

**Міністерство освіти і науки України
Національний університет
фізичного виховання і спорту України**

**Актуальні проблеми фізичної культури, спорту, фізичної
терапії та ерготерапії: біомеханічні, психофізіологічні та
метрологічні аспекти**

Матеріали
**II Всеукраїнської електронної науково-практичної
конференції з міжнародною участю**

*23 травня 2019 р.
Київ, Україна*

УДК 796.012.1:612.821:006.91

ББК 75.076

А 43

Актуальні проблеми фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії: біомеханічні, психофізіологічні та метрологічні аспекти: Матеріали II Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю (Київ, 23 травня 2019 р.) / ред. Г.В. Коробейников, В.О. Кашуба, В.В. Гамалій. – К.: НУФВСУ, 2019. – 115 с.

Редакційна колегія:

Антомонов М.Ю., д.б.н., професор
Бондарь О. М., к.фіз.вих., доцент
Гамалій В. В., к.пед.н., професор
Гончарова Н.М., к.фіз.вих., доцент
Жарова І.О., д.фіз.вих., доцент
Жирнов О.В., к.фіз.вих.
Кашуба В. О., д.фіз. вих., професор
Коробейников Г.В., д.б.н., професор
Лазарєва О.Б., д.фіз. вих., професор
Литвиненко Ю.В., к.фіз.вих., доцент
Носова Н.Л., к.фіз.вих., доцент
Шевчук О.М., к.фіз.вих.
Хмельницька І.В., к.фіз.вих., доцент
Юрченко О.А., к.фіз.вих.
Харкавлук-Балакіна Н.В., к.б.н.
Baić Mario, PhD, Professor

У збірнику представлені матеріали з актуальних питань фізичної культури, спорту, фізичної терапії та ерготерапії з позиції біомеханічних, психофізіологічних та метрологічних аспектів. Розглянуто сучасні підходи і технології вдосконалення спортивно-технічної та тактичної майстерності, морфо-біомеханічні особливості руху людини – теоретичні та практичні аспекти моніторингу в спорті, фізичному вихованні, фізичній терапії та ерготерапії, біомеханічні та психофізіологічні аспекти формування тренувального процесу в спорті вищих досягнень, біомеханічні аспекти здорового способу життя як основи здоров'яформуючих та здоров'язберігаючих технологій у фізичному вихованні і спорті, біомеханічні технології в процесі адаптивного фізичного виховання, фізичної терапії та ерготерапії, моделювання, вимірювання та прогнозування у фізичному вихованні і спорті.

Зміст матеріалів конференції може представляти теоретичний та практичний інтерес для докторантів, аспірантів, магістрів, тренерів, викладачів, співробітників наукових установ та студентів.

Електронна версія збірника розміщена на сайті: <http://www.uni-sport.edu.ua/content/naukovi-konferenciyi-ta-seminary>

© Національний університет фізичного виховання
і спорту України, 2019

ЗМІСТ

І напрям. СУЧАСНІ ПІДХОДИ І ТЕХНОЛОГІЇ ВДОСКОНАЛЕННЯ СПОРТИВНО-ТЕХНІЧНОЇ ТА ТАКТИЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ

Khmelnitska Irene, Khurtyk Dmytro

Improving technical activities of elite skiers with hearing impairment based on computer modeling 7

Shevchuk Olena, Gamalii Volodymyr, Bakum Andrii, Baidachenko Vadym

Biomechanical means for optimizing of technical and tactical training of highly skilled fencers 8

Байдаченко Вадим

Вплив змін правил на техніко-тактичні дії фехтувальників-шаблістів високої кваліфікації 10

Гамалий Владимир, Литвиненко Юрий

Управление технической подготовкой метателей диска на основе формирования рациональной ритмовой структуры действий 11

Пимоненко Марія, Костюченко Ольга, Грицай Владислав

Дослідження тенденції підвищення ефективності підготовки спортсменів, які спеціалізуються у стрибках на батуті 13

Сасенко Володимир, Толчева Ганна, Мусієнко Костянтин, Нусанов Євген,

Рибалка Артем

Фактори спортивної результативності українських пауерліфтерів 16

Харковлюк-Балакіна Наталія

Використання дисципліни роликового спорту "INLINE ALPINE" для кондиційного тренування та технічного вдосконалення гірськолижників 18

