11. Loiko, O.M. Boks u systemi fizychnoi pidhotovky kursantiv vyshchykh viiskovykh navchalnykh zakladiv. (2021). *Scientific Collection «InterConf».* № 94. : with the Proceedings of the 5th International Scientific and Practical Conference «Science, Education, Innovation: Topical Issues and Modern Aspects» (December 25-26, 2021). Tallinn, Estonia: Ühingu Teadus juhatus, 682-686. ISBN 978-5-7983-4322-5. [Ukraine].
12. Otkydach, V., Zolochevskyi, V., & Kuryshko, Ye. (2019). Teoretychnyi analiz orhanizatsii spetsialnoi fizychnoi pidhotovky kursantiv zasobamy viiskovo-sportyvnykh bahatoborstv. *Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii,* 8,195-202. [Ukraine].
13. Petrenko, Yu.M., & Dudnik, Yu.M. (2025). Futzal yak zasib fizychnoho vykhovannia ctudentskoi molodi. *Problemy i perspektyvy rozvytku sportyvnykh ihor ta odnoborstv u zakladakh vyshchoi osvity,* 134-138. [Ukraine].
14. Prontenko, K.V. (2009). Udoskonalennia fizychnoi pidhotovlenosti kursantiv operatorskykh spetsialnostei zasobamy hyrovoho sportu na etapi pervynnoho navchannia: dys. … kand. nauk z fizychnoho vykhovannia i sportu: 24.00.02. Lviv, 300. [Ukraine].
15. Romanchuk, S., Hunchenko, V., Ishchenko, Ye., Yarovyi, M., Shevchenko, O., Poplavets, V., & Lashta, V. (2024). Zastosuvannia krosfitu u fizychnii pidhotovtsi spivrobitnykiv pravookhoronnykh orhaniv. *Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova, Seriia 15,* 1(173),121-127. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1(173).27. [Ukraine].
16. Strykalenko, Ye., Cherepovska, H., & Shalar, O. (2022). Osoblyvosti pobudovy trenuvalnoho protsesu yunykh futzalistiv. *Teoriia, metodyka i praktyka navchannia,* 1(92),62-73. DOI: https://doi.org/10.54662/veresen.1.2022.05. [Ukraine].
17. Hunchenko, V., Mishyn, M., Yuriev, S., Babaiev, Y., Ishchenko, Y., Khachatryan, A., Zonov, O., Ivakin, T., Zimnikov, O., Komar, I., & Borzilo, O. (2025). A study on the psychological qualities of military personnel in technical support units based on the implementation of an automated control system program for the process of special physical training. *Journal of Physical Education and Sport*, 25(1):4, 30-37. doi:10.7752/jpes.2025.01004

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.09(196).26
УДК 796:378

Макотченко О.А.
Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, м. Харків
https://orcid.org/0009-0000-4230-2945

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ЕФЕКТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Анотація. *У статті розглядається проблема підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до організації оздоровчо-рекреаційної діяльності в умовах воєнного стану. Акцент зроблено на необхідності адаптації освітнього процесу до кризових обставин, викликаних війною, що потребує формування нових компетентностей у здобувачів освіти. Виокремлено й охарактеризовано ключові педагогічні умови, які забезпечують ефективність професійної підготовки: оновлення змісту навчання, інтеграція цифрових технологій, міждисциплінарний підхід, формування особистісної готовності, створення підтримувального середовища тощо. Проаналізовано зарубіжний досвід, а також подано приклади практичного впровадження рекреаційної діяльності у навчальному процесі. Обґрунтовано перспективи подальших досліджень у напрямі розробки спеціальних курсів та програм для кризових умов. Матеріали статті можуть бути використані у педагогічних ЗВО для підвищення якості професійної підготовки в галузі фізичної культури. У результаті дослідження встановлено, що організація оздоровчо-рекреаційної діяльності в умовах воєнного стану потребує переосмислення традиційних підходів до професійної підготовки фахівців фізичної культури і спорту. Ефективність такої підготовки забезпечується сукупністю педагогічних умов, зокрема: оновленням змісту навчальних програм відповідно до кризових обставин, інтеграцією цифрових технологій у рекреаційну діяльність, формуванням особистісної готовності до роботи в умовах нестабільності, створенням підтримувального освітнього середовища та впровадженням міждисциплінарного підходу. Акцент зроблено на необхідності розвитку в майбутніх фахівців таких компетентностей, як стресостійкість, емпатія, здатність до гнучкого реагування, організація фізичної активності у складних умовах. Зазначено, що саме оздоровчо-рекреаційна діяльність може стати важливим засобом збереження психофізичного здоров'я здобувачів освіти в умовах війни.*

