

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ОЛІМПІЙСЬКИЙ КОМІТЕТ УКРАЇНИ
СПОРТИВНИЙ КОМІТЕТ УКРАЇНИ
ОЛІМПІЙСЬКА АКАДЕМІЯ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ОБЛАСНА ДЕРЖАДМІНІСТРАЦІЯ
ХАРКІВСЬКА МІСЬКА РАДА
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Фізична культура, спорт та здоров'я

матеріали XVII Міжнародної науково-практичної конференції

Україна, Харків, 7–8 грудня 2017 року





З М І С Т

Фізичне виховання різних груп населення

Артем'єв В. О., Колісниченко В. В.

Сучасні методи побудови контролю рівня фізичного розвитку і фізичної підготовленості студентів9-11

Бакурідзе-Маніа В. Б.

Вивчення фізичної працездатності у студенток медичного вузу з різним ступенем гіпермобільності суглобів12-14

Бала Т. М., Сванадзе А. С.

Рівень розвитку дихальної системи учнів старшого шкільного віку15-18

Бачинська Н. В., Федоряка А. В.

Рациональна побудова тренувальних занять на розвиток координаційних здібностей у дівчаток 8-9 років, що займаються фігурним катанням на ковзанах в оздоровчій групі19-22

Гармаш (Говсієвич) А. Г., Іванов І. В.

Розробка методики занять оздоровчою фізичною культурою з жінками першого зрілого віку на прикладі танцювальної аеробіки23-25

Гогіна Т. І., Ільницька Л. В.

Характеристика фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку, які займаються плаванням в позаурочний час (секції)26-28

Григоренко Г. В.

Пізнавально-оздоровча мотивація як структурній компонент здоров'ятворчої компетентності учнів29-32

Жук В. А.

Показатели длины и массы тела высококвалифицированных CrossFit спортсменов мужчин33-35

Золочевський В. В., Попов Ф. І.

Засоби вдосконалення вестибулярної стійкості та просторового орієнтування льотного складу36-39

Корчагін М., Ольховий О.

Вплив засобів спеціальної фізичної підготовки на рівень психофізіологічних якостей операторів40-47

Котляр Т. В.

Вплив сучасних фітнес методик на фізичний розвиток дітей дошкільного віку48-51

Ладика П. І.

Аналіз антропометричних показників юнаків 16-17 років та їх вплив на швидкість бігу на коротких дистанціях52-54

Лисак І. В., Яремчук П. В.

Теоретична підготовка школярів як складова процесу фізичного виховання55-58

Місєвра Н. С., Артем'єва Г. П.

Харчування як засіб підвищення ефективності оздоровчого фізичного навантаження та прискорення процесів відновлення59-62



Фізична культура, спорт та здоров'я XVII Міжнародна науково-практична конференція, 7-8 грудня 2017

Мичковська Л. І., Пільганчук Л. І. Контроль показників фізичного розвитку школярів 7-х та 8-х класів	63-65
Мулик К. В. Активний та пасивний відпочинок студентів: їх переваги	66-68
Откидач В. С., Корчагін М. В., Кирпенко В. М. Основні положення Бойової армійської системи (БАрС) в системі спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців Повітряних Сил Збройних Сил України	69-71
Павлик Е. М., Васькова В. А. Характеристика емоціонального інтелекта фітнес тренерів	72-75
Палевич С. В., Маракушин А.І. Визначення кількісних характеристик критеріїв оцінки якості стандартів фізичної підготовки військовослужбовців	76-79
Пасічник В.М., Пасічник В. Р. Проблеми реалізації інклюзивного фізичного виховання дітей дошкільного віку	80-83
Петренко Ю. І., Ашанін В. С. Про актуальність формування рухових компетенцій студентів вищих закладів освіти	84-87
Пилипко О. А., Дружининская Е. А. Основные аспекты организации и проведения занятий по плаванию с детьми грудного возраста	88-91
Пруднікова М. С. Вплив фізичної культури на здоров'я студентської молоді в сучасних умовах	92-94
Сидорова Т. В., Багянц С. А. Теоретико-методическое обоснование инновационных технологий обучения физкультурно-спортивным двигательным действиям	95-98
Смирнова-Давлад Н. В. Аналіз результатів дослідження рівня знань про здоровий спосіб життя у студентів медичної академії	99-101
Соколова Ю. О., Єфременко А. М. Загальна характеристика відомих програм оздоровчої ходьби	102-105
Стецюк Ю. В., Ярошик М. Я. Фізична підготовленість дітей віком 6-8 років, які розпочали займатися у танцювальному гуртку	106-108
Топорков А. Н. Скандинавская ходьба как средство физического воспитания людей среднего и старшего возраста	109-111
Філенко Л. В., Філенко І. Ю. Впровадження регбі-5 в навчальний процес школярів з використанням інформаційних навчальних технологій	112-115
Філінков В. І., Касьянюк А. С. Управлінські технології навчальних занять з професійно-прикладної фізичної підготовки з урахуванням рухових здібностей студентів	116-119
Шевченко О. С., Гришко А. В. Розвиток мислення курсантів І–ІІІ курсів засобами інтелектуальних ігор	120-122



