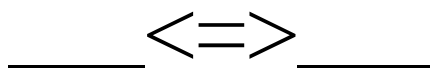


РЕАЛІЇ ТА СТРАТЕГІЇ РОЗВИТКУ УКРАЇНИ: ВІТЧИЗНЯНИЙ ТА ЗАКОРДОННИЙ ДОСВІД



Коллективна монографія



Харків
СГ НТМ «Новий курс»
2024

УДК 001:1
P31

Реалії та стратегії розвитку України: вітчизняний та закордонний досвід: кол. моногр. – Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2024. – 112 с.

ISBN 978-617-7886-54-8

DOI: 10.61718/mon



Рецензенти

***Штулер Ірина Юрійвна**, доктор економічних наук, професор,
перший проректор ВНЗ «Національна академія управління»*

***Погоріла Світлана Григорівна**, кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри славістичної філології, педагогіки і методики викладання
Білоцерківського національного аграрного університету*

***Гетьман Ірина Анатоліївна**, кандидат технічних наук, доцент,
доцент кафедри комп'ютерних інформаційних технологій
Донбаської державної машинобудівної академії*

***Харченко Артем Вікторович**, кандидат історичних наук, доцент,
доцент кафедри мистецької освіти та гуманітарних дисциплін
Харківського національного університету мистецтв імені І. П. Котляревського*

Рекомендовано до друку редакційною колегією
Соціально-гуманітарної науково-творчої майстерні «Новий курс»
(протокол № 21-мн від 27.10.2024)



Видавець СГ НТМ «Новий курс» – діяльність у науковій, видавничій,
освітній, творчій, інформаційній сфері з 1989 року.
Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного реєстру
видавців, виготовлювачів і розповсюджувачів видавничої продукції:
ДК № 8013 від 22.11.2023. Зареєстровано у Global Register of Publishers.
Ідентифікатор видавця 7886. www.newroute.org.ua/cnt



Колективна монографія присвячена актуальним питанням розвитку сучасного суспільства. Досліджуються проблеми в таких сферах як: освіта, фізична культура, спорт, культура і мистецтво, дизайн, релігієзнавство, історія, філософія, культурологія, журналістика, філологія, богослов'я, економіка, політологія, психологія, соціологія, міжнародні відносини, суспільні комунікації, соціальна робота, соціальне забезпечення, оподаткування, фінанси, банківська справа, страхування, менеджмент, маркетинг, підприємництво, торгівля, біржова діяльність, легка промисловість, видавництво, поліграфія, готельно-ресторанна справа, екологія, туризм. Монографія буде корисною науковцям, викладачам, здобувачам освіти, а також широкому колу осіб, які цікавляться питаннями розвитку сучасної науки та практики.

ISBN 978-617-7886-54-8

DOI: 10/61718/mon

Опубліковано на основі ліцензії Creative Commons Attribution License.



© СГ НТМ «Новий курс», 2024
© Автори, 2024

Зміст

Стор.

