

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ**

**ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ
XIII Міжнародної конференції молодих вчених
«МОЛОДЬ ТА ОЛІМПІЙСЬКИЙ РУХ»**

з нагоди відзначення

90-річчя Національного університету

фізичного виховання і спорту України,

Дня науки – 2020 в Україні

*16 травня 2020 р.
Київ, Україна*

УДК: 796.032-053.67(063)

ББК 75.4(0)90к.я431

В 78

Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей XIII Міжнародної конференції молодих вчених, 16 травня 2020 року [Електронний ресурс]. – К., 2020.

У збірнику представлені тези з актуальних питань: правові, організаційні, соціальні, екологічні та економічні аспекти сучасного спорту, олімпійська освіта: соціально-філософські, історичні, психологічні та педагогічні аспекти, актуальні проблеми сучасної спортивної підготовки, медико-біологічні аспекти олімпійського спорту, передові практики та інновації сучасної спортивної медицини, фізична терапія та ерготерапія, теорія і практика спорту для всіх.

Матеріали збірника представляють теоретичний і практичний інтерес для докторантів, аспірантів, магістрів, тренерів, спортсменів, викладачів, наукових співробітників, студентів.

Електронна версія збірника розміщена на сайті: <http://www.uni-sport.edu.ua/content/naukovi-konferenciyi-ta-seminary>

Редакційна колегія:

Дутчак М.В., д.фіз.вих. і спорту, професор
Борисова О.В., д.фіз.вих. і спорту, професор
Булатова М. М., д.пед.н., професор Платонов
В. М., д.пед.н., професор Андреева О. В.,
д.фіз.вих. і спорту, професор Бутенко Ю. І.,
к.фіз.вих. і спорту, доцент Василенко М. М.,
д.пед.н., доцент Воронова В. І., к.пед.н.,
професор Гончаренко Є. В., к.фіз.вих. і спорту,
доцент Драгунов Л. О., к.пед.н., професор
Дяченко А. Ю., д.фіз.вих. і спорту, професор
Єрмолова В. І., к.фіз.вих. і спорту, доцент
Жарова І.О., д.фіз.вих. і спорту, доцент Ільїн
В.М., д.б.н., професор Козлова О. К., д.фіз.вих.
і спорту, професор Когут І.О., д.фіз.вих. і
спорту, доцент Коробейніков Г. В., д.б.н.,
професор Кропивницька Т. А., к.фіз.вих. і
спорту, доцент Круцевич Т.Ю., д.фіз.вих. і
спорту, професор Лазарева О.Б., д.фіз.вих. і
спорту, професор Лисенко І. А., к.фіз.вих. і
спорту, доцент Литвиненко Ю. В., к.фіз.вих. і
спорту, доцент Матвеев С. Ф., к.пед.н.,
професор Мічуда Ю. П., д.фіз.вих. і спорту,
професор Ніколаєнко В. В., д.фіз.вих. і спорту,
професор Олешко В. Г., д.фіз.вих. і спорту,
професор Павленко Ю.О., д.фіз.вих. і спорту,
професор Пастухова В. А., д.мед.н., професор
Радченко Л. О., к.фіз.вих. і спорту, доцент
Семененко В. П., к.фіз.вих. і спорту, доцент
Трачук С. В., к.фіз.вих. і спорту, доцент
Філіппов М. М., д.б.н., професор Футорний С.
М., д.фіз.вих. і спорту, професор Шахліна Л.–
Я. Г., д.мед.н., професор Шинкарук О. А.,
д.фіз.вих. і спорту, професор Шкретій Ю.М.,
д.фіз.вих. і спорту, професор Ярмоленко М.
А., к.фіз.вих. і спорту Ярмолюк О. В.,
к.фіз.вих. і спорту, доцент