Харковлюк-Балакіна Наталія, Кулініч Анастасія

Вплив психофізіологічного потенціалу спортсменів на реалізацію технічної майстерності у східних єдиноборствах 20

Хмельницька Ірина, Крупеня Світлана

Вдосконалення спортивної техніки кваліфікованих гімнасток у її фазі опорного стрибка типу «Цукара» 21

Чиченьова Оксана

Тактичні прийоми в процесі навчання гри у настільний теніс 23

Шандригось Віктор

Особливості удосконалення технічних дій борців вільного стилю на етапі спеціалізованої базової підготовки 24

II напрям. МОРФО-БІОМЕХАНІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РУХУ ЛЮДИНИ – ТЕОРЕТИЧНІ ТА ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ МОНІТОРИНГУ В СПОРТІ, ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ, ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ

Блистів Тарас, Дудко Михайло, Лутій Руслан

Підвищення ефективності оздоровчо-рекреаційної діяльності учнівської молоді у позашкільних закладах освіти туристсько-краєзнавчого напрямку 27

Кашуба Віталій, Бондар Олена, Носова Наталія

Контроль просторової організації тіла дітей старшого дошкільного віку в процесі фізичного виховання 28

Клименко Катерина

Використання інноваційних технологій в біомеханіці і оцінці максимального (змагального) веслування на воді та ергометрах різного типу 30

Міщук Діана

Особливості варіабельності серцевого ритму під час інформаційного навантаження 31

ФАКТОРИ СПОРТИВНОЇ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТІ УКРАЇНСЬКИХ ПАУЕРЛІФТЕРІВ

Саєнко Володимир^{1,2}, Толчева Ганна², Мусієнко Костянтин², Нусанов Євген²,
Рибалка Артем²

¹Вища школа управління і адміністрації, Ополе, Польща

²Луганський національний університет імені Тараса Шевченка, Старобільськ, Україна

Вступ. Спортивний результат відображає показник реалізації власних можливостей спортсмена, оцінюваний за встановленими критеріями, висунутих до змагань. Спортивна результативність збірної команди України з пауерліфтингу в останні роки відображає динамічний прогрес, на що вказує здобуття все більшої кількості медалей, встановлення рекордів і боротьба у командному заліку за перші місця у підсумку різних вікових груп спортсменів. Така динаміка спортивної результативності, що є позитивною, може бути збереженою і надалі, якщо будуть ураховані комплекси факторів спортивної результативності.

Сучасні літературні джерела з пауерліфтингу детально висвітлюють досягнення українських спортсменів на міжнародній арені [1, 8], обґрунтовують тренувальні програми та застосування обсягів навантаження в окремих періодах підготовки пауерліфтерів [3-5], рекомендують оптимальні параметри пріоритетних у пауерліфтингу фізичних якостей [11], фіксують динаміку біохімічних показників пауерліфтерів в тренувальному процесі та під час змагань [9], розкривають особливості організації занять для осіб з порушенням зору [6] та занять зі студентською молоддю [12], відображають методичну складову щодо підготовки майбутніх тренерів з пауерліфтингу [7] і т.ін. Окремі наукові практичні розробки присвячені меті підвищення результативності в пауерліфтингу [2, 10]. Але це питання все ще потребує проведення теоретичного узагальнення.

Мета роботи – доведення доцільності урахування комплексу факторів спортивної результативності в пауерліфтингу.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури.

Результати дослідження та їх обговорення. Виходячи з теорії спортивного тренування, у якості провідних факторів спортивної результативності виступає їх наступний ряд, а саме: активність спортсмена, діяльність тренера, психогігієнічний клімат у збірній команді, мотивація спортсмена, антропометричні і біологічні особливості та спортивні здатності спортсмена. Немаловажну роль відіграють і фактори зовнішнього середовища, що впливають на працездатність і ефективність діяльності.

У більш детальнішому аналізі виокремлюється інший ряд факторів, що впливають на змагальний результат. Їх зміст зводиться до:

- складності змагальної програми та дотримання правил змагань;
- оптимальності готовності у фізичному відношенні, за якою відтворюється певний рівень виконавської майстерності, відсутність помилок та ін.;
- пристосованості особистого психологічного стану за вміннями користуватися прийомом саморегуляції стресу та врегулювання психічного настрою;
- збагачення змагального досвіду, вправності та володіння тактичною лабільністю;
- уміння взаємодії спортсмена з повним складом тренерського колективу;
- належної організації тренувального процесу та ефективним проведенням зборів напередодні змагання;
- дотримання стандартів організації змагань та забезпечення кваліфікованого і об'єктивного суддівства;
- стабільності і надійності виступу спортсмена незважаючи на відволікаючі фактори;
- дотримання загального режиму праці і відпочинку, ритму спортивного життя та дисциплінарних правил;
- позитивного емоційного фону у оточенні;

своєчасності географічної пристосованості та кліматичної адаптації спортсмена.