Передмова	...	4
Розділ перший.		
Освіта, фізична культура, спорт, культура і мистецтво.	...	5
1.1. Харківський театр для дітей та юнацтва: історія та сучасність	...	5
1.2. Рухова активність здобувачів вищої освіти: теоретичні аспекти, сучасні тенденції, шляхи оптимізації	...	10
1.3. Influence of recreational aerobics on physical development of adolescents	...	23
1.4. Preparation for the use of modern information technologies in the professional activity of specialists in physical culture and sport	...	27
1.5. Theoretical and Methodological Bases of Preparation and Improvement of Professional Training of Specialists in the Field of Physical Culture and Sports in the Conditions of Martial Law»	...	29
Розділ другий.		
Історія, археологія, культурологія.	...	34
2.1. «Тиша» як культурна спадщина в умовах секулярної культури	...	34
2.2. Особливості відтворення історії новітніми масмедіа (на прикладі медіації Голодомору 1922-1923 рр.)	...	43
Розділ третій.		
Економіка, фінанси, статистика, державне регулювання, міжнародні відносини.	...	52
3.1. Методологічні підходи до організації формування економічної стійкості сільськогосподарських підприємств	...	52
3.2. Аналіз сучасних підходів до формування стратегії розвитку інвестиційної привабливості економічної системи держави: від теорії до практики	...	56
3.3. Складові державного регулювання економічних процесів в Україні	...	64
3.4. Financial inclusion and bank sustainability in Ukraine: current challenges and prospects	...	67
3.5. Статистична оцінка фінансового стану підприємств до та під час військового стану для вибору джерел фінансування цілей сталого розвитку: галузевий аспект	...	71
Розділ четвертий.		
Публічне управління, адміністрування, право, цивільна безпека, національна безпека, кібербезпека.	...	77
4.1. Правове забезпечення діяльності Збройних Сил України: соціальний і правовий захист військовослужбовців та членів їх сімей	...	77
4.2. Реалізація мовної політики в Україні та за кордоном	...	80
Розділ п'ятий.		
Туризм, готельно-ресторанна справа, екологія.	...	82
5.1. Аналіз якості води у водних об'єктах Харківської області	...	
5.2. Оцінка ступеня небезпечності відходів гірничо-металургійного комплексу, механізми та ефективність їх утилізації у проєктах рекультивациі порушеної земної поверхні	...	94
Післямова	...	111

3. Винник В. Д. Особливості формування інтересу та мотивації до занять фізичним вихованням. Теорія та методика фізичного виховання. 2010. № 12 с. 39-42.
4. Гахович С. В. Теоретичні та практичні аспекти використання системи дистанційного навчання. Військовий інститут Київського національного університету імені Тараса Шевченка: зб. наук. праць. (55). 2017. С. 186-192.
5. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів. Житомир: Рута, 2009. 205 с.
6. Круцевич Т. Ю., Воробйов В. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. К. Олімпійська література, 2011. 246 с.
7. Кухаренко В. М., Бондаренко В. В. Екстрене дистанційне навчання в Україні: монографія. Харків: Вид-во КП «Миська друкарня», 2020. 409с.
8. Мозолев О. М. Дотримання норм рухової активності студентів у період дистанційного навчання. Актуальні проблеми розвитку освіти в сфері туризму, фізичної культури та спорту: матеріали VI Всеукраїнської наук.-практ. конф. (Хмельницький, 21-22 березня 2023 р.). Хмельницький: ХГПА., 2023. С. 177-179.
9. Мурашко М., Почерніна М., Кривенко О. Інтерактивні технології у формуванні здорового способу життя студентської молоді. Теорія та методика фізичного виховання. Наук.-метод. журнал. № 8 (46). 2008. С. 25- 29.
10. Нечушкіна О. В. Саморуйнівні молодіжні практики у сфері здоров'я. Молодь в умовах нової соціальної перспективи: матер. IX Міжнар. наук.-практ. конф. Т. 1. Житомир, 2007. С. 208-209.
11. Романенко І. О., Калачова В. В., Сумцов Д. В. Дистанційне навчання. Основи, концепції, перспективи: навч. посіб. для студ. вищ. закл. Харків, НТУ «ХП», 2010. С. 283.
12. Сергієнко, В. М. (2015). Система контролю рухових здібностей студентської молоді: теорія і методологія фізичного виховання : монографія – Суми: Сумський державний університет, 392 с.
13. Тимошенко О. В. Особливості організації дистанційної форми навчання майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах України. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 2014. Вип. 118(2). С. 237-242.
14. Череповська О. А. Фізичне виховання в умовах дистанційного навчання. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ, 2021. Вип.4(134), С. 116-120.
15. Шестерова Л., Пятницька Д. Використання вправ з фітнес-гумками для попередження гіподинамії під час карантину у студентів ЗВО. Фізичне виховання та спорт в закладах вищої освіти : мат.-літ. Всеукр. наук.-практ. конф. Харків: ХНЕУ імені С. Кузнеця, 2020. С. 53-56/

Victoriaia Tsybulska

Ph.D. (Physical Education and Sports), Associate Professor
ORCID: 0000-0002-5781-3358

