

УДК: 796+61]:378(082)
DOI: 10.28925/2021.51213168conf

Здоров'я, фізичне виховання і спорт: перспективи та кращі практики:

матеріали III Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції. 12-13 травня, 2021 р., Київ / Київ. ун-т імені Бориса Грінченка; за заг. ред. О. В. Ярмолюк. – К.: Київ. ун-т імені Бориса Грінченка, 2021. – 168 с.

Містить матеріали щодо застосування сучасних здоров'язберезувальних технологій, інноваційних практик у спорті та фізичному вихованні. Розглянуті філософські, організаційні та соціально-економічні аспекти розвитку фізичної культури і спорту, медико-біологічні, фізіологічні та психологічні засади підготовки спортсменів, питання фізичного виховання різних груп населення, сучасних фітнес технологій, фізичної терапії та ерготерапії.

Видання відкрито для вільного доступу на умовах ліцензії Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0), котра дозволяє іншим особам вільно розповсюджувати опубліковану роботу з обов'язковим посиланням на автор(ів) оригінальної роботи та публікацію роботи в цьому виданні.

Голова організаційного комітету: Г.О. Лопатенко

Організаційний комітет: В.В. Білецька, О.П. Буйницька, А.М. Даниленко, Т.М. Патук, Н.М. Пилипченко, В.М. Савченко, О.В. Ярмолюк, Л.В. Ясько.

Редакційна комісія: М.В. Латишев, Р.О. Сушко, О.В. Ярмолюк.

Затверджено Вченою радою Факультету здоров'я, фізичного виховання і спорту Київського університету імені Бориса Грінченка (протокол № 5 від 25 травня 2021 року).

Електронна версія видання розміщена на сайті: <https://fzfv.kubg.edu.ua/>



© Київський Університет імені Бориса Грінченка, 2021

UDK: 796+61]:378(082)
DOI: 10.28925/2021.51213168conf

Health, Physical Education and Sport: Perspectives and Best Practices.

Book of Abstracts of the 3rd International scientific and practical online conference. 12-13 May, 2021, Kyiv / Borys Grinchenko Kyiv University; edited by O. Yarmoliuk. – Kyiv: Borys Grinchenko Kyiv University, 2021. – 168 p.

Modern health care technologies, innovative practices in sports and physical education are covered in the Book of Abstracts. Philosophical, organizational and socio-economic aspects of the development of physical culture and sports, medical-biological, physiological and psychological principles of the athletes' training, issues of physical education of different groups, present-day fitness technologies, physical therapy and ergotherapy are considered here.

The abstracts are open for free access under the Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0) license, which allows to freely distribute the published materials with mandatory reference to the author(s) of the original work and publication of the work in this edition.

Head of Organizing Committee: G.O. Lopatenko

Organizing Committee: V.V. Biletska, O.P. Buinytska, A.M. Danylenko, T.M. Patuk, N.M. Pylypchenko, V.M. Savchenko, O.V. Yarmoliuk, L.V. Yasko.

Editorial Commission: M.V. Latyshev, R.O. Sushko, O.V. Yarmoliuk

The Abstracts are recommended for publication by the Academic Council of Faculty of Health, Physical Education and Sport at Borys Grinchenko Kyiv University (protocol No 5 of May 25, 2021).

