

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Національний університет «Одеська юридична академія»

**ЄВРОПЕЙСЬКІ ОРІЄНТИРИ РОЗВИТКУ
УКРАЇНИ В УМОВАХ ВІЙНИ
ТА ГЛОБАЛЬНИХ ВИКЛИКІВ ХХІ СТОЛІТТЯ:
СИНЕРГІЯ НАУКОВИХ, ОСВІТНІХ
ТА ТЕХНОЛОГІЧНИХ РІШЕНЬ**

МАТЕРІАЛИ

Міжнародної науково-практичної
конференції

19 травня 2023 року

У двох томах

Том 2



Видавництво
«Юридика»
2023

УДК 005.332.2(4):316.42(477)"364""20"(062.552)
Є24

Рекомендовано до друку Вченою радою
Національного університету «Одеська юридична академія»
(протокол № 3 від 16.06.2023 р.)

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

Відповідальний за випуск **М. Р. Аракелян**.
Матеріали видано в авторській редакції.

Європейські орієнтири розвитку України в умовах війни та
Є24 глобальних викликів XXI століття: синергія наукових, освітніх
та технологічних рішень : у 2 т. : матеріали Міжнар. наук.-
практ. конф. (м. Одеса, 19 травня 2023 р.) / за загальною редак-
цією С. В. Ківалова. – Одеса : Видавництво «Юридика», 2023. –
Т. 2. – 828 с.

ISBN 978-617-8263-40-9

Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Європейські орієнтири розвитку України в умовах війни та глобальних викликів XXI століття: синергія наукових, освітніх та технологічних рішень». У другому томі збірника відображено наукові напрацювання вчених, практиків, військовослужбовців у теоретичній та емпіричній площині в умовах повномасштабного військового вторгнення у сферах адміністративного права та процесу, фінансового, морського та митного права, організації та вдосконалення судоустрою, прокуратури, інших правоохоронних органів, адвокатури. Висвітлено питання кримінального права, кримінально-процесуальних аспектів кримінального провадження та кримінологічних особливостей протидії злочинності в умовах воєнного стану, криміналістики, судової експертизи, психології та медицини у забезпеченні судочинства, цивільного та сімейного права, інтелектуальної власності та патентної юстиції, цивільного судочинства, господарського права та процесу. Розглянуто актуальні питання діяльності сучасних бібліотек у закладах вищої освіти, фізичної підготовки здобувачів вищої освіти.

Збірник розраховано на наукових та науково-педагогічних працівників, здобувачів вищої освіти, практичних працівників у сферах юридичної, економічної, соціологічної, політологічної, психологічної, філологічної наук, журналістики та кібербезпеки тощо.

УДК 005.332.2(4):316.42(477)"364""20"(062.552)

ISBN 978-617-8263-37-9 (у 2 т.)
ISBN 978-617-8263-40-9 (т. 2)

© Національний університет
«Одеська юридична академія», 2023

АНТІПОВА ЖАННА ІГОРІВНА

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

ГОГОЛЄВА ОЛЕНА МИКОЛАЇВНА

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

СТРУК БОГДАН ІВАНОВИЧ

*Одеський національний технологічний університет,
завідувач кафедри фізичного виховання,
кандидат педагогічних наук, доцент*

**МОДЕРНІЗАЦІЯ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»
ЯК ЗАСІБ ВИРІШЕННЯ ТЕРМІНОВИХ ПРОБЛЕМ**

На етапі реформування системи вищої освіти зростають вимоги до рівня кваліфікації молодого спеціаліста, основою якої є формування базової компетентності спеціаліста, достатньої для успішного виконання професійних обов'язків та вирішення завдань комплексного характеру у вибраній галузі. Фізичне виховання є важливим компонентом вищої освіти молодого фахівця, який ефективно задовольнить усі потреби суспільства, маючи відповідний рівень функціонального здоров'я та фізичної підготовки.

