іван, ЦЗЕ Чжао, СИВОХОП Едуард	35
Основні аспекти удосконалення силових підготовки в змішаних єдиноборствах	
СЕМАЛЬ Наталія, СПІВАК Антоніна	41
Пріоритети вдосконалення національної системи фізичного виховання і спорту у повоєнний період	
ТИМОЧКО Олександр, ТИМОЧКО Катерина.	46
Самоконтроль за фізичним станом організму студентів ЗВО в процесі регулярних занять силовими видами спорту	
ШЕВЦІВ Уляна, ЖДАНОВА Ольга, ЧЕХОВСЬКА Любов, ЛУЖНА Мар'яна	52
Оздоровчий фітнес як засіб покращення фізичної працездатності жінок 30-40 років (на прикладі шейпінгу)	

Розділ II. ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ

ГУЗАК Олександра	57
Фізична реабілітація на різних етапах відновлення здоров'я та функціонування після ампутацій кінцівок у військовослужбовців	
М ЕЛЕГА Ксенія, ДУТКЕВИЧ-ІВАНСЬКА Юлія	62
Роль регулярної фізичної активності у зміцненні фізичного та ментального здоров'я здобувачів вищої освіти у період воєнного стану	
МИРОНЮК Іван, СЛАБКІЙ Геннадій, ТАНЧИНЕЦЬ Сергій	68
Фізична активність населення, як детермінанта збереження та зміцнення здоров'я	

ПОДОЛЬСЬКИЙ Володимир, МЕДВЕДОВСЬКА Наталія, ПОДОЛЬСЬКИЙ Василь	72
Використання фізичних вправ для лікування психосоматичних змін у жінок з ендометріозом	
САБАДОШ Мар'яна	79
Патерни фізичної активності у пацієнтів, які реабілітуються після операцій з переломом стегна	
СЛАБКИЙ Геннадій, БЛАК-ЛУК'ЯНЧУК Вікторія, КОСТЕНКО Софія	82
Фізкультурно-оздоровча робота в Закарпатській області	
СЛАБКИЙ Геннадій, ЖДАНОВА Оксана	86
Вплив війни проти російської агресії та дистанційної форми навчання на рівень фізичної активності студентської молоді	
СТЕБЛЮК Світлана	91
Застосування здоров'язберігаючих технологій в інклюзивному освітньому середовищі	
Розділ III. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ НАЦІОНАЛЬНОЇ СИСТЕМИ ОСВІТИ І ПЕДАГОГІКИ В ПАРАДИГМІ ЄВРОПЕЙСЬКОГО ВЕКТОРУ РОЗВИТКУ	
ДЖУГАН Любов	95
Використання елементів художньої гімнастики на заняттях з фізичного виховання для студентів ЗВО	
ГАЯШ Оксана	98
Рухливі ігри як засіб фізичного виховання молодших школярів з інтелектуальними порушеннями	
КЛЯП Маріанна	103
Фізичні вправи як аспект корекційної роботи з дошкільнятами з особливими освітніми потребами	
КОГУТ Юрій, СТРОКУН Михайло	109
Проблеми розвитку загальної витривалості в школярів старших класів	
КОТОВА Олена, СУХАНОВА Ганна	112
Сучасні тенденції професійної підготовки вчителя фізичної культури відповідно до вимог нової школи	
МАЛЬЦЕВА Ольга, ЛЯХОВЕЦЬ Лариса	116
Перспективи вдосконалення системи фізичного виховання студентів	
МАРІОНДА Іван	120
Ретроспективний аналіз науково-педагогічної діяльності кафедри фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ» в період з 1948 по 2023 рік	
НЕПША Олександр, СУХАНОВА Ганна	125
Підвищення ефективності фізичної культури студентів засобами скандинавської ходьби	

