



**ДНІПРОПЕТРОВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ВНУТРІШНІХ СПРАВ
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ПРАВА ТА
ІННОВАЦІЙНОЇ ОСВІТИ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
ТА ТАКТИКО-СПЕЦІАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ**

**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В УНІВЕРСИТЕТСЬКІЙ
ОСВІТІ: СВІТОВА ПРАКТИКА ТА СУЧАСНІ ТРЕНДИ**

Матеріали міжнародної науково-практичної конференції

13 квітня 2023 року

Дніпро



**DNIPROPETROVSK STATE UNIVERSITY OF INTERNAL AFFAIRS
EDUCATIONAL AND SCIENTIFIC INSTITUTE OF LAW
AND INNOVATIVE EDUCATION
DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND TACTICAL
SPECIAL TRAINING**

**PHYSICAL CULTURE IN UNIVERSITY EDUCATION:
WORLD PRACTICE AND MODERN TRENDS**

Materials of the International scientific and practical conference

*April 13, 2023
Dnipro*

УДК 378.172
Ф 50

*Схвалено на засіданні наукової ради
Дніпропетровського державного
університету внутрішніх справ
(протокол № 8 від 20.04.2023 р.)*

Ф 50 Фізична культура в університетській освіті: світова практика та сучасні тренди: зб. матеріалів Міжнар. наук.-практ. конф. (Дніпро, 13 квітня 2023 р.). Дніпро : Дніпроп. держ. ун-т внутр. справ, 2023. 372 с.

Physical Culture in University Education: World Practice and Modern Trends: a collection of materials from the International Scientific and Practical Conference (Dnipro, April 13, 2023). Dnipro : DSUIA, 2023. 372 p.

ISBN 978-617-8032-96-8

Збірник містить матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, в якій взяли участь науковці, викладачі та здобувачі закладів вищої освіти та наукових установ України та закордонних держав (Польща, Боснія і Герцеговина, Словенія, Індія, Казахстан, Узбекистан та інші), а також фахівці-практики з фізичного виховання, спорту та реабілітації. Тематика публікацій охоплює 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'язберезувальні технології у фізичному вихованні актуальні питання розвитку фізичних та спеціальних фізичних якостей, професійно-прикладна фізична підготовка, проблеми розвитку компетентностей засобами фізичної культури, організації фізичного виховання при дистанційній формі навчання, актуальні питання оцінки здоров'я та функціонального стану молоді, яка займається спортом тощо.

Матеріали конференції можуть бути використані в науково-дослідній роботі та освітньому процесі ЗВО.

Матеріали подано в редакції авторів тез. Оргкомітет не несе відповідальності за їх зміст та автентичність.

© Автори, 2023
© ДДУВС, 2023

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Андрій ФОМЕНКО (*голова*) – ректор Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ, доктор юридичних наук, доцент, Заслужений юрист України, полковник поліції;

Лариса НАЛИВАЙКО (*заступник голови*) – проректор Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ, доктор юридичних наук, професор, Заслужений юрист України;

Вікторія САВІЩЕНКО (*заступник голови*) – директор Навчально-наукового інституту права та інноваційної освіти, доктор юридичних наук, кандидат педагогічних наук, професор;

Ірина СКРИПЧЕНКО (*заступник голови*) – завідувач кафедри фізичного виховання та тактико-спеціальної підготовки Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент;

Віталій ГРИБАН – професор кафедри фізичного виховання та тактико-спеціальної підготовки Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ, доктор біологічних наук, професор;

Ратко ПАВЛОВИЧ – професор, Університет Східного Сараєво (Боснія і Герцеговина), доктор наук з фізичного виховання та спорту;

Рам Мохан СІНГХ – доцент кафедри фізичного виховання і спорту Університету Пондічеррі (Індія), кандидат наук з фізичного виховання та спорту

Фаррух АХМЕДОВ – викладач Самаркандська філія Інституту перепідготовки та підвищення кваліфікації фізичного виховання і спорту (Узбекистан), кандидат педагогічних наук, доцент;

Боян БЄЛІЦА – заступник декана з виховної роботи факультету фізичного виховання і спорту Університету Східного Сараєво (Боснія і Герцеговина);

Нікола АКСОВИЧ – доцент Ниського університету (Сербія), кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент;

Віктор БОГУСЛАВСЬКИЙ (*відповідальний секретар*) – завідувач кафедри спеціальної фізичної підготовки Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ, кандидат юридичних наук, доцент.

