

**Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Ізмаїльський державний гуманітарний університет
Харківська державна академія фізичної культури
Львівський державний університет фізичної культури імені
Івана Боберського
Глухівський національний педагогічний університет ім. Олександра
Довженка
London Metropolitan University (Університет Лондон Метрополітен)
Університет Миколи Коперника (Республіка Польща)**

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

збірник матеріалів IV Всеукраїнської науково-практичної
конференції з міжнародною участю

01 грудня 2023 року

CURRENT ISSUES OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

collection of materials of the IV All-Ukrainian Scientific and Practical
conferences with international participation

December 01, 2023

Полтава, 2023

мало місце виготовлення палиць з очищеного стрижня листа фінікової пальми, яка надалі служила для гри в м'яч з битою, а і потім в кінне поло [1].

Отже, як стверджують різні джерела, можна зробити висновок, що фізична культура пройшла довгий шлях становлення та здійснювалося для різних галузей, які були важливими для людей. І з часом функціонування фізичної культури ставало все більш ширшим, удосконалювалося внесками різних народів, що з часом привело до покращення життєдіяльності людей та їхнього способу життя.

Література

1. Долбишева Н. Г., Пангелова Н. Є. Історія фізичної культури: навч. посіб. К., 2007. 288 с.
2. Матвеев С. Ф., Борисова О. В., Маринич В. Л. [та ін.]. Особливості виникнення нових форм рухової активності / Фіз. активність, здоров'я і спорт, 2013. № 2 (12). С. 3–10.
3. Энциклопедия олимпийского спорта [Текст]: в пяти томах / ред. В. Н. Платонов. К.: Олимпийская литература, 2002–2004. Т. 1. 2002. 494 с.; Т. 2. 2004. 582 с.; Т. 3. 2004. 630 с., Т. 4. 2004. 606 с., Т. 5. 2004. 526 с.

Сидоренко К. О., студентка групи 201-ФМ

Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»;

Науковий керівник: Горголь П. С., завідувач кафедри, ХТВС, доцент

Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ІСТОРІЯ СТАНОВЛЕННЯ ТА РОЗВИТОК ТЕНІСУ

Теніс – це індивідуальна або подвійна спортивна гра, яка проходить на прямокутному корті. Теніс є хорошим засобом фізичного розвитку та здоров'я людини. Гравці використовують ракетки для відбивання м'яча в бік суперника через сітку, розташовану по середині корта. Основною програмою гри є набір очок, завдяки відправляє гравцеві м'яч таким чином, щоб суперник не міг його відбити [1].

Теніс має давню історію, і його походження пов'язане з ігровими видами, які проходили в перших давніх цивілізаціях.

Ще за часів Античності були відомі гри з невеликими м'ячами і інструментами, що віддалено нагадують сучасні ракетки. У Середньовіччі, у Франції, Англії, Іспанії та Італії були широко поширені види спорту, які сміливо можна назвати попередниками сучасного великого тенісу, а саме – «філд-теніс», «корт-теніс» та інші. В кінці ХІХ століття, в 1874 році, британець Уінгфілд розробив правила однієї простенької гри, названу їм же «сферістикою». Через рік після цього виникла Міжнародна федерація, яка змінила правила «сферістики», цей рік прийнято вважати роком виникнення даного виду спорту.

Становлення сучасного тенісу пов'язане з сучасними правилами та обладнанням.

Команди (по 1 або по 2 гравців) знаходяться по різні сторони поля. Гравець однієї команди є той хто подає м'яч, другий той що приймає. Основне завдання – набрати більше очок, ніж у супротивника. Для цього потрібно вчасно відбивати м'яч поки він не торкнувся поля більше ніж один раз, або можна відбивати м'яч, коли він взагалі не торкнувся майданчика. Переможець визначається за результатами набраних очок за кількістю геймів (3 або 5). Тенісний корт має спеціальну рівну поверхню, на яку наноситься розмітка та по середині натягнута сітка. Розмір професійного корту становить, приблизно 23 м в довжину і 8,5 м в ширину. Аматорські і спарингові поля роблять меншими [2].

Як було зазначено вище, теніс має значний вплив на фізичний розвиток людини, сприяє покращенню координації рухів та розвитку моторики, заняття тенісом сприяють формуванню командного духу та покращують концентрацію уваги спортсменів. Слід зазначити, що включення тенісу до програми різних навчальних закладів може сприяти комплексному розвитку дітей та молоді, фізичному, соціальному та колективному зростанню.

Література

1. Ткаченко А. С. Настільний теніс: thesis. 2012. URL: <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/30617> (дата звернення: 23.11.2023).
2. Про теніс. Головна. URL:<https://champ.kiev.ua/about#:~:text=Великий%20теніс%20як%20гра%20духовенства,пристосування%20для%20відбивання%20м'яча>. (дата звернення: 23.11.2023).
3. Чередниченко В. Великий теніс: захоптив історії, фантастичні рекорди та інструкція для новачків. <https://folga.com.ua/ua>. URL: <https://folga.com.ua/ua/articles/bolsoi-tennis-vpecatlyayushhie-istorii-fantasticeskie-rekordy-i-instrukciya-dlya-novickov> (дата звернення: 23.11.2023).
4. Учасники проєктів. Вікіпедія. Історія тенісу Вікіпедія. Вікіпедія. URL: [https://uk.wikipedia.org/wiki/Історія_тенісу#:~:text=В%20даний%20час%20достовірно%20невідомо,:%20«сферистика»%20\(англ.\)](https://uk.wikipedia.org/wiki/Історія_тенісу#:~:text=В%20даний%20час%20достовірно%20невідомо,:%20«сферистика»%20(англ.)) (дата звернення: 23.11.2023).

Сіденко А. О., студент групи 102-ТК

Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»;

Горголь П. С., завідувач кафедри ХТВС, доцент

Національний університет

«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ІСТОРІЯ СТАНОВЛЕННЯ ТА РОЗВИТКУ БОРОТЬБИ ДЗЮДО

Дзюдо – це японський вид бойового мистецтва, який був створений Дзігоро Кано в кінці ХІХ століття. Слово «дзюдо» перекладається як «шлях