Шейко Л. В.

Повышение уровня физического здоровья женщин посредством занятий оздоровительным плаванием123-126

Удосконалення підготовки спортсменів різної кваліфікації

Бикова О. О., Червона С. П.

Техніко-тактичні дії гандболістів-ветеранів (на прикладі турніру серед чоловічих команд-ветеранів пам'яті В. Л. Друккера)127-131

Близнюк Ю. В., Золотарьова О. В.

Особенности змагальної діяльності кваліфікованих плавців, що спеціалізуються на різних дистанціях у вільному стилі, в залежності від їх психофізіологічних показників132-134

Врублевский Е.П., Шеренда С.В.

Структура підготовки в скоростно-силових видах легкої атлетики135-138

Горбенко Е. В., Лысенко А. А.

Особенности влияния танцевального спорта на развитие физических качеств детей 7-10 лет139-141

Горіна В.В.

Основні положення тренування ветеранів у велосипедному спорті142-145

Дорофеева Т. И., Рябченко О. В.

Определение средств и методов физической подготовки детей 3-6 лет с учётом их индивидуального развития и физического состояния146-149

Кийко А. С., Мулик В. В.

Використання загально-підготовчих та спеціально-підготовчих вправ у передзмагальній підготовці альпіністів150-153

Котляр С. М.

Морфо-функціональне та вікове моделювання кваліфікованих біатлоністів154-157

Крылов Д. С.

К вопросу о направлениях коррекции техники теннисистов 10 лет при переходе на игру стандартными мячами158-160

Лашкевич С.В., Врублевский Е.П.

Специальная силовая подготовленность бегуний на короткие дистанции различной квалификации161-164

Луценко Ю. М., Луценко Л. С.

Вплив нових положень правил суддівства змагань з акробатичного рок-н-ролу на удосконалення змагальних програм кваліфікованих спортсменів класу «Б»165-169

Мітова О. О.

Обґрунтування концепції формування системи контролю в процесі багаторічного удосконалення у командних спортивних іграх170-174

Мельник А. Ю.

Тактичні аспекти виконання подач в змагальній діяльності висококваліфікованих волейболістів175-178

Мищак О. І.

Аналіз показників змагальної діяльності кваліфікованих веслувальниць на байдарках на дистанціях 200 та 500 м179-182



Мішин М. В. Індивідуалізація підготовки в баскетболі на візках з урахуванням функціонального класу гравців	183-185
Моисеєнко О. К., Горчанюк Ю. А., Горчанюк В. А. Изменения показателей зрительной и слуховой сенсорных систем волейболистов студенческой команды под влиянием вестибулярных нагрузок	186-190
Моисеєнко О. К., Пащенко Н. А., Ширяева И. В. Развитие специальных двигательных способностей волейболистов 13-14 лет с учетом функционального состояния вестибулярного анализатора	191-194
Муллагильдина А. Я., Дзюба Н. Б. Совершенствование технической подготовки в художественной гимнастике в упражнениях с предметами	195-198
Насонкина Е. Ю., Галеева В. Ю. Динамика показателей выносливости юных бегунов на средние дистанции	199-201
Несен О. О., Харченко Є. С. Вплив агресивності баскетболістів на ефективність їх ігрових показників	202-205
Овчаренко С., Яковенко А. Управління підготовкою футболістів в підготовчому періоді з урахуванням їх ігрового амплуа	206-209
Омельченко О. С. Особенности вдосконалення фізичних якостей кваліфікованих веслярів легкої ваги у веслуванні академічному	210-213
Политько Е. В. Анализ прохождения ациклических участков дистанции 100 м вольным стилем пловцами высокой квалификации	214-217
Помещикова І. П., Кудімова О. В. Рівень периферійного зору баскетболістів 14 років	218-221
Пятисоцька С. С., Кобець М. О. Розвиток спеціальної гнучкості в підготовці юних спортсменів в аеробній гімнастиці	222-225
Рибальченко Т. П., Крайник Я. Б. Визначення рівня тактичної підготовленості кваліфікованих бігунів на витривалість	226-228
Родіна Ю. Д. Перешкоди у застосуванні прийомів саморегуляції у психологічній підготовці яхтсменів високої кваліфікації	229-231
Розторгуй М. С. Науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів в адаптивному спорті	232-235
Селіванов Є. В. Рівень розвитку силових здібностей студенток 18-ти років	236-238
Цимбалюк Ж. О., Піддубний О. Г. Концепція підготовки збірної команди України з аеронафтичного багатоборства з урахуванням результатів виступу на чемпіонаті Європи	239-241