Bohdan Khmelnytskyi Melitopol State Pedagogical University

Halyna Bezverkhnia

Ph.D. (Physical Education and Sports), Professor
ORCID: 0000-0003-0919-7041

Lutsk National Technical University

Olena Sopotnytska

Ph.D. (Pedagogical Sciences), Associate Professor
ORCID: 0000-0003-2527-5097

Volodymyr Hnatyuk Ternopil National Pedagogical University

Nataliia Havrylova

Ph.D. (Physical Education and Sports), Associate Professor
ORCID: 0000-0001-6209-5875

Bohdan Khmelnytskyi Melitopol State Pedagogical University

Hanna Protsenko

ORCID: 0009-0002-7489-6674

Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University

1.3. Influence of recreational aerobics on physical development of adolescents

At present, in the process of physical education, it is necessary to create new health programmes aimed not only at strengthening the physical health of adolescents, but also at normalising their psychophysical state through physical education, as well as at fostering a creative approach to physical education and health activities. For this purpose, the most effective form is recreational aerobics, which not only has a positive effect on the body, but also arouses interest among adolescents. Key words: adolescents, functional capabilities, physical education classes, recreational aerobics, physical development, physical qualities.

Relevance. New types of physical culture and sports activity are being searched for, which allow preserving human health, increasing the level of development of physical qualities, and promoting a healthy lifestyle. Thus, competent and targeted implementation of fitness technologies in the system of physical education of adolescents, in physical education classes for health improvement, development and education is one of the main and urgent tasks of modernising curricula and programmes of general secondary education institutions today.

Review of sources. Recently, specialists in the field of physical education have been increasingly using health gymnastics and fitness equipment in the physical education of adolescents. This issue is in the centre of attention of many scientists. Thus, the peculiarities of the use of health-improving aerobics and its influence on physical development were considered by such Ukrainian scientists as Y. Belyak, O. Kibalnik, V. Tulaidan, S. Synytsia, L. Shesterova, N. Volovyk, I. Ivashchenko, I. Ivanochko, O. Moroz, L. Pogasiy, Y. Subbota, M. Danilevych, V. Levytskyi, N. Ovchynnikova, B. Kokarev, O. Kotova, etc. [1, 2, 3, 5, 7, 8, 9, 11, 14].

Purpose: to analyse the impact of recreational aerobics on the physical development of adolescents.

Main material. One of the promising directions of realisation of personality-oriented approach in physical education of adolescents is sportification of physical education, which takes into account individual originality of physical culture and sports interests and abilities of each adolescent in the field of physical culture [1].

According to S. Sinitsyna and L. Shesterova [9], it is necessary to use a diverse arsenal of means and methods of physical education, which is so wide and varied that it allows finding adequate solutions for the use of means and methods of physical education in accordance with the individual characteristics of each person.

On a variable basis, it is allowed to use physical exercises from various sports, exercises of professional and applied orientation, various health-improving systems of physical exercises, which ensure the construction of various elective and optional courses in terms of their focus and content.

The methodology of building a personality-oriented content of physical education and sports activities based on the use of sports, general development and health-improving technologies in the educational process contributes to the formation of students' need and motivation for physical activity, optimisation of health, as well as improvement of general and special physical fitness.

Physical culture, sports and health technologies with personality-oriented content, which are used in the educational process as a comprehensive innovation, are more effective than the traditionally formed system of physical education. They allow for a transition from strict regulation of the compulsory physical education course to independent physical education and sports activities based on the principles of self-education and self-improvement.

In recent years, significant progress has been made in developing a variety of physical education programmes that allow adolescents to engage in many sports that are not only emotionally attractive to students, but also maximise the development of the qualities they will need in their future lives.

In the course of her research, I. Ivashchenko discovered the effectiveness of the integrated use of traditional and non-traditional health-improving means in the process of physical education of adolescents. In her opinion, the Eastern systems of physical exercises have absorbed the rich experience of many generations, which allows to learn and use the hidden reserves of a person, to develop his/her psychophysical qualities in harmony with the environment. The methodology of health improvement developed by her with the inclusion of elements of hatha yoga, Chinese health gymnastics, yabadu anjing, Tibetan gymnastics in the main part of the class helps to increase the health effect of physical education classes, improve physical condition, and form a positive motivation [4].