ЗМІСТ

Білогур В. Є., Котова О. В. <i>РОЗВИТОК ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ ОСВІТИ У СВІТЛІ ФІЛОСОФІЇ СПОРТУ</i>	14
Грибан В. Г. <i>РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ У ФОРМУВАННІ ФІЗИЧНИХ ТА ПСИХОЛОГІЧНИХ ЯКОСТЕЙ МОЛОДОЇ ЛЮДИНИ</i>	17
Radulović N., Pavlović R., Nikolić S., Mihajlović I. <i>NUTRITIONAL STATUS AND PHYSICAL ACTIVITY LEVEL AMONG STUDENTS OF THE UNIVERSITY OF NOVI SAD</i>	20
Vasanthi G., Ibnu Noufal K. V. <i>ESTABLISHING A HEALTHY LIFESTYLE AMONG PHYSICAL EDUCATION STUDENTS: HISTORICAL, ECONOMIC, PHILOSOPHICAL AND SOCIAL PERSPECTIVES</i>	28
Predgor I., Aleksić-Veljković A., Katanic B., Vitasović M., Rakočević R. <i>STUDENTS' ATTITUDES ON THE INFLUENCE OF SPORTS ON THE HEALTH AND IMPROVEMENT OF MENTAL HYGIENE OF THE STUDENT POPULATION</i>	31
Singh R. M., Amaravathi G. <i>PHYSICAL EDUCATION & SPORTS IN HIGHER EDUCATION FOR A STRONG INDIA</i>	33
Ajini P. S., Vasanthi G. <i>SPORTS AND APPLIED SPORTS IN THE PROFESSIONAL TRAINING OF STUDENTS</i>	37
Uma P., Kiran Kumar.N., Singh R. M. <i>EFFECT OF TECHNOLOGY DEVICES ON HEALTH OF YOUTH IN TAMILNADU</i>	40
Сущенко А. В., Табінська С. О. <i>СВІТОГЛЯДНИЙ КОМПОНЕНТ СОЦІОКУЛЬТУРНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ</i>	45
Корнієнко В. В. <i>ПРО ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ТА НЕРВОВО-ПСИХІЧНОЇ СТІЙКОСТІ ОСІБ З РІЗНИМИ ПРОФЕСІЙНИМИ ІНТЕРЕСАМИ</i>	48
Rajendu R. P., Singh R. M. <i>SUBJECTIVE HAPPINESS AMONG SPECIAL EDUCATION TEACHERS AND NORMAL TEACHERS – A COMPARATIVE STUDY</i>	51
Павлова Ю. О., Боднар І. Р., Крижановський В. О., Швець В. В. <i>ПСИХОФІЗИЧНИЙ СТАН КУРСАНТІВ МАЙБУТНІХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ-ПРАВООХОРОНЦІВ В УМОВАХ ВІЙНИ</i>	54
Христова Т. Є., Костючок М. Г. <i>КОМПЛЕКСНЕ ОЗДОРОВЛЕННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ</i>	58

