

ЄВРОПЕЙСЬКІ ОРІЄНТИРИ РОЗВИТКУ УКРАЇНИ: НОВІ ВИМІРИ У ВОЄННИЙ ЧАС

Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції

2



ЄВРОПЕЙСЬКІ ОРІЄНТИРИ РОЗВИТКУ УКРАЇНИ: НОВІ ВИМІРИ У ВОЄННИЙ ЧАС

МАТЕРІАЛИ
Міжнародної науково-практичної конференції

Одеса, 16 травня 2025 року

Том 2

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Національний університет «Одеська юридична академія»

ЄВРОПЕЙСЬКІ ОРІЄНТИРИ РОЗВИТКУ УКРАЇНИ: НОВІ ВИМІРИ У ВОЄННИЙ ЧАС

МАТЕРІАЛИ
Міжнародної науково-практичної конференції

Одеса, 16 травня 2025 року

Том 2

Одеса
2025

УДК 005.332.2(4):316.42(477)“364”“20”(062.552)
Є 24

*Рекомендовано до друку вченою радою
Національного університету «Одеська юридична академія»
(протокол № 8 від 16.05.2025 р.)*

За загальною редакцією **С. В. Ківалова**

Є 24 **Європейські орієнтири розвитку України: нові виміри у воєнний час** : у 2 т. : матеріали Міжнар.наук.-практ. конф. (Одеса, 16 травня 2025 р.) / за заг. ред. С. В. Ківалова. – Одеса : Фенікс, 2025. – Т. 2. – 716 с.
ISBN 978-617-8430-61-0

Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Європейські орієнтири України: нові виміри у воєнний час» містять результати наукових досліджень і практичних напрацювань вчених, фахівців і військовослужбовців, здійснені в умовах повномасштабної війни. У збірнику представлено як теоретичні, так і емпіричні дослідження у галузях філософії, загальної теорії держави і права, історії права, сучасних соціально-політичних процесів, соціології та психології.

Особливу увагу приділено аналізу загроз національній безпеці в конституційному, міжнародному та європейському правовому контекстах, а також питанням трудового, соціального, земельного, аграрного та екологічного права. Окремі розділи присвячено функціонуванню економіки та підприємництва в умовах євроінтеграції.

У збірнику також розглянуто проблематику цифрової трансформації, захисту інформації та кібербезпеки в умовах воєнного часу, методику викладання іноземних мов, перекладознавство, лінгвістику і журналістику. Висвітлено наукові здобутки в адміністративному, фінансовому, морському та митному праві, реформуванні судової системи, діяльності прокуратури, правоохоронних органів та адвокатури. Окремо проаналізовано питання кримінального права, кримінального процесу, кримінології, криміналістики, судової експертизи, медико-психологічного забезпечення правосуддя, а також аспекти цивільного, сімейного, господарського права, інтелектуальної власності та патентного судочинства. Розглянуто також актуальні питання діяльності бібліотек у закладах вищої освіти та фізичної підготовки здобувачів вищої освіти.

Збірник адресовано науковцям, викладачам, здобувачам вищої освіти, а також практикам у галузях права, економіки, соціології, політології, психології, філології, журналістики та кібербезпеки.

УДК 005.332.2(4):316.42(477)“364”“20”(062.552)

Відповідальний за випуск **М. Р. Аракелян**

ISBN 978-617-8430-61-0

© НУ «Одеська юридична академія, 2025
© Автори статей, 2025

СЕКЦІЯ 27. АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Антіпова Жана Ігорівна, Кучеренко Геннадій Васильович

АТЛЕТИЧНА ГІМНАСТИКА В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ – ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ647

Барсукова Тетяна Олександрівна, Ігнатенко Сюзанна Олександрівна

ФІЗИЧНІ ВПРАВИ, ЯК ЗАСІБ, ЩО СПРИЯЄ ПІДВИЩЕННЮ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ650

Гоголева Олена Миколаївна, Халайджі Світлана Владиславівна

НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС, ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ654

