

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ Г.С. СКОВОРОДИ

Фізична культура і спорт. Виклики сучасності

Збірка тез доповідей II науково-практичної конференції
присвяченої 300-річчю з дня народження Г.С. Сковороди



Харків 2022

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ Г.С. СКОВОРОДИ

До друку та в світ дозволяю

проректор з наукової, інноваційної
і міжнародної діяльності
професор С. В. Бережна

Фізична культура і спорт. Виклики сучасності

Збірка тез доповідей II науково-практичної конференції
присвяченої 300-річчю з дня народження Г. С. Сковороди

(27-28 жовтня 2022 року)

Харків 2022

УДК 796

Ф50

Редакційна колегія :

БОЙЧУК Юрій – д.пед.наук, професор, член-кореспондент НАПН України, ректор ХНПУ імені Г.С. Сковороди, головний редактор, м. Харків, Україна

БЕРЕЖНА Світлана – д.філософ.наук, професор, проректорка з наукової, інноваційної і міжнародної діяльності ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Харків, Україна

НОСКО Микола – д.пед.наук, професор, дійсний член (академік) НАПН України, НУЧК імені Т.Г. Шевченко, м. Чернігів, Україна

КРИВЕНЦОВА Ірина - к.пед.наук, доцент, завідувачка кафедрою теорії, методики і практики фізичного виховання ХНПУ імені Г.С. Сковороди, м. Харків, Україна

НЕСЕН Олена - к.фіз.вих., відп.редактор, доцент кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання ХНПУ імені Г.С. Сковороди, м. Харків, Україна

ЄРМАКОВ Сергій – д.пед.наук, професор, професор кафедри кроскультурних практик ХДАДМ, Харків, Україна

ЦИМБАЛЮК Жанна - к.фіз.вих., доцент, доцент кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання ХНПУ імені Г.С. Сковороди, м. Харків, Україна

КОРОБКІНА Олена - директорка наукової бібліотеки ХНПУ імені Г. С. Сковороди

КРИВОБОКОВА Аліна – редакторка центру міжнародної діяльності ХНПУ імені Г. С. Сковороди

*Затверджено редакційно-видавничою радою
Харківського національного педагогічного
університету імені Г. С. Сковороди
Протокол № 10 від 19.10.2022*

Ф50 Фізична культура і спорт. Виклики сучасності: збірка тез доповідей II науково практичної конференції присвяченої 300-річчю з дня народження Г. С. Сковороди, 27-28 жовтня 2022 року, Харків: ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2022, 114 с. (Укр., англ.)

У збірці наведені тези доповідей з питань вдосконалення підготовки спортсменів у різних видах спорту, психологічної підготовки у спорті та фізичному вихованні, застосування оздоровчих та здоров'язберезувальних технологій у навчальному процесі, оцінки рівня фізичної підготовленості та активності різних верств населення. В них відображені результати власних пошуків авторів у зазначених напрямках.

Збірка орієнтована на здобувачів освіти всіх рівнів акредитації, викладачів закладів вищої та середньої освіти, тренерів з видів спорту, спортсменів.

Зауваження, пропозиції та побажання надсилати за електронною адресою: kaf-fencing@hnpu.edu.ua
Розміщено в репозитарії ХНПУ імені Г.С. Сковороди

© Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, 2022

© Автори

ЕЛЕКТРОННЕ НАУКОВЕ ВИДАННЯ

Фізична культура і спорт. Виклики сучасності

Матеріали

II науково-практичної конференції
присвяченої 300-річчю з дня народження Г. С. Сковороди

(27-28 жовтня 2022 р. м. Харків)

Збірка тез доповідей

Тези видаються в авторській редакції.