Христова Т. Є., Грицканюк Ю. П. <i>СИСТЕМА ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ ПІДГОТОВКИ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ВИХОВНОЇ РОБОТИ ЗІ ШКОЛЯРАМИ.....</i>	61
Nithin B. S., Singh R. Ram Mohan <i>THE BENEFITS AND CHALLENGES OF IMPLEMENTING PHYSICAL CULTURE PROGRAMS IN UNIVERSITIES IN DIFFERENT PARTS OF THE WORLD.....</i>	64
Boychenko N. V. <i>PSYCHOLOGY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS.....</i>	67
Skrypchenko I. T., Bjelica B., Aksović N. <i>BULLYING IN MODERN SPORTS ENVIRONMENT: UNDERSTANDING AND PREVENTION.....</i>	69
Dharakeswari S. <i>REASON BEHIND THAT WOMENWITHDRAWAL IN SPORTS IN INDIA....</i>	72
Ibnu Noufal K. V., Vasanthi G. <i>MAXIMIZING ATHLETIC PERFORMANCE: THE BENEFITS OF COMBINATION TRAINING FOR SPORTSMAN.....</i>	74
Chmel-Dunaj G. M., Khmel O. S. <i>HEALTHY LIFESTYLE. HOW TO START?</i>	77
Bobby G., Uma P. <i>ANALYSIS OF BODY MASS INDEX, PERCENTAGE OF BODY FAT AND MAXIMAL OXYGEN CONSUMPTION AMONG MALE AND FEMALE STUDENTS OF TNPESU.....</i>	83
Skrypchenko I., Badicu G. <i>INNOVATIVE APPROACH TO THE PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS USING AN INTERACTIVE CLIMBING WALL.....</i>	86
Skrypchenko I. T. <i>STUDENTS' EXPERIENCE OF USING ERGOMETER «CONCEPT-2» DURING INDEPENDENT PHYSICAL EDUCATION IN THE PROCESS OF EDUCATION IN UNIVERSITY.....</i>	90
Khudayberdiyeva Kh. <i>ROLE OF SPORTS EVENTS IN THE FORMATION OF PATRIOTIC FEELINGS IN YOUTH.....</i>	95
Ahmedov F. <i>PROSPECTS AND DEVELOPMENTS OF THE KURASH.....</i>	98
Богуславський В. В. <i>МІЖНАРОДНА СПІВПРАЦЯ У ГАЛУЗІ СТУДЕНТСЬКОГО СПОРТУ: ПЕРЕВАГИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ.....</i>	100
Журавель О. А. <i>АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ РЕАЛІЗАЦІЇ ДЕРЖАВНОЇ ПОЛІТИКИ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.....</i>	102
Зайцева Ю. В., Янубеков О. О. <i>ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК ЗАПОРУКА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ.....</i>	104

Печко Г. Ю. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ОСІБ З ПОРУШЕННЯМИ СЛУХУ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....	106
Луценко І. М. ДИСТАНЦІЙНЕ НАВЧАННЯ: ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	110
Кропивницька Т. А. СИСТЕМА ОРГАНІЗАЦІЇ І УПРАВЛІННЯ СПОРТОМ В ІТАЛІЇ.....	113
Гета А. В., Мороз О. В., Остапов А. В. СВІТОВІ ТРЕНДИ ТА ВИКЛИКИ СИСТЕМІ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	116
Столяренко О. Б. ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	119
Богуславський В. В. СТУДЕНТСЬКИЙ СПОРТ ЯК ВАЖЛИВА СКЛАДОВА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ.....	121
Оніщук Л. М. ОСОБЛИВОСТІ НАЦІОНАЛЬНО-ПАТРІОТИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ...	123
Ульянов О. І. ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПОЛІЦЕЙСЬКІЙ АКАДЕМІЇ Х'ЮСТОНА.....	127
Diahyleva O., Svirida V., Yurzhenko A. THE USE OF LMS MOODLE TO TEACH PHYSICAL TRAINING TO FUTURE MARITIME PROFESSIONALS.....	130
Sivachandiran S. RELATIONSHIP ON SPEED, EXPLOSIVE POWER AND SHOULDER STRENGTH BETWEEN BASKETBALL AND HANDBALL PLAYERS – A PRELIMINARY STUDY.....	132
Almadhkhori H. THE MASS VARIABLE AND ITS RELATIONSHIP TO THE PUBLIC SECTOR AND THE KINETIC VARIABLES.....	136
Карабанов Є. О., Сивохоп Е. М. ВПЛИВ ВІЙНИ НА СТАН УКРАЇНСЬКИХ СТУДЕНТІВ – МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	138
Соколова Л. О., Кириченко А. М., Токмакова С. В., Яровий В. Є., Охромій Г. В. ВПЛИВ СУЧАСНИХ ВОЄННИХ ДІЙ НА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ УКРАЇНИ.....	141
Мионов Ю. Б. ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМУ В УКРАЇНІ.....	144