Ключові слова: *оздоровчо-рекреаційна діяльність, воєнний стан, фахівець фізичної культури і спорту, педагогічні умови, професійна підготовка.*

Olha Makotchenko. Pedagogical Conditions for the Effective Training of Future Specialists in Physical Culture and Sports for the Organization of Health and Recreational Activities under Martial Law.

Annotation. *The article addresses the issue of training future specialists in physical culture and sports to organize health and recreational activities under martial law. The necessity of adapting the educational process to crisis conditions caused by war is emphasized, highlighting the need to develop new professional competencies among students. Key pedagogical conditions for effective training are identified and characterized: curriculum modernization, integration of digital technologies, interdisciplinary approach, personal readiness formation, and the creation of a supportive educational environment. Foreign experience is analyzed, and examples of implementing recreational practices in higher education institutions are provided. The study substantiates the prospects for further research aimed at designing specialized courses and programs for work in emergency contexts. The materials of the article can be used in pedagogical universities to improve the quality of professional*

training in the field of physical education. As a result of the study, it was found that the organization of health and recreational activities under martial law requires a rethinking of traditional approaches to the professional training of physical culture and sports specialists. The effectiveness of such training is ensured by a set of pedagogical conditions, including: updating the content of educational programs in accordance with crisis circumstances, integrating digital technologies into recreational activities, developing personal readiness for work in unstable conditions, creating a supportive educational environment, and implementing an interdisciplinary approach. Emphasis is placed on the need to develop competencies such as stress resilience, empathy, flexibility in response, and the ability to organize physical activity in challenging environments. It is noted that health and recreational activities can become a key tool for preserving the psychophysical well-being of students during wartime.

Keywords: *health and recreational activity, martial law, physical culture and sports specialist, pedagogical conditions, professional training.*

Постановка проблеми. Воєнний стан в Україні спричинив значні трансформації в освітній сфері [13; 14]. Фізичне і психічне здоров'я молоді опинилось під загрозою через обмежену рухову активність, дистантний формат навчання, переживання стресу і невизначеності. Водночас, саме в цих умовах актуалізується значення фахівців з фізичної культури і спорту, які мають забезпечувати рекреаційну підтримку здобувачів освіти. Отже, постає необхідність перегляду підходів до підготовки таких спеціалістів з урахуванням нових суспільних запитів.

Мета дослідження – виявити особливості оздоровчо-рекреаційної діяльності здобувачів освіти та визначити педагогічні умови ефективної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в умовах воєнного стану.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукові джерела щодо рекреаційної діяльності в умовах соціальних криз.
2. Визначити виклики та напрями адаптації освітнього процесу у сфері фізичної культури під час війни.
3. Обґрунтувати педагогічні умови ефективної підготовки фахівців з фізичної культури і спорту в умовах воєнного стану.
4. Запропонувати практичні заходи щодо вдосконалення рекреаційної діяльності здобувачів освіти.