Web-site: <https://fzfv.kubg.edu.ua/>



© Borys Grinchenko Kyiv University, 2021



Комоцька Оксана. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО СПЕЦИФІКИ ТРЕНЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	52
Латишев Микола, Головач Інна, Співак Марина. ВІК ДОСЯГНЕННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ У СПОРТИВНІЙ БОРОТЬБІ	54
Чичкан Оксана, Костовський Микола. ВИКОРИСТАННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	56
Іваненко Галина. ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕРАКТИВНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НАВЧАННЯ ПРИ ВПРОВАДЖЕННІ ПИТАНЬ З ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС СТУДЕНТІВ (НА ПРИКЛАДІ КИЇВСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ БОРИСА ГРИНЧЕНКА)	58
Полянничко Олена, Єретик Анатолій, Гаврилова Наталія. САМОПІЗНАННЯ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ З ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ У ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ «УНІВЕРСИТЕТСЬКІ СТУДІЇ: ЛІДЕРСТВОСЛУЖІННЯ»	60
Козак Євгеній, Редько Олександр. ІНТЕРАКТИВНІ СКЕЛЕДРОМИ ДЛЯ РОЗВИТКУ СКЕЛЕЛАЗІННЯ В НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ	62
Секція 2. МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ, ФІЗІОЛОГІЧНІ та ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ / Section 2. MEDICAL-BIOLOGICAL, PHYSIOLOGICAL and PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF ATHLETES' TRAINING	
Сушко Руслана, Височіна Надія. КОМПЛЕКСНИЙ ВІДБІР У СПОРТИВНИХ ІГРАХ З УРАХУВАННЯМ ПСИХОЛОГІЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ГРАВЦІВ	64
Чопілко Тарас. ТЕХНОЛОГІЯ ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЇ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ АРБІТРІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ У ФУТБОЛІ	66
Долбишева Ніна, Мустяца Світлана. СИСТЕМА СПОРТИВНОГО НАБОРУ ЯК ОСНОВА ВІДБОРУ ТА ОРІЄНТАЦІЇ В ЛЕГКІЙ АТЛЕТИЦІ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ	71
Киричок Юрій. ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ЯКОСТЕЙ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ТА ЗМАГАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ФУТБОЛІСТІВ ЯК ФАКТОР ВПЛИВУ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ЇХ ПІДГОТОВКИ	76
Séna Agbodjinou Amah. VITAL ENERGY IN SPORT AND THE CONSEQUENCES OF BLOCKING ITS FREE MOVEMENT	78
Ceylan Bayram, Kajmovic Husnija. EFFECT OF DIFFERENT JUDO SPECIFIC EXERCISES ON HEART RATE RESPONSES IN MALE COLLEGIATE JUDO ATHLETES	79
Fethi Derbal, Cheikh Yakoub, Zemali Mohamed, Agboubi Habib, Othman Boufaden. FACTORIAL STUDY OF THE MORPHOLOGICAL AND FUNCTIONAL REQUIREMENTS OF FOOTBALLERS ACCORDING TO THE GAME COMPARTMENTS	80
Dakalenko Oleg, Dolbyschewa Nina. DIE PSYCHOLOGISCHEN BESONDERHEITEN DER SPORTVORBEREITUNG FÜR SPORTANGLER	82



Секція 2 Section

Медико-біологічні, фізіологічні та психологічні аспекти підготовки спортсменів

Medical-biological, physiological and psychological aspects of athletes' training

КОМПЛЕКСНИЙ ВІДБІР У СПОРТИВНИХ ІГРАХ З УРАХУВАННЯМ ПСИХОЛОГІЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ГРАВЦІВ

Руслана СУШКО

Київський університет імені Бориса Грінченка (м. Київ, Україна)

Надія ВИСОЧІНА

Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського (м. Київ, Україна)

Вступ. Питання комплексного відбору гравців у спортивних іграх є напрямом, який при достатньо потужному обсязі напрацьованого дослідниками матеріалу, залишається невивченим з огляду сучасних тенденцій розвитку спорту, антуражу впливу на змагальну діяльність, удосконалення правил змагань і, як наслідок, виникнення потреби нових підходів до організації підготовки спортсменів [2-4]. Складність уніфікації відбору у спортивних іграх обґрунтована вимогами, що висувуються на різних етапах багаторічної підготовки. На основі вивчення науково-методичної літератури з'ясована необхідність пошуку можливостей підвищення якості відбору, покладаючись не тільки на загальноприйняті показники ефективності техніко-тактичних дій, але й врахування психологічних характеристик спортсменів [1, 5]. Сьогодні неможливо виявити талановитих спортсменів, здатних витримувати колосальні навантаження та нервову напругу, водночас вирішуючи поставлені стратегічні задачі без науково обґрунтованої психологічної підготовки. Допущені раніше помилки без врахування комплексної оцінки у відборі гравців призводять до втрати можливості досягати високого результату, тому дослідження взаємозв'язку техніко-тактичних показників, рівня фізичної підготовленості з урахуванням психологічних характеристик набувають вагомості аргументації.

