

Парфенчук Катерина

Порушення сечовипускання: сучасний погляд на етіологію,
патогенез і поширеність..... 95

Сидюк Єлизавета

Теоретичне обґрунтування застосування засобів фізичної терапії
при адгезивному капсуліті плечового суглоба..... 98

Слідзевський Ілля

Основи відновлення функції верхньої кінцівки після оперативних
втручань на зв'язках..... 102

Сторожук Віталій

Фактори ризику виникнення та прогресування захворювань
колінного суглобу у різні періоди онтогенезу в залежності
від фізичної активності, віку та статі..... 106

Ямкова Марія

Сучасні підходи до фізичної терапії дітей молодшого шкільного
віку із спастичними формами ДЦП в умовах спеціалізованого центру..... 109

РОЗДІЛ 1.

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

БАСКЕТБОЛ У СУЧАСНОМУ СОЦІУМІ: ВПЛИВ НА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК, СПОРТИВНУ ДІЯЛЬНІСТЬ ТА СОЦІАЛІЗАЦІЮ МОЛОДІ

Аксютченко Карина

Державний торговельно-економічний університет

Анотація. У статті досліджено значення баскетболу в системі фізичного виховання студентської молоді. Проаналізовано його вплив на розвиток фізичних здібностей, зміцнення здоров'я, а також на формування морально-вольових якостей і соціальних навичок. Висвітлено роль баскетболу як ефективного засобу підвищення рухової активності студентів та популяризації здорового способу життя.

Ключові слова: баскетбол, фізичне виховання, студентська молодь, здоровий спосіб життя, фізичні якості, рухова активність, командна гра, спортивна підготовка, психоемоційний стан, соціалізація.

Aksyutchenko Karina. Basketball in modern society: its impact on physical development, sports activities, and youth socialization

Abstract. The article examines the importance of basketball in the system of physical education of student youth. Its impact on the development of physical abilities