

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
“ХАРКІВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ”

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ
СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

КАФЕДРА “ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ”

**VI МІЖНАРОДНА
НАУКОВО-ПРАКТИЧНА КОНФЕРЕНЦІЯ
ЗДОРОВ'Я НАЦІЇ І ВДОСКОНАЛЕННЯ
ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ ОСВІТИ**

**ПРИСВЯЧЕНА
ПАМ'ЯТІ
А.Г. ЛЮБІЄВА**

15-16 КВІТНЯ

2026

ХАРКІВ

матеріали конференції





MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE

**NATIONAL TECHNICAL UNIVERSITY
"KHARKIV POLYTECHNIC INSTITUTE"**

**EDUCATIONAL AND SCIENTIFIC INSTITUTE
OF SOCIAL AND HUMANITARIAN TECHNOLOGIES**

DEPARTMENT "PHYSICAL EDUCATION"

**VI INTERNATIONAL
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE
"NATION'S HEALTH AND IMPROVEMENT
OF PHYSICAL AND SPORTS EDUCATION"**

Dedicated to the memory of Albert LIUBIIEV

April 15–16, 2026

KHARKIV

УДК 796(063)

Рекомендовано до друку
Вченою радою навчально-наукового інституту
соціально-гуманітарних технологій НТУ«ХПІ»
(протокол №3 від 21 квітня 2026 року)

Редакційна колегія:

Головний редактор: Кіпенський А.В., доктор технічних наук, професор.

Члени редакційної колегії:

Арабаджи Т.Д., кандидат педагогічних наук, доцент;
Білоус О.В., кандидат технічних наук, доцент;
Борейко Н.Ю., кандидат педагогічних наук, доцент;
Бочкарев С.В., кандидат технічних наук, доцент;
Євтифієва І.І., доктор філософії фізична культура і спорт, доцент;
Зінченко Л.В., доктор філософії освітні, педагогічні науки;
Ляшуга І.Ю., кандидат історичних наук, доцент;
Поляков І.О., кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник;
Полякова О.О., кандидат філософських наук, доцент;
Тіняков А.О., кандидат педагогічних наук;
Ткаченко Г.В., кандидат біологічних наук;
Юшко О.В., кандидат педагогічних наук, доцент.

Організаційне, технічне забезпечення:

Азаренкова Л.Л., Дегтярьова І.В., Донець Ю.Г., Ковальов О.В., Храпов С.Б.,
Храпова О.І., Шевченко П.М.

Здоров’я нації і вдосконалення фізкультурно-спортивної освіти: матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції, 15-16 квітня 2026 р. / ред. колегія А. В. Кіпенський, [та інші]. – Харків : 2026. – 617 с. : укр. та англ. мовами.

ISBN 978-617-7988-44-0

Збірник містить матеріали VI Міжнародної науково-практичної конференції, в яких подано стислий виклад доповідей її учасників. У доповідях висвітлено актуальні проблеми, напрями та перспективи їх вирішень у галузі фізкультурно-спортивної освіти та здоров’я населення.

Рекомендовано для провідних науковців, викладачів, аспірантів, тренерів, інструкторів та всіх, хто цікавиться здоров’ям та спортом.

УДК 796

*Матеріали опубліковано в електронному репозиторії Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут» (ISSN 2409-5982).
Дані репозиторію інтегровано до: проекту OpenAire, системи Bielefeld Academic Search Engine, системи пошуку у відкритих архівах України та індексуються Google Scholar.*

Матеріали друкуються в авторській редакції.
Оргкомітет конференції може не розділяти висловлену авторами позицію.

© Національний технічний університет «ХПІ», 2026

ЗМІСТ

Борейко Н.Ю.	26
ШЛЯХ ДОВЖИНОЮ У ЖИТТЯ <i>СТОРИНКИ, НАПИСАНІ ПРАЦЕЮ,</i> <i>МУДРІСТЮ ТА ЛЮДЯНІСТЮ.</i> <i>ПРИСВЯТА ЛЮБІЄВУ АЛЬБЕРТУ ГНАТОВИЧУ</i> Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	
1 ЗДОРОВ’ЯФОРМУЮЧІ І ЗДОРОВ’ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ, ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ У РЕКРЕАЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ	
Iryna Liashuha	30
NEUROPHYSIOLOGICAL FOUNDATIONS OF PHYSICAL EDUCATION FOR SCHOOL-AGED CHILDREN National Technical University “Kharkiv Polytechnic Institute”, Ukraine, Kharhiv	
Khrystova T.E., Khrystovoi D.Y.	34
DIGITALIZATION OF PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS AS A FACTOR IN THE FORMATION OF READINESS FOR THE APPLICATION OF HEALTH-SAVING TECHNOLOGIES Bogdan Khmelnsky Melitopol State Pedagogical University, Ukraine, Zaporizhzhia	
Mykhailo I. Fyk, Anastasiia L. Sochnieva, Volodymyr V. Tkachenko, Vasyl V. Krytsak, Yevhen O. Tantsura	38
MULTIPHYSICAL NEUROMODULATION AND CONTROLLED MICRO-TROPHIC REGULATION FOR CHRONIC PAIN REHABILITATION BY MAGNUZ–MUFLON SYSTEM National Technical University “Kharkiv Polytechnic Institute”, Ukraine, Kharkiv	
Азаренкова Л.Л.	42
ОРГАНІЗАЦІЯ ЗДОРОВ’ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНИХ ЗВО В УМОВАХ ЗМІШАНОГО НАВЧАННЯ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	

Алпатов Ф.В., Церковна О.В. ВПЛИВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НА ПРОФІЛАКТИКУ СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ Харківський національний університет радіоелектроніки, Україна, м. Харків	46
Арабаджи А.Ю., Арабаджи Т.Д., Капустіна Т.В. ВИКОРИСТАННЯ ЦИФРОВИХ РІШЕНЬ У ФІТНЕСІ ДЛЯ МОНІТОРИНГУ ПОКАЗНИКІВ ЗДОРОВ'Я В ПРОЦЕСІ РЕАБІЛІТАЦІЇ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	50
Белоброва А.О., Білоус О.В. ОЦІНКА КОМПЛЕКСНОГО ВПЛИВУ ТАНЦЮВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	53
Васильченко І.С., Бочкарев С.В. ЄДИНОБОРСТВА ЯК ІНСТРУМЕНТ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДІ ТА ПРОФІЛАКТИКИ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	57
Винник В.Д. МОДЕЛЬ ЕСТЕТИКИ ЗДОРОВ'Я ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ Черкаський національний університет ім. Богдана Хмельницького, Україна, м. Черкаси	60
Волошин О.Р., Ключник Ю.І. ШТУЧНИЙ ІНТЕЛЕКТ ТА БІОМЕХАНІЧНИЙ МОНІТОРИНГ У РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ Дрогобицький державний педагогічний університет ім. Івана Франка, Україна, м. Дрогобич,	64
Гура Т.В. ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ-СПОРТСМЕНІВ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	68
Дегтярьова І.В., Хірний С.В. ЕЛЕМЕНТИ МУЗИКОТЕРАПІЇ ЯК ЗАСІБ БОРОТЬБИ ЗІ СТРЕСОМ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	72

