

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА»**

**«Спорт та фізичне виховання
у закладах вищої освіти. Сучасність та
майбутнє»**

Збірник тез доповідей
Всеукраїнської інтернет-конференції

6 березня 2025 року

м. Запоріжжя

УДК 796.07:378
Т39

*Рекомендовано до видання Вченою радою
Національного університету «Запорізька політехніка»
(Протокол №8 від 23.03.2025 р.)*

Редакційна колегія:

Шаломєєв В.А., д-р техн. наук, професор (відпов. ред.);
Висоцька Н. І., начальник патентно-інформаційного відділу;
Кокарев Б.В., доцент каф. ФКОНВС.

Т39

«Спорт та фізичне виховання у закладах вищої освіти. Сучасність та майбутнє». Збірник тез доповідей Всеукраїнської інтернет-конференції, 6 березня 2025 року / Редкол. : В. А. Шаломєєв (відпов. ред.) та ін. [Електронний ресурс] / Електрон. дані. — Запоріжжя: НУ «Запорізька політехніка», 2025. — 140 с. — 1 електрон. опт. диск (DVD-ROM); 12см. — Назва з тит. екрана.

ISBN 978-617-529-493-2

Зібрані тези доповідей, заслуханих на науково-практичній конференції. Збірка відображає напрямок оздоровчого фітнесу наукових досліджень у галузі спорту та фізичного виховання студентської молоді та інших верств населення. Збірку розраховано на широкий загал дослідників та науковців.

УДК 796.07:378

ISBN 978-617-529-493-2

© Національний університет
«Запорізька політехніка»
(НУ «Запорізька політехніка»), 2025

ЗМІСТ

ЗМІСТ	3
<i>Гринько В. М., Стеблева А. В.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ.....	7
<i>Дудник Ю. І.</i> ЕРГОТЕРАПІЯ В УКРАЇНІ. РЕАБІЛІТАЦІЯ ПОРАНЕНИХ	10
<i>Журавльов Ю. Г., Ткаченко О. А., Сущенко Л. П.</i> РОЛЬ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ У ЗБЕРЕЖЕННІ І ЗМІЦНЕННІ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ.....	12
<i>Кошура А. В.</i> ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ.....	16
<i>Малахова Ж. В., Сокрут В. Н., Сокрут О. П.</i> СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ РЕФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗВО	17
<i>Рубан А. К.</i> СМИСЛОВІ ОРІЄНТИРИ ЗМІСТУ ІНКЛЮЗИВНИХ ПРОГРАМ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВИШІ	20
<i>Черняков В. В., Титаренко В. І.</i> НОРМАЛІЗАЦІЯ М'ЯЗОВОГО ТОНУСУ СПОРТСМЕНІВ ЗАСОБАМИ НЕТРАДИЦІЙНИХ МЕТОДІВ ТЕРАПІЇ У СПОРТИВНІЙ МЕДИЦИНІ.....	24
<i>Ванюк О. І.</i> СУЧАСНІ МЕТОДИ ТРЕНУВАННЯ БІГУНІВ НА ДОВГІ ДИСТАНЦІЇ.....	29
<i>Гринько В. М., Гавриленко А. Ф.</i> ДОСЛІДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ПІДХОДІВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ	31
<i>Захарова О. М., Сметанін С. В.</i> ЗНАЧЕННЯ РУХОВОГО ПОТЕНЦІАЛУ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 017	34
<i>Москаленко О. А., Рубан А. К.</i> ВИКОРИСТАННЯ ІННОВАЦІЙНОГО ПІДХОДУ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ.....	36