Дишко О. Л., Табак Н. В. ВПЛИВ КОМПЛЕКСУ ВПРАВ ЗА ПРОТОКОЛОМ ТАБАТА НА ВИТРИВАЛИСТЬ СТУДЕНТОК.....	146
Skrypchenko I. T., Schastlyvets V. I. VOLUNTEERING INSTITUTE IN OLYMPIC MOVEMENT.....	148
Koshcheyev A. S., Mustyatsya S. E. COMPARATIVE CHARACTERISTICS OF SPEED AND STRENGTH ABILITIES DEVELOPMENT IN LONG JUMPERS AMONG YOUTH STUDENT ATHLETES...	153
Allambergenova R. D. qizi PHYSICAL EDUCATION IN CHILDREN OF PRESCHOOL AGE.....	156
Chewang D. B., Singh R. M. EFFECT OF PHYSICAL ACTIVITY ON GROSS MOTOR DEVELOPMENT AMONG PRESCHOOLERS.....	159
Анісімов Д. О. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА КУРСАНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ: АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ.....	163
Журавель О. А. ЩОДО НЕОБХІДНОСТІ ПРАКТИКО-ОРІЄНТОВАНОГО НАВЧАННЯ ЗІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВИ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ.....	165
Бондаренко О. В. ІННОВАЦІЇ В СИСТЕМІ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	167
Гришко С. В., Непша О. В. ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ШКОЛИ.....	169
Марусич О. Г., Шиян О. В., Тютенко І. Б. ВИКОРИСТАННЯ ГРИ В ШАХИ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗВО, ЯК ЗАСОБУ СТВОРЕННЯ ЕФЕКТИВНИХ УМОВ НАВЧАННЯ.....	172
Согоконь О. А. ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ВЧИТЕЛЯ ЗА ДОПОМОГОЮ ІННОВАЦІЙНИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ.....	174
Нестеренко Н. А. ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЗДОБУВАЧІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	176
Дакаленко О. В. ПРОБЛЕМНІ ПРИНЦИПИ ВИКЛАДАННЯ ІНОЗЕМНИХ МОВ У ВИЩІ ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.....	180
Бабенко В. Г., Євдокимова Л. Г. ВТОМА ЯК РЕЗУЛЬТАТ ЗАГАЛЬНОІНТЕНСИВНОГО ФІЗИЧНОГО НАВАНТАЖЕННЯ ПЕРСОНАЛУ.....	183

Коллегаєв М. Ю., Горошко О. В. ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ СПОРТИВНОМУ ОРІЄНТУВАННЮ.....	185
Малютова О. М., Козловська О. Г. ВПЛИВ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ НА ВОДНИЙ БАЛАНС ОРГАНІЗМУ...	188
Осадча Л. А. ПЕРША ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ТА ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ МОЛОДІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.....	191
Sathish Kumar S., Vinod Kumar G. A SYSTEMATIC ANALYSIS OF KINANTHROPOMETRY MEASURES AMONG COASTAL REGION FISHERMEN AND NON-FISHERMAN CHILDREN IN PUDUCHERRY.....	193
Борисов Є. В. ЗАСТОСУВАННЯ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ У СУЧАСНОМУ ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	198
Вознюк К. Г. СПОРТИВНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ І МАРКЕТИНГ В КОНТЕКСТІ ВИКЛИКІВ ГЛОБАЛЬНОГО РОЗВИТКУ СУЧАСНОГО СУСПІЛЬСТВА.....	201
Рогальський В. І. ЗНАЧЕННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЖИТТІ СТУДЕНТСЬКОЇ ТА УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ.....	203
Абдуллаєв А. К. огли, Ребар І. В., Нестеров О. С. ОСОБЛИВОСТІ ПЛАНУВАННЯ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ В ЖІНОЧІЙ СЕКЦІЇ ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ...	206
Суханова Г. П., Непша О. В. НЕТРАДИЦІЙНІ ВИДИ ГІМНАСТИКИ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗІ СТУДЕНТАМИ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ....	209
Цибульська В. В., Кириєнко О. Г. ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	211
Lovejeet, Anugraha M. R. SELF-EFFICACY AND SPORT ANXIETY AMONG SPORTS PERSONS.....	214
Abhijith M., Nithin B. S. MENTAL TRAINING FOR VOLLEYBALL PLAYERS: ENHANCING PERFORMANCE AND WELL-BEING.....	215
Ajmal A. R. INNOVATIONS AND HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES IN THE EDUCATIONAL PROCESS.....	217
Ajmal K., Arun N. USE OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE AND MACHINE LEARNING IN SPORTS.....	219
Navya R. COMPARISON OF ANXIETY LEVEL AMONG CRICKET PLAYERS.....	223