ПАРИЙ Світлана, ТОВСТОП'ЯТКО Федір, ПИПТЮК Павло.	131
Спортивно-педагогічне вдосконалення зі спортивного туризму у підготовці майбутніх фахівців фізичної культури і спорту	
ПОГОРІЛЯК Рената, СЛАБКИЙ Геннадій, ШЕНЬ Антон	136
Формування професійних компетенцій магістрів громадського здоров'я у відповідності до європейських підходів	
ПОГОРІЛЯК Рената, СЛАБКИЙ Геннадій, ШЕНЬ Георгій	140
До використання сучасних підходів в підготовці спеціалістів галузі охорони здоров'я у вищій школі	
СОКОЛОВА Ольга, ОМЕЛЬЯНЕНКО Галина.	143
Викладання біомеханіки здобувачам ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності 014 середня освіта «фізична культура» в умовах воєнного стану.	
СТЕПЧУК Надія, МОРДВІНЦЕВ Геннадій.	147
Вплив занять оздоровчим фітнесом на рівень фізичної підготовленості та корекцію фігури дівчат старшого шкільного віку.	
ТИЩЕНКО Валерія, КОВАЛЕНКО Юлія	152
До питання вдосконалення викладання дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання»	
ТОВСТОП'ЯТКО Федір, ПАРИЙ Світлана.	156
Особливості методики викладання спортивного орієнтування у ЗВО.	
ТОВТ Валерій, КЕВПАНИЧ Василь	161
Плавання як елемент здоров'язбережувальної технології в системі фізичного виховання студентів	
ТРИФАН Олександр	166
Планування навчально-виховного процесу з фізичного виховання в освітніх закладах Закарпаття 20-30 років ХХ століття	
ТУЛАЙДАН Вікторія, ШЕЛЄХОВА Тетяна	170
Значення розвитку координаційних здібностей у студентів закладів вищої освіти на заняттях з фізичного виховання	
ХОМА Тетяна, ПИШКА Ольга	176
Роль фізичної культури у формуванні особистості молодшого школяра	
ЦИБУЛЬСЬКА Вікторія, БЕЗВЕРХНЯ Галина	181
Діагностика рівня сформованості мотиваційно-цільового компоненту готовності студентів до самоорганізації здорового способу життя засобами фітнес-аеробіки	
ФЕДОРІШКО Андрій	185
Історія участі студентів УжНУ у всеукраїнських змаганнях III рангу з пауерліфтингу в умовах російської збройної агресії проти України (2014-2023 роки)	
ФІЛАК Ярослав, ФІЛАК Фелікс	190
Лікувальна гімнастика у фізичному вихованні школярів з інтелектуальними порушеннями	
ШАНТА Іван	194
Спеціальні вправи з арсеналу футбольної підготовки як засіб розвитку фізичних якостей молодших школярів	

ДІАГНОСТИКА РІВНЯ СФОРМОВАНOSTІ МОТИВАЦІЙНО-ЦІЛЬОВОГО КОМПОНЕНТУ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО САМООРГАНІЗАЦІЇ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЗАСОБАМИ ФІТНЕС-АЕРОБІКИ

ЦИБУЛЬСЬКА Вікторія

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького

БЕЗВЕРХНЯ Галина

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор

Луцький національний технічний університет

В результаті підготовчого етапу експерименту вдалося з'ясувати, що основна проблема в орієнтації студентів на здоровий спосіб життя пов'язана з формуванням їхньої готовності до самоорганізації здорового способу життя, причому, якщо на рівні певного середовища (здоров'язберігаюча діяльність університету) здоровий спосіб життя підтримується, то в перспективі саме самоорганізації виникає низка проблем, центральною з яких є комплексна самоорганізація здорового способу життя та самоорганізація рухової активності зокрема [3]. У зв'язку з цим ми бачимо актуальність створення послуг оздоровчих центрів, фітнес-секцій та ін. в організаційній структурі університету, так як і за методичним оснащенням, і за економічною доступністю університет здатний задовольнити потреби студентства у самоорганізації здорового способу життя.

Результати дослідження рівня сформованості **мотиваційно-цільового компоненту** готовності студентів до самоорганізації здорового способу життя представлені в табл.1.

З таблиці видно, що рівень сформованості мотиваційно-ціннісного компоненту у ЕГ1 практично не змінився, тоді як у ЕГ2 збільшилися показники за високим рівнем на 11 % та середньому на 5 %, відповідно за низьким рівнем показники знизилися на 16 %.

Таблиця 1

**Оцінка рівня сформованості мотиваційно-ціннісного компоненту
готовності студентів до самоорганізації здорового способу життя на
контрольному етапі**

Група	ЕГ 1						ЕГ 2					
Час	До			Після			До			Після		
Рівень	високий	середній	низький	високий	середній	низький	високий	середній	низький	високий	середній	низький
%	42%	38%	20%	44%	43%	15%	44%	34%	22%	55%	39%	6%

Слід зазначити, що динаміка спостерігається за всіма іншими компонентами готовності студентів до самоорганізації здорового способу життя. Результати дослідження зміни даних компонентів на контрольному етапі обох груп представлені у таблиці 2.