Мета дослідження – обґрунтувати доцільність впровадження комплексного відбору з урахуванням психологічних характеристик спортсменів збірних команд в ігрових видах спорту.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури; контент-аналіз; педагогічне спостереження, теоретичне моделювання.

Результати дослідження та їх обговорення. З метою оптимізації процесу підготовки гравців у командних спортивних іграх систематизовано та інтерпретовано матеріал з проблематики відбору. Педагогічне спостереження дозволило визначити загальні та специфічні здібності спортсменів до успішного засвоєння програми навчально-тренувальних зборів у збірних командах України в ігрових видах спорту на основі впровадження сучасних підходів у навчально-тренувальний процес. Теоретичне моделювання сприяло науковому представленню етапного проведення зборів для формування передумов до успішних виступів збірних команд України на міжнародному рівні.

Дослідження проведено у процесі навчально-тренувальних зборів в період підготовки до головних змагань сезону. Контингент досліджуваних, які пройшли три етапи відбору, склав 58 спортсменів, членів збірних команд України по хокею – 22 особи і баскетболу – 36 осіб.

Особливістю запропонованого алгоритму комплексного відбору є новий підхід до задач відбору в збірні команди країни, коли не ставиться під сумнів кваліфікація гравців, відібраних



шляхом вивчення якісних показників змагальної діяльності, а з розширеного складу кандидатів формується команда спортсменів, здатних до взаємодії на основі вивчених психологічних характеристик та відповідного арсеналу техніко-тактичних дій і фізичних можливостей.

Процес відбору доцільно розділити на три етапи залежно від поставлених задач, що визначають особливості роботи на кожному етапі:

🏆 (I етап) спрямований на створення розширеного складу кандидатів у збірну команду країни в командних спортивних іграх за підсумками змагальної діяльності в професійних клубах. Етап передбачає зібрання інформативних показників, серед яких реєстрація техніко-тактичних дій, тестування з метою визначення рівня фізичної підготовленості гравців і попередня діагностика психологічних характеристик з подальшою інтерпретацією отриманих результатів, яка в свою чергу передбачає інтерпретацію показників з урахуванням ігрового амплуа у відповідності до критеріїв ефективності техніко-тактичних дій, виявлення найбільш значущих психологічних характеристик і розробку психологічних критеріїв ефективності;

🏆 (II етап) спрямований на визначення складу кандидатів у збірну команду країни у відповідності до рівня індивідуальної підготовленості гравця за видами підготовки (техніко-тактичної, фізичної, психологічної) для проведення навчально-тренувальних зборів і контрольних матчів. Етап передбачає визначення взаємозв'язку між психологічними і техніко-тактичними показниками гравців у відповідності до ігрового амплуа і арсеналом їхніх індивідуальних дій. Значущим є подальше впровадження в навчально-тренувальний процес комплексних практичних рекомендацій з удосконалення показників техніко-тактичної майстерності з урахуванням психологічних характеристик;

🏆 (III етап) спрямований на формування боєздатного колективу з урахуванням виявлених особливостей гравців і практичних рекомендацій, отриманих в ході роботи з командою для ефективного виступу на міжнародній арені.

Представлений алгоритм комплексного відбору передбачає необхідність формування злагодженого механізму роботи команди фахівців, який налічує, окрім групи тренерів, вузькопрофільних спеціалістів у складі комплексної наукової групи. Ефективність застосування запропонованої моделі комплексного відбору залежить від тісної співпраці на всіх його етапах і створення мікроклімату довіри між практиками і науковцями.

Висновки. На основі збору інформативних даних, обробки і інтерпретації отриманих результатів з урахуванням взаємозв'язку між психологічними і техніко-тактичними показниками гравців у відповідності до їх ігрових амплуа, розроблено алгоритм комплексного відбору, що містить три послідовних етапи і служить базою для оптимізації процесу відбору при формуванні збірних команд країни в ігрових видах спорту.