Аналіз літературних джерел. Науковці (Г. Безверхня, С. Єрмаков, Л. Сущенко) звертають увагу на важливість системної фізичної активності як чинника зміцнення здоров'я. У працях Т. Ільїної, Ю. Присяжнюка висвітлюється значення професійної підготовки майбутніх педагогів фізичного виховання з орієнтацією на нові соціальні виклики. Зокрема, досліджуються методики формування стресостійкості, психологічної витривалості та навичок адаптивної педагогіки.

Досвід підготовки педагогів у Польщі, Литві, Фінляндії показує ефективність інтеграції модулів кризового менеджменту, дистанційних тренувальних платформ та інтердисциплінарного підходу до навчання [8; 9; 10].

Методи дослідження: теоретичний аналіз наукових джерел і освітніх програм; порівняльний аналіз зарубіжного досвіду; експертне опитування викладачів і студентів факультетів фізичної культури; педагогічне спостереження й аналіз освітніх практик в умовах війни.

Виклад основного матеріалу дослідження. Для ефективної професійної підготовки фахівців фізичної культури і спорту в умовах воєнного стану необхідні наступні *педагогічні умови*:

1.Оновлення змісту програм, модулів професійної підготовки з урахуванням специфіки оздоровчо-рекреаційної діяльності в кризових умовах

Сутність умови: у навчальні програми було включено знання про організацію фізичної активності в надзвичайних умовах, зокрема в умовах війни, тривог, евакуації. Підготовка майбутніх фахівців охопила профілактику стресових станів, методики дихальних вправ, релаксаційної гімнастики, елементів кінезіотерапії тощо.

Орієнтовні приклади:

1.Запровадження курсів «Основи рекреації в умовах кризових ситуацій», «Методика проведення занять в укриттях».

2.Вивчення модулів з арт-терапії, музикотерапії, тілесно-орієнтованих практик для здобувачів освіти, які пережили травматичні події.

3.Аналіз ситуацій, де фахівець має організувати безпечне оздоровче середовище у польових або тимчасових умовах.

2.Формування навичок дистанційного проведення тренувань, створення відеоконтенту, ведення онлайн-груп підтримки.

Сутність умови: для формування готовності до оздоровчо-рекреаційної роботи в умовах війни здобувачам необхідно проходити практику у середовищах, наближених до реальних викликів – шелтерах, евакуаційних центрах, мобільних таборах для ВПО.

Орієнтовні приклади:

1. Залучення здобувачів до організації фізкультурно-оздоровчих заходів у гуманітарних хабах або прифронтових громадах.
2. Проведення руханок, динамічних ігор, спортивних челенджів для дітей у центрах психологічної допомоги.
3. Робота у складі мультидисциплінарної команди (з психологом, логопедом, соціальним педагогом) у тимчасовому таборі.

3. Інтеграція цифрових технологій у професійну підготовку фахівців засобами оздоровчо-рекреаційних технологій

Сутність умови: сучасний фахівець має володіти навичками організації дистанційної рекреаційної діяльності – створювати онлайн-програми тренувань, відеоуроки, вести соціальні платформи зі здорового способу життя.

Орієнтовні приклади:

1. Розробка здобувачами відеоконтенту: «Руханка під час тривоги», «Комплекс вправ у невеликому просторі».
2. Проведення онлайн-тренувань з фітнесу, йоги, рухливих ігор у Zoom/Meet для здобувачів закладів загальної середньої освіти у прифронтових регіонах [7; 8].
3. Створення мобільних фітнес-проєктів (наприклад, челенджів у Telegram) для підтримки фізичної активності.

4. Формування особистісної готовності до оздоровчо-рекреаційної роботи в умовах нестабільності

Сутність умови: здобувачі мали розвивати емпатію, психологічну стійкість, відповідальність, а також навички допомоги іншим у складних психоемоційних станах. Ці якості необхідні для ефективної рекреаційної взаємодії з дітьми і молоддю, які зазнали стресу чи втрати.