<i>Сілаєв В. В.</i> РОЛЬ ВІРТУАЛЬНОЇ ТА ДОПОВНЕНОЇ РЕАЛЬНОСТІ У ВДОСКОНАЛЕННІ СПОРТИВНИХ НАВИЧОК.....	40
<i>Гальченко Л. В.</i> СУЧАСНА МОДЕЛЬ ТРЕНУВАНЬ СПОРТИВНОЇ ГРИ З РАКЕТКОЮ «КРОСМІНТОН» З ВИКОРИСТАННЯМ ЧОТИРЬОХ РІВНІВ НАВЧАННЯ	47
<i>Koryahin V. M., Svitlyk V. V.</i> STATE AND PROSPECTS OF TECHNICAL AND PHYSICAL TRAINING OF YOUNG ATHLETES	52
<i>Черненко А. Є.</i> РЕОРГАНІЗАЦІЯ ЗАНЯТЬ В ЗВО ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ ФОРМАТУ АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	54
<i>Шуба Л. В., Омок Г. А., Шуба В. В., Шуба В. О.</i> МОДЕРНІЗАЦІЯ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ: ВІД ІКТ ДО ЕКОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ.....	56
<i>Атаманюк С. І., Овсяннікова А. В.</i> ОПТИМАЛЬНИЙ ПІДХІД ДО ХАРЧУВАННЯ СПОРТСМЕНІВ ДЛЯ ДОСЯГНЕННЯ ВИСОКИХ РЕЗУЛЬТАТІВ	59
<i>Іванська О. В., Ломідзе Г. О.</i> ОСОБЛИВОСТІ ВІКОВОЇ ФІЗІОЛОГІЇ ТА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК СТУДЕНТІВ	63
<i>Кириченко О. В.</i> АДАПТИВНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА – ЕФЕКТИВНИЙ ІНСТРУМЕНТ ПІДТРИМАННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я	67
<i>Кошура А. В.</i> РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ.....	69
<i>Палічук Ю. І.</i> АНАЛІЗ СТАНУ ЗДОРОВ'Я ВИКЛАДАЧІВ ЗВО	71
<i>Рімар Ю. І.</i> ОСОБЛИВОСТІ КІНЕЗІОТЕРАПІЇ ПРИ ЛЕГКИХ ВИКРИВЛЕННЯХ ХРЕБТА.....	75
<i>Гуніна-Орлова Л. М., Орлов О. І., Безуглий А. В.</i> ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ НА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТІВ.....	79

<i>Кубатко А.І.</i> АУТОГЕННЕ ТРЕНУВАННЯ - МЕТОД КОРЕКЦІЇ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ- СПОРТСМЕНІВ В УМОВАХ СУЧАСНИХ ВИКЛИКІВ	84
<i>Радовенчик А. І.</i> ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД ПЕРШОКУРСНИКІВ ПІД ЧАС АДАПТАЦІЇ	86
<i>Sokolovska I., Nechyporenko V., Pozdniakova O., Hordiienko N.</i> PSYCHOLOGICAL-PEDAGOGICAL SUPPORT AND SUPPORT OF ATHLETICALLY GIFTED STUDENTS.....	90
<i>Кокарев А.Б., Щербій С.А.</i> ШТУЧНИЙ ІНТЕЛЕКТ В СПОРТІ: ШЛЯХИ ІНТЕГРАЦІЇ ТА ПРОБЛЕМИ ЗАСТОСУВАННЯ.....	94
<i>Перегінець М. М., Черненко О. Є.</i> ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ	99
<i>Pisarkova O. R.</i> THE IMPACT AND ROLE OF DIGITALIZATION IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS.....	102
<i>Станєв А. В., Рубан А. К.</i> РОЗВИТОК КОМП'ЮТЕРНОГО СПОРТУ В СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ	105
<i>Гринько В. М., Гавриленко А. Ф.</i> ОРГАНІЗАЦІЯ, УПРАВЛІННЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ СТУДЕНТСЬКОГО СПОРТУ	110
<i>Кокарев Б. В., Кокарева С. М., Висоцька Н. І.</i> ОПИС ТРЕНАЖЕРНОГО ПРИСТРОЮ ДЛЯ РОЗТЯГУВАННЯ ТА ФОРМУВАННЯ ПІДЙОМУ СТОПИ ГІМНАСТІВ	114
<i>Пушенко Д. В., Мирошніченко В. О.</i> СПЕЦИФІКА ПІДГОТОВКИ МОЛОДИХ ВОРОТАРІВ.....	118
<i>Радукан Ю., Рубан А. К.</i> МОДЕЛІ УПРАВЛІННЯ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ: АНАЛІЗ ЗАРУБІЖНОГО ДОСВІДУ	121
<i>Соляник Д. Г.</i> ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У СПОРТИВНІЙ АЕРОБІЦІ	124