Jarilkarov U. B. HISTORY OF WOMEN'S FREE WRESTLING IN KARAKALPAKISTAN.....	225
Khakimov S. K. NOTES ON THE USE OF SOME TERMS IN TEACHING GYMNASTICS.....	228
Begimkulov Z. THE ESSENCE OF THE SOCIO-CULTURAL COMPETENCY OF THE TRAINER IN SPORTS.....	230
Schastlyvets V. I., Rozhechenko V. M. THE IMPLEMENTATION OF NEW OF MODERN INFORMATION TECHNOLOGIES IN ORIENTEERING.....	233
Шавиро Ю. І. ПІДГОТОВКА ДО ЗМАГАНЬ З ТХЕКВОНДО.....	236
Лачугін А. А. ВИКОРИСТАННЯ МОБІЛЬНИХ ДОДАТКІВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ.....	240
Кириченко А. В. ЗАСТОСУВАННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ КУРСАНТІВ СИСТЕМИ МВС.....	243
Петренко С. П. СУЧАСНІ ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ НАПРЯМКУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ.....	246
Рогальський В. І. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПІВРОБІТНИКІВ ПОЛІЦІЇ.....	248
Марков Р. А. МОДЕРНІЗАЦІЯ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ.....	251
Порохнявий А. В. ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ СПОРТИВНОГО ПРАВА В УКРАЇНІ.....	253
Порохнявий А. В. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ.....	255
Шитікова Є. А. СУДНОМОДЕЛЮВАННЯ І СУДНОМОДЕЛЬНИЙ СПОРТ ЯК СКЛАДОВА ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ: СВІТОВИЙ ДОСВІД.....	257
Рогальський В. І. МОТИВАЦІЯ ЯК ЕЛЕМЕНТ ПРИЩЕПЛЕННЯ ПРАГНЕННЯ ДО РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ТА ЗДІБНОСТЕЙ СЕРЕД КУРСАНТІВ.....	260
Марков Р. А. ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ.....	262
Чоботько М. А. ШЛЯХИ ПОКРАЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ.....	263

Чоботько М. А. СУЧАСНІ ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПРАЦІВНИКІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ.....	266
Чоботько І. І. УДОСКОНАЛЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ КУРСАНТІВ....	268
Шеревеня А. Д. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ОСОБИСТОСТІ.....	271
Косинський Е. О. ЗВ'ЯЗОК ВІДСОТКОВОГО ВМІСТУ ЖИРУ У СТУДЕНТОК З ПОКАЗНИКАМИ СИЛИ.....	274
Рожеченко В. М. ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ, ТАКТИКО-СПЕЦІАЛЬНОЇ ТА ВОГНЕВОЇ ПІДГОТОВКИ ПРАВООХОРОННИХ КАДРІВ УКРАЇНИ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОГО СТАНУ.....	276
Проскурня Є. Є., Ком'яга А. В. ОСОБЛИВОСТІ ЖІНОЧИХ ТРЕНУВАНЬ З ГИРЯМИ, В КОНТЕКСТІ ВДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЖІНОК-ПОЛІЦЕЙСЬКИХ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ІЗ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ.....	280
Кириченко А. В. СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК КОМПОНЕНТ ОСВОЄННЯ КУРСАНСЬКОЮ МОЛОДДЮ ОСНОВ САМОЗАХИСТУ.....	284
Білогур В. Є., Котова О. В., Тангаров С. О. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ АТЛЕТИЧНОЮ ГІМНАСТИКОЮ НА ОРГАНІЗМ ЧОЛОВІКІВ 21-24 РОКІВ.....	286
Білогур В. Є., Нейчев Д. В. ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ВПРАВ СИСТЕМИ ПІЛАТЕС НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗІ СТУДЕНТКАМИ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ.....	289
Подгорна В. В., Апенько Д. В. СТАН НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНОЇ РОЗРОБЛЕНОСТІ ПРОБЛЕМИ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОСІБ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ ТА ЗДОРОВ'ЯМ.....	291
Проценко А. А., Новік О. О. ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ 13-14 РОКІВ.....	293
Toylibaev S. M., Akmanova D. A. kizi PROSPECTS AND PROBLEMS OF DEVELOPMENT OF CYCLING IN UZBEKISTAN.....	296
Кошелева О. О., Нагайченко О. П. ТХЕКВОНДО ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ ЛІЦЕЇВ З ПОСИЛЕНОЮ ВІЙСЬКОВО-ФІЗИЧНОЮ ПІДГОТОВКОЮ...	299

