

**Міністерство освіти і науки України**  
**Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця**  
**Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна**  
**Харківський національний університет будівництва та архітектури**  
**Харківський національний педагогічний університет імені**  
**Г. С. Сковороди**  
**Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова**  
**Донецький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти**  
**Львівський інститут державного управління Національної академії**  
**державного управління при Президентові України**

**«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ**  
**В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ»**

**МАТЕРІАЛИ**  
**І ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**  
**22 травня 2020 року**

**Харків**

УДК 796.011:378.4

ББК 74.580.054

*Затверджено рішенням кафедри фізичного виховання та спорту Харківського національного економічного університету імені Семена Кузнеця (протокол №12 від 04.05.2020р.)*

**Оргкомітет конференції:**

- Маракушин А. І.** – канд. наук з фіз. виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання та спорту ХНЕУ ім. С. Кузнеця, м. Харків, Україна.
- Череднік Д. Л.** – канд. техн. наук, професор, ректор ХНУБА, академік Харківського регіонального відділення Академії будівництва України, м. Харків, Україна.
- Жукова О. А.** – д-р пед. наук, доцент, в.о. завідувача кафедри педагогіки, ХНУ ім. В. Каразіна, м. Харків, Україна.
- Калашник Н. Г.** – д-р пед. наук, професор, професор кафедри історії, соціальногуманітарних дисциплін та методики їх викладання, заслужений діяч освіти України, ОБЛППО, м. Краматорськ, Україна.
- Калашник Н. С.** – д-р наук з держ. упр., професор, професор кафедри регіонального управління та місцевого самоврядування, ЛРІДУ НАДУ при ПУ, м. Львів, Україна.
- Коваленко В. Є.** – канд. психол. наук, доцент, завідувач кафедри здоров'я, реабілітології і спеціальної психології, ХНПУ імені Г. С. Сковороди, м. Харків, Україна.
- Корх-Черба О. В.** – канд. пед. наук, доцент, доцент кафедри фізичного виховання і спорту, НПУ ім. М. П. Драгоманова, м. Київ, Україна.
- Перетяга Л. Є.** – д-р пед. наук, професор, завідувач кафедри спеціальної педагогіки, керівник науково-методичної лабораторії з охорони, розвитку та вдосконалення голосу представників голосомовних професій, ХНПУ імені Г. С. Сковороди, м. Харків, Україна.
- Скляренко В. П.** – викладач кафедри фізичного виховання та спорту, ХНЕУ ім. С. Кузнеця, м. Харків, Україна.

**Ф50 Фізичне виховання та спорт в закладах вищої освіти:** матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції. (м. Харків, 22 травня 2020 року). Харків: ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2020. 142 с.

У збірці представлені матеріали учасників I Всеукраїнської науково-практичної конференції «Фізичне виховання та спорт в закладах вищої освіти», присвяченої актуальним проблемам фізичного виховання студентів, зокрема питанням спортивної підготовки студентської молоді, в тому числі осіб, віднесених до спеціальної медичної групи.

Для широкого кола наукової громадськості, працівників освіти та культури, аспірантів, студентів.

