

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ VI ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ
17-18 листопада 2022 року**

Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2022

УДК 370.15+371.302.81+613

C916

*Друкується згідно з рішенням Вченої ради Державного закладу
“Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського”*

Протокол № 5 від 24.11.2022

Джуринський П. Б. доктор педагогічних наук, професор, директор навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації, Університету Ушинського – голова оргкомітету;

Башавець Н. А. доктор педагогічних наук, професор кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського; заступник – голови оргкомітету;

Дразіна Є. В. кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Р. Урбан, професор, Голова вченої ради Інституту фізичної культури Щецинського університету (Польща);

М. Крету, професор, факультет фізичного виховання та спорту, Університет Пітешті (Румунія);

Афтімічук О. Є. доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, республіка Молдова);

Ігнатенко С. О. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Дроздова К. В. кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського.

Кучеренко Г. В. кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського.

Богатов А. О. викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського.

Рецизенти:

Соколова Ганна Борисівна – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри дефектології та фізичної реабілітації, в.о. декана медичного факультету Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського».

Кошура Андрій Вікторович - Кандидат педагогічних наук Доцент кафедри медицини катастроф та військової медицини Буковинський державний медичний університет Чернівці

C916 **Сучасні** проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини : матеріали VI інтернет-конференції (м. Одеса, 17-18 листопада 2022р.). – Одеса. : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2022. – 221 с.

У збірнику матеріалів конференції розглянуті всебічні аспекти організації занять з фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

At the conference proceedings are considered comprehensive aspects of physical education and sports.

УДК 370.15+371.302.81+613.7

© Заклад вищої освіти
«Університет Ушинського», 2022

Львівський національний університет ім. І. Франка. Львів: ЛНУ ім. Івана Франка, 2009. 98 с.

ОРГАНІЗАЦІЯ КЛУБНОЇ СИСТЕМИ ВЕЛОСПОРТУ В УКРАЇНІ

Бондаренко В. В.

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», м. Одеса, Україна

При дослідженні питання було звернено до наукових статей та виданих матеріалів Джуринського Петра Борисовича – доктора педагогічних наук, професора, директора навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації, Університету Ушинського.

Анотація. Щораз більший інтерес до створення спортивних клубів як базової ланки розвитку спорту України формує актуальний напрям досліджень.

Мета дослідження – обґрунтувати основи ефективної діяльності спортивних клубів як базової ланки спорту України.

Результати. Установлено обов'язкові компоненти діяльності спортивних клубів, серед яких організаційний пов'язаний зі стратегічним визначенням приналежності спортивного клубу до незалежних (громадських), підпорядкованих чи змішаного типу структур; правовий визначається нормуванням діяльності спортивного клубу та узгодженості її з законодавчою базою України; фінансовий – вибором основних джерел забезпечення діяльності з досягненням стабільності та ґрунтовності надходжень для реалізації основних завдань; інформаційний – висвітленням результатів та популяризацією діяльності спортивного клубу в соціальній групі та суспільстві загалом.

Актуальність проблеми, яка зумовила зробити вибір теми формується на основі проблематики яка виникла ще багато років назад, а наразі з кожним днем розвалює велоспорт та не дає розвиватися в сучасному напрямку.

Дослідити проблематика можна шляхом критичного аналізу та порівняння європейської та північноамериканської клубної система з нашою радянською системою, яка в нашій «вже» демократичній країні не працює, а лише виживає.

Об'єкт дослідження – застарілий процес та непрацююча система, що породжує корупцію, та усугубляє і так скрутне становище спортсменів та унеможливує залучати інвестування та розвивати велоспорт.

Предмет дослідження – клубна система велоспорту в Україні, яка має на меті фундаментально змінити систему велоспорту в Україні. Стимулюючи та залучаючи до розвитку всі зацікавлені сторони.

Мета дослідження пов'язана з актуальністю проблеми станом на сьогоднішній день, та можливістю кардинальної зміни системи.

Методи дослідження що використовуються:

- емпіричний, спостерігаючи та експериментуючи з системою;
- теоретичний, аналізуючи та узагальнюючи систему;
- конкретно-соціологічний.