In physical education classes, choreographic exercises should be used that contribute to the correction of posture and the formation of a harmonious physique. Along with purely choreographic exercises, in her opinion, it is advisable to use dance choreographic exercises (for example, in warm-ups), which gives an opportunity to learn to move easily and naturally to music, while performing complex coordination tasks.

Presentation of the main material. Experts consider training in non-traditional types of physical activity to be one of the most innovative areas in the field of physical education. Some types of fitness programmes (aerobics and a number of its varieties, pilates, stretching, dance) are particularly popular among adolescents.

Having a significant health-improving potential, fitness programmes in the process of physical education of adolescents are considered as the most important emotional factor that contributes to the development of the value aspects of physical culture, the formation of motor culture, and the creation of sustainable motivation [6].

Along with other types of physical exercises, the physical education programme for adolescents in general secondary education institutions includes health-improving aerobics, which requires the development of an additional physical education curriculum.

In our opinion, it would be logical to include recreational aerobics in the 'Gymnastics' section of physical education in general secondary education. Numerous studies confirm the effectiveness of the use of health aerobics means and methods in the educational process of students.

According to O. Moroz, recreational aerobics classes improve the general condition of adolescents and help them to significantly improve their physical fitness, health, and well-being [7].

For adolescents with a sedentary lifestyle, physical activity is a vital factor. As a rule, girls are happy to attend fitness classes, which, in addition to improving their health, help them gain confidence in their own physical abilities, broaden their horizons in the field of physical education, overcome fear and shyness, and anxiety about their appearance, while increasing their self-esteem. Most adolescents have a desire to lead a healthy lifestyle and develop willpower.

The organisation of physical education, which provides for an individual approach taking into account the age-related anatomical and physiological characteristics of the body, not only promotes physical development, but is also a reliable means of preventing and correcting various deviations in the health status of adolescents in general secondary education.

According to a number of researchers, in order to conduct aerobics classes competently and with maximum health benefits, it is necessary to know the age-related peculiarities of the body's reaction to physical activity.

Adolescents' adaptive capacities increase during physical activity, their exercise capacity increases, and their endurance to high and moderate intensity loads increases.

The study by S. Sinitsyna and L. Shesterova proved the effectiveness of using an integrated approach to health aerobics, which contributes to health improvement and increases the level of comprehensive physical and motor fitness. The study experimentally proved that the construction of classes on the block principle significantly increases the effectiveness of the educational and training process and forms interest in classes, causing the need for a healthy lifestyle [9].

Y. Subbota considers the use of complex medical and pedagogical approach and modern computer technologies to be one of the criteria of efficiency of application of means of health-improving aerobics in physical education. The methodology of step-by-step application of health-improving aerobics means by semesters and years of study developed by her increases the efficiency of physical education classes, and the step-by-step use of health-improving aerobics means on the basis of computer technologies significantly improves the indicators of physical fitness and physical condition [10].

The activities of M. Danilevich proved the effectiveness of the developed programme, which consisted in the fact that the inclusion of aerobics classes 2 times a week leads to an improvement in physical fitness and performance. Her comprehensive programme includes a combination of exercises of different orientations in one complex with optimal rationing of loads in terms of volume and intensity, different options for building exercises, and the use of musical accompaniment. Moreover, according to the author, the means used should be used in accordance with the characteristics of the female body [3].

V. Levitskiy's study proved that an experimental complex methodology in health aerobics using the body ballet exercise system has a positive effect on the development of flexibility and strength abilities, and also has the most pronounced optimising effect compared to the traditional training system.

According to N. Ovchinnikova [8], the methodology of step aerobics based on a gradual increase in the training load and complexity of physical exercises used in the system of non-specialised physical education increases adolescents' physical performance, interest and persistent need for regular physical education. From her point of view, step aerobics classes based on the implementation of an individual approach, taking into account the level of physical fitness, weight, height and body type, allow to increase the effectiveness of training influence on the development of physical qualities and to correct their figure.