Шестерова Л. Є., Рожков В. О.

Вплив показників технічної підготовленості, морфологічних параметрів, рівня розвитку силових здібностей та зовнішньо-балістичних параметрів на спеціальну підготовленість штовхальників ядра на етапі спеціалізованої базової підготовки242-245

Здоров'я людини, фізична реабілітація, фізична рекреація та медико-біологічні аспекти фізичної культури та спорту

Антипова Р. В., Сак А. Е.

Дисплазия позвоночника и спорт246-248

Аравіцька М. Г.

Зміни якості життя хворих ожирінням як критерій ефективності реабілітаційної програми249-252

Гриньова Т. І., Рубан Л. А.

Функціональні можливості дихальної мускулатури туристів під впливом спортивного походу III категорії складності253-256

Комісова Т. Є., Комісов М. Р.

Функціональні особливості серцево-судинної системи учнів 10-11 класів з різними руховими режимами257-260

Коц С. М., Коц В. П.

Рівень рухової активності та показники регуляції серцевої діяльності у студентів261-264

Кузьминова В. А., Рубан Л. А.

Этические базовые принципы кинезиологии265-268

Куцериб Т. М., Павлишин А. В.

Особливості фізичного розвитку представників гірськолижного спорту269-271

Малахова С. М.

Здоров'я нації з точки зору студентської молоді272-274

Мамотенко А. В., Коваленко Л. П.

Дослідження стану серцево-судинної системи студентів за пробою С.П. Летунова275-278

Мелешко В. І., Самошкін В. В.

Преваги і особливості занять гирьовим спортом279-282

Полковник-Маркова В. С., Без'язична О. В.

Засоби реабілітації при епиконділітах ліктьового суглоба283-286

Путятіна Г. М., Савіна С. О.

Актуальні питання оздоровчо-рекреаційної рухової активності жінок другого періоду зрілого віку287-289

Росолянка Н. Я., Крук Б. Р.

Клініко-морфологічні особливості забою головного мозку290-293

Сак А. Е., Антипова Р. В.

Морфологические проявления снижения адаптации структурных элементов позвоночника к физическим нагрузкам294-296



Управлінські, психолого-педагогічні, соціологічні, філософські та історичні аспекти фізичної культури і спорту та медико-біологічні аспекти фізичної культури та спорту

- Байрамов Р. Х.**
Проблеми та перспективи розвитку неолімпійського спорту в Україні297-301
- Бондар А. С., Ждамірова Ю. М.**
Студентське самоврядування закладу вищої освіти спортивного профілю302-305
- Лях-Породько А. А., Кравчук В. О.**
Состояние и перспективы научных исследований по истории физической культуры и олимпийского спорта в Украине306-308
- Лях-Породько О. О., Каменів Г. В.**
Український олімпійський рух опору 1950–1990 роки: мета, завдання, напрями діяльності309-311
- Лях-Породько О. О., Лапшинська Є. Р.**
Кир Сотер Ортинський – засновник братства Святого Георгія та «Наддніпрянського Сокола» у Філадельфії (США)312-314
- Орленко О. М., Ткачов С. І.**
Вплив особистості викладача на навчальну мотивацію студентів-спортсменів315-318
- Породько-Лях О. В., Резніков А. С.**
Диференціація спортивних російсько-українських термінів319-321

Олімпійський рух в Україні становлення, розвиток, сучасність і перспективи

- Сапрун С. Т.**
Методичні рекомендації щодо впровадження олімпійської освіти у навчально-виховний процес учнів молодших класів322-325
- Стрельникова Є. Я., Єгізаров Г. Ш.**
Перспективи підготовки до Олімпійських ігор жіночої збірної команди з волейболу на підставі виступів у змаганнях у 2017 році326-330
- Таран Л. М.**
Чинники, що впливають на розвиток міжнародного олімпійського руху (1992-2017 рр.)331-334
- Щербашин Я. С.**
Актуальність впровадження олімпійської освіти в процес виховання підростаючого покоління335-338



Методичні рекомендації щодо впровадження олімпійської освіти у навчально-виховний процес учнів молодших класів

Сапрун С. Т.