Заверзаєв Валерій Володимирович, Дразіна Євдокія Володимирівна

ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ – ІНСТРУМЕНТ, ОРІЄНТОВАНИЙ НА ПІДВИЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ659

Кальніченко Андрій Михайлович, Форостян Ольга Іванівна

ОПТИМІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ – ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ663

СЕКЦІЯ 28. ДІЯЛЬНІСТЬ СУЧАСНИХ БІБЛІОТЕК У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Іванійчук Таїсія Юріївна, Дем'яненко Ольга Михайлівна

БІБЛІОТЕЧНЕ КРАЄЗНАВСТВО ЯК МЕХАНІЗМ ЗБЕРЕЖЕННЯ ІСТОРИЧНОЇ ПАМ'ЯТІ ОДЕСИ: ПЕРЕОСМИСЛЕННЯ ТВОРІВ М. СИНЯВЕРА ТА О. СУРІЛОВА В КОНТЕКСТІ ІСТОРИЧНИХ ПАРАЛЕЛІЙ МІЖ ХХ СТОЛІТТЯМ І СЬОГОДЕННЯМ667

Солодка Альона Іванівна

ЦИФРОВІЗАЦІЯ ЯК ІНСТРУМЕНТ ЗБЕРЕЖЕННЯ АКАДЕМІЧНОЇ СПАДЩИНИ В УНІВЕРСИТЕТСЬКИХ БІБЛІОТЕКАХ671

Стефанчишена Тетяна Михайлівна, Новітська Ірина Вадимівна

ДОВІДКОВІ ЮРИДИЧНІ ВИДАННЯ: ЧАСОВІ ТА ПРОСТОРОВІ ТРАНСФОРМАЦІЇ673

Опольська Тамара Іванівна, Дремлюга Ольга Олексіївна

НОВИЙ ПРОФЕСІЙНИЙ СТАНДАРТ «БІБЛІОТЕКАР»: ВИКЛИКИ, ПЕРСПЕКТИВИ ТА ВПРОВАДЖЕННЯ В СУЧАСНІЙ БІБЛІОТЕЧНІЙ ПРАКТИЦІ676

Петренко Олена Сергіївна, Ускова Наталя Костянтинівна, Фоміна Світлана Олегівна

БОГДАН МИХАЙЛОВИЧ КОМАРОВ – ВИДАТНИЙ ОРГАНІЗАТОР УКРАЇНСЬКОЇ БІБЛІОТЕЧНОЇ СПРАВИ ПЕРШОЇ ТРЕТИНИ ХХ СТ.679

ІМЕННИЙ ПОКАЖЧИК УЧАСНИКІВ КОНФЕРЕНЦІЇ683

Список використаних джерел:

1. Антіпова Ж., Барсукова Т. Інноваційні аспекти організації фізичного виховання здобувачів вищої освіти. *Академічні студії. Серія «Педагогіка»*. 2021. С. 15-22. URL: <http://www.vegsgoldenretrievers.com/index.php/pedagogy/article/view/53>
2. Антіпова Ж. Атлетична гімнастика в системі фізичного виховання як ефективний засіб оздоровлення здобувачів закладів вищої освіти. *Modeni aspekty vedy* («Сучасні аспекти науки»). URL: <https://doi.org/10.52058/34-2023>
3. Крилов А., Крюкаєв М. Вплив занять атлетичною гімнастикою на розвиток фізичних якостей в умовах технічних ВНЗ України. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2016. Вип. 11(81). С.60-63. URL: <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/20893>
4. Шарко С., Барсукова Т. (2024). Атлетична гімнастика – ефективний засіб підвищення активності здобувачів на навчальних заняттях з фізичного виховання. URL: <https://archive.liga.science/index.php/conference-proceedings/article/view/1251>

Ключові слова: вища освіта, фізичне здоров'я, військовий стан, популяризація здоров'я, нові підходи, мобільність.

Keywords: higher education, physical health, military status, health promotion, new approaches, mobility.