<i>Терьохіна О. Л.</i> ГОЛОВНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	127
<i>Напалкова Т. В., Чередниченко І. А., Чухланцева Н. В.</i> ОЗДОРОВЧА СПРЯМОВАНІСТЬ АКВАФІТНЕСУ.....	129
<i>Путров О. Ю., Луценко С. Г.</i> СУЧАСНІ ВИДИ ОЗДОРОВЧОГО ФІТНЕСУ ТА РЕКРЕАЦІЇ: ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ.....	134
<i>Соколовська І. А., Сухина О. О.</i> МЕТОД ПІЛАТЕСУ ЯК ЗАСІБ ВДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ЖІНОК МОЛОДОГО ВІКУ	137

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

Вступ. Фізичне виховання є важливим компонентом загального розвитку особистості, сприяючи покращенню здоров'я, підвищенню фізичної активності та формуванню соціальних навичок. Для студентів з ООП фізичне виховання має особливе значення, оскільки воно не лише підтримує їхню фізичну форму, а й сприяє інтеграції в суспільство, розвитку комунікативних навичок і покращенню якості життя [1].

Забезпечення доступності фізичного виховання для студентів з ООП є одним із ключових завдань сучасної освіти. Важливо розробляти адаптивні програми, що враховують особливості кожного студента, створювати інклюзивне середовище та використовувати сучасні методи фізичної реабілітації та спорту.

Ця робота розглядає основні принципи фізичного виховання для студентів з особливими освітніми потребами, методи їхньої адаптації до фізичних навантажень, а також роль фізичної активності у їхньому житті.

Аналіз літератури. Питання фізичного виховання студентів з ООП є актуальним предметом досліджень у сфері педагогіки, медицини, фізичної реабілітації та соціальної адаптації. У наукових працях розглядаються методи адаптивної фізичної культури, психолого-педагогічні аспекти організації занять, а також вплив фізичної активності на здоров'я та соціальну інтеграцію студентів.

Дослідження, проведені вітчизняними та зарубіжними науковцями, свідчать про те, що фізична активність є важливим чинником у підтримці фізичного та психоемоційного здоров'я осіб з інвалідністю та іншими особливими потребами. Зокрема, роботи В. Кашуби, М. Дубогая, С. Круцевича присвячені розробці методичних підходів до адаптивного фізичного виховання. У працях Л. Лапутіна, В. Ільїна розглядається вплив фізичних вправ на психоемоційний стан студентів з особливими потребами.

Закордонні дослідники, такі як R. Sherrill, G. Reid, M. Haegele, наголошують на значенні інклюзивних спортивних програм і важливості персоналізованих підходів у фізичному вихованні. Деякі автори підкреслюють роль інноваційних технологій, зокрема використання

віртуальної реальності та інтерактивних методів у навчанні студентів з обмеженими можливостями.

Аналіз літератури свідчить про те, що ефективне фізичне виховання для студентів з ООП має базуватися на комплексному підході, який поєднує традиційні та інноваційні методики, забезпечує мотивацію до занять і сприяє соціалізації. Водночас необхідно враховувати індивідуальні особливості кожного студента та створювати адаптивне освітнє середовище.

Виклад основного матеріалу. Фізичне виховання студентів з ООП є невід'ємною частиною їхнього навчального процесу та особистісного розвитку. Воно сприяє зміцненню здоров'я, покращенню фізичних можливостей, формуванню соціальних навичок та підвищенню рівня самостійності [2].