На основі проведеної роботи можна зробити висновок, що станом на сьогоднішній день в нас є необхідність, а головне можливість змінити застарілу та не працюючу радянську систему на сучасну клубну систему, міксуючи її з європейською та північноамериканською системами. Розвиваючи культуру клубів, згуртовуючи тренерів, впроваджуючи якісні сучасні програми та працюючи прозоро незалежно від держави, наші спортсмени зможуть конкурувати на високому рівні, а головне можливість подовження їх спортивної кар'єри, а також бути причетним до велоспорту кожному хто забажає, вступивши в клуб.

Як бачимо, клуби надають більше свободи вибору та можливостей для організації спорту. Це не лише підвищує залученість людей до спорту, але й зменшує корупційні ризики й дозволяє більш ефективно розподіляти бюджет. Активність клубів не обмежена регуляціями й правилами, встановленими державою — люди, спеціалісти у своїх видах спорту, мають свободу і право займатися та навчати, як вони вважають за краще.

Що також важливо, так це те, що клубна система створює конкуренцію на всіх рівнях – конкуренцію за кращі послуги для спортсменів, за кращі умови для тренерів, за краще використання коштів, за кращу інфраструктуру та за майже все інше. Клубна система дає можливість вибору, і люди вільні обирати, де і як їм займатися улюбленим спортом.

Література

1. Келлер В.С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. Львів : УСА, 1992. 269 с.
2. Пітин М. Теоретична підготовка в спорті: монографія / Мар'ян Пітин.– Львів : ЛДУФК, 2015. 372 с.
3. Положення про спортивний клуб Харківської державної академії фізичної культури [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://hdafk.kharkov.ua/docs/polozhennya-sportclub.doc>.
4. Singh O. Comparison of Facilities for Sports and Games in Colleges of Different Universities. International journal of scientific research. 2013. Vol. 2, is. 10. P.

5. The Physical Self Description Questionnaire: furthering research linking physical self-concept, physical activity and physical education [Electronic resource]. Access mode: <http://www.aare.edu.au/05pap/pea05307.pdf>

ВИКОРИСТАННЯ СИСТЕМИ ПІЛАТЕС У ЗСО

Бондаренко О. В.

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», м. Одеса, Україна

Анотація. На тлі збільшення обсягу інформації, комп'ютеризації освітнього процесу, інтелектуальних та психоемоційних навантажень сьогодення відбувається зниження рівня працездатності школярів. У свою чергу, прогресування дефіциту рухової активності часто призводить до низького рівня показників фізичного та функціонального розвитку, які є основними причинами зниження загальної працездатності, викликаючи тим самим різні відхилення в стані здоров'я.

Ключові слова: система Пілатес, школярі, фізична культура, здоров'я.

Ніколи ще проблема низької рухової активності дітей і підлітків не стояла так гостро, як сьогодні. Це зумовлено багатьма факторами, особливо враховуючи військовий стан у нашій країні – закриті заклади освіти і дозвілля, спортивні секції.

Професіоналізм і відповідальне ставлення до своєї роботи важливі для всіх педагогів, а для вчителів фізичної культури – особливо. Адже їм довірено найдорожче – здоров'я і життя дітей. Дистанційне навчання вимагає від вчителя зміни традиційної освітньої програми. Так як це охарактеризоване відсутністю спортивної зали та спортивного інвентарю.

Систематичні, вірно підібрані фізичні вправи разом з правильним харчуванням здатні творити чудеса. Це твердження справедливо для всіх, адже зростаючий організм найбільш податливий до сприятливого впливу занять фізичною культурою.

У наш час пілатес — дуже поширена в усьому світі система вправ. Ця система дозволяє розтягнути і зміцнити м'язи тіла без ударного навантаження, тому практично повністю виключається можливість травматизму при заняттях пілатесом.

Цей напрямок названий на честь свого засновника Джозефа Пілатеса, що народився в 1880 р. у Дюссельдорфі. Як і багато хто з тих, хто став відомий усьому світу завдяки значним досягненням в області фізичної культури й здоров'я. Пілатес страждав через фізичну неміч свого тіла й вирішив