Тернопільський національний педагогічний університет імені В. Гнатюка, Тернопіль, Україна

Анотація. У статті проаналізовано методичні розробки, форми реалізації олімпійської освіти з учнями молодшого шкільного віку. Визначено шляхи вдосконалення навчально-методичних ресурсів для учнів молодших класів з основ олімпійських знань.

Ключові слова: олімпійська освіта, олімпізм, школярі, навчально-виховний процес, методика.

Вступ. В Україні розвиток і поширення знань про олімпійську освіту здійснюються у двох відносно самостійних напрямках – загальноосвітньому та спеціально-освітньому (підготовка тренерів, педагогів) [2, 4-6]. Загальноосвітній напрям передбачає поширення знань про олімпійський спорт, його цінності, багату історію, кращих представників світової та української спортивної плеяди, передусім, серед дітей та учнівської молоді, і розвивався за громадською моделлю.

Сьогодні ідеї олімпійської освіти в Україні висвітлюються та поширюються серед учнів початкових класів лише в деяких окремих випадках та школах Всеукраїнської мережі олімпійської освіти. Поширення ідей олімпізму серед учнів початкових класів повинно охоплювати не лише окремі класи та школи регіонів, а отримати належну матеріально-технічну, методичну та інформаційно-правову базу [1-4].

Дослідження різних аспектів олімпійської освіти в Україні, як позитивного фактору навчання і виховання здійснювали Ю. Бріскін (2007, 2011), О. Вацеба (2007), В. Єрмолова (2007, 2011–2016), С. Матвеев (2007), Ю. Олійника (2010, 2012), О. Томенко (2008–2015) та ін. [1-4].

Мета дослідження полягала у формуванні методичних матеріалів з основ олімпійської



освіти для учнів молодшого шкільного віку.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати літературні дані та навчальну документацію з елементами олімпійської освіти для школярів.
2. Охарактеризувати методичні рекомендації для впровадження олімпійської освіти у навчально-виховний процес учнів молодших класів.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел, статей, публікацій, матеріалів мережі Інтернет, бесіди.

Результати дослідження та їх обговорення. Відсутність інноваційних розробок у процесі вивчення предмету фізична культура спонукає до пошуку дієвих способів кардинального вдосконалення навчально-виховного процесу і саме застосування нових форм освітньої діяльності повинні забезпечити належну рухову активність, високий рівень фізичного розвитку школярів, доступність освіти. Широкий спектр урочних форм реалізації олімпійської освіти здатен забезпечити активне залучення дітей до систематичних занять фізичними вправами та спортом, розвиток творчих здібностей, етичних та моральних принципів особистості, покращення рівня успішності навчання у школі, зменшення захворюваності та ін. Завдяки засобам олімпійської освіти ми рекомендуємо використання наступних урочних форм:

- уроки фізичної культури;
- олімпійські уроки;
- інші предметні уроки;
- факультативні уроки;
- фізкультхвилинки.

У кожному з них активно висвітлюються ключові аспекти олімпізму, а інноваційністю характеризується використання фізкультхвилинок під час урочних занять із застосуванням різноманітних фізичних вправ із сюжетною олімпійською спрямованістю, що має опосередкований вплив на збільшення рухової активності школярів.

Для реалізації олімпійської освіти у позаурочних формах використовувався широкий різновид заходів, які сприяють вивченню окремих предметів, вдосконаленню фізичних якостей, залученню до систематичних занять спортом, формуванню активного, здорового і гармонійно розвиненого підростаючого покоління:

- розповіді та виступи (із залученням відомих спортсменів і тренерів);
- творчі конкурси (на олімпійську тематику);
- групи продовженого дня (комплексне використання різних форм організації);



- виховні заходи (особливо з використанням наочних матеріалів – презентації, відео та фото матеріали);
- показові виступи (старшокласників, гостей школи, видатних спортсменів);
- олімпійські дні та олімпійські тижні (що, вже традиційно проводяться, проте варто залучати якомога більшу кількість учнів школи та їх батьків);
- змагання (між класами, паралелями, школами);
- спортивні секції і гуртки;
- вікторини, свята, забави, КВВ, до підготовки та проведення яких залучається значна кількість школярів та відповідно долучаються до популяризації ідей олімпізму в школі.