Мороз Ю. М., Мороз І. Ю. МІСЦЕ ТА ЗНАЧИМІСТЬ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ В ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	302
Суханова Г. П., Непша Я. Ю. ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	305
Шевчук К. М., Породько М. І. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВПРОВАДЖЕННЯ ІНКЛЮЗІЇ В НАВЧАЛЬНІ ЗАНЯТТЯ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ...	308
Кабанова О. Є., Зубко Д. Р., Коломієць А. С. ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ДИСТАНЦІЙНОМУ ФОРМАТІ.....	311
Білошицький В. В. ФОРМУВАННЯ ЛІДЕРСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ- ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.....	313
Кіктенко І. П. РУХОВІ ЗАВДАННЯ З БАСКЕТБОЛУ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ КЛЮЧОВИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.....	316
Лук'янець Є. В., Момот О. О. ПРОБЛЕМАТИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ РІЗНИХ ВІКОВИХ ГРУП ТА КАТЕГОРІЙ У ЛЕГКІЙ АТЛЕТИЦІ.....	319
Шевченко В. В., Момот О. О. ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЗАСОБАМИ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ.....	323
Тараненко І. В., Матвієнко Д. А. ОСОБИСТІСНО ОРІЄНТОВАНИЙ ПІДХІД У ФІЗКУЛЬТУРНО- СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ВАЖКИХ ПІДЛІТКІВ.....	326
Шостак Є. Ю., Хмара Д. С. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ НАВЧАННЯ ГРИ У ФУТЗАЛ В УМОВАХ СПОРТИВНОЇ СЕКЦІЇ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ...	328
Shuyan V. M., Nikitin A. D. HISTORICAL DEVELOPMENT OF WASTE HOCKEY IN UKRAINE.....	331
Liya K. V., Sera M., Niya E. G. RELATIONSHIP BETWEEN MOTIVATION AND SELF CONFIDENCE IN SPORTS.....	333
Mrudula M., Devi Krishna K. A., Reshma M. B. MEDIATING ROLE OF PARENTAL SUPPORT IN SELF ESTEEM, ACADEMIC ACHIEVEMENT & SPORTS PARTICIPATION.....	336
Abin J., Vibin N. M. ROLE OF SPIRITUAL WELL-BEING IN DEVELOPMENT OF INTRINSIC MOTIVATION FOR PERFORMANCE ENHANCEMENT IN INDIAN ATHLETES.....	339

Mamali K.-P., Panoutsakopoulos V. ACUTE EFFECT OF LADDER EXERCISES IN 10M FLYING START SPRINT PERFORMANCE AND STEP KINEMATICS IN YOUNG FEMALE ATHLETES.....	341
Lingou E., Panoutsakopoulos V. PACING TACTICS IN NATIONAL LEVEL WOMEN'S 400 METERS U18 FEMALE HURDLERS.....	345
Ляшенко Р. І., Вергелес Д. В. ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ.....	349
Крисько В. А. ПРОБЛЕМИ ТА ДОСВІД ГЕНДЕРНОГО ПІДХОДУ У СФЕРІ СПОРТУ ТА ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ В СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ.....	351
Спицький Я. М. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В УНІВЕРСИТЕТСЬКІЙ ОСВІТІ: СУЧАСНИЙ ПОГЛЯД.....	354
Karlenko D., Chernousova K. THE POSSIBILITY OF USING ELEMENTS OF JUMPING ON A TRAMPOLINE IN THE PHYSICAL EDUCATION CURRICULUM.....	356
Єрємін С. П. ФОРМУВАННЯ СВІДОМОЇ ДИСЦИПЛІНИ ПІДЛІТКІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	359
Сорокіна Н. О. ІННОВАЦІЇ ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ.....	361
Омельянець А. О. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ СПІВРОБІТНИКІВ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ.....	364
Степаненко В. В. ЩОДО ПИТАННЯ ЗАСТОСУВАННЯ ЗАБОРОНЕНИХ РЕЧОВИН У СПОРТІ...	366
Чорногорець Д. О. РОЛЬ МОТИВАЦІЇ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ЮНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ У ВІКОВІЙ КАТЕГОРІЇ 11-13 РОКІВ.....	368
Шевчук О. К. ГЕНДЕРНА РІВНІСТЬ У СПОРТІ ЯК СКЛАДОВА ПОБУДОВИ ІНКЛЮЗИВНОГО СУСПІЛЬСТВА.....	370