|  |    |
|--|----|
| <b>Таран А.А. ВПЛИВ СИЛОВИХ ТРЕНУВАНЬ НА ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ..</b>  | 52 |
| <b>Чередніченко А.В., Яковенко Ю.О. ДИНАМІКА ДЕЯКИХ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ ХНЕУ імені С. КУЗНЕЦЯ .....</b>                       | 53 |
| <b>Шестерова Л.Є., Пятницька Д.В. ВИКОРИСТАННЯ ВПРАВ З ФІТНЕС-ГУМКАМИ ДЛЯ ПОПЕРЕДЖЕННЯ ГІПОДИНАМІЇ ПІД ЧАС КАРАНТИНУ У СТУДЕНТІВ ЗВО .....</b> | 56 |
| <b>Секція II. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНЕ ТА МЕДИКО-БІОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТОМ.</b>                             |    |
| <b>Авраменко О.В. ДІАГНОСТИКА СФОРМОВАНOSTІ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ХОРЕОГРАФІВ (КОНСТАТУВАЛЬНИЙ ЕТАП) .....</b>  | 58 |
| <b>Журавель В.В. ОСНОВИ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ФІЗИЧНОГО І РОЗУМОВОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ .....</b>  | 61 |
| <b>Калініна Д.А., Волкова К.В. МОТИВАЦІЯ СТУДЕНТІВ ДО ЗАНЯТЬ СПОРТОМ .....</b>   | 64 |
| <b>Копин К.М. РІЗНИЦЯ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ВИХОВАТЕЛІВ В ЗАРУБІЖНИХ КРАЇНАХ.....</b>                            | 66 |
| <b>Косенко Д.В. ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У СТУДЕНТІВ .....</b>   | 68 |
| <b>Мала Є.О., Рибянська С.А. РОЛЬ СУСПІЛЬНОЇ ГІГІЄНИ В ЖИТТІ МОЛОДІ .....</b>  | 71 |
| <b>Маслова Я.Р. ПИТАННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ ІНКЛЮЗИВНОГО СЕРЕДОВИЩА В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ .....</b>  | 74 |
| <b>Нгуєн Тхао Лінх ДІЄТИ ТА ЇХ НЕГАТИВНИЙ ВПЛИВ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ .....</b>   | 76 |
| <b>Повпика А.Д., Пономар А.В. ВПЛИВ БІОРИТМІВ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ.</b>  | 78 |
| <b>Праведна М.Б. ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ – ЗАСІБ БОРОТЬБИ З ПСИХОЕМОЦІЙНИМИ НАВАНТАЖЕННЯМИ СТУДЕНТІВ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ МОЗКУ .....</b>  | 80 |
| <b>Тумко А.І. ПИТАННЯ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ НА ЗАНЯТТЯХ З БОКСУ .....</b>   | 83 |
| <b>Секція III. ОЗДОРОВЧА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, РЕКРЕАЦІЯ ТА ТУРИЗМ .....</b>   |    |
| <b>Анацький І.Є. ПИТАННЯ ВПЛИВУ ОЗДОРОВЧИХ КОМПЛЕКСІВ НА ФІЗИЧНИЙ СТАН ОРГАНІЗМУ .....</b>   | 85 |
| <b>Вовк К.М. ВПЛИВ ТУРИСТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НА ВІДНОВЛЕННЯ РЕКРЕАЦІЙНИХ ТЕРИТОРІЙ .....</b>  | 87 |
| <b>Голікова Є.К. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ .....</b>  | 91 |
| <b>Дісковська С.О. КОРЕКЦІЯ ПОСТАВИ У СТУДЕНТІВ .....</b>  | 93 |
| <b>Загребельна К.А. ПИТАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ.</b>   | 97 |

більшості підлітків досі існує думка, що це може допомогти виглядати доросліше та стати популярним серед однолітків. Цього стереотипу дуже важко позбавитися, але це все ж реально.

6) **Комунікація.** Спортивні заняття це чудовий спосіб знайти однодумців та познайомитися с новими людьми. Для студентів, оточення яких майже повністю складається з однокласників, нові знайомства та розширення кола спілкування може стати хорошим стимулом до дії.

7) **Формування звички.** Ніщо так сильно не спонукає людину, як вже сформована звичка, яка зайняла своє місце в щоденному розпорядку. Батькам варто з дитинства займатися формуванням звичок щодо занять спортом в дітей. Навіть звичайна зарядка зранку зробить великий внесок в здоров'я кожного.

Після того, як було з'ясовано основні стимули та мотивації молоді до занять спортом, варто зацентувати увагу на тому, що зробити, щоб в довгостроковому періоді розвинути в людей бажання займатися спортом. На мою думку, вся проблема криється в певних факторах людської психології та в лінощах, до яких схилений кожен. Але цілком реально збільшити процент молоді, яка свідомо погоджується слідкувати за своїм здоров'ям та займатися спортом. Тому, варто змалечку привчати дітей свідомо ставитися до власного здоров'я й на власному прикладі показувати, що спорт це дійсно цікаво й корисно.

Отже, надзвичайно важливим є заохочення студентів до спортивних занять, адже нестача фізичного навантаження дійсно надзвичайно негативно впливає на стан здоров'я. Для цього необхідним є вжити певних стимулюючих заходів: додати нових спортивних секцій, зробити акцент на покращенні фізичного та психічного здоров'я а також зовнішнього вигляду та допомогти студентам сформуванню свідоме ставлення до власного здоров'я. **Список використаних джерел:**

1. Ильин Е.П. Психология физического воспитания. Просвещение, 2007. С. 42-43.