Особливу зацікавленість серед школярів викликають позаурочні заходи на основі олімпійської освіти, адже проводяться вони не стандартно, не за регламентованим розпорядком, як уроки в школі та здатні сприяти розвитку етичних, вольових, моральних, духовних і гуманістичних цінностей у школярів.

Під час експерименту нам вдалося визначити та рекомендувати наступні форми роботи з батьками учнів для впровадження олімпійської освіти у навчально-виховний процес учнів 4-х, що сприятимуть покращенню рівня знань з олімпійської тематики батьків та їх дітей:

- підготовка в оформленні наочних матеріалів (стендів, емблем, декорацій, плакатів, мультимедійні засоби тощо) з популяризації олімпійської освіти;
- залучення до позаурочних та позашкільних заходів учнів та їх батьків (змагання, свята, конкурси, вікторини тощо);
- показові виступи та лекції батьків (родичів) на спортивну тематику;
- популяризація ідеалів та цінностей олімпізму під час проведення батьківських зборів, засідань батьківських комітетів;
- анкетування батьків з метою мотивування до удосконалення особистих знань з олімпійської тематики та залучення до спортивної діяльності;
- проведення лекцій, практичних, семінарських занять, консультацій, виступів фахівців з олімпійської освіти, фізичного виховання або спортсменів для батьків школярів.

Найбільш оптимальною формою організації програм з олімпійської освіти є комплексне використання олімпійських цінностей та ідеалів під час проведення урочних, поурочних і позашкільних заходів. Реалізація програм олімпійської освіти потребує значних затрат під час підготовки та проведення заходів, проте саме вони залишаються в пам'яті школярів, як найцікавіші та захоплюючі. Загалом, усі форми, що використовуються для популяризації ідей олімпійської освіти повинні доповнювати одна одну, адже оптимальний позитивний вплив на залучення дітей до систематичних занять фізичною культурою та ведення здорового способу життя відбувається не тільки



у стінах школи, але й в позаурочний та позашкільний час. Для значної популяризації ідей та принципів олімпізму слід також залучати до проведення різних заходів, перш за все, у школі батьків, котрі, як відомо, далеко не усі слідує гуманістичним ідеалам олімпізму. І чим більша кількість учнів, батьків, вчителів будуть дотичними до реалізації різних форм олімпійської освіти, тим позитивніший результат ми отримаємо завдяки формуванню активного, свідомого, здорового та спортивного молодого покоління, як інвестиція в майбутнє.

Висновок. Поєднання та варіативність у використанні всіх організаційних форм олімпійської освіти дозволяють ефективно урізноманітнити навчально-виховний процес учнів молодших класів загальноосвітніх шкіл. Методичні рекомендації на основі ідей та принципів олімпізму здатні забезпечити не тільки належною теоретичною інформацією (моральні та гуманістичні якості особистості, гармонійний розвиток, рухова активність, основи гігієни тощо), але й сприяти фізичному розвитку школярів (фізична підготовленість, здоров'я, зменшення захворюваності тощо).

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розробці та експериментальній апробації методичних рекомендацій для впровадження олімпійської освіти серед дошкільнят.

Список використаної літератури.

1. Боднар А.О. *Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до олімпійської освіти молодших школярів: дис канд. пед. наук: спец. 13.00.04 „Теорія і методика професійної освіти”*. Харківський нац. пед. ун-т ім. Г. Сковороди. Харків, 2016. 272 с.
2. Ермолова В.М. *Олімпійська освіта: теорія і практика*. К., 2011. 335 с.
3. Ермолова В.М., Щербашин Я.С. Олимпийское образование в системе формирования гуманистических ценностей школьников. *Наука в олимпийском спорте*. 2017. № 1. С. 21-28.
4. Сапрун С.Т. *Організаційно-методичні основи олімпійської освіти учнів молодшого шкільного віку (на прикладі учнів 4-х класів): автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.01 „Олімпійський і професійний спорт”*. Львів держ. ун-т фіз. культури. Л., 2015. 20 с.
5. International Olympic academy. Режим доступу: <http://www.ioa.org.gr>
6. Sukys, S., Majauskiene, D. The attitude towards Olympism values of pupils in schools implementing and not implementing integrated Olympic education Education. *Physical Training. Sport*, 4 (91), 2013. P. 46-52