Основне завдання фізичного виховання – підтримка здоров'я, фізичний розвиток, формування гармонійно розвиненої особистості та навичок здорового способу життя. Фізичні вправи стабілізують та наповнюють фізіологічні процеси, допомагають зміцнити клітинну структуру органів і тканин, підвищують працездатність та психологічну стійкість здобувачів до стресових ситуацій.

В закладах вищої освіти фізичне виховання є єдиним засобом боротьби з гіподинамією та малорухомим способом життя, зумовленим процесом навчання в університеті для підвищення працездатності, зміцнення та підтримки здоров'я здобувачів. На цьому етапі реформування системи освіти нові вимоги диктують необхідність використання й у сфері фізичного виховання більш ефективних, інноваційних засобів та методів у вирішенні основних завдань.

Кабінет Міністрів України прийняв постанову «Про затвердження стратегії розвитку фізичної культури та спорту на період до 2028 року». Тому, перед викладачами кафедри фізичного виховання Національного університету «Одеська юридична академія» постає проблема пошуку шляхів корекції процесу фізичного виховання згідно з сучасними вимогами.

Наявний режим воєнного стану в країні пандемія вимагають від викладачів кафедри фізичного виховання іншого підходу до педагогічного процесу – у тренді має бути активний спосіб життя.

Тому актуальним завданням фізичного виховання університету можна назвати формування у юнаків та дівчат прагнення до фізичного самовдосконалення за нашими рекомендаціями, але з обов'язковим самоконтролем. Ця проблема обумовлена необхідністю розробки сучасної програми, оскільки атлетична гімнастика сьогодні стає дедалі популярнішою серед студентської молоді нашого університету.

Заняття атлетичною гімнастикою мають оздоровчо-розвивальну спрямованість, поєднують силові тренування з різнобічною фізичною підготовкою, гармонійним розвитком та зміцненням здоров'я в цілому [1, с. 6].

Основна мета атлетичної гімнастики – здорове тіло та сильний організм: розвиток силових характеристик [2, с. 187]. Однак необхідно розвивати не тільки силу, але й інші якості:

Витривалість – це здатність м'язів не тільки працювати на повну силу, але й робити це довгий час.

Швидкість реакції м'язів – здатність швидко з'єднати режим роботи.

Гнучкість – здатність виконувати рух з максимальною амплітудою.

Спритність та координація – здатність до складного руху з непередбачуваною траєкторією.

Вплив атлетичної гімнастики на організм виражається насамперед підвищенням рівня фізичної підготовки: здобувачі вищої освіти стають сильнішими та стійкішими, мають велику енергію, що важливо для успішної майстерності професійних правових знань.

На сучасному етапі дуже актуальні дослідження, пов'язані з оздоровчою дією засобів атлетичної гімнастики. Оздоровчу ефективність атлетичної гімнастики підтверджують наукові дослідження О. В. Ханікянц, Н. Є. Пангелової, О. В. Андреевої, М. П. Акімової-Терновської, А. Д. Ведмедюк та ін. Основні аспекти розвитку та функціонування оздоровчої гімнастики розглядалися також у працях В. Айунц, Л. Айунц, Д. Мельничук, Н. Борецької, А. Смовженка, О. Тимочко та ін.

Тому, ми розглядаємо атлетичну гімнастику як один із найбільш ефективних засобів фізичного розвитку шляхом використання вправ з обтяженнями та опором для різних м'язових груп. Особливо нами виділяється оздоровчо-розвивальна спрямованість атлетичної гімнастики, яка поєднує у собі силові навантаження, гармонійний розвиток і зміцненням здоров'я загалом [3, с. 380].

Водночас у фізичному вихованні під час запровадження теми «Атлетична гімнастика» виявлено такі суперечки – з одного боку спостерігається підвищений інтерес студентської молоді до силових вправ, а з іншого – недостатня кількість розроблених диференційованих програм для занять з дівчатами, юнаками та програм, що розвивають загальну фізичну підготовку і силові здібності, формують інтерес та підвищують мотивацію до регулярних занять фізичними вправами [4, с. 523].