1. Особливості фізичного виховання студентів з ООП. Фізичне виховання для студентів з особливими потребами має ґрунтуватися на:

- індивідуальному підході, що враховує фізичні та психоемоційні особливості кожного студента;
- адаптації фізичних навантажень залежно від стану здоров'я та фізичних можливостей;
- застосуванні спеціальних методик та програм, які відповідають особливостям кожної нозологічної групи студентів.

2. Основні напрямки фізичного виховання. До основних напрямків фізичного виховання студентів з ООП належать:

- адаптивна фізична культура (АФК) – спеціально розроблена система фізичних вправ, що сприяє корекції рухових порушень та покращенню загального стану здоров'я;
- лікувальна фізкультура (ЛФК) – комплекс фізичних вправ, спрямованих на реабілітацію та підтримку фізичного стану;
- паралімпійський і дефлімпійський спорт – залучення студентів до адаптивного спорту з метою соціалізації та професійного розвитку;
- фізична терапія та кінезіотерапія – методи фізичної реабілітації, що сприяють відновленню рухових функцій.

3. Методичні підходи до організації занять. Для ефективного фізичного виховання студентів з особливими потребами застосовуються такі методичні підходи:

- диференційований підхід – підбір вправ відповідно до можливостей кожного студента;
- комплексне використання засобів фізичної активності – поєднання гімнастики, плавання, легкої атлетики, спеціальних ігор тощо;
- використання допоміжних засобів – тренажерів, ортопедичних пристроїв, індивідуальних засобів реабілітації;

– інтерактивні методи навчання – використання віртуальної реальності, електронних тренажерів та інноваційних технологій у фізичному вихованні.

4. Умови для успішної реалізації фізичного виховання студентів з ООП. Для забезпечення ефективності фізичного виховання необхідно:

– створення безбар'єрного середовища – облаштування спеціальних спортивних майданчиків, доступних тренажерних залів тощо;

– підготовка фахівців – викладачі повинні володіти знаннями з адаптивної фізичної культури та методиками реабілітації;

– мотивація студентів – впровадження змагальних елементів, заохочення до участі в спортивних заходах;

– міждисциплінарна взаємодія – співпраця педагогів, медиків, психологів та соціальних працівників для комплексної підтримки студентів [3].

Висновки. Фізичне виховання студентів з особливими освітніми потребами відіграє важливу роль у їхньому фізичному, емоційному та соціальному розвитку. Використання адаптивних методик, створення комфортних умов для занять і впровадження сучасних підходів сприяють покращенню якості життя студентів та їхній інтеграції в суспільство.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина : Підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В. М. Сокрута. - Краматорськ: Каштан, 2019. 480 с.

2. Мухін В. М. Фізична реабілітація: навч. посіб. Київ: Олімпійська література, 2009. 488 с.

3. Olena Lazareva, Yevhen Vasylenko, Yaroslav Galan, Lidiia Dotsiuk, Oleksandra Tsybanyuk. Evaluation of the effectiveness of the application of physical rehabilitation program for premature infants with motor disorders of various genesis according to the INFANIB testing scale. Journal of Physical Education and Sport (JPES). 2017. Vol. 17 (4). Art 264. – P. 2392–2398. <https://doi.org/10.7752/jpes.2017.04264>

Наукове електронне видання
Можна використовувати в локальному та
мережному режимах

**Спорт та фізичне виховання у
закладах вищої освіти.
Сучасність та майбутнє**

Збірник тез доповідей
Всеукраїнської інтернет-конференції
6 березня 2025 року

Один електронний оптичний диск (DVD-ROM);
супровідна документація.
Тираж 100 прим. Зам. № 367

Видавець і виготовлювач
Національний університет «Запорізька політехніка»
Україна, 69011, м. Запоріжжя, вул. Жуковського, 64
Тел.: (061) 769–82–96, 220–12–14

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 6952 від 22.10.2019.