**Відповідальність за дотримання вимог академічної
доброчесності та зміст несуть автори**

ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ Г.С. СКОВОРОДИ
УКРАЇНА, 61002, М. ХАРКІВ, ВУЛ. АЛЧЕВСЬКИХ, 29

ЗМІСТ

Анікієнко Костянтин Павлович	ВПЛИВ РІВНЯ РОЗВИТКУ ВИТРИВАЛОСТІ НА ПОКАЗНИКИ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ БАСКЕТБОЛІСТІВ	6
Бойченко Наталя Валентинівна	ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ПОКАРАНЬ ДЗЮДОЇСТОК ЛЕГКИХ ТА ВАЖКИХ ВАГОВИХ КАТЕГОРІЙ НА ЗМАГАННЯХ СЕРІЇ GRAND SLAM 2022 Р	9
Гета Алла Володимирівна	ВАЖЛИВІСТЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У СПОРТІ	13
Кирпенко Віталій Миколайович Ткачук Олександр Анатолійович Шевченко Олександр Сергійович	МІСЦЕ САМОСТІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В СИСТЕМІ НАВЧАННЯ	18
Клеценко Людмила Василівна Вишар Євгенія Василівна Левков Анатолій Анатолійович	ФІЗИЧНІ ВПРАВИ ПРИ ХРОНІЧНОМУ ОБСТРУКТИВНОМУ ЗАХВОРЮВАННІ ЛЕГЕНЬ ЯК ДІЄВИЙ МЕТОД РЕАБІЛІТАЦІЇ	22
Козлов Андрій Валерійович Крутченко Андрій Сергійович	ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ЗАГАЛЬНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ЗАСОБАМИ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ» В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОГО СТАНУ У ПЕДАГОГІЧНОМУ ЗВО	28
Клименченко Вікторія Григорівна	ВИКОРИСТАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНИХ ХВИЛИНОК У РОБОТІ ЗІ ШКОЛЯРАМИ МОЛОДШИХ КЛАСІВ ЯК ЗАСІБ ПЕРЕМИКАННЯ УВАГИ, РОЗВАНТАЖЕННЯ НЕРВОВОЇ НАПРУГИ ТА ПРОФІЛАКТИКИ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ	33
Кривенцова Олена Володимирівна Семашко Світлана Анатоліївна	ДИСТАНЦІЙНЕ КАРДІО ТРЕНУВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ АДАПТОВАНЕ ДО УМОВ ВОЄННОГО СТАНУ	39
Литвин Олексій Віталійович	ОСОБЛИВОСТІ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ШКОЛІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	43
Литовченко Марина Андріївна	ФЕНОМЕН СПОРТУ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ В УКРАЇНИ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ (НА ПРИКЛАДІ ПАРАЛІМПІЙСЬКОЇ ЗБІРНОЇ З ТЕНІСУ НАСТІЛЬНОГО)	51
Мельник Аліна Юріївна Стрельникова	ОСОБЛИВОСТІ ПРАВИЛ ЗМАГАНЬ ТА ЕКІПРОВКИ ГРАВЦІВ У ВОЛЕЙБОЛІ НА СНІГУ	57

ЗМІСТ

<i>Євгенія Янівна</i>		
<i>Палевич Сергій Володимирович Гришко Артем Володимирович Цимбалюк Жанна Олексіївна</i>	САМОСТІЙНА ПІДГОТОВКА КУРСАНТІВ ДО ВИКОНАННЯ ТЕСТУ АФСТ	62
<i>Пашкова Вікторія Ігорівна</i>	ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ У ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ТХЕКВОНДИСТІВ- ЮНІОРІВ 15–17 РОКІВ	66
<i>Пелешенко Ігор Миколайович Школа Олена Миколаївна Калашник Дмитро Сергійович</i>	ПРОФЕСІЙНІ ЯКОСТІ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ	72
<i>Семенчук Катерина Григорівна, Цимбалюк Жанна Олексіївна</i>	ВИМОГИ ДО ФІЗИЧНОЇ ГОТОВНОСТІ В ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ВЧИТЕЛІВ	77
<i>Снагощенко Леся Вікторівна</i>	ДІЯЛЬНІСТЬ СПОРТСМЕНІВ ЗІ СТРІЛЬБИ З ЛУКА В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	81
<i>Спузяк Вікторія Борисівна Пегліванян Діана Ігорівна</i>	МЕТОДИ РОЗВИТКУ СПРИТНОСТІ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	86
<i>Спузяк Вікторія Борисівна Синящок Вікторія Сергіївна</i>	КОМПЛЕКС ЗАСОБІВ ДЛЯ ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ДОРΟΣЛИХ ТА ДІТЕЙ	90
<i>Стрельникова Євгенія Янівна, Раковська Ірина Анатоліївна</i>	ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВОЛЕЙБОЛІСТОК У ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ СУЧАСНОСТІ	95
<i>Шип Надія Євгенівна</i>	ОСОБЛИВОСТІ ПЛАНУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ- ОРІЄНТУВАЛЬНИКІВ	101
<i>Думар Oleksandr</i>	ANALYSIS OF THE ORGANIZATION OF FENCING ACTIVITIES IN THE USA	106

9. Ровний А. С., Ільїн В. М., Лизогуб В. С., Ровна О. О. Фізіологія спортивної діяльності. Харків : ХНАДУ, 2015. 556 с.

10. Ровный А. С., Галимский В. А., Бойченко, Н. В. Физическая и технико-тактическая подготовка каратистов (киокушинкай) на этапе предварительной базовой подготовки. Харьков : ХНАДУ, 2016. 261 с.

11. Ровный А. С., Романенко В. В., Пашков И. Н. Управление подготовкой тхеквондистов. Монография. Харків, 2013. 312 с

12. Чоботько М.А., Чоботько І.І., Бойченко Н.В. Розвиток рівноваги за допомогою вправ з балансування на фітболах. *Єдиноборства*. Харків : ХДАФК, 2020. 1(15). С. 78–88.

