

Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Департамент економічного розвитку, торгівлі та залучення інвестицій
Полтавської обласної військової адміністрації
Полтавська торгово-промислова палата
Університет Флорида (США)
“1 DECEMBRIE 1918” University of Alba Iulia (Румунія)
Білостоцький технологічний університет (Польща)
Вільнюський університет прикладних наук (VIKO) (Литва)
London Metropolitan University (Велика Британія)
Словацький технологічний університет (Словаччина)
Рада молодих вчених Національної академії наук України
Рада молодих вчених Національного університету «Запорізька політехніка»
Рада молодих вчених Національного технічного університету «Дніпровська політехніка»
Рада молодих вчених Національного університету «Чернігівська політехніка»
Рада молодих вчених Національного університету «Одеська політехніка»
Рада молодих вчених Одеського національного університету імені І.І. Мечникова
Рада молодих вчених Ізмаїльського державного гуманітарного університету
Рада молодих вчених Глухівського національного педагогічного університету
імені Олександра Довженка
Рада молодих вчених Сумського національного аграрного університету
Рада молодих вчених Національного технічного університету України
«Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»
Рада молодих вчених Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди
Рада молодих вчених Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
Наукове товариство студентів та молодих вчених Хмельницького національного університету
Рада молодих вчених Київського національного університету будівництва та архітектури
Рада молодих вчених Херсонського державного аграрно-економічного університету

МОЛОДІЖНА НАУКА: ІННОВАЦІЇ ТА ГЛОБАЛЬНІ ВИКЛИКИ

ЗБІРНИК ТЕЗ

Міжнародної науково-практичної конференції студентів,
аспірантів та молодих вчених



Полтава, 06 листопада 2024 року

УДК 796.011:613.7-043.86

Йона Тетяна Володимирівна

здобувач освіти третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти
Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія
Кондратюка»

**СТАН ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ЗАСТОСУВАННЯ
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У СФЕРІ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ**

У сучасному світі здоров'я нації визнається одним із пріоритетних напрямків розвитку держави. Зростання гіподинамії, екологічні проблеми та інші фактори негативно впливають на стан здоров'я людей. Це робить актуальним питання застосування здоров'язбережувальних технологій у сфері фізичної культури та спорту.

Здоров'язбережувальні технології є важливою складовою фізичної культури та спорту в Україні, оскільки їхнє впровадження допомагає вирішувати проблему зниження рівня фізичної активності, поширеної серед різних груп населення, особливо в міських умовах. Основними напрямками розвитку є інтеграція нових методик у програми фізичного виховання та створення умов для збереження і відновлення здоров'я серед молоді, студентів і літніх людей [1].

Сьогодні в українських закладах освіти активно застосовуються здоров'язбережувальні програми, що включають додаткові години фізичної культури та інноваційні форми занять. Наприклад, у загальноосвітніх школах введено 3-4 години фізичної культури на тиждень, що дозволяє підвищити рівень фізичної підготовки учнів, а також стимулює їх до здорового способу життя. У закладах вищої освіти зростає популярність спеціальних курсів для студентів, які потребують додаткової підтримки для покращення фізичного стану, таких як йога, фітнес і адаптивна фізична культура.

Особливу увагу приділяють впровадженню інформаційних технологій, які допомагають моніторити фізичний стан учасників занять та контролювати їхній прогрес. Здоров'язбережувальні програми також інтегруються в навчальний процес майбутніх фахівців фізичної культури та спорту, що дозволяє формувати у них професійні навички для подальшої роботи в галузі фізичної культури та спорту. [2,3]

Перспективи розвитку:

1. Інноваційні технології та новітні підходи: Використання сучасних технологій, таких як мобільні додатки для моніторингу стану здоров'я, веб-орієнтовані платформи для дистанційних тренувань, тренажери з біологічним зворотним зв'язком, які дозволяють відстежувати фізичний прогрес у режимі реального часу. Це відкриває нові можливості

для розвитку здоров'язбережувальної сфери, особливо у спортивних клубах та фітнес-центрах.

2. Розширення програм фізичної активності для різних вікових груп: Національні програми орієнтовані на різні групи населення – від дітей до літніх людей, що дозволяє адаптувати фізичні навантаження до їхніх індивідуальних потреб. Наприклад, фітнес-технології та спеціальні програми адаптивної фізичної культури використовуються для дітей та молоді, тоді як для літніх людей популяризуються оздоровчі програми, спрямовані на профілактику вікових захворювань.

3. Підготовка кваліфікованих фахівців: Серед важливих завдань є підготовка кваліфікованих кадрів, які володіють знаннями у сфері здоров'язбереження, психології спорту, реабілітаційної роботи та інноваційних методик. Це включає спеціалізоване навчання для тренерів, фізичних терапевтів та викладачів фізичної культури, що забезпечить якісне впровадження здоров'язбережувальних технологій у практику фізичного виховання та спортивної підготовки.

Хоча здоров'язбережувальні технології демонструють значний потенціал, їхнє широке впровадження стикається з фінансовими обмеженнями та недостатньою кількістю кваліфікованих фахівців. Потрібні додаткові інвестиції у спортивну інфраструктуру, спеціальні програми для підготовки професіоналів, а також вдосконалення законодавства для підтримки здоров'я населення на національному рівні. Сприяння розвитку цих технологій сприятиме здоровому способу життя та покращенню показників здоров'я населенню [3].

Стан та перспективи розвитку здоров'язбережувальних технологій у сфері фізичної культури та спорту України є важливим аспектом загальної стратегії покращення здоров'я нації. Розширення програм для різних вікових груп, впровадження інноваційних технологій і підготовка кваліфікованих кадрів забезпечать не лише покращення фізичної підготовки населення, але й зміцнення здоров'я нації загалом.

Список використаних джерел

1. Рибалко Л. М. Здоров'язбережувальні технології як педагогічна і соціальна проблема / Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі: колективна монографія; за заг. ред. Л. М. Рибалко. Тернопіль: PRINMAX, 2021. С. 8–29.

2. Зубарєв Д. Ю., Холодова О. В. Інноваційні підходи до формування здорового способу життя у студентів / Д. Ю. Зубарєв, О. В. Холодова // Фізична культура, спорт і здоров'я нації. - 2020. - Т. 10. - С. 67–74.

3. Крутих О. М., Саєнко В. В. Використання сучасних здоров'язбережувальних технологій у підготовці спортсменів / О. М. Крутих, В. В. Саєнко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. - 2021. - № 2. - С. 45–53.