Барсукова Тетяна Олександрівна

Національний університет «Одеська юридична академія»,
старший викладач кафедри фізичного виховання

Ігнатенко Сюзанна Олександрівна

«Південноукраїнський національний університет ім. К. Д. Ушинського»,
кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичної
культури і спортивних дисциплін

ФІЗИЧНІ ВПРАВИ, ЯК ЗАСІБ, ЩО СПРИЯЄ ПІДВИЩЕННЮ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ

Сучасні реалії суспільного розвитку ставлять перед вищою освітою актуальні вимоги – готувати спеціаліста, який відповідає викликам часу. Специфіка нової соціально-економічної ситуації та прискорення науково-технічного прогресу вказують на те, що молоді фахівці повинні бути більш професійно гнучкими, ніж раніше, що потребує значно вищого рівня інтелектуальної активності та фізичного здоров'я.

Навчання у вищих навчальних закладах спрямоване, перш за все, на значний вплив на загальний і інтелектуальний розвиток студентів, а також на підтримку

формування вербальних структур розуму, які є критично необхідними для їх професійного становлення. Темпи сучасного життя суттєво підвищили навантаження на психічну, фізичну, інтелектуальну та емоційну сфери студентів, що потребує високих вимог до їх фізичного стану. Основне завдання, яке ефективно виконується під час фізичного виховання в університетах, полягає у сприянні цілеспрямованому розвитку професійно важливих характеристик і якостей особистості студентів за допомогою відповідних методів, засобів і прийомів, специфічних для фізичного розвитку, відповідно до попередньо визначеної моделі.

Підготовка молодих фахівців вимагає уникнення перевантажень і втоми, створення умов для інтенсивного, цілеспрямованого та креативного навчання, а також забезпечення активного відпочинку та підвищення фізичного розвитку [1, с. 122]. Ці вимоги повинні виконуватись за рахунок застосування засобів фізичного виховання і спорту, які сприяють підтримці високої активності та стабільної працездатності студентів протягом усього навчального процесу. Комплексне використання фізичних вправ як основного інструменту фізичної підготовки, разом із лікувально-гігієнічними елементами природи як допоміжними засобами, може ефективно вирішувати питання здоров'я, освіти та виховання.

Безсумнівно, вивчення теми «Фізичні вправи як засіб покращення фізичної підготовки студентів» має величезне значення і приваблює як наукову, так і практичну увагу. Питання впливу фізичної активності залишається важливою складовою дискусій, оскільки в сучасному світі спостерігається постійний розвиток нових стратегій і підходів.

Дослідження впливу фізичних вправ вже були розглянуті багатьма спеціалістами в різних наукових виданнях. Проте огляд літератури та інформаційних ресурсів вказує на брак всебічних і точних досліджень, присвячених класифікації «фізичних вправ». На сучасному етапі вдосконалення системи фізичного виховання у вищих навчальних закладах ця тема та методи фізичного виховання набувають особливої важливості, оскільки є актуальними для суспільства й становлять суттєвий етап у розвитку теорії та методики фізичного виховання.

Актуальність цієї теми стає очевидною під час обговорення: термін «фізична» вказує на тип діяльності, яка відрізняється від розумової. Проте цей термін лише підкреслює, що рухи, які виконуються, в значній мірі залежать від роботи нервово-м'язової системи, а отже, від фізичних характеристик тіла. Насправді фізичні вправи є проявом волі, функцією свідомості, яка впливає на всього студента. «Вправа» означає багаторазове виконання спеціально спрямованої дії з метою покращення фізичних і психологічних якостей особи та способу виконання цієї дії. Отже, фізичні вправи можна розглядати з однієї сторони як певну поведінку, а з іншої – як повторюване заняття, від результату якого залежить успіх. Цю думку підтверджують численні дослідники, які вважають, що основною метою будь-яких фізичних вправ є позитивний вплив на здоров'я.

Ефект фізичних навантажень в першу чергу зумовлені їх змістом. Зміст фізичного навантаження охоплює комплекс фізіологічних, психологічних і біоме-

ханічних процесів, які виникають в організмі людини під час виконання вправи (наприклад, зміни в фізіології організму, рівень прояву фізичних здібностей).