Рекомендовано Вченою радою

Національного університету фізичного виховання і спорту України

ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА СПОРТУ ДЛЯ ВСІХ

- БИШЕВЕЦЬ Н. Г., ГОНЧАРОВА Н. М.** СПАДКОЄМНІСТЬ РІВНІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЯК ОСНОВА ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ІЗ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ **182**
- НАГОРНА А. Ю.** ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ПРАКТИЦІ ФІТНЕС-ТРЕНЕРА: ЗАПИТ СУЧАСНОСТІ **186**
- ВРЖЕСНЕВСЬКА Г. І.** ВІДНОШЕННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП ДО ПЕРСПЕКТИВ ВЛАСНОГО ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ **188**
- ГЕЗ М. Ю., СУШКО Р. О.** ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ **190**
- ГОНЧАРОВА Н. М., ПРОКОПЕНКО А. О., РОДІОНЕНКО М. В.** СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО КОРЕКЦІЇ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ МОТОРНОЇ АСИМЕТРІЇ В ПРОЦЕСІ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ОСІБ РІЗНОГО ВІКУ **192**
- ГРЕСЬ М. Я., МАРТИН П. М., ХРИПКО І. В.** УРАХУВАННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ПРАВООХОРОННОЇ СФЕРИ ПРИ ПОБУДОВІ ПРОГРАМИ ППФП НА ОСНОВІ ЗАСОБІВ КРОСФІТУ **194**
- ПІДГАЙНА В. О.** ВИКОРИСТАННЯ ЕРГОМЕТРІВ В ПРОЦЕСІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ АКВАРЕКРЕАЦІЄЮ **196**
- ДЄДУХ М. О.** ІНТЕРЕСИ І МОТИВИ ДО ЗАНЯТЬ СПОРТОМ В УЧНІВЧЬКОЇ МОЛОДІ В ГЕНДЕРНОМУ АСПЕКТІ **198**
- ЄРЕМЕНКО Н. П.** МОТИВАЦІЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ЗАНЯТЬ ВОДНИМИ ВИДАМИ СПОРТУ ТА АКВАРЕКРЕАЦІЄЮ **200**
- КОРОЛЬЧУК Б. В.** КЛУБНА СИСТЕМА З ПЛАВАННЯ ЯК ОСНОВНА ФОРМА ОРГАНІЗАЦІЇ ШКІЛЬНОГО СПОРТУ **202**
- КУЛИКОВСЬКА С. М.** ОЦІНКА РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЮНАКІВ В ПРОЦЕСІ ДОПРИЗИВНОЇ ПІДГОТОВКИ **205**
- МАЛЬЦЕВ Д. К., ПАЦАЛЮК К. Г., ТУЛЯКОВА Т. А.** ЗИМОВІ ВИДИ РЕКРЕАЦІЇ В ОРГАНІЗАЦІЇ АКТИВНОГО ВІДПОЧИНКУ НАСЕЛЕННЯ **207**

ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Гез М. Ю., Сушко Р. О.

Київський університет імені Бориса Грінченка, м. Київ, Україна

Вступ. Ціннісні орієнтації здорового способу життя мають бути підґрунтям базових цінностей, змісту і їх співвідношення у житті молодого покоління [2, 3]. Вони сприяють розвитку особистості та формують світогляд, власні переконання, вибір життєвого шляху, впливають на всі аспекти діяльності, формують позицію у соціальній структурі суспільства [1, 4]. Впливові фахівці, які опікуються проблемами сучасної освіти, однак ініціюють в питаннях особливої потреби в організації навчально-виховного процесу молоді у вищих навчальних закладах, секціях, спортивних клубах, спрямованих на формування мотиваційно-ціннісного ставлення до занять фізичною культурою [3, 5]. На жаль, сучасний процес фізичного виховання у свідомості студентів набуває ознак механічної діяльності, спрямований на виконання нормативів з метою отримання підсумкового заліку і втрачає важливі ціннісні орієнтири здорового способу життя.

Мета дослідження – визначити пріоритетні напрямки студентів у формуванні спрямованості до здорового способу життя засобами фізичного виховання.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури; анкетування з застосуванням гугл-форми; методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Проведено онлайн-анкетування серед студентів, які навчаються за спеціальностями «Фізичне виховання», «Фізична терапія, ерготерапія», «Соціальна робота» в Київському університеті імені Бориса Грінченка та у Відкритому міжнародному університеті розвитку людини «Україна». Анкетування дозволило виявити ставлення респондентів до здорового способу життя засобами фізичного виховання, пріоритетні напрямки фізичної культури в системі освіти, розкрити тісний зв'язок фізичної культури і здоров'я людини з формуванням гармонійної особистості. Питання були підібрані за принципом всебічного впливу на особистість студентів для розкриття психо-фізичних, естетичних, соціально-психологічних мотивів, тому деякі відповіді відрізнялись у групах студентів різних за фахом; контрастно виявлялась різниця у відповідях студентів пов'язаних з професійною діяльністю фізичного терапевта, ерготерапевта, спортсмена, тренера з відповідями студентів, які за спеціалізацією навчання не пов'язані з фізичною культурою та заняттями спортом. Водночас, відповіді молоді відображали розуміння необхідності поєднання духовного і фізичного вдосконалення.