Taking into account the weight and height of the body when determining the content and intensity of educational and independent step aerobics classes, and by performing individual selection of the height of step equipment, it is possible to prevent undesirable changes in the girth of problem areas and, as a result, increase self-esteem of external attractiveness.

Recreational aerobics classes are designed to provide, along with other physical education tasks, the necessary amount of knowledge about the culture of movements, the technology of its assimilation, and the mechanisms of influence on the body. The purposeful use of the potential of physical exercises allows to develop aesthetic ideas, to form aesthetic feelings and sensations in those who are engaged, to conduct aesthetic self-assessment of motor activity, to evaluate the surrounding reality according to the criteria of beauty [12].

Recreational aerobics allows you to fully reveal and develop the necessary physical, physiological and mental qualities. Experts have established that systematic health aerobics classes can improve physique, physical fitness, form a rational lifestyle, improve health, and increase mental performance [11].

Aerobic exercise significantly increases the capillary network. The lumen and elasticity of capillaries increase, which helps to reduce peripheral resistance to blood flow and lower blood pressure.

With regular exercise, there is a slight increase in the volume of the heart cavities. Muscle hypertrophy, together with improved ion metabolism and increased mitochondrial density, improves contractility, which means it increases myocardial stroke volume, increases maximum cardiac output and cardiac stability during prolonged exercise. As a result, the performance of the heart as a pump increases. There is an increase in the lumen of coronary vessels and capillary density, along with a decrease in the reactivity of the myocardium to stressors. It should be noted that the heart of a person who is not accustomed to physical activity pushes up to 70 ml of blood into the aorta during one contraction at rest. Systematic aerobic exercise helps to increase this figure to 110 ml, and during heavy physical activity, the figure increases to 200 ml or more. This develops the reserve capacity of the heart. The effect of training a young body is manifested in a favourable effect on the heart rate per minute, which averages 65 beats at rest, thus increasing the time of relaxation of the heart, during which this organ receives oxygen-rich arterial blood. In addition, with light exercise, the heart of a trained person works more economically, increasing the stroke output of blood, while in an untrained person, the number of heartbeats increases dramatically [13].

Regular aerobic exercise increases blood flow and the intensity of metabolism using oxygen.

Aerobics has a positive effect on the human respiratory system, as training increases the number of alveoli and increases the vital capacity of the lungs. The respiratory system absorbs oxygen better, which ensures the full vital

activity of cells, and thus increases the body's efficiency.

At rest, a trained person's respiratory rate decreases, allowing the body to extract more oxygen from the lungs. During muscle activity, the need for oxygen increases, and the so-called reserve alveoli are activated, increasing the oxygen saturation of the lungs, which significantly reduces the risk of inflammation.

The importance of the development of the respiratory system is evidenced by the serious attitude of followers of many health systems and techniques to this process.

The total volume of circulating blood, haemoglobin and red blood cells increases slightly, and the oxygen transport function of the blood improves.

The effect of aerobics on the active part of the human motor system – the muscular system – is also important. In the absence of exercise, muscles rapidly decrease in volume, weaken, their capillaries narrow, and their fibres become thinner. When performing aerobic work, the density of mitochondria and capillaries, the concentration of myoglobin, and glycogen stores increase [2].

The muscular system is strengthened and its blood supply improves. There is a slight hypertrophy of muscle fibres – the weight and volume of the muscles increase to a lesser extent. However, the muscle part lengthens and the tendon part shortens. The alternation of muscle contractions and relaxations does not disturb blood circulation, the number of capillaries increases and their course remains more straightforward. Aerobic exercise increases the strength of various muscle groups and even endurance.

Systematic exercise has a positive effect on the human bone system. Bone tissue is constantly being renewed. In childhood and adolescence, bones build up to their maximum density, and then begin to lose bone weight annually – 1% per year.