Суханова Г. П.,
*старший викладач кафедри теорії та методики
фізичного виховання і спортивних дисциплін
Мелітопольського державного педагогічного університету
імені Богдана Хмельницького (м. Запоріжжя)*

Непша О. В.,
*старший викладач кафедри теорії та методики
фізичного виховання і спортивних дисциплін
Мелітопольського державного педагогічного університету
імені Богдана Хмельницького (м. Запоріжжя)*

НЕТРАДИЦІЙНІ ВИДИ ГІМНАСТИКИ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗІ СТУДЕНТАМИ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

Sukhanova H. P., Nepsha O. V. Non-traditional types of gymnastics in physical education classes with students of a special medical group

Keywords: *non-traditional types of gymnastics, physical education classes, students, special medical group, athletic gymnastics, hatha yoga*

У методиці проведення занять зі студентами спеціальної медичної групи закладів вищої освіти традиційні засоби, звісно, залишаються базовими. Проте низка причин зумовлює появу нових та нетрадиційних у масовому фізкультурному русі видів рухової активності. До таких видів можна віднести атлетичну гімнастику, стретчинг, ушу, хатха-йогу, дихальну гімнастику та гімнастику для очей, а також гімнастику, спрямовану на зміцнення м'язових груп, які відіграють велику роль у виконанні функцій материнства у дівчат. Безсумнівно, застосування вправ нетрадиційних видів гімнастики на заняттях у спеціальній медичній групі у закладах вищої освіти надасть заняттю нове емоційне забарвлення, сприятиме його поживленню, підвищить інтерес студентів до занять фізичними вправами, дасть певні знання та вміння у використанні цих засобів у самостійних заняттях, здійснювати та покращувати стан здоров'я після закінчення вишу [1-2].

Атлетична гімнастика – це система вправ з різними навантаженнями (масою власного тіла, гантелями, штангою тощо), спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток сили та красивої статури. Нині у розвитку атлетичної гімнастики можна назвати два напрями – масово-оздоровче і спортивне. Для занять атлетичною гімнастикою у закладі вищої освіти найбільш придатним є масово-оздоровчий напрямок [3]. Велика кількість вправ і можливість дозувати навантаження робить цей важливий засіб оздоровлення доступним для людей різного віку. Вправи атлетичної гімнастики можуть включатись у основну частину заняття зі студентами спеціальної медичної групи будь-якого рівня підготовленості. Мова, звичайно, не йдеться про силові вправи з важкими снарядами, що супроводжуються затримкою дихання і напруженням.

Вага снарядів для студентів з ослабленим здоров'ям має бути меншою, а збільшення обсягу та інтенсивності навантажень більш плавним, ніж в основному відділенні. Основна мета атлетичної гімнастики у спеціальній медичній групі – це покращення загальної фізичної підготовки, зміцнення здоров'я, гармонійний фізичний розвиток, досягнення гарних форм тіла [4].

«Гімнастика індійських йогів» – умовна назва, що відображає практику використання в різних країнах у фізичному вихованні низки специфічних, традиційних для індійської йоги вправ. Слово «гімнастика» привнесено в йогу у зв'язку з тим, що при виконанні вправ застосовується гімнастичний метод, характерний суворого регламентацією, дозуванням рухів тіла по амплітуді, напрямку, ступеня м'язових зусиль, точністю вихідних і кінцевих положень.

Відомі чотири напрями йоги: карма-йога вчить безкорисливої діяльності без очікування подяки за свою працю; бхакті йога закликає до відданого служіння та поклоніння божествам; джанні-йога – філософське пізнання буття; раджа-йога – система психічного тренування. Хатха-йога, що забезпечує хорошу фізичну підготовку, відмінне здоров'я та довголіття своїм прихильникам, є складовою раджі-йоги [5].

В даний час багато хто приходять до висновку, що за своїм здоров'ям необхідно стежити самому, а не перекладати цей обов'язок повністю на лікарів. І, справді, останніми роками у всьому світі набирає сили рух за свідоме включення самої людини до системи оздоровлення. У зв'язку з цим використання багатовікового досвіду хатха-йоги може дати багато корисного. Звичайно, при цьому слід виходити з того, що вибирати з йоги необхідно найбільш раціональне, що до вподоби, що під силу.