Орієнтовні приклади:

1. Проведення тренінгів «Емоційна саморегуляція фахівця фізичної культури і спорту», «Допомога через рух».
2. Ситуаційні задачі: як діяти, якщо під час руханки дитина починає плакати або згадує травматичний досвід.
3. Волонтерська участь у марафонах здоров'я, психофізичних програмах для дітей ВПО.
4. Створення підтримувального освітнього середовища: тьюторство, психоемоційна підтримка студентів, формування навичок саморегуляції.

Сутність умови: заклад освіти створює безпечні та стабільні умови для розвитку здобувачів освіти – психологічно комфортне середовище, доступ до ресурсів самопідтримки, можливість відкрито говорити про емоційний стан.

Орієнтовні приклади:

1. Тьюторський супровід здобувачів, особливо тих, хто сам пережив втрату або переїзд.
2. Проведення щотижневих груп взаємопідтримки або занять з релаксаційної гімнастики для здобувачів.
3. Включення в освітній процес проєктів, спрямованих на відновлення психофізичного стану (наприклад, «Фітнес для душі»).

6. Міждисциплінарна підготовка до рекреаційної діяльності

Сутність умови: фахівець з фізичної культури і спорту розуміє основи психології, соціальної педагогіки, спортивної медицини. Такий міждисциплінарний підхід забезпечує комплексне бачення ролі оздоровчо-рекреаційної роботи.

Орієнтовні приклади:

1. Спільні міжфакультетські заняття: «Психологія і рух», «Фізична реабілітація в роботі з дітьми-переселенцями».
2. Створення студентських команд із майбутніх педагогів, психологів, медиків для проведення оздоровчих заходів у громадах [11; 12].
3. Використання знань з суміжних наук під час моделювання індивідуальних рекреаційних програм.

В процесі навчання були розроблені певні практичні моделі рекреаційної діяльності для здобувачів освіти в умовах воєнного стану, які спиралися на:

- мобільність і безпечність: проведення занять у прихистках, онлайн або в невеликих групах;
- різнорівневість: вправи мають адаптуватися під психофізичний стан учнів;
- психотерапевтичну складову: рухова активність поєднується з елементами арт- та імаготерапії;
- соціальну взаємодію: залучення сімей, однолітків, викладачів до спільної діяльності;
- включення майбутніх фахівців до планування та реалізації оздоровчих ініціатив – це одночасно форма навчання і реальної допомоги.

Висновки. Таким чином, організація оздоровчо-рекреаційної діяльності в умовах воєнного стану потребує не лише адаптації змісту та форм освітньої діяльності, а й якісної підготовки фахівців, здатних діяти в нестандартних умовах. Педагогічні умови, які враховують психологічні, технологічні та соціальні виклики, є ключовими для підготовки компетентних фахівців фізичної культури і спорту, які здатні забезпечити фізичне і психічне здоров'я молоді навіть в умовах війни.

Перспективи подальших досліджень бачимо у розробка авторських курсів із рекреаційної діяльності для педагогічних закладів вищої освіти, а також дослідження ефективності різних форматів рекреаційної підтримки (групової, індивідуальної, дистанційної), зокрема з міжнародною кооперацією щодо створення програм кризової підготовки фахівців фізичної культури і спорту.

Література

1. Арефьєв В. Г. Фізична підготовленість студентів різного фізичного здоров'я. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2024. № 10(183). С. 13-17. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10(183).0
2. Безверхня Г. В. Теоретико-методичні основи рекреаційної діяльності студентської молоді : монографія. Київ : Наук. світ, 2019. 248 с.
3. Єрмаков С. С. Психофізіологічні засади рекреації та відновлення. Харків : ХДАДМ, 2020. 215 с.
4. Ільїна Т. Л. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури: сучасні виклики та тенденції. *Фізична культура і спорт*. 2023. № 3. С. 55-62.
5. Качала М. В., Зубаль О. П. Рекреаційні технології в освіті: адаптація до умов пандемії. *Педагогічні науки.* 2021. № 5(102). С. 142-147.