As new tissue forms more slowly with age, old tissue is lost more quickly, and bones become thinner and more fragile. Scientists have shown that regular exercise not only prevents this loss, it can even help increase bone density.

In addition, the development of individual joints increases their mobility, and various forms of aerobic exercise improve agility and coordination.

Aerobic exercise contributes to a slight increase in weight and functional capacity of some glands; reduces the reaction of the glands to moderate muscle work; increases the ability of certain glands to maintain high functional activity for a long time; changes the sensitivity of tissues to hormones, which helps to improve the regulation of body functions and metabolic processes.

Conclusions. Thus, systematic aerobic training allows you to gain good health, mood, and improve your health. This is the reason why different types of recreational aerobics are intensively developing and gaining popularity among adolescents.

Sources.

1. Беляк Ю. І. Технологія проведення занять з аеробіки : метод. посіб. Івано-Франківськ: Імста, 2005. 34 с.
2. Воловик Н. Основи оздоровчого фітнесу: навчальний посібник. К.: Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. 240 с.
3. Данилевич М., Бубула О., Чопик М. Оздоровча аеробіка як засіб фізичної рекреації. Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення. Львів, 2014. С. 193-195.
4. Іващенко О. В. Особливості функціональної, координаційної й силової підготовленості юнаків 9-11 класів. Теорія та методика фізичного виховання. 2014. № 1. С. 24-33.
5. Кібальник О. Я. Застосування фітнес-технології для підвищення рухової активності та фізичної підготовленості підлітків : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02. Л., 2008. 20 с.
6. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. К.: Олімпійська література, 2010. 248 с.
7. Мороз О. О., Чернокоза Л. В. Спортивно-оздоровча аеробіка і шейпінг: метод. вказівки. Чернівці: Рута, 2004. 242 с.
8. Овчиннікова Н. А. Основи оздоровчого фітнесу: Методичні рекомендації з дисципліни К.: НПУ ім. М. Драгоманова, 2006. 43с.
9. Синиця С. В., Шестерова Л. С. Оздоровча аеробіка. Спортивно-педагогічне досконалення: навч. посіб. Полтава: ПНПУ, 2010. 244 с.
10. Суббота Ю. В. Оздоровчі рухові програми самостійних занять фізичною культурою і спортом: практич. посіб. для студ. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації. К.: Кондор, 2007. 164 с.
11. Тулайдан В. Г. Оздоровчий фітнес. Львів, «Фест-Прінт». 2020. 139 с.
12. Цибульська В., Безверхня Г., Сорокіна С., Кулик І. Вплив засобів оздоровчої аеробіки на функціональні можливості підлітків. Молодь і ринок. №5 (225). 2024. С.134-140.
13. Чеховська Л., Жданова О., Грибовська І., Данилевич М., Шевців У. Оздоровчо-рекреаційні технології: навч. посіб. Львів: ЛДУФК, 2019. 220 с.
14. Kotova O. V., Sopotnytska O. V., Nepsha O. V. The use of fitness technologies as a motivating factor for physical education classes in institutions of higher education. International scientific conference «Development of physical culture and sports amidst martial law»: conference proceedings, October 5-6, 2022. Czestochowa, Republic of Poland: «Baltija Publishing», 2022. pp.69-73.

Наукове видання



Колектив авторів



**Реалії та стратегії розвитку України:
вітчизняний та закордонний досвід**

Колективна монографія



Видання українською та англійською мовами

ISBN 978-617-7886-54-8

DOI: 10.61718/mon

Опубліковано на основі ліцензії Creative Commons Attribution License



Формат 60x90 1/8

Гарнітура «Times New Roman»

Авторські аркуші – 11,9



Видавець СГ НТМ «Новий курс»

Пр. Перемоги, 77, оф. 179, Харків, 61174, Україна

Тел.: +380962250903, +380500301905

Telegram, Viber: +380970440309

Сайт: www.newroute.org.ua

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до
Державного реєстру видавців, виготовлювачів і розповсюджувачів
видавничої продукції ДК № 8013 від 22.11.2023
Зареєстровано у Global Register of Publishers. Ідентифікатор видавця 7886.