ПРОФЕСІЙНІ ЯКОСТІ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УМОВАХ ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ

Пелешенко Ігор Миколайович¹

Школа Олена Миколаївна¹

Калашник Дмитро Сергійович²

¹Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» ХОР

²Добропільський навчально виховний комплекс №7

Анотація. Розкривається зміст професійних якостей вчителів фізичної культури в умовах воєнного часу. Розроблена тренінгова методика, що означає спільну педагогічну діяльність з проектування, організації і проведення освітнього процесу з обов'язковим створенням сприятливого освітнього середовища для викладача та учня. Перепідготовка вчителів фізичного виховання в початковій школі за інноваційними тренінговими методами навчання буде ефективною за умов: запровадження інтерактивної методики навчання, формування особистісного смислу занять на основі розвитку практичних вмінь на базі теоретичних знань, комплексного підходу до фізичного виховання з єдністю теоретичного і практичного компонентів, формування культури професійної самореалізації.

Ключові слова: вчитель, фізична культура, професійні якості, військові дії.

Вступ. З початком повномасштабної російської агресії система освіти стала ще одним фронтом боротьби України за свободу. Дехто з працівників освіти вирішив піти до лав збройних сил і зі зброєю в руках захищати Україну. Інші продовжують свою роботу, підтримують дітей, батьків, зберігаючи надію й оптимізм, забезпечуючи підрастаюче покоління українців освітою, де б вони не знаходилися.

Ключовою фігурою в системі освіти був і залишається вчитель. Розвиток педагогічної освіти обумовлюється необхідністю орієнтуватися на формування рівня професійної освіти вчителів початкових класів. Окрім отримання основних фахових знань, це передбачає і формування здатності до творчого саморозвитку вчителя фізичної культури в системі педагогічної освіти. Провідне місце відводиться вчителям нової формації, які перебувають в авангарді суспільних та освітніх перетворень, успішних, умотивованих, компетентних.

Результати дослідження. Питання загальнотеоретичних основ формування професійної майстерності вчителів фізичної культури та викладачів фізичного виховання досліджувалися такими провідними українськими вченими як: Козакова Н.В., Кацова Л.І., Карченкова М.В. та багато інших. На думку Абдулліної О.А., Лукашенко А.О. та ін. професійна діяльність переважної більшості вчителів фізичної культури насичена методичними штампами та стереотипами [3].

Наразі необхідною є систематична робота з формування та розвитку у вчителів фізичної культури саме педагогічної майстерності. Дійсно, підготувати такого вчителя для початкової школи, застосовуючи тільки показово-пояснювальний метод навчання, неможливо. Творчість вчителя, його активність, самостійність у прийнятті рішень не формуються спонтанно. Їх визначають спрямованість, стратегія, зміст і технологія процесу навчання у закладі вищої

освіти. Одним з ефективних шляхів вирішення цієї проблеми є широке використання інтерактивних методів навчання [1].

Професійна майстерність вчителя фізичної культури початкових класів напряму пов'язана з його творчістю. Тут значну роль відіграють інтуїція, натхнення, талант. Вчитель має можливість впливати на учнів особистим професійним переконанням, виражаючи свою педагогічну індивідуальність.

Ще однією умовою зростання професійної майстерності є творче, безперервне вдосконалення власних педагогічних навичок. Необхідно усвідомлювати потребу змінювати підходи до навчання та застосування інноваційних тренінгових методик. Питання вдосконалення змісту неперервної педагогічної освіти вчителя вимагає теоретично-практичного дослідження.

Кожній школі на сьогоднішній день потрібен вчитель, який вміє самостійно вирішуючи різнопланові проблеми навчання, виховання, спілкування, розвитку дитини. Він має знайти індивідуальні підходи до організації процесу формування особистості дитини; постійно самовдосконалюватися та розвиватися, як професійно, так і морально. Показувати учням гідний приклад наслідування.

Отже, першочерговим завданням вчителя не є тільки передача якомога більшого обсягу знань, а й формування механізмів їхнього набуття та пошуку. Саме у цьому стають в нагоді й інтерактивні технології навчання та виховання школярів [2].

З метою підвищення рівню професійної майстерності вчителів фізичної культури в початковій школі, на наш погляд, ефективним буде запровадження, у вигляді підвищення кваліфікації, курсу застосування інноваційної тренінгової методики, однієї з ефективних педагогічних технологій.

Тренінгова методика – це продумана до дрібниць модель спільної педагогічної діяльності з проектування, організації і проведення освітнього

процесу з обов'язковим створенням сприятливого освітнього середовища для викладача та учня [2]. Тренінг як форма педагогічного впливу передбачає використання активних методів групової роботи. Саме тому вони дуже подобаються слухачам, дітям і створюють відчуття свята. Під час тренінгу можна навчитися та засвоїти значно більше, аніж під час класичного уроку або вивчення курсів.