Таблиця 2

**Оцінка рівня сформованості готовності студентів до самоорганізації
здорового способу життя за компонентами на контрольному етапі**

Група	ЕГ 1						ЕГ 2					
Час	До			Після			До			Після		
Рівень	високий	середній	низький	високий	середній	низький	високий	середній	низький	високий	середній	низький
<i>компонент</i>												
Мотиваційно-ціннісний	42%	38%	20%	44%	43%	15%	44%	34%	22%	55%	39%	6%
Змістовий	25%	35%	40%	30%	35%	35%	28%	37%	35%	62%	20%	18%
Програмно-орієнтовний	5%	25%	70%	30%	30%	40%	7%	20%	73%	55%	20%	25%
Операційно-діяльнісний	28%	43%	39%	28%	50%	22%	24%	40%	36%	51%	40%	9%
Рефлексивний	5%	20%	75%	10%	40%	50%	7%	20%	73%	62%	20%	18%

Як видно з таблиці, в результаті формувального етапу експерименту розвиток мотиваційно-ціннісного, програмно-орієнтовного, операційно-

діяльнісного і рефлексивного компонентів – у студентів ЕГ2 за критерієм змістилося в зону значущості, і лише розвиток змістовного компонента в зону невизначений.

Це свідчить про те, що заняття фітнес-аеробікою, які організуються на основі застосування психолого-педагогічного інструментарію, націленого на формування готовності до самоорганізації здорового способу життя, справді сприяють формуванню цієї якості, що підтверджується статистично. Якщо звернутися до результатів, отриманих у ході діагностування студентів ЕГ2, то очевидним є наступне: розвиток мотиваційно-ціннісного, операційно-діяльнісного та рефлексивного компонентів потрапили до зони незначності, а розвиток змістовного та програмно-орієнтовного компонентів – до зони невизначеності. Це свідчить про те, що одного заняття фітнес-аеробікою як видом рухової активності недостатньо для формування готовності до самоорганізації здорового способу життя [1].

Таким чином, незважаючи на те, що заняття фітнес-аеробікою позитивно впливають на формування готовності студентів до самоорганізації здорового способу життя (ЕГ1), однак одних спортивно-оздоровчих занять явно недостатньо, потрібен певний методичний та технологічний інструментарій, завдяки якому можна впевнено говорити про високий ступінь сформованості готовності студентів до самоорганізації здорового способу життя (ЕГ2).

Важливим фактором, що підтверджує думку про те, що для формування готовності студентів до самоорганізації здорового способу життя важливі як регулярні заняття спортом або здоров'язберігаючою технологією (наприклад, фітнес-аеробікою), так і особливий методичний, технологічний та психолого-педагогічний супровід [2].

Таким чином, пролонгація експерименту дозволить досягти 100% сформованості готовності студентів до самоорганізації здорового способу життя. Аналіз результатів показав, що для ефективного формування готовності студентів до самоорганізації здорового способу життя необхідна комплексна робота, яка включає організацію регулярних занять студентів спортом

(наприклад, фітнес-аеробікою), особливу методичну, технологічну та психолого-педагогічну роботу з орієнтації студентів на самоорганізацію здорового способу життя (контекстне навчання (метод case-study), експериментальне навчання (технології навчання життєвим навичкам , технологія навчання дією, технології навчання в практиці), рефлексивні технології (технологія навчання асертивній поведінці, ALACT-модель) та організація студентами у формі літньої практики фітнес-змін у дитячих оздоровчих таборах у канікулярний час.

Література.

1. Андрєєва О.В. Теоретико-методичні засади рекреаційної діяльності різних груп населення [автореферат]. Київ: НУФВСУ; 2014. 44 с.
2. Безверхня Г.В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. - Київ : Олімпійська література, 2010. - 248 с.
3. Безверхня Г.В., Юшковська О. Г., Круцевич Т.Ю., Середовська В.Ю. Самостійні заняття з фізичного виховання: навч. посібник, Одеса: ОНМедУ, 2012. – 364 с.

СУЧАСНИЙ СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ ВДОСКОНАЛЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА У ПІСЛЯВОЄННИЙ ПЕРІОД

**II науково-практична конференція з міжнародною участю присвячена 75-й річниці
кафедри фізичного виховання ДВНЗ «Ужгородський національний університет»**

19-20 квітня 2023

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ КОНФЕРЕНЦІЇ

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Едуард СИВОХОП, кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету здоров'я та фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ»

Світлана СТЕБЛЮК, доктор педагогічних наук, заступник декана факультету здоров'я та фізичного виховання з наукової роботи

Іван МАРІОНДА, кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ»

Валерій ТОВТ, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ»

Тетяна ХОМА, кандидат педагогічних наук, заступник декана факультету здоров'я та фізичного виховання ДВНЗ «УжНУ»

Відповідальний за випуск: Товт В.А.

Комп'ютерна верстка – Товт В.А.

Факультет здоров'я та фізичного виховання, кафедра фізичного виховання
вул. І. Франка, буд. 1.
88017, Ужгород, Україна

Офіційний сайт - https://www.uzhnu.edu.ua/uk/cat/health-dep_ksport