Долгарева М.Г. ВИКОРИСТАННЯ ВПРАВ ШРОТ-ТЕРАПІЇ ДЛЯ КОРЕКЦІЇ ПОСТАВИ У СТУДЕНТОК 1-3 КУРСІВ НТУ«ХПІ» Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	75
Євтифієва І.І., Донець Ю.Г., Будник І.О. МОДЕЛЬ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ ЗАСОБАМИ АДАПТИВНОГО ТЕНІСУ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	79
Закаляк Н.Р., Даньків В.Р. НУТРИТИВНА ПІДТРИМКА В ЕРГОТЕРАПІЇ (ПЕДІАТРИЧНИЙ АСПЕКТ) Дрогобицький державний педагогічний університет ім Івана Франка, Україна, м. Дрогобич	84
Закаляк Н.Р., Дутко А.-Т.Р. ЕРГОТЕРАПЕВТИЧНІ МОДЕЛІ Й ПІДХОДИ, ЩО ВИКОРИСТОВУЮТЬСЯ ДЛЯ ПАЦІЄНТІВ З ПСИХОСОЦІАЛЬНИМИ РОЗЛАДАМИ Дрогобицький державний педагогічний університет ім. Івана Франка, Україна, м. Дрогобич	88
Закаляк Н.Р., Камінська Е.О. ЕРГОТЕРАПІЯ ОСІБ З ПСИХІЧНИМИ РОЗЛАДАМИ ТА ПСИХОСОЦІАЛЬНИМИ ПРОБЛЕМАМИ Дрогобицький державний педагогічний університет ім. Івана Франка, Україна, м. Дрогобич	91
Закаляк Н.Р., Покурбанич Т.М. СТАРІННЯ НАСЕЛЕННЯ ЯК ГЛОБАЛЬНА ДЕМОГРАФІЧНА ПРОБЛЕМА: РОЛЬ ЕРГОТЕРАПІЇ Дрогобицький державний педагогічний університет ім. Івана Франка, Україна, м. Дрогобич	94
Кебало Д.Ю., Бочкарев С.В. ВИВЧЕННЯ МЕТОДИК ПСИХОЛОГІЧНОГО РОЗВАНТАЖЕННЯ ТА ЇХ ВПЛИВУ НА СПОРТИВНІ РЕЗУЛЬТАТИ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	98
Ковальов О.В., Ляшуга І.Ю. КРИЗА ТРАДИЦІЙНИХ МОДЕЛЕЙ ТА СИСТЕМНІ БАР'ЄРИ У РЕАДАПТАЦІЇ УКРАЇНСЬКИХ ВЕТЕРАНІВ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	102

Ковальов О.В., Ляшуга І.Ю. РЕКРЕАЦІЙНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ІСТОРИЧНОГО СЕРЕДНЬОВІЧНОГО БОЮ В СИСТЕМІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ТА ФІЗИЧНОЇ РЕАДАПТАЦІЇ ВЕТЕРАНІВ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	106
Комарніцька Л.М. ПСИХОЛОГІЧНЕ ВІДНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ЗДОРОВ'Я ФОРМУЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ ТА РЕКРЕАЦІЙНИХ ПРАКТИК НРЗВО «Кам'янець-Подільський державний інститут», Україна, м. Кам'янець-Подільський	109
Лазука О.С., Хмельницька Ю.К. ОПТИМІЗАЦІЯ МЕТАБОЛІЧНОГО ПРОФІЛЮ ШЛЯХОМ КОМБІНАЦІЇ ІНТЕРВАЛЬНОГО ГОЛОДУВАННЯ ТА СТРУКТУРОВАНОЇ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ Національний університет фізичного виховання і спорту України, Україна, м. Київ	113
Леонова А.О., Гелета Д.Д. ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ І СТРЕСОСТІЙКІСТЬ СТУДЕНТІВ У ЦИФРОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ Харківський національний університет радіоелектроніки, Україна, м. Харків	117
Литвин Г.О., Цимбалюк Ж.О. ФОРМУВАННЯ РУХОВОЇ КУЛЬТУРИ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМ СЛУХУ ЗАСОБАМИ УКРАЇНСЬКОГО НАРОДНОГО ТАНЦЮ Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, Україна, м. Харків	121
Ляшуга І.Ю., Грдзелідзе С.Р., Ковальов О.В. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ В БОРОТБІ САМБО СЕРЕД ДІТЕЙ В КОНТЕКСТІ НЕЙРОНАУК Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	124
Микитчик О.С., Індик Д.С. ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО ЗАНЯТЬ У БАТУТНОМУ ЦЕНТРІ Український державний університет науки і технологій ННІ «Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту», Україна, м. Дніпро	128

Мкртічян О.А. ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗАСОБАМИ ІНТЕГРАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ Харківський національний економічний університет ім. Семена Кузнеця, Україна, м. Харків	132
Мошенський І.В., Тимко Є.М. ШАХИ ЯК ТЕРАПІЯ, РОЗВИТОК ІНТЕЛЕКТУ, ЛОГІЧНОГО ТА СТРАТЕГІЧНОГО МИСЛЕННЯ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	136
Назаренко І.І. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія» Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна, Україна, м. Харків	140
Назаренко О.В. ¹ , Назаренко І.І. ² ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ ЯК СОЦІАЛЬНА ПРОБЛЕМА СУЧАСНОГО СУСПІЛЬСТВА ¹ Комунальний заклад «Харківський лицей №158 Харківської міської ради», Україна, м. Харків; ² Навчально-науковий інститут «Українська інженерно-педагогічна академія» Харківського національного університету ім. В.Н. Каразіна, Україна, м. Харків	143
Назаренко С.О. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПРАВИЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ ТА ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ Комунальний заклад «Харківський фаховий коледж спортивного профілю» Харківської обласної ради, Україна, м. Харків	146
Подлісний Г.С., Церковна О.В. НУТРИЦІОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ЗБЕРЕЖЕННЯ РОЗУМОВОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ: ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИЙ АСПЕКТ Харківський національний університет радіоелектроніки, Україна, м. Харків	149