Зміст і форма фізичних вправ мають дуже тісний взаємозв'язок. Вони складають єдине ціле, де зміст є головним елементом, що визначає форму. Для покращення рухової активності слід спершу внести відповідні зміни у змістовному аспекті. Зміни в змісті призводять до коригувань у формі вправи. Водночас форма також впливає на зміст. Неправильна форма не дозволяє в повному обсязі реалізувати зміст вправи, як стверджують Дакал Н., Анікеєнко Л., Білоконь В. [2, с. 10].

У техніці виконання будь-якої фізичної вправи виокремлюють підготовчу, основну й завершальну фази.

1 – Підготовча фаза допомагає створити оптимальні умови для реалізації основного завдання дії (наприклад, старт при бігу на короткі дистанції тощо).

2 – Основна фаза включає рухи, за допомогою яких виконується головне завдання дії (наприклад, прискорення на старті під час бігу, фінальне зусилля при метанні тощо).

3 – Завершальна фаза завершує дію (наприклад, утримання рівноваги після виконання кидка тощо).

Практичне значення класифікації фізичних вправ полягає в тому, що вона організовує різноманітні вправи, спрощує їхнє сприйняття і дозволяє раціонально їх застосовувати в повсякденному житті.

Фізичні тренування можуть виконуватися з різними предметами або снарядами, а також без них. Музика під час тренувань покращує позитивний ефект фізичних вправ на організм. Тому викладачі кафедри фізичного виховання радять включати фізичні вправи у програму “Оздоровчий фітнес”, що під музичний супровід сприяє необхідній руховій активності, розвитку фізичних якостей, укріпленню здоров'я та підвищенню працездатності студентів Національного університету “Одеська юридична академія” [3, с. 520].

Оздоровчий фітнес є однією з найкраще обґрунтованих теоретично складових курсу “Фізичне виховання” у вищих навчальних закладах. Ця форма активності, що має мотиваційний аспект, позитивно впливає на рівень фізичної підготовки, забезпечує емоційне задоволення, підтримує ефективний фізичний розвиток і, що особливо важливо, активізує функції та процеси організму, що сприяє зміцненню та збереженню здоров'я студентів [4, с. 590].

Л. В. Волков, Є. П. Врублевський, Т. В. Вознюк, В. М. Костюкевич відносять оздоровчий фітнес до сфери фізичного виховання, спираючись на новаторські підходи та активно формуючи нові пріоритети з метою оволодіння студентами теоретичними знаннями, розвитку рухових навичок і формування мотивації до навчальних занять.

Оздоровчий фітнес – це система фізичних вправ у рамках фізичного виховання, яка спрямована на підтримання високого рівня фізичної форми, а також на забезпечення інтелектуального, емоційного, соціального та духовного благо-

получчя. Якщо один з цих елементів не функціонує, це негативно впливає на всю систему. Таким чином, оздоровчий фітнес виконує завдання, пов'язані з укріпленням здоров'я, його збереженням та реабілітацією, що особливо важливо для студентів вищих навчальних закладів. Застосування методик оздоровчого фітнесу під час навчання не лише поліпшує функціональний стан організму і рівень фізичної підготовки, але й сприяє розвитку сталого усвідомленого інтересу до фізичної активності. Це в свою чергу позитивно впливає на життєдіяльність першокурсників і допомагає їм адаптуватися до навчального процесу.

Актуальність цієї теми пояснюється нагальною необхідністю залучення молоді до фізичної активності, що сприяє підтримці та зміцненню здоров'я, формуванню позитивного психологічного клімату у колективі, а також підвищенню рівня фізичної підготовки, самооцінки та орієнтації на здоров'я і здоровий спосіб життя.

Різноманітні фізичні вправи застосовуються для розвитку рухових навичок, покращення фізичних якостей та механізмів забезпечення енергії, що сприяє підвищенню фізичної підготовки, самопочуттю осіб, які навчаються у вищих навчальних закладах [5, с. 10].