6. Яценко Т. С. Основи психологічної реабілітації в умовах кризи. Київ : Логос, 2021. 320 с.

7. Школа О.М., Макотченко О.А., Сичов Д.В. Особливості методик навчання з використанням оздоровчо-рекреаційних технологій в процесі занять зі здобувачами освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт. *Спортивна наука та здоров'я людини*. Київ: Київський столічний університет імені Бориса Грінченка, 2025. № 1(13). С. 235-249. http://sporthealth.kubg.edu.ua/

8. Школа О.М., Макотченко О.А., Сичов Д.В., Пелешекнко І.М. Підвищення ефективності тренувального процесу спортсменів з використанням фітнес-технологій. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт).* Київ, № 1. 2025. С.172-177. https://spppc.com.ua/index.php/journal

9. Przybylski A., & Kowalska M. (2022). Physical education in crisis: Polish experiences during COVID-19 and war context. *Journal of Education and Sport*, 12(4), 87-94.

10. Grynova M., Zhamardiy V., Kravchenko I., Shkola O., Donchenko V., Peleshenko I., Lyvatskyi O. Pedagogical Conditions for the Formation of the Readiness of Future Specialists in Physical Rehabilitation to Work with Athletes of Water Srorts in the Process of Professional Training. *Acta Balneologiga*. 2023; Vol. LXV, 6(178): 392-400. DOI: 10.36740/ABAL202306108.

11. Otravenko O., Shkola, O., Zhamardiy V., Shynkarova O., Fomenko O., Poluliashchenko T., Donchenko V. Fostering the social activity of future specialists in physical education and sports in a health-preserving environment. *Acta Balneologiga*. 2024; 67(2): 135-143. DOI: 10.36740/ABAL202402110.

12. Shkola O., Zhamardiy V., Donchenko V., Zolochevskyi V., Poluliashchenko T., Sokolenko O., Pavliuk O. Study of the Impact of Electronic Learning Tools on the Level of Formation of Health-Preserving Competence Among Students of the Specialty «Therapy And Rehabilitation». *Acta Balneologiga.* 2023; Vol. LXV, 6(178): 406-414. DOI: 10.36740/ABAL202306110.

13. Shkola O., Fomenko O. Evolution of terminology in the fitness industry: from the classics to the modern. *Evolution of terminology in pedagogical science: from the classics to the present:* international collective monograph / edited by G. F. Ponomarova, A.A. Kharkivska, L.O. Petrychenko and other; Municipal Establishment «Kharkiv Humanitarian Pedagogical Academy» of Kharkiv Regional Council. Publishing house OKTAN PRINT s.r.o., 2024. P. 804-820. DOI: 10.46489/EOTIPS-24-27.

14. Школа О.М., Пелешенко І.М., Макотченко О.А. Фізичне виховання та фітнес-освіта в умовах війни: трансформація підходів і цифрові рішення для збереження. *Transformation of the educational space amidst wartime instability: international collective monograph* / edited by H. Ponomarova, A. Kharkivska, L. Petrychenko and other; Municipal Establishment «Kharkiv Humanitarian Pedagogical Academy» of Kharkiv Regional Council. – Publishing house OKTAN PRINT s.r.o., 2025. С. 449-470.

References

1. Arefyev, V.G. (2024). Fizichna pidgotovlenist studentiv riznogo fizichnogo zdorov'ya [Physical fitness of students of different physical health]. Naukovij chasopis NPU imeni M.P. Dragomanova. Seriya 15, 10(183), 13-17. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.10(183).02 [in Ukrainian].

2. Bezverkhnia, H. V. (2019). Teoretyko-metodychni osnovy rekreatsiinoi diialnosti studentskoi molodi [Theoretical and methodological foundations of recreational activities of student youth]: monohrafiia. Kyiv : Nauk. Svit, 248. [in Ukrainian].