Завданням тренінгу є збільшення рівня поінформованості та розширення колу знань учасників освітнього процесу; розвиток комунікативної компетентності слухачів; формування цінностей і пріоритетних переконань; напрацювання необхідних практичних навичок відповідальної поведінки по відношенню до власного життя та життя оточуючих.

Тренінг сприяє інтенсивності навчання. Саме тому, що засвоєння інформації досягається завдяки активній роботі його учасників. Знання під час тренінгу не подаються в готовому вигляді, а стають продуктом активного творчого пошуку самих учасників. Центром уваги є самостійне навчання слухачів та їхня активна взаємодія. Під час тренінгу відповідальність за результат навчального процесу однаковою мірою несуть як викладач, так і кожен його учасник.

Тренери керують процесом тренінгу, надають інформацію. Допмагають учасникам систематизувати власні знання та набути необхідні навички. Кажучи про тренерство, важливо самому визначити власну роль у цьому процесі. Ким ви є: викладачем, консультантом, менеджером, тренером? Всі ці ролі достатньо вузькі та несуть визначені професійні навантаження. Кожна з них окремо не характеризує всіх функцій тренера. Будь-яка роль має конкретний зміст діяльності, а в цілому, все це складає роботу тренерів.

Навчання за інтерактивними методиками викладання дозволить вчителю фізичної культури:

- позитивно ставитися до себе та інших;
- більш досконало володіти матеріалом;
- мати навички успішного спілкування;
- навчитися слухати та чути аудиторію;
- оволодіти навичками роботи з аудиторією;
- оволодіти навичками вербальної та невербальної поведінки;
- постійно вдосконалювати власні знання та вміння.

Для роботи за інтерактивними методами навчання на уроках фізичної культури науково обґрунтовані організаційно-методичні підходи та технологія уроків тренінгів з фізичної культури, які спрямовані на підвищення емоційної насиченості, індивідуальне сприйняття навчального матеріалу, підвищення рівня загальних знань, розвиток життєвих навичок задля адаптування у повсякденному житті.

Висновки. Перепідготовка вчителів з фізичного виховання у початковій школі за інноваційними тренінговими методами навчання стає ефективною за умов: запровадження інтерактивної методики навчання; формування особистісного сенсу занять на основі розвитку практичних вмінь на базі теоретичних знань; комплексного підходу до фізичного виховання у поєднанні теоретичного та практичного компонентів; формування культури професійної самореалізації.

Необхідно пам'ятати, що в умовах повномасштабної війни, довготривалими ракетно-бомбовими та артилерійськими ударами по цивільній інфраструктурі та закладах освіти, ключовою задачею при підготовці до роботи в навчальному році, головним є забезпечення безпеки працівників при проведенні курсів підвищення кваліфікації.

Література:

1. Карпюк Р. П. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до розв'язання педагогічних ситуацій: дис... канд. пед. наук: 13.00.04. Вінниця, 2005. 204.
2. Olena Ilchenko, Nataliia Kononets, Valeriy Zhamardiy, Olena Shkola, Vadym Voronetskyi, Alla Kobobel. Motivational readiness of students to work at school as condition of professionalism of future teachers of physical culture. *Journal for Educators, Teachers and Trainers*, 2022. Vol. 13(3). P.121-133.
3. Yalanska S. P. Psychological aspects of the formation of creative competence of future teachers. *Science and education*. 2017. 9. P.1–15.

ВИМОГИ ДО ФІЗИЧНОЇ ГОТОВНОСТІ В ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ВЧИТЕЛІВ

Семенчук Катерина Григорівна
Цимбалюк Жанна Олексіївна

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

Анотація. Умови професійної діяльності сучасного педагога на сьогодні мають свої особливості. Зниження рівня здоров'я безпосередньо впливає на професійне довголіття сучасного педагога. Актуальності набуває збереження високого рівня працездатності у працівників освіти з роками. Для зменшення негативного впливу змісту та умов праці на стан здоров'я педагога необхідно в процесі фізичного виховання підтримувати достатній рівень розвитку фізичних якостей та удосконалювати психофізіологічні якості, оволодіти знаннями з раціоналізації режимів праці й відпочинку.

Ключові слова: професійна діяльність; педагог; стан здоров'я; фізична активність.

Умови професійної діяльності сучасного педагога на сьогодні мають свої особливості, які з часом негативно впливають на стан їх здоров'я. З віком актуалізується проблема професійної придатності педагога [1]. У більшості представників цієї професії розвивається синдром «емоційного вигорання» [1; 2].