Сьогодні важливість підвищення фізичної підготовки та зміцнення здоров'я студентів розглядається не лише як система тренувань, яка забезпечує гармонійний розвиток фізичних здібностей, але і як соціальне явище, що впливає на різні сфери життя молоді. За оцінками експертів у галузі фізичного виховання, оздоровчий фітнес і культура фізичної активності стають все більш популярними серед студентів, що надає їм можливість робити перші кроки від фізичного розвитку до формування здорового способу життя. Безсумнівно, фізичні вправи цього типу є ефективним методом активізації функцій та процесів в організмі. Вони сприяють підвищенню рівня фізичної підготовки, підтримці та зміцненню здоров'я студентської молоді нашого університету, а також формуванню мотивації до здорового способу життя, активності в навчанні та щоденній діяльності.

Список використаних джерел:

1. Антіпова Ж. І., Фідірко М. А. Фізична активність студентів – фактор зміцнення здоров'я і підвищення працездатності: ЛОГОС. *Conf. Internacional Cientifica y Ppactica*. 2020. Vol. 4. С. 122–124. URL: <http://baltijapublishing.lv/omp/index>
2. Дакал Н., Анікеєнко Л., Білоконь В. Засоби фізичного виховання. Зміст і форма фізичних вправ. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. 2023. № 10(170). С. 9-12. URL: [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.10\(170\).01](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.10(170).01)
3. Антіпова Ж. Оздоровчий фітнес у системі фізичного виховання – засіб для реалізації концепції розвитку вищої освіти. *Актуальні питання у сучасній науці. Серія «Педагогіка»*. 2022. № 2(2). С. 510-521. URL: [https://doi.org/10.52058/2785-6300-2022-2\(2\)-510-520](https://doi.org/10.52058/2785-6300-2022-2(2)-510-520)

4. Барсукова Т., Антіпова Ж. Оздоровчий фітнес як інноваційна засіб фізичного виховання у закладах вищої освіти. *Global and regional aspects of sustainable development*. URL: <https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/interconf/article/view/12295>

5. Антіпова Ж. Здоров'я здобувачів: збереження та зміцнення – головне завдання фізичного виховання у закладах вищої освіти. *Перспективи та інновації науки*. 2023. № 3 (21). С. 6-16. URL: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-3\(21\)-6-15](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-3(21)-6-15)

Ключові слова: вища освіта, фізичне здоров'я, професійне становлення, якості особистості, вербальні структури розуму.

Keywords: higher education, physical health, professional development, personality qualities, verbal structures of the mind.

Гоголева Олена Миколаївна

Національний університет «Одеська юридична академія»,
старший викладач кафедри фізичного виховання

Халайджі Світлана Владиславівна

Одеський національний технологічний університет
доцент кафедри фізичної культури та спорту,
кандидат наук з фізичної культури і спорту, доцент

НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС, ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ

Сьогодні, у часи швидкого технологічного розвитку та зростаючих вимог до навчання, студенти проводять все більше часу в сидячому положенні, працюючи на комп'ютерах та інших електронних пристроях. Такий спосіб життя, що відрізняється низьким рівнем фізичної активності, має негативний вплив на стан здоров'я молоді, ведучи до зниження енергії, проблем зі спиною, погіршення витривалості та підвищення ризику серцево-судинних захворювань. Це викликає питання про необхідність впровадження фізичних активностей, які були б цікавими, доступними та корисними для студентів.

На мій погляд, одним із видів спорту, що відповідає цим вимогам, є настільний теніс, оскільки він об'єднує динамічні рухи, точність, швидкість реакції та вимагає високої концентрації. Ця гра дає можливість студентам не лише підтримувати фізичну активність, але й служити для розвантаження психіки після напруженого навчання, сприяє розвитку моторики, поліпшенню координації і зміцненню різних м'язових груп. Завдяки легкому доступу до настільного тенісу та можливості грати в закритих залах, він набув популярності серед молоді студентів.

Дослідження показують, що регулярні тренування з настільного тенісу позитивно впливають на фізичне здоров'я, зокрема на витривалість, силу м'язів,