Отриманий у ході дослідження експериментальний матеріал дозволяє стверджувати, що важливою складовою розробленого алгоритму комплексного відбору у ігрових видах спорту є визначення найбільш значущих психологічних характеристик (переважаючий тип темпераменту, рівень стресу, особливості сприйняття тощо) і психологічних критеріїв ефективності спортсмена у відповідності з техніко-тактичними показниками їх ігрового амплуа.

Література:

1. Височіна НЛ. Психологічне забезпечення у системі підготовки спортсменів в олімпійському спорті [Psychological support in the system of training athletes in Olympic sports] [монографія]. Київ: Центр учбової літератури; 2017. 384 с.
2. Дорошенко ЭЮ. Управление технико-тактической деятельностью в командных спортивных играх [Management of technical and tactical activity in team sports] [монографія]. Запорожье: ООО Липс; 2013. 436 с.



3. Павленко Ю. Організація та середовище системи науково-методичного забезпечення олімпійської підготовки [Organization and environment of the system of scientific methodological provision for Olympic preparation]. *Фізична активність, здоров'я і спорт*, 2011;4 (6): 34-39.
4. Платонов В, Есентаев Т. Организационно-управленческие модели совершенствования системы подготовки спортсменов высокой квалификации в условиях политизации и коммерциализации олимпийского спорта [Organizational and managerial models of improving the system of elite athletes preparation under the conditions of politicization and commercialization of Olympic sport]. *Наука в олимпийском спорте*, 2015;1: 19-26.
5. Sushko R, Vysochina N, Vorobiova A, Doroshenko E, Pastuhova V, Vysochin F. Psychological Selection in Game Sports on the Basketball Example. *Journal of Physical Education and Sport*, 2019;19 (3): Art. 250, 1708-1714. DOI:10.7752/jpes.2019.03250.

ТЕХНОЛОГІЯ ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЇ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ АРБІТРІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ У ФУТБОЛІ

Тарас ЧОПІЛКО

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ, Україна)

Вступ. Складність арбітражу змагань у футболі постійно зростає, що зумовлено високою інтенсивністю, динамічністю і швидкістю змін ігрових ситуацій, в яких бригаді арбітрів необхідно приймати абсолютно неупереджені і безпомилкові рішення, витримувати високі фізичні навантаження та психологічну напруженість [1-5].

Дослідженнями підготовки арбітрів у футболі займалися багато фахівців у різних напрямках: удосконалення структури підготовки та провідних чинників суддівської майстерності [3], контроль підготовленості і відбір арбітрів [4], психологічні аспекти діяльності і керування станом готовності арбітрів [2], удосконалення спеціальної підготовки арбітрів та організаційно-методичні засади навчання арбітрів-початківців і висококваліфікованих арбітрів [5], тощо. Підкреслюючи важливість високого рівня фізичної підготовленості арбітрів у футболі, як значущого фактору їх успішної роботи, водночас питанню їхньої фізичної підготовки приділяється недостатньо уваги.

Оптимальні фізичні кондиції обумовлюють професійні дії арбітра – вміння керувати станом свого організму і руховою активністю, протистояти втомі, психологічному тиску спортсменів і глядачів, контролювати емоції, адекватно оцінювати ігрову ситуацію і приймати правильне рішення в обмежений час [1].

Тривалість змагального сезону, велика кількість і нерівномірність призначень на матчі різного рівня, варіативність функціонального стану до виконання професійної діяльності, інтенсифікація змісту та методики індивідуальної фізичної підготовки арбітрів до календарної гри, свідчать про актуальність обраного наукового напрямку.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та розробити технологію індивідуалізації спеціальної фізичної підготовки арбітрів у футболі.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення даних спеціальної літератури, мережі Інтернет та досвіду практичної роботи з планування процесу фізичної підготовки арбітрів у футболі; педагогічне спостереження – за діяльністю арбітрів під час футбольних матчів і тренувальних занять для оцінки рівня фізичної підготовленості і виявлення помилкових дій; соціологічні методи дослідження – анкетування, опитування; педагогічний експеримент – тестування рівня фізичної підготовленості арбітрів високої кваліфікації у футболі; медико-