Полякова О.О., Гнатюк Д.Є. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ПОВЕДІНКА ПІДЛІТКІВ ЯК ВАЖЛИВИЙ ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОЇ ОСОБИСТОСТІ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	152
Прокопенко Д.С., Белінська А.П. ВИКОРИСТАННЯ ПРОДУКТІВ БДЖІЛЬНИЦТВА В ХАРЧУВАННІ СПОРТСМЕНІВ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ СУЧАСНИХ БІОТЕХНОЛОГІЧНИХ РІШЕНЬ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	156
Рядова Л.О. ХОРЕОГРАФІЧНА ПІДГОТОВКА В СПОРТИВНІЙ ГІМНАСТИЦІ Національний аерокосмічний університет «Харківський авіаційний інститут», Україна, м. Харків	160
Селіванова М.В. ВИКОРИСТАННЯ ДИХАЛЬНОЇ ГІМНАСТИКИ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ, ЯКІ ЧАСТО ХВОРІЮТЬ НА ГОСТРІ РЕСПІРАТОРНІ ЗАХВОРЮВАННЯ Мелітопольський державний педагогічний університет ім. Богдана Хмельницького, Україна, м. Запоріжжя	167
Собко І.І., Бабак С.В. НЕОБХІДНІСТЬ ВПРОВАДЖЕННЯ АЛГОРИТМУ ПЕРЕДТРЕНУВАЛЬНОГО ТЕСТУВАННЯ ЯК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІТНЕС-РЕКРЕАЦІЇ Національний університет фізичного виховання і спорту України, Україна, м. Київ	170
Столяренко О.Б. ІПОТЕРАПІЯ – ІННОВАЦІЙНИЙ ПІДХІД У РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ Навчально-реабілітаційний заклад вищої освіти «Кам'янець-Подільський державний інститут», Україна, м. Кам'янець-Подільський	173
Субота В.В. ТУРИЗМ ТА ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ: СИНЕРГІЯ ОЗДОРОВЧИХ ПРАКТИК У СУЧАСНОМУ РЕКРЕАЦІЙНОМУ ПРОСТОРІ Черкаський державний технологічний університет, Україна, м. Черкаси	177

Фоменко В.В., Недбайло І.А. СИТУАТИВНІ ЗАВДАННЯ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ІНСТРУМЕНТ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ «МАСАЖ» У ДИСТАНЦІЙНОМУ НАВЧАННІ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	180
Храпов С.Б., Храпова О.І. САМОКОНТРОЛЬ НАД ВПЛИВОМ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ ТА САМОСТІЙНЕ ВИКОНАННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	183
Чупріна А.Е., Гелета Д.Д. ПРОФІЛАКТИКА СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ Харківський національний університет радіоелектроніки, Україна, м. Харків	187
Юр'єв В.Є., Бочкарев С.В. ВІДСТРОЧЕНИЙ М'ЯЗОВИЙ БІЛЬ ЯК АДАПТАЦІЙНА РЕАКЦІЯ ОРГАНІЗМУ НА ФІЗИЧНІ НАВАНТАЖЕННЯ У СТУДЕНТІВ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	190
Яценко В.М. ВПЛИВ РЕЖИМУ ТА ЯКОСТІ СНУ НА ФУНКЦІОНАЛЬНЕ ВІДНОВЛЕННЯ ОРГАНІЗМУ ПІСЛЯ НАВАНТАЖЕНЬ Харківський національний університет радіоелектроніки, Україна, м. Харків	194
2 ПРОФЕСІЙНИЙ ТА ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКИЙ СПОРТ	
Alba G. ¹ , Arabadzhy T. ² THE INTEGRATED MODEL OF THE ITALIAN BASKET FEDERATION AS A METHOD FOR THE DEVELOPMENT OF YOUNG ATHLETES ¹ Real Basket Amateur Sports Association, Italy, Agrigento; ² National Technical University «Kharkiv Polytechnic Institute», Ukraine, Kharkiv	197

Amato, A. ¹ , Arabadzhy, A. ² COMPARATIVE ASSESSMENT OF FINE MOTOR SKILLS AND MANUAL DEXTERITY IN ADOLESCENT BASKETBALL PLAYERS, OTHER ATHLETES, AND INACTIVE PEERS ¹ Department of Biomedical and Biotechnological Sciences, Section of Anatomy, Histology and Movement Science, School of Medicine, University of Catania, Italy, Catania; ² National Technical University «Kharkiv Polytechnic Institute», Ukraine, Kharkiv	202
Eduard Feroyan ENHANCING ENDURANCE CAPACITY IN YOUTH SWIMMING Georgian State University of Physical Education and Sport, Georgia, Tbilisi	206
Пля Кхипашвілі TRAINING CYCLE AS A KEY FACTOR IN MANAGING THE PREPARATION OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS IN MODERN SPORT Georgian State University of Sport, Georgia, Tbilisi	210
Арабаджи Т.Д., Арабаджи А.Ю., Жиров Б.Д. УДОСКОНАЛЕННЯ МЕТОДИКИ РОЗВИТКУ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ БАСКЕТБОЛІСТІВ ВІСІМНАДЦЯТИРІЧНОГО ВІКУ З УРАХУВАННЯМ СПЕЦИФІКИ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У БАСКЕТБОЛІ 3Х3 Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	214
Арабаджи Т.Д., Кулібаба В.Д., Барський Д.В. ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІКИ ВЕДЕННЯ М'ЯЧА ЗІ ЗМІНОЮ ШВИДКОСТІ ТА НАПРЯМКУ РУХУ У ЮНАКІВ-БАСКЕТБОЛІСТІВ 16 РОКІВ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	219
Баканова О.Ф. ОРГАНІЗАЦІЯ І МЕТОДИКА ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ГРАВЦІВ У ТЕНІС Національний аерокосмічний університет «Харківський авіаційний інститут», Україна, м. Харків	223