3. Yermakov, S. S. (2020). Psykhofiziolohichni zasady rekreatsii ta vidnovlennia [Psychophysiological principles of recreation and recovery]. Kharkiv : KhDADM, 215. [in Ukrainian].

4. Ilina, T. L. (2023). Profesiina pidhotovka maibutnikh uchyteliv fizychnoi kultury: suchasni vyklyky ta tendentsii [Professional training of future physical education teachers: current challenges and trends]. Fizychna kultura i sport, 3, 55-62. [in Ukrainian].

5. Kachala, M. V., Zubal, O. P. (2021). Rekreatsiini tekhnolohii v osviti: adaptatsiia do umov pandemii [Recreational technologies in education: adaptation to pandemic conditions]. Pedahohichni nauky, 5(102), 142-147. [in Ukrainian].

6. Yatsenko, T. S. (2021). Osnovy psykholohichnoi reabilitatsii v umovakh kryzy [Fundamentals of psychological rehabilitation in crisis conditions]. Kyiv : Lohos, 320. [in Ukrainian].

7. Shkola, O.M., Makotchenko, O.A., Sychov, D.V. (2025). Osoblyvosti metodyk navchannia z vykorystanniam ozdorovcho-rekreatsiinykh tekhnolohii v protsesi zaniat zi zdobuvachamy osvity spetsialnosti 017 Fizychna kultura i sport [Features of teaching methods using health and recreation technologies in the process of classes with students of the specialty 017 Physical Culture and Sports]. Sportyvna nauka ta zdorovia liudyny. Kyiv: Kyivskyi stolichnyi universytet imeni Borysa Hrynchenka, 1(13), 235-249. [in Ukrainian]. http://sporthealth.kubg.edu.ua/

8. Shkola, O.M., Makotchenko, O.A., Sychov, D.V., Pelesheknko, I.M. (2025). Pidvyshchennia efektyvnosti trenuvalnoho protsesu sportsmeniv z vykorystanniam fitnes-tekhnolohii [Increasing the efficiency of athletes' training process using fitness technologies]. Naukovyi chasopys Ukrainskoho derzhavnoho universytetu imeni Mykhaila Drahomanova. Seriia 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport). Kyiv, 1, 172-177. [in Ukrainian]. https://spppc.com.ua/index.php/journal

9. Przybylski, A., & Kowalska, M. (2022). Physical education in crisis: Polish experiences during COVID-19 and war context. Journal of Education and Sport, 12(4), 87-94.

10. Grynova, M., Zhamardiy, V., Kravchenko, I., Shkola, O., Donchenko, V., Peleshenko I., Lyvatskyi, O. (2023). Pedagogical Conditions for the Formation of the Readiness of Future Specialists in Physical Rehabilitation to Work with Athletes of Water Srorts in the Process of Professional Training. *Acta Balneologiga.* Vol. LXV, 6(178): 392-400. DOI: 10.36740/ABAL202306108.

11. Otravenko, O., Shkola, O., Zhamardiy, V., Shynkarova, O., Fomenko, O., Poluliashchenko, T.,

Donchenko, V. (2024). Fostering the social activity of future specialists in physical education and sports in a health-preserving environment. *Acta Balneologiga*. 2(180): 135-143. DOI: 10.36740/ABAL202402110.

12. Shkola, O., Zhamardiy, V., Donchenko, V., Zolochevskyi, V., Poluliashchenko, T., Sokolenko, O., Pavliuk, O. (2023). Study of the Impact of Electronic Learning Tools on the Level of Formation of Health-Preserving Competence Among Students of the Specialty «Therapy And Rehabilitation». *Acta Balneologiga*. Vol. LXV, 6(178): 406-414. DOI: 10.36740/ABAL202306110.