Програма з атлетичної гімнастики, яка була представлена викладачами кафедри фізичного виховання, полягає в тому, що вона враховує специфіку юридичної освіти, висуває індивідуальні вимоги до тих, хто займається, та дозволяє охопити більшу кількість охочий займатися атлетичною гімнастикою «з нуля».

У нашому університеті була зроблена спроба модернізувати викладання дисципліни на основі впровадження програми Атлетичної гімнастики, яка дала можливість підвищити рівень фізичної підготовки, активність здобувачів та показала ефективність запропонованих наборів вправ.

Ми зробили анкетування, провели аналіз анкет і впевнено говоримо, що атлетична гімнастика має позитивний вплив на здобувачів університету: показники фізичного розвитку значно зросли, підвищився рівень компетентності у питаннях оздоровлення та оптимізації рухової активності, успішно засвоєно теоретичні та практичні навички з атлетичної гімнастики, сформовано прагнення до систематичних занять фізичними вправами, що дозволило використовувати отримані навички у самостійних заняттях в активному відпочинку.

Найважливіше – внаслідок занять атлетичною гімнастикою: змінюється здоров'я; розвивається м'язова система; усуваються та попереджаються функціональні відхилення в окремих органах та системах організму; підвищується життєдіяльність організму та працездатність здобувачів протягом усього навчального тижня.

Отже, визнання оздоровчої атлетичної гімнастики при організації занять у нашому навчальному закладі з кожним днем зростає та набирає популярності. Внаслідок чого здобувачі змінюють своє ставлення до занять з фізичного виховання, рухової активності та спорту в цілому. Все це призводить не тільки до фізичного вдосконалення, а й формує у більшості здобувачів усвідомлену мотивацію до рухової активності та ведення здорового способу життя. При цьому здобувачі стають більш стійкими до стресових ситуацій, виявляють творчу активність та показують підвищену працездатність, що характеризує високий рівень їхнього здоров'я та психологічну стійкість.

Список використаних джерел:

1. 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)* : зб. наук. праць. Вип. 11(81). – Київ. – С. 60–63. <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/20893>
2. Антіпова Ж., Шурхал Л. Нові підходи у застосуванні оздоровчої гімнастики на заняттях з фізичного виховання зі здобувачами вищої освіти // *Acta Pedagogica Volynienses*, 2021. (3). – С. 186–191.
3. Грушко В. Здоров'я людини та основи здорового способу життя // Навчальний посібник з курсу «Валеологія» – Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2012. – 386 с.
4. Антіпова Ж., Гоголева О. Атлетична гімнастика – важливий елемент фізичного виховання закладів вищої освіти. *Міжнародний науковий журнал «Грааль науки»* № 25 : матеріали V міжн. наук.-практ. конференції (Вінниця, Австрія) від 17.03.2023. С. 523–525.

Ключові слова: фізичне виховання, заклади вищої освіти, здобувачі вищої освіти, модернізація дисципліни «фізичне виховання», атлетична гімнастика.

Key words: physical education, educational institutions, applicants for higher education, modernization of the discipline «physical education», athletic gymnastics.

СЕКЦІЯ 28

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Барсукова Тетяна Олександрівна, Кучеренко Геннадій Васильович Структурно-функціональна модель процесу формування мотивації студентів до фізичного виховання в юридичних закладах вищої освіти	745
Антіпова Жанна Ігорівна, Гоголева Олена Миколаївна, Струк Богдан Іванович Модернізація дисципліни «Фізичне виховання» як засіб вирішення термінових проблем	748
Заверзаєв Валерій Володимирович, Кучеренко Геннадій Васильович Самостійні заняття з фізичного виховання як засіб зміцнення здоров'я здобувачів вищої освіти	751
Чертов Іван Іванович Особливості підготовки здобувачів вищої освіти – молодих спортсменів центру спортивних єдиноборств Національного університету «Одеська юридична академія».	754
Дудукіна Альона Олегівна Підйом фізичного та психологічного духу студентської молоді в умовах воєнного стану	756
ІМЕННИЙ ПОКАЖЧИК УЧАСНИКІВ КОНФЕРЕНЦІЇ	760