Типовим для йоги є «асани» – канонізовані пози. Власне, комплекс вправ йоги складається з набору «асан» із затримкою в кожній позі від кількох секунд до хвилини і більше і повільних переходів від однієї пози до іншої. Назви поз найчастіше пов'язуються із назвами тварин: змія, риба, кобра чи предметів – плуг, колесо. Ступінь труднощі вправ різна: від щодо простих – типу нахилу вперед у положенні сидячи чи торкання ногами підлоги за головою лежачи спині, до складних – стійка на голові і передпліччя, горизонтальний упор на ліктях. Багато поз вимагають підвищеної рухливості в суглобах, особливо в кульшових та плечових. Індивідуальні комплекси можуть складатися з різної кількості вправ – «асан». Кожній вправі приписується певне значення, його виконання пов'язується з впливом на різні системи організму, окремі його частини. Зазвичай, заняття починаються з дихальних вправ, розслаблення. Потім виконуються 10-15 поз і рухів тіла. Кожну вправу тривалістю від 1 до 5 хвилин повторюють кілька разів залежно від підготовленості (від 5-10 до 10-20 повторень). На закінчення виконуються вправи у розслабленні. Комплекс вправ «легкого» режиму триває 30 хвилин. При освоєнні та виконанні вправ хатха-йоги слід мати на увазі, що їх можна умовно поділити на чотири групи залежно від спрямованості основних впливів на ті чи інші органи та функції організму [6].

Список використаних джерел:

1. Гацряк О. Д., Доцюк Л. Г. Методика проведення фізичної культури в спеціальних медичних групах: навч.-метод. посібник. Чернівці: ЧНУ, 2021. 156 с.
2. Іващенко В. П., Безкопильний О. П. Теорія і методика фізичного виховання: навч. посібник. Ч. 1. Черкаси: Вид-во Черкаський ЦНТЕІ, 2005. 263 с.
3. Ластовкін В. А., Счастливец В. І. Атлетичні вправи в системі фізичної підготовки правоохоронця: метод. реком. Дніпро: Журфонд, 2021. 53 с.
4. Непша О. В., Суханова Г. П., Ушаков В. С. Атлетична гімнастика як засіб розвитку силової підготовки студентів-юнаків вищих навчальних закладів. *Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту*. Харків, 2018. С. 100-104.
5. Проценко А. А., Суханова Г. П. З досвіду використання нетрадиційних видів гімнастики на заняттях з фізичного виховання зі студентами спеціальної медичної групи. *Наукове сьогодні: стан та перспективи регіональних досліджень*: матер. Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Запоріжжя, 18 листопада 2022 р.). Запоріжжя: МДПУ ім. Б. Хмельницького, 2022. С. 238-241.
6. Черняков В. В., Желізний М. М. Гімнастика та методика її викладання» (курс лекцій з навчальної дисципліни): навч. посібник для студентів факультетів фізичного виховання. Чернігів: ЧНПУ ім. Т. Г. Шевченка, 2017. 264 с.

Цибульська В. В.,
доцент кафедри теорії та методики
фізичного виховання і спортивних дисциплін
Мелітопольського державного педагогічного
університету імені Богдана Хмельницького,
кандидат педагогічних наук, доцент (м. Запоріжжя)
Кириєнко О. Г.,
старший викладач кафедри теорії та методики
фізичного виховання і спортивних дисциплін
Мелітопольського державного педагогічного університету
імені Богдана Хмельницького (м. Запоріжжя)

ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Tsybulska V. V., Kyriienko O. H. Preparation of future physical education teachers for health-preserving professional activities

Keywords: *future teachers of physical culture, students, health-preserving activities, universal educational institution, health*

Загальновідомим фактом є те, що ключовою фігурою, яка забезпечує збереження здоров'я школярів та формування їхньої культури здоров'я в умовах освітнього процесу, є вчитель. Підготовка студентів педагогічних закладів вищої освіти для успішної реалізації технологій, методів, засобів формування культури здоров'я учнів має мати організований, цілеспрямований характер, який би сприяв оволодінню студентами відповідними педагогічними компетенціями щодо формування культури здоров'я дітей, підлітків та молоді.