Баламутова Н.М. ¹ , Шейко Л.В. ² , Ширяєва С.В. ³	228
МЕТОДИКА РОЗВИТКУ ГНУЧКОСТІ ПЛАВЦІВ, ЩО СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ СПОРТИВНИМ СПОСОБОМ БРАС	
¹ Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, Україна, м. Харків;	
² Харківська державна академія фізичної культури, Україна, м. Харків;	
³ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	
Безкоровайний Д.О.	231
КОНТРОЛЬ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СПОРТСМЕНІВ У ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОМУ АРМРЕСТЛІНГУ ЯК ОСНОВА ЕФЕКТИВНОГО ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ	
Харківський національний університет міського господарства ім. О.М. Бекетова, Україна, м. Харків	
Бубнов В.О., Конестяпін В.Г., Нужна Н.Є.	234
ЧАСОВІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЕХНІКИ СТРИБКА З ЖЕРДИНОЮ У СТРИБУНІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ	
Львівський державний університет фізичної культури ім. І. Боберського, Україна, м. Львів	
Дейнеко А.Х., Ерсамбетова М.В., Ель-Айюбі С.М.	238
ТРЕНУВАЛЬНІ НАВАНТАЖЕННЯ ТА ЇХ ОПТИМІЗАЦІЯ: КЛЮЧ ДО ТЕХНІЧНОЇ ДОСКОНАЛОСТІ СПОРТСМЕНОК У ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ	
Харківська державна академія фізичної культури, Україна, м. Харків	
Донець Ю.Г., Євтифієва І.І., Євтифієв А.С.	243
СИСТЕМА ТЕСТІВ ДЛЯ КОНТРОЛЮ ПОКАЗНИКА СТАБІЛЬНОСТІ ВИКОНАННЯ ТЕХНІЧНИХ ПРИЙОМІВ ТЕНІСІСТАМИ-ПОЧАТКІВЦЯМИ	
Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	
Євтифієва І.І., Євтифієв А.С., Будник І.О.	248
ВАРІАТИВНІСТЬ ТАКТИЧНИХ РІШЕНЬ СПОРТСМЕНІВ У СПОРТИВНИХ ІГРАХ ТА ЄДИНОБОРСТВАХ ЯК ПОКАЗНИК ІГРОВОГО ІНТЕЛЕКТУ	
Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	
Ісічко Я.В., Тропін Ю.М.	253
ПРИНЦИПИ ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЇ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ У БРАЗИЛЬСЬКОМУ ДЖИУ-ДЖИТСУ	
Харківська держава академія фізичної культури, Україна, м. Харків	

Кайдалов І.І., Білоус О.В. ОЦІНКА СУЧАСНОГО СТАНУ СУДДІВСТВА В ОЛІМПІЙСЬКОМУ ТХЕКВОНДО WT Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	257
Кондрацька Г.Д. МОДЕЛЬ ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ПРОФІЛЬНІЙ ШКОЛІ НУШ Дрогобицький державний педагогічний університет ім. Івана Франка, Україна, м. Дрогобич	260
Кулібаба В.Д., Арабаджи Т.Д., Логвінов М.Д. ТЕНДЕНЦІЇ УНІВЕРСАЛІЗАЦІЇ ІГРОВИХ АМПЛУА В СУЧАСНОМУ МОЛОДІЖНОМУ БАСКЕТБОЛІ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	263
Ляшуга І.Ю., Ковальов О.В., Грдзелідзе С.Р. ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	267
Михайлов Л.Ю., Єфременко А.М. КОНДИЦІЙНЕ ТРЕНУВАННЯ ФУТБОЛІСТІВ 16-17 РОКІВ ЗАСОБАМИ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ З ВИКОРИСТАННЯМ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ Харківська державна академія фізичної культури, Україна, м. Харків	271
Орлов А.Д., Полякова О.О. ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ ДО ЗМАГАНЬ МІСЦЕВОГО РІВНЯ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	274
Пісарькова О.Р. ПСИХОЛОГІЧНІ РЕСУРСИ ОСОБИСТОСТІ СПОРТСМЕНА Національний технічний університет «Дніпровська політехніка», Україна, м. Дніпро	278
Потьомкін А.В., Зінченко Л.В. РОЛЬ ВІДНОВЛЮВАЛЬНИХ ЗАХОДІВ У СТРУКТУРІ МІКРОЦИКЛУ АРМРЕСТЛЕРА ВИСОКОГО РІВНЯ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	281

Савка М.С., Грузевич І.В.	284
ВПЛИВ СИЛОВИХ ВПРАВ НА ПОКРАЩЕННЯ АКРОБАТИЧНОЇ СТІЙКИ НА РУКАХ У СПОРТСМЕНОК ВІКОМ 9-10 РОКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ЧЕРЛІДЕНГОМ Київський столичний університет ім. Бориса Грінченка, Україна, м. Київ	
Тарасов Ю.Д., Поляков І.О.	288
РОЛЬ СПЕЦІАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ У ПІДГОТОВЦІ СПОРТСМЕНІВ ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ ПІДГОТОВКИ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків,	
Федорина Т.Є.	292
ОСОБЛИВОСТІ СИЛОВОЇ ПІДГОТОВКИ ЛЕГКОАТЛЕТІВ У БІГУ НА 400–800 М Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	
Цуркан А.Є., Мусієнко А.В.	296
ВПЛИВ ЗАНЯТЬ БАСКЕТБОЛОМ НА РОЗВИТОК ШВИДКІСНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ПІДЛІТКІВ Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, Україна, м. Харків	
Шерганов В.О.	299
СИСТЕМНИЙ ПІДХІД ДО УПРАВЛІННЯ ПІДГОТОВКОЮ КІКБОКСЕРІВ: ІНТЕГРАЦІЯ ЦИФРОВИХ ІНСТРУМЕНТІВ МОНІТОРИНГУ НА ЕТАПІ ПЕРЕХОДУ ДО ПРОФЕСІЙНОГО СПОРТУ Міністерство молоді та спорту України, ГО «Агентство передових досліджень та інноваційних систем», Україна, м. Київ	
3 СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ	
Азаренкова Є.М., Зінченко Л.В.	302
ТАНЦЮВАЛЬНІ ВИДИ ФІТНЕСУ, ЯК ЗАСОБИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЗВО Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	
Арабаджи Т.Д., Бугорська Н.В, Шепель Т.Р.	305
ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ У ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	