УДК [379.8+796.011.3]:37.091.212

**Копин К.М.** студентка III курсу,  
факультет дошкільної освіти  
ХНПУ імені Г.С. Сковороди

## **РІЗНИЦЯ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ВИХОВАТЕЛІВ В ЗАРУБІЖНИХ КРАЇНАХ**

У багатьох країнах світу дошкільна освіта є первинною ланкою єдиної системи знань і навчання . Як правило,ці країни дбайливо ставляться до здоров'я

підростаючого покоління. Їх метою є гармонійний розвиток дітей та формування навичок фізичного розвитку. Оскільки фізична культура є частиною для збереження та зміцнення здоров'я, попередження хвороби, що формують стан здоров'я людей, тому це викликало актуальну ідею щодо формування фізичної культури у дітей з дошкільного віку. Досить вагомим моментом процесу фізичного розвитку дошкільнят є контроль планування та обліку роботи.

Саме тому в українських університетах підготовлюють майбутніх вихователів до професійно-прикладної фізичної підготовки. Однією з головних складових підготовки студентів в університетах є розвивати необхідних фізичних якості, рухових навиків стосовно профілю майбутньої професії. Тому я вважаю необхідним розкрити проблеми фізичної культури у дошкільних закладах та професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх вихователів у зарубіжних країнах.

Спеціалісти закордонних країн вважають, що використовуючи методи фізичних вправ в дошкільних установах, вони сприяють гармонійному розвитку дитини. З цієї причини американські та китайські вчені впевнені, що фізичне виховання повинне сприяти розумовому і емоційному розвитку. А зараз розглянемо детальніше освітні завдання фізичного розвитку у Китаї та США.

У Сполучені Штати Америки в садках основними видами діяльності з фізичної культури є гімнастика, танці і рухливі ігри. Також, основними аспектами програми дошкільного фізичного розвитку вважаються наступні: формування психомоторних навиків, рухливі ігри, гімнастика, танці, фізична підготовленість, ігри на воді.

У Китаї основними видами фізичної активності вихованців є рухливі ігри, гімнастика, танці, біг, стрибки, метання. Основними завданнями фізичного виховання є:

- сприяння оптимальному фізичному розвитку;
- формування таких соціальних чеснот, як дисциплінованість, справедливість, відповідальність, чесність, співпраця;
- розвиток основних рухових навиків і поняття про правила безпеки;
- формування інтересу і любові до спорту.

З приведених даних, що основними завданнями фізичної активності, у дошкільних садках, у Сполучені Штати Америки та в Китаї співпадають.

Провідними шляхами професійної підготовки вихователів в США та Китаю:

В США основними завданнями фізичного розвитку у процесі підготовки до школи рахують наступні:

- сприяння оптимальному фізичному розвитку;
- формування таких соціальних якостей, як дисциплінованість, справедливість, відповідальність, чесність, співпраця;
- розвиток основних рухових навиків і поняття про правила безпеки;
- формування інтересу і любові до спорту.

У Китаї основними видами фізичної активності вихованців дитячих садів є рухливі ігри, гімнастика, танці, біг, стрибки, метання.

Рекомендації для України. Завдяки вивченню досвіду професійної підготовки педагогів Сполучених Штатах Америки та Китаю можна відокремили позитивні особливості, ключових ідей, які можна використовувати в українській системі неперервної педагогічної освіти: налагодження профорієнтаційної роботи з абітурієнтами на педагогічні спеціальності; науково-методичний супровід випускників педагогічного вищого навчального закладу сприятиме наданню професійної допомоги молодим фахівцям у вирішенні різноманітних педагогічних проблем, використання сучасних систем контролю якості знань студентів та проведення моніторингу якості освіти; створення на державному та регіональному рівнях комп'ютеризованого інформаційного банку даних щодо новинок та методичних розробок педагогічної практики викладання навчальних предметів з метою самоудосконалення майбутнього вчителя, а також освітнього середовища для здобуття вищого кваліфікаційного ступеня у рамках навчання упродовж життя. Список використаних джерел:

1. Бигар Л., Звезда І., Крупіцький В. Фізичне виховання студентів ВНЗ у спеціальних медичних групах. Чернівці : Рута, 2007. С. 93-100.

2. Присяжнюк С.І., Краснов В.П., Третьяков М.О., Раєвський Р.Т., Кійко В.Й., Панченко В.Ф. Фізичне виховання. К.: Центр учбової літератури, 2007. С. 5-10.

Косенко Д.В. студентка І курсу,  
факультет менеджменту та маркетингу  
ХНЕУ ім. С. Кузнеця

## **ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У СТУДЕНТІВ**

Багато людей не дотримуються норми здорового способу життя, в тому числі через те, що не знають про них. Одні не знають міри у вживанні їжі, що призводить до ожиріння та інших різних захворювань: гастриту, холециститу, коліту та ін. Інші мало рухаються, в силу своєї лінії або через особливості