Алгоритм дослідження містив визначену послідовність: суб'єктивний аналіз респондентів власного стану здоров'я за шкалою від 1 до 10, відповіді на питання анкети з запропонованими варіантами відповіді і можливістю висловити окрему думку, аналіз і інтерпретація отриманих результатів дослідження.

Виявлено, що 82,3 % студентів спеціальності «Фізичне виховання» оцінюють стан свого здоров'я у межах 7-10 балів, студенти спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія» 6-9 балів, в той час як студенти спеціальності «Соціальна робота» визначились в межах 3-7 балів. Доцільно пояснити таку оцінку самовідчуття цілеспрямованим визначенням вибору освітньої програми, розглядати як передумову відповідний рівень фізичної підготовленості через вимоги до вступу у ЗВО і, як наслідок, продовження обраного напрямку навчання обґрунтованого знаннями про позитивний вплив фізичних вправ і їх практичне застосування.

Не випадково, студенти спеціальності «Фізичне виховання» пріоритетними складовими здорового способу життя виділили сон (відпочинок), збалансоване харчування, управління

стресом, особисту гігієну та відповідне фізичне навантаження. Сформована професійна свідомість і достатня обізнаність важливості всіх складових здорового способу життя посилює їх зацікавленість у ціннісній орієнтації на навчально-виховний процес і зміцнення здоров'я засобами фізичного виховання.

Водночас мотиви та ціннісні орієнтації здорового способу життя тісно пов'язані з вибором майбутньої професії – це відображає організований навчально-виховний процес в обох закладах вищої освіти і свідчить про можливість знайти підходи до посилення мотивації до занять фізичною культурою студентської молоді.

Результатами анкетування підтверджено актуальність загальновідомого ствердження про формування ціннісних орієнтирів здорового способу життя з сімейного кола та соціального оточення, що може бути суттєво підкріплено викладачами фізичного виховання та самодисципліною. 45% студентів визнали, що їх родина не веде здоровий спосіб життя.

Важливо підкреслити неоднотайність думок досліджуваного контингенту стосовно зацікавленості заняттями фізичними вправами і відокремлення фізичних навантажень від інших складових здорового способу життя. Проте, студентів, які дали відповіді на поставлені питання анкети об'єднує прагнення до повноцінного здорового існування, саморозвитку, професійної спроможності і самореалізації, що можливо виключно при гармонійному розвитку.

Враховуючи анонімність анкетування констатуємо: серед опитуваних не виявлено наркозалежних, достатньо низький відсоток показників вживання алкоголю і тютюнопаління (до 20%), значне порушення комп'ютерного таймінгу (90%), що є негативним явищем і може призводити до психічних розладів і невіправних наслідків.

Респонденти активно висловили пропозиції з метою покращення проведення занять фізичного виховання у ЗВО, що свідчить про бажання змін, а відповідно не втрачену можливість зацікавити і мотивувати молодь до фізичного розвитку і здорового способу життя.

Висновок. В умовах сьогодення викладачам ЗВО необхідно творчо змінювати засоби, методи, форми представлення навчально-методичного матеріалу з орієнтацією на мотивацію до питань здорового способу життя. Сучасний студент потребує індивідуального якісного підходу, вимогливий у ставленні до осучаснення матеріально-технічної бази навчальних закладів, знаходиться під впливом популярних трендових напрямків фітнес-тренувань, зацікавлений у новітніх технологіях актуалізації та оптимізації навчально-виховного процесу фізичного виховання.

Література

1. Андреева ОВ. Аналіз мотиваційних теорій у сфері оздоровчої фізичної культури та рекреації. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2004;2:81-84.
2. Іщенко ОС. Педагогічні умови формування мотивації підлітків до занять фізичним вихованням. Спортивний вісник Придніпров'я. 2015;2:64-68.
3. Круцевич ТЮ, Марченко О.Ю. Сформованість цінностей індивідуальної фізичної культури студентів різних відділень вузу. Спортивний вісник Придніпров'я: науково-практичний журнал, 2008;3-4:103-106.
4. Марченко О.Ю. Вплив занять спортом на формування цінностей індивідуальної фізичної культури студентів. Спортивний вісник Придніпров'я: науково-практичний журнал. 2009;3-4:103-106.
5. Цюсь А, Бергер Ю, Сабіров О. Рівень фізичної активності студентів вищих навчальних закладів. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. Луцьк. 2015;3 (31):202-210.

