

**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

Таким чином, передумовою успішної діяльності спортсменів є оптимальне співвідношення у них прагнення успіху та бажання уникнути невдачі, оскільки орієнтація виключно на успіх знижує стійкість до неминучих у спорті невдач, а домінування прагнення уникнути невдачі провокує захисні стратегії поведінки, що перешкоджають самореалізації спортсменів.

### *Література*

1. Воронова В. І. Прикладні аспекти психологічного забезпечення в спортивній діяльності / Теоретико-методичні основи управління процесом підготовки спортсменів різної кваліфікації: колективна монографія / за заг. ред. В. М. Костюкевича. Вінниця: ТОВ «Планер», 2018. С. 86–100.
2. Жосан І. А., Хоменко В. В., Шалар О. Г. Порівняння техніко-тактичних дій крайніх захисників на чемпіонаті світу з футболу / Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, 2016. Вип. 3 (72). С. 60–63.
3. Колобич О., Хоркавий Б., Фалес Й. Особливості техніко-тактичної підготовки юних футболістів на полях зменшених розмірів / Актуальні проблеми здоров'язберігаючих технологій у навчальних закладах : матеріали III Міжнар. наук.-пр. конф. Чернівці, 2014. С. 460–464.
4. Луценко Р. В. Психолого-педагогічні засоби та методи підготовки юних футболістів в період ігрової діяльності / Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова]. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), 2017. Вип. 3К. С. 265–268.

Дрозд М. С., студентка групи 102-ФП  
*Національний університет*  
*«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»;*  
Науковий керівник: Горголь П. С., завідувач кафедри ХТВС, доцент  
*Національний університет*  
*«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

## **ПЕДАГОГІЧНІ, ПСИХОЛОГІЧНІ ТА МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ**

Фізичне виховання та спорт представляють собою ключові компоненти педагогічного процесу, спрямовані на повноцінний розвиток фізичних якостей та формування особистості. В цьому контексті педагогічні аспекти включають в себе широкий спектр аспектів, орієнтованих на досягнення конкретних цілей та завдань.

Цілі та завдання фізичного виховання та спорту націлені на підтримання та покращення фізичного здоров'я населення. Це включає формування та зміцнення здоров'я, профілактику захворювань і відновлення фізичної гармонії. Паралельно досягненню цих цілей, інші завдання визначаються розвитком

фізичних якостей, виробленням морально-етичних цінностей, розвитком творчих здібностей та наданням можливостей для організації дозвілля.

Зміст фізичного виховання та спорту визначається різноманітністю цілей і завдань, що передбачає формування різноманітних вмінь та навичок. Включаючи загальнорозвиваючі вправи, спортивні тренування та туристські активності, зміст спрямований на комплексний розвиток фізичного потенціалу особистості [3].

Методи фізичного виховання та спорту представляють собою інструменти, які сприяють досягненню поставлених цілей. Навчання, тренування та систематичний контроль стають ключовими компонентами для розвитку фізичних якостей та навичок, сприяючи комплексному фізичному розвитку і формуванню здорового способу життя.

Організація фізичного виховання та спорту передбачає створення відповідних умов для проведення, включаючи спортивні споруди, які повинні відповідати вимогам безпеки та ефективності. Разом з тим, важливо забезпечити належну підготовку кваліфікованих кадрів, що включає тренерський персонал, медичний персонал, та інших фахівців. Фінансування стає ключовим елементом, оскільки воно забезпечує необхідні ресурси для утримання і розвитку спортивних інфраструктур, підтримки тренерського складу та проведення спортивних заходів. Управління фізичним вихованням та спортом має місце на трьох рівнях – державному, регіональному та місцевому, для ефективного координації та регулювання цього важливого сегменту суспільства [1].

Психологічні аспекти фізичного виховання та спорту визначаються впливом регулярної фізичної активності на психіку людини. Вона сприяє розвитку таких важливих якостей, як сила волі, витривалість, та самодисципліна. Крім того, фізичне виховання та спорт сприяють формуванню позитивного ставлення до життя, сприяючи виділенню ендорфінів – речовин, що забезпечують відчуття радості та задоволення. Психологічна підготовка спортсменів включає розвиток концентрації та стресостійкості, що є важливими аспектами для досягнення високих результатів у спорті [2].

Медико-біологічні аспекти фізичного виховання та спорту розглядають вплив фізичної активності на фізіологічні процеси організму. Розвиток фізичних якостей, таких як сила, швидкість, витривалість, та спритність, є результатом систематичних фізичних навантажень. Особливості різних видів фізичної діяльності враховуються з медико-біологічної точки зору, оскільки аеробні та анаеробні вправи мають різний вплив на різні системи організму. Медико-біологічна підготовка спортсменів включає вивчення фізіологічних параметрів та інших медичних аспектів, спрямованих на оптимізацію їхньої фізичної діяльності та збереження здоров'я.

Фізичне виховання та спорт має значний вплив на фізичний розвиток та психічне становище особистості [2].

Аналіз цільових завдань та методів фізичної діяльності дозволяє визначити їхню ефективність у досягненні поставлених цілей. Організаційні та управлінські аспекти дослідження розкривають важливі аспекти організації

фізичного виховання та спорту, що можуть бути оптимізовані для поліпшення їхньої результативності.

Урахування психологічних впливів та медико-біологічних аспектів дозволяє сформулювати рекомендації для вдосконалення підходів до фізичного виховання та спорту з урахуванням індивідуальних особливостей та потреб учасників [3].

### *Література*

1. [https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/26999/3/MokhunkoOD\\_Vzaiemozviazok-rozvytku.pdf](https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/26999/3/MokhunkoOD_Vzaiemozviazok-rozvytku.pdf)
2. <https://www.academia.edu/>
3. <https://nfv.ukrintei.ua/view/5b1926367847426a631918f6>

Котова П. Ю., студентка групи 102-ФП,  
*Національний університет*  
*«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»;*  
Науковий керівник: Горголь П. С., завідувач кафедри ХТВС, доцент,  
*Національний університет*  
*«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

## **ПЕДАГОГІЧНІ, ПСИХОЛОГІЧНІ ТА МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

Фізичне виховання системи вищої освіти має на меті формування фізичної культури особистості майбутнього покоління. Особливі вимоги висуваються до рівня сформованості фізичної культури вчителя, як частини його професійної культури. Підготовка майбутніх учителів, як фахівців з фізичного виховання, так і вчителів, які викладають інші предмети, повинна орієнтуватися на здоров'язбережувальні технології навчання, надбання рухових навичок і вмінь, знань основ спортивної діяльності, профілактики захворювань засобами фізичних вправ і оздоровчих методик, організації дозвілля заради розвитку людини. Педагог завжди є прикладом для своїх вихованців, його глибоке переконання у пріоритетності орієнтованого на збереження та зміцнення здоров'я навчання є запорукою формування здорової нації [4].

Основні моменти педагогічного аспекту: здатність працювати з навчальною та педагогічною літературою; бути обізнаним із досягненнями дидактики фізичного виховання, здійснювати науковий, методичний аналіз проблеми залежно від предмету дослідження, оволодіти спеціальними компетентностями, здійснювати майбутню професійну діяльність із фізичного виховання та в умовах ДЮСШ; здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості; здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях; здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення; здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності та інші [3].

*Основні психологічні аспекти :*