Білоус О.В. ДИСЦИПЛІНА «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ» ЯК ІНСТРУМЕНТ ОВОЛОДІННЯ СТУДЕНТАМИ МЕДИТАТИВНИМ СТАНОМ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	309
Бондаренко Д.О., Кривенцова І.В. ВПРОВАДЖЕННЯ МОДУЛЮ «ВОЛЕЙБОЛ» ПРИ ДИСТАНЦІЙНІЙ ФОРМІ НАВЧАННЯ Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, Україна, м. Харків	314
Бугорська Н.В. ¹ , Бочкарев С.В. ¹ , Бугорська О.А. ² АКТУАЛЬНІСТЬ ВПРОВАДЖЕННЯ ПЕТАНКУ В УКРАЇНІ ЯК ЗАСОБУ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ ТА ОЗДОРОВЛЕННЯ НАСЕЛЕННЯ ¹ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків; ² КЗ ЦПО «Старт», Україна, м. Харків	318
Бугорська О.А. ¹ , Бугорський В.О. ² , Фрелік С.В. ² СТАНДАРТИЗАЦІЯ СПОРТИВНИХ МЕЧІВ ЯК ФАКТОР БЕЗПЕКИ ТА ОПТИМІЗАЦІЇ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ В ІСТОРИЧНОМУ ФЕХТУВАННІ ¹ КЗ ЦПО «Старт», Україна, м. Харків; ² КЗ ХЛ №9, Україна, м. Харків	322
Глядя С.О., Борейко Н.Ю., Юшко О.В. ЗНАЧЕННЯ М'ЯЗОВОЇ МАСИ У ФІЗИЧНОМУ ЗДОРОВ'І ЛЮДИНИ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	326
Горенко З.А., Демченко М.А. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧИМ ПЛАВАННЯМ НА ФІЗИЧНИЙ СТАН ЖІНОК ПОХИЛОГО ВІКУ Національний університет фізичного виховання і спорту України, Україна, м. Київ	333
Далудін С.М., Мусієнко А.В. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО КОНТРОЛЮ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, Україна, м. Харків	336
Єрмолова В.М., Радченко Л.О., Кріль І.М. ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ У СУЧАСНОМУ ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРІ Національний університет фізичного виховання і спорту України, Україна, м. Київ	340

Звягінцева І.М. СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ Харківський національний університет міського господарства ім. О.М. Бекетова, Україна, м. Харків	344
Зюзюка К.А., Внукова О.М. РУХОВА АКТИВНІСТЬ СТУДЕНТІВ ЯК ФАКТОР ПІДВИЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ Київський національний університет технологій та дизайну, Україна, м. Київ	348
Ільїн Б.М., Тимко Є.М. МОТИВАЦІЯ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	351
Казак В.Ю., Арабаджи А.Ю., Фоменко В.В. ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ МІОФАСЦІАЛЬНОГО РОЗСЛАБЛЕННЯ ТА СТРЕТЧИНГУ ЯК ЗАСОБІВ ПОДОЛАННЯ ГІПОДИНАМІЇ У СТУДЕНТІВ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	353
Кондратюк В.І., Демченко Я.В. РОЗВИТОК УРБАН-СПОРТУ (STREET WORKOUT, PARKOUR) ЯК СУЧАСНОГО НАПРЯМУ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ Харківський національний університет Повітряних Сил ім. Івана Кожедуба, Україна, м. Харків	357
Кривенцова І.В., Бражник А.М. МОДУЛЬ «ФУТБОЛ» ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ СПРИТНОСТІ ШКОЛЯРІВ Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, Україна, м. Харків	363
Любієва В.А. ¹ , Долгополова Н.В. ² МЕТОДИ ЗАЛУЧЕННЯ ТА ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ БАДМІНТОНОМ СТУДЕНТІВ ІТ-СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ ¹ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків; ² Харківська державна академія фізичної культури, Україна, м. Харків	367

Лях-Породько О.О., Лях-Породько С.О. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ МАСОВИХ СПОРТИВНИХ ЗАХОДІВ З ОЛІМПІЙСЬКИМИ ТРАДИЦІЯМИ ЯК ГЕНЕЗИС АНТУРАЖУ МАЙБУТНІХ ЧЕМПІОНІВ (НА ПРИКЛАДІ МАЛОВІДОМИХ ЗМАГАНЬ УКРАЇНЦІВ У 1960-ТІ РОКИ) Національний університет фізичного виховання і спорту України, Україна, м. Київ	371
Онопрієнко О.В. РІЗНОВИДИ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ Черкаський державний технологічний університет, Україна, м. Черкаси	375
Онопрієнко О.М. ПРИНЦИПИ КОМПЛЕКТУВАННЯ ТА ХАРАКТЕРИСТИКА МЕДИЧНИХ ГРУП У ЗВО Черкаський державний технологічний університет, Україна, м. Черкаси	379
Падута К.В., Цимбалюк Ж.О. ОЗДОРОВЧА ХОДЬБА ЯК ЗАСІБ ПОДОЛАННЯ ГІПОДИНАМІЇ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, Україна, м. Харків	383
Паншин В.С., Кривенцова І.В. ДИСТАНЦІЙНЕ НАВЧАННЯ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ: ВИКЛИКИ ТА МОЖЛИВОСТІ Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, Україна, м. Харків	386
Синиця Т.О. ¹ , Синиця С.В. ² ДИФЕРЕНЦІАЦІЯ ПРОГРАМ ОЗДОРОВЧОГО ФІТНЕСУ ВІДПОВІДНО ДО ВІКОВИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ КОНТИНГЕНТУ ¹ Національний університету «Полтавська політехніка ім. Юрія Кондратюка», Україна, м. Полтава; ² Полтавський національний педагогічний університет ім. В.Г. Короленка, Україна, м. Полтава	389
Стольна О.М. ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ВЛАСНОГО ЗДОРОВ'Я У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ НУШ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, Україна, м. Харків	393

Стрельникова Є.Я. ВИКОРИСТАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ПРОГРАМ В ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ ДО ЗМАГАНЬ ВОЛЕЙБОЛЬНИХ КОМАНД Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, Україна, м. Харків	397
Субота В.В. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЯК ФАКТОРА ПРОФЕСІЙНОЇ АДАПТАЦІЇ ФАХІВЦІВ СФЕРИ ГОСТИННОСТІ Черкаський державний технологічний університет, Україна, м. Черкаси	402
Темченко В.О. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ Харківський національний університет ім. В.Н. Каразіна, Україна, м. Харків	405
Тіняков А.О. ^{1,2} , Юрченко В.Б. ¹ ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЛАТВІЙСЬКИХ ШКОЛАХ ¹ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків; ² Valkas Jāņa Cimzes ģimnāzija, Latvia, Valka	410
Філіна А.М., Цимбалюк Ж.О. СИЛОВИЙ ФІТНЕС ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, Україна, м. Харків	413
Хацаюк О.В. ¹ , Жембровський С.М. ² ПЕРСПЕКТИВИ ВПРОВАДЖЕННЯ СТАНДАРТУ ТС 3-25.150 «СОМВАТИВЕС» В СИСТЕМУ РУКОПАШНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ НГУ ¹ Київський інститут Національної гвардії України, Україна, м. Київ; ² Навчально-науковий інститут фізичної культури та спортивно-оздоровчих технологій Національного університету оборони України, Україна, м. Київ	416

Церетелі В.О., Блошенко О.І., Кучеренко Г.Г. ЗАСТОСУВАННЯ ІНТЕГРАЛЬНОЇ МОДЕЛІ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧИХ І ТРЕНІНГОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕСІ КОРЕКЦІЇ ПСИХОФІЗИЧНОГО СТАНУ НАСЕЛЕННЯ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	420
Шевченко А.І. ¹ , Назарова Т.Ю. ² ОПТИМІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ НА ЗАСАДАХ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ПІДХОДУ ¹ Харківський національний медичний університет, Україна, м. Харків; ² Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	424
Шип Н.С., Павлова Д.А. ОРГАНІЗАЦІЯ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ ПІДГОТОВКОЮ ЗДОБУВАЧІВ ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, Україна, м. Харків	429
Щербина Ю.І., Васильова Т.Ф. СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ Автотранспортний фаховий коледж НТУ «ДП», Україна, м. Дніпро	433
Ярославська Л.П., Загородній В.В. СУЧАСНІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧІ ТЕХНОЛОГІЇ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ Черкаський державний технологічний університет, Україна, м. Черкаси	436
4 ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ В ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ	
Т. Tretiakov PHYSICAL EDUCATION IN THE NEW UKRAINIAN SCHOOL: SAMBO IN EVERY EDUCATIONAL INSTITUTION University for Peace (established by the United Nations), Serbia, Belgrade; Coach at the Municipal Specialized Youth Sports School "Olympic Hopes", Ukraine, Poltava	440

Аврунін О.Г., Дідюк Н.О., Кривенцова О.В., Семашко С.А. ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРСТАННЯ СУЧАСНИХ ВІДЕОТЕХНОЛОГІЙ ДЛЯ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ ТА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ Харківський національний університет радіоелектроніки, Україна, м. Харків	443
Арабаджи А.Ю., Казак В.Ю., Капустіна Т.В. МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ДИСТАНЦІЙНОГО СУПРОВОДУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНИХ УНІВЕРСИТЕТІВ НА ШЛЯХУ ВІД ТЕОРЕТИЧНИХ ЗНАТЬ ДО ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ОЗДОРОВЧОЇ ПРАКТИКИ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	447
Бойко І.В. ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕРАКТИВНИХ МЕТОДІВ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ У ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ Харківський національний університет внутрішніх справ, Україна, м. Кам'янець-Подільський	451
Грибан Г.П. ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО РОБОТИ ВЧИТЕЛЕМ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У НОВІЙ УКРАЇНСЬКІЙ ШКОЛІ Житомирський державний університет ім. Івана Франка, Україна, м. Житомир	454
Дацюк М.К. ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗУПИНКИ КРИТИЧНОЇ КРОВОТЕЧІ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ Київський столичний університет ім. Бориса Грінченка, Україна, м. Київ	458
Дегтярьова І.В., Гасан Ю.М. ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В НТУ «ХПІ» Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	460
Дерій В.С., Тімашева О.В. ВИКОРИСТАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ У ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ: МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ Київський столичний університет ім. Бориса Грінченка, Україна, м. Київ	465

Іванченко М.Ю., Внукова О.М. ОСОБЛИВОСТІ ПРАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ БАКАЛАВРІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ Київський національний університет технологій та дизайну, Україна, м. Київ	470
Родигіна В.П., Бабаджанян В.В., Курій О.В. НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЦЕС З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ФОРМАТІ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	474
Симонік А.В., Сватъєв А.В, Воронкова Т.В., Холод Ю.О. ПЕРСОНАЛІЗАЦІЯ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ МАГІСТРІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ Запорізький національний університет, Україна, м. Запоріжжя	478
Сорокін С.О., Захватава Т.Є., Єгоров А.Б. ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЯКОСТІ ОСВІТНІХ ПРОЦЕСІВ Харківський національний університет радіоелектроніки, Україна, м. Харків	482
Шевченко П.М. ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	486
Юр'єва І.А., Юр'єв М.О. ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ В ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ: КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	490
5 ФУНДАМЕНТАЛЬНІ ТА ПРИКЛАДНІ ДОСЛІДЖЕННЯ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ	
Buriak K.Iu., Poliakova O. MANAGEMENT OF THE TRAINING PROCESS National Technical University "Kharkiv Polytechnic Institute", Ukraine, Kharkiv	496
Chyhrinova S., Poliakova O. THE IMPORTANCE OF MANAGEMENT IN THE PREPARATION OF HORSE AND RIDER FOR EQUESTRIAN COMPETITIONS National Technical University "Kharkiv Polytechnic Institute", Ukraine, Kharkiv	499

Durava A., Poliakova O. THE ROLE OF SOCIAL MEDIA IN THE MARKETING OF SPORTS SERVICES: RUNNING CLUB CULTURE AS A NEW LIFESTYLE TREND National Technical University “Kharkiv Polytechnic Institute”, Ukraine, Kharkiv	502
Egoyan A.E. USING COMPUTER SIMULATORS TO IMPROVE SHOTS ON GOAL EFFICIENCY IN FOOTBALL Georgian State University of Sport, Georgia, Tbilisi	506
Hajimuradov Mais Saleh SPORT AS A TOOL FOR SEPARATIST PROPAGANDA: THEORETICAL APPROACHES AND PRACTICAL COUNTERMEASURES (CASE STUDIES OF THE REPUBLIC OF AZERBAIJAN AND UKRAINE) National Federation of Jiu-jitsu Azerbaijan Republic, Azerbaijan, Baku	510
Ilya Khipashvili SPORTS SCIENCE AND ITS ROLE IN MODERN SPORTS Georgian State University of Sport, Georgia, Tbilisi	515
Krainia V.P., Poliakova O.O. BUILDING CUSTOMER LOYALTY IN SPORTS CLUBS National Technical University “Kharkiv Polytechnic Institute”, Ukraine, Kharkiv	519
Lysenko Anastasiia, Poliakova Oksana FEATURE OF MANAGEMENT IN ESPORT ORGANIZATION National Technical University “Kharkiv Polytechnic Institute”, Ukraine, Kharkiv	523
Osman M.A. THE ROLE OF CYBERSECURITY IN HEALTH-MONITORING TECHNOLOGIES FOR IT STUDENTS Kharkiv National University of Radio Electronics, Ukraine, Kharkiv	525
Pavlo O. Sirenko INDIVIDUALIZATION OF THE TRAINING PROCESS BASED ON BIOMECHANICAL AND PHYSIOLOGICAL INDICATORS OF ATHLETES Riga Stradiņš University, Latvia, Riga	527
Poliakova O., Poliakov I. AN INTEGRATED MODEL OF TRAINING TECHNOLOGIES AND SPORTS AND WELLNESS PRACTICES FOR RESTORING THE PSYCHOPHYSICAL HEALTH OF THE UKRAINIAN POPULATION IN WARTIME National Technical University “Kharkiv Polytechnic Institute”, Ukraine, Kharkiv	530