13. Shkola, O., Fomenko, O. (2024). Evolution of terminology in the fitness industry: from the classics to the modern. *Evolution of terminology in pedagogical science: from the classics to the present:* international collective monograph / edited by G. F. Ponomarova, A.A. Kharkivska, L.O. Petrychenko and other; Municipal Establishment «Kharkiv Humanitarian Pedagogical Academy» of Kharkiv Regional Council. Publishing house OKTAN PRINT s.r.o., 804-820. DOI: 10.46489/EOTIPS-24-27.

14. Shkola, O.M., Peleshenko, I.M., Makotchenko, O.A. (2025). Fizychne vykhovannia ta fitnes-osvita v umovakh viiny: transformatsiia pidkhodiv i tsyfrovi rishennia dlia zberezhennia [Physical education and fitness education in wartime: transforming approaches and digital solutions for preservation]. Transformation of the educational space amidst wartime instability: international collective monograph / edited by H. Ponomarova, A. Kharkivska, L. Petrychenko and other; Municipal Establishment «Kharkiv Humanitarian Pedagogical Academy» of Kharkiv Regional Council. – Publishing house OKTAN PRINT s.r.o., 449-470. [in Ukrainian].

DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.09(196).27
УДК: 371.72:796(075.8)

Маляр Е.І.
https://orcid.org/0000-0002-5913-5642
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
доцент кафедри фізичної реабілітації і спорту,
Західноукраїнський національний університет, м. Тернопіль
Маляр Н.С.
https://orcid.org/0000-0003-0274-601X
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
доцент кафедри фізичної реабілітації і спорту,
Західноукраїнський національний університет, м. Тернопіль
Яковів В.І.
https://orcid.org/0000-0003-3641-8698
старший викладач кафедри фізичної реабілітації і спорту,
Західноукраїнський національний університет, м. Тернопіль

ГІГІЄНІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТА ОСОБЛИВОСТІ ПРОЦЕСУ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ З ВАДАМИ ЗОРУ

Анотація. *У статті розкрито класифікацію спортсменів з вадами зору в Паралімпійському спорті; охарактеризовано особливості змагальної діяльності спортсменів з вадами зору; визначено гігієнічне забезпечення тренувальної та змагальної діяльності спортсменів з вадами зору; розкрито нормативні вимоги щодо спортивних споруд та обладнання у процесі їхнього використання під час тренувань та змагань спортсменів з вадами зору; визначено та охарактеризовано корекційні та спеціальні завдання підготовки спортсменів з вадами зору; проаналізовано основні організаційно-методичні підходи щодо проведення навчально-тренувального процесу зі спортсменами з вадами зору; розкрито особливості проведення тренувань зі спортсменами, які займаються голболом; подано комплекси спеціальних імітаційних вправ з метою набуття спеціальних відчуттів, міжм'язової координації для виконання різноманітних кидків у голболі.*

Ключові слова: *гігієна у спорті, адаптивний та професійний спорт, спортивні споруди та обладнання, вади зору, спортивна підготовка, спортсмен.*

Maliar Eduard, Maliar Nelya, Yakoviv Vasil. Hygienic provision and features of the training process for visually impaired athletes. *The article discloses the classification of visually impaired athletes in Paralympic sports; describes the features of the competitive activities of visually impaired athletes; determines the hygienic provision of training and competitive activities of visually impaired athletes; discloses regulatory requirements for sports facilities and equipment during their use during training and competitions of visually impaired athletes; The correctional and special tasks of training athletes with visual impairments are defined and characterized (development of the ability to purposefully move in space, selection of a sport according to the level of preservation of vision and motor space, mastering the skills of safe interaction with the environment and orientation (including by ear), formation of skills and abilities of accurate, effective and economical actions (including manipulative), corrective and compensatory development of muscle and joint sensations, elimination of stiffness and limitation of movements, ensuring the necessary level of development of physical qualities, development of the ability to maintain static and dynamic balance, improvement of the quality of motor actions, expansion of the range of motor skills and abilities, achievement of the maximum possible competitive result); the main organizational and methodological approaches to conducting the educational and training process with athletes with visual impairments are analyzed; the features of conducting training with*