Висновки. Досвід застосування зведених у систему факторів у повсякденні тренувальній взаємодії доводить, що гармонійно розвинений спортсмена включається у конкурентне змагальне середовище за органічною стабільністю та кумулятивною здатністю до дії і перемоги.

Література

1. Бычков АН, Саенко ВГ, Бычкова АЮ. Статистика командных достижений на экипировочных чемпионатах Европы по пауэрлифтингу 2011-2015 годов. В: Особенности организации физкультурно-оздоровительной деятельности в вузах на современном этапе социально-политического развития России: матер. Междунар. науч.-метод. конф. В 3 т., Т. 3. – Уфа : Изд-во УГНТУ, 2016. с. 32-7.
2. Бычкова АЮ, Саенко ВГ, Бычков АН. Соотношение рекордных соревновательных результатов и собственного веса пауэрлифтера. В: Евразийское образовательное пространство: приоритеты, проблемы и решения: Сб. матер. Междунар. науч.-практ. конф. Оренбург : «Экспресс-печать», 2015. с. 19-23.
3. Дубовой АВ, Саенко ВГ. Тренировочные нагрузки пауэрлифтеров высокой квалификации в годичном цикле подготовки. Probleme actuale privind perfectionarea sistemului de învățămînt în domeniul culturii fizice: conf. st. intern. Chisinau: Editura USEFS, 2013. p. 456-8.
4. Дубовой ВВ, Саенко ВГ. Розподілення тренувальних навантажень за періодами річного циклу підготовки пауерліфтерів високої кваліфікації. Теорія і практика фізичного виховання. 2013;1:87-96.
5. Ковальов ДО, Бичков ОМ, Полулященко ЮМ, Саенко ВГ, Бичкова ОЮ. Тренувальна програма підготовки студентів-пауерліфтерів до перших змагань. В: Сучасні біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті : матер. V Всеукраїн. електрон. конф. К. : НУФВСУ, 2017. с. 27-9.
6. Одаренко ИВ, Саенко ВГ, Полулященко ЮМ. Пауэрлифтинг как средство социальной адаптации людей с нарушенным зрением. В: Медицинское образование XXI века : компетентностный подход и его реализация в системе непрерывного медицинского и фармацевтического образования : Сб. матер. Республ. науч.-практ. конф. с междунар. участием. Витебск : ВГМУ, 2017. с. 583-8.
7. Полулященко ЮМ, Бычков АН, Саенко ВГ, Дубовой АВ, Ковалев ДА. Подготовка тренеров по пауэрлифтингу в классическом университете. Физическая культура и спорт в системе высшего образования: матер. V Междунар. науч.-метод. конф. в 2 т. Т. 1. Уфа : Изд-во УГНТУ, 2017. с. 207-10.
8. Саенко ВГ. Современные достижения пауэрлифтеров Украины. В: Олимпийский спорт, физическая культура, здоровье нации в современных условиях : Сб. науч. трудов XI Междунар. науч.-практ. конф. Луганск : Изд-во ЛНУ имени Тараса Шевченко, 2014. с. 246-53.
9. Саенко ВГ Дубовой ОВ, Дубовой ВВ. Біохімічний аналіз сечі пауерліфтерів високої кваліфікації на тренувальних заняттях та змаганнях. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2015;2(30):155-59.
10. Саенко ВГ, Дубовой ОВ. Вплив основних тренувальних вправ на ефективність демонстрації змагальних результатів кваліфікованих пауерліфтерів-важковаговиків. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2015;19, Т. 2.:354-8.
11. Саенко ВГ, Дубовой ВВ. Показники силових і швидкісно-силових якостей пауерліфтерів високої кваліфікації. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. 2013;107. Т. II. с. 363-5.
12. Саенко ВГ, Дубовой ВВ. Характеристики фізичного стану університетської молоді загальної групи фізичного виховання та студентів, які систематично займаються пауерліфтингом. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, Серія № 15 Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. 2013;5(30)13:270-3.