Skorokhod O.M. THE USE OF VIRTUAL REALITY AS A TOOL FOR IMPROVING ENDURANCE EXERCISE PERFORMANCE PhD, researcher Stanford University, USA, Stanford	533
Васильєв Ю.К. СТАТИСТИЧНИЙ АНАЛІЗ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ГИРЬОВОМУ СПОРТІ (2020–2025) ТА ПЕРСПЕКТИВИ ЙОГО ОБ'ЄКТИВІЗАЦІЇ МЕТОДАМИ КОМП'ЮТЕРНОГО ЗОРУ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	536
Внукова О.М., Гоянюк Б.Р. ВПЛИВ ЩОДЕННИХ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ Київський національний університет технологій та дизайну, Україна, м. Київ	544
Доценко М.С., Гелета Д.Д. ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ НА МОЗОК Харківський національний університет радіоелектроніки, Україна, м. Харків	547
Ємеліна В.С., Хмельницька Ю.К. ГОРМОН ПЕРЕМОГИ ЧИ ПОРАЗКИ? РОЛЬ КОРТИЗОЛУ У ФІГУРНОМУ КАТАННІ Національний університет фізичного виховання і спорту України, Україна, м. Київ	551
Желавський А.С., Полякова О.О. АНАЛІЗ МЕТОДІВ ВІДНОВЛЕННЯ СПОРТСМЕНІВ ПІСЛЯ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	555
Завадяк Г.М., Хома Т.В. РОЛЬ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ПРОФЕСІЙНОМУ СТАНОВЛЕННІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ Державний вищий навчальний заклад «Ужгородський національний університет», Україна, м. Ужгород	559
Земцова І.І. ВИКОРИСТАННЯ ТЕРМІНОВИХ ТА ВІДСТАВЛЕНИХ ТРЕНУВАЛЬНИХ ЕФЕКТІВ ДЛЯ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ КОРЕКЦІЇ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ВЕСЛЯРІВ Національний університет фізичного виховання і спорту України, Україна, м. Київ	562

Коваржик А.С., Тимко Є.М. ТАЙЦЗІЦЮАНЬ ТА ЦИГУН: КИТАЙСЬКА ТЕРАПІЯ ДЛЯ ЗДОРОВ'Я Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	566
Маринкевич М.О., Шутяк І.А. ЕПГЕНЕТИЧНІ МАРКЕРИ АДАПТАЦІЇ ОРГАНІЗМУ ДО ВИСОКОІНТЕНСИВНИХ ІНТЕРВАЛЬНИХ НАВАНТАЖЕНЬ (НІТ) Навчально-науковий інститут № 4, Харківський національний університет внутрішніх справ, Україна, м. Кам'янець-Подільський	569
Ніканоров К.М., Петрухан-Щербакова Л.Ю., Тіптюк Ю.С. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ НАСЕЛЕННЯ В УМОВАХ КРИЗОВИХ ЯВИЩ Київський столичний університет ім. Бориса Грінченка, Україна, м. Київ	574
Новомлинський Є.М., Слепушкін С.О. ОДНОБОРСТВА ЯК СПОСІБ ВИХОВАННЯ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ У ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ Слов'янський енергобудівний фаховий коледж, Україна, м. Слов'янськ	577
Петренко О.О., Петренко В.О. ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ПІДГОТОВЦІ СПОРТСМЕНІВ З ПОРУШЕННЯМИ ЗОРУ В ПАРА-АРМРЕСТЛІНГУ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	580
Поляков І.О., Полякова О.О. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО ВИГОРАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ СПОРТСМЕНІВ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	583
Полякова О.О. ¹ , Пишкіна Е.В. ² ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ВІЛЬНОЮ БОРОТЬБОЮ ¹ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків; ² Харківська державна академія фізичної культури, Україна, м. Харків	587

Полянський А.М. РОЛЬ ЗВОТНОГО ЗВ'ЯЗКУ У ФОРМУВАЛЬНОМУ ОЦІНЮВАННІ НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ В УМОВАХ ЗМІШАНОГО НАВЧАННЯ Національний юридичний університет ім. Ярослава Мудрого, Україна, м. Харків	591
Риженко Д. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ФІЗИЧНОЇ ТА ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ, ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТИВНИМ ГІРСЬКИМ ТУРИЗМОМ Харківська державна академія фізичної культури, Україна, м. Харків	595
Стеблюк С.В. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ПІДХОДИ У РОБОТІ ІЗ ДІТЬМИ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ Державний вищий навчальний заклад «Ужгородський національний університет», Україна, м. Ужгород	598
Сухорукова О.В. ФІЗИЧНІ ВПРАВИ В КОНТЕКСТІ ТРАВМАПЕДАГОГІКИ ДЛЯ ДІТЕЙ МОЛОДШИХ КЛАСІВ Комунальний заклад «Харківський ліцей №144 Харківської міської ради», Україна, м. Харків	602
Ткаченко Г.В. СПОСІБ ОЦІНКИ ІНТЕГРАЛЬНОГО АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОРГАНІЗМУ ЛЮДИНИ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	604
Церковна О.В., Теплов М.О. ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ ТА ІМУННА СИСТЕМА Харківський національний університет радіоелектроніки, Україна, м. Харків	608
Шамардін І.С., Поляков І.О. ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЯ ТА ТЕХНОЛОГІЧНА ОПТИМІЗАЦІЯ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ХОКЕЇСТІВ 18-20 РОКІВ НА ОСНОВІ ЦИФРОВОГО МОНІТОРИНГУ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНО-СИЛОВОГО ТРЕНІНГУ Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут», Україна, м. Харків	612

СУЧАСНІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧІ ТЕХНОЛОГІЇ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Ярославська Л.П., Загородній В.В.

Черкаський державний технологічний університет,

Україна, м. Черкаси, 0964729873@ukr.net, zagorodniyvv@ukr.net

Анотація. Проаналізовано роль та місце сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання здобувачів закладів вищої освіти. Висвітлено актуальність впровадження інноваційних підходів для підвищення рівня рухової активності та зміцнення здоров'я сучасної молоді. Досліджено ефективність застосування популярних видів оздоровчих занять у структурі обов'язкових академічних занять. Обґрунтовано необхідність персоналізації фізичних навантажень з урахуванням індивідуального стану здоров'я та мотивації здобувачів освіти. Отримані результати підтверджують, що використання новітніх технологій сприяє формуванню ціннісного ставлення студентів до здорового способу життя.

Ключові слова: *студент, фізичне виховання, види занять, оздоровча технологія, здоров'я*

Вступ. Нині в умовах повномасштабної війни дисципліна «Фізичне виховання» у закладах вищої освіти трансформувалась у стратегічно важливий елемент національної безпеки, оскільки виступає невід'ємною складовою загальної фізичної культури, пріоритетною метою якої є зміцнення соматичного здоров'я, підтримання прикладної й фізичної підготовки та працездатності, а також соціалізація, реабілітація та відновлення функціональних систем організму.

Мета дослідження полягає в аналізі стану фізичного виховання та обґрунтуванні модернізації освітніх програм, спрямованих на збереження здоров'я, формування мотивації до здорового способу життя, впровадження дистанційних (змішаних) форматів та забезпечення

професійної працездатності студентів.

Результати дослідження та їх обговорення. На сучасному етапі першочерговим є залучення студентів до регулярної рухової активності, що диктує впровадження сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій, які вимагають специфічних вимог, рис та пріоритетних напрямів, а саме:

- розробка навчальних програм відповідно до вимог державних стандартів;

- підготовка навчальної документації для медичних груп із урахуванням індивідуалізації та диференційованого підходу;

- впровадження дистанційних та змішаних форматів навчання та забезпечення професійної працездатності здобувачів;

- впровадження ігрових видів спорту (волейбол, футбол, баскетбол, теніс, бадмінтон), які крім розвитку фізичних якостей виховують командний дух, самодисципліну, розвивають стратегічне мислення та впевненість у собі;

- введення кондиційного тренування спрямоване на підвищення показників рівня фізичної підготовленості, оптимізації рухової активності та зміцнення стану здоров'я. Використання аеробного тренування, кросфіту, TRX (Total Body Resistance Exercise), фітнес-програм та функціонального тренінгу для формування базової витривалості та сили, що має прикладне значення;

- включення стрес-менеджменту та релаксації дозволяє диференціювати навантаження залежно від функціональних можливостей осіб, що займаються, поступово оптимізуючи і фізіологічні показники їхнього організму. Інтеграція технік дихальної гімнастики, аеробіки, йоги, каланетики, пілатесу, тілесної релаксації, стретчингу сприяє активізації парасимпатичної нервової системи, зниженню рівня кортизолу та зменшенню тривожності;

- лікувальна фізична культура та фізична реабілітація. Впровадження загально-розвиткових вправ для корекції постави, відновлення опорно-рухового апарату та розслаблення для зняття спазмів і м'язової напруги, що актуально при тривалому перебуванні в укритті чи за комп'ютером;

- оздоровчо-реакційна рухова активність на відкритому повітрі у

природних умовах, яка пов'язана з подоланням перешкод та змагальною діяльністю (туристичні походи, плавання, ігри, ходьба) сприяє зняттю стресу, покращенню настрою та підвищенню загальної працездатності;

– масовий спорт, спортивно-масові заходи (змагання, ігри, розваги тощо) спрямовані на раціональне використання студентами рухової активності, покращення фізичного стану та зміцнення здоров'я в цілому, проведенні активного відпочинку і як наслідок - зняття нервово-емоційного напруження, фокусуються на процесі і здоров'ї та не вимагають професійної підготовки;

– естетико-спортивні заходи із використанням музичного супроводу сприяють створенню позитивного емоційного настрою, спрямовані на демонстрацію рухових досягнень та популяризацію здорового способу життя (показові виступи, фестивалі спорту та краси, виступи з елементами шоу, хореографії, художні номери, костюмовані паради).

Вимоги до розробки та проектування фізкультурно-оздоровчих програм для студентської молоді у закладах вищої освіти повинні ґрунтуватися на принципах гуманізму, оздоровчої спрямованості, доступності та відповідності державним стандартам освіти:

– варіативність: різноманітність форм, засобів та методик, що відповідають запитам студентів, зокрема використання інноваційних підходів (заняття на природі, музичний супровід, нетрадиційні системи);

– диференціація та індивідуалізація: адаптація фізичних навантажень відповідно до вікових особливостей, морфофункціонального стану та рівня здоров'я кожного здобувача;

– діагностика та моніторинг: контроль, самоконтроль та оцінка реакції серцево-судинної, дихальної системи на навантаження (зокрема, моніторинг частоти серцевих скорочень, дихання); систематичний контроль рівня фізичної підготовленості та стану здоров'я за допомогою тестів та контрольних нормативів;

– когнітивно-освітня спрямованість: формування теоретичного базису знань щодо впливу фізичних вправ на організм та ознайомлення з

новітніми методиками тренувань;

– соціально-психологічна стимуляція: розвиток мотивації через спортивно-масові заходи, громадську підтримку та організацію дозвілля у позанавчальний час.

Висновки. Отже, реалізація сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій в закладах вищої освіти забезпечує вирішення комплексу завдань:

1) *безпекових* – за потреби, запровадження дистанційних та змішаних форматів навчання;

2) *психофізіологічних* – стабілізація нервової діяльності, підвищення загального тону організму та покращення емоційного стану;

3) *соматичних* – нормалізація гемодинаміки, метаболізму та збільшення життєвої ємності легень;

4) *рухових* – розвиток фізичних якостей: витривалості, швидкості, сили, вдосконалення координаційних здібностей, спритності, гнучкості та навичок просторового орієнтування;

5) *виховних* – формування дисциплінованості, організованості, впевненості та розвиток вольових якостей особистості.

Список джерел інформації:

1 Гордєєва, К. (2023). Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології в науковому просторі. *Професіоналізм педагога: теоретичні й методичні аспекти*, (19), 43-52.

<https://doi.org/10.31865/2414-9292.19.2023.285664>

2 Довгань, Н. Ю., & Гаєва, С. О. (2020). Фітнес-технології фізичного виховання у закладах вищої освіти: навч. посіб. Ірпінь: Ун-т ДФС України, 358.

<https://ir.dpu.edu.ua/handle/123456789/622>

3 Москаленко, Н. В., Кошелева, О. О., & Сидорчук, Т. В. (2022) Фізичне виховання в закладах вищої освіти: інноваційні підходи. Монографія. Дніпро. 306.

<http://infiz.dp.ua/misc-documents/repozit/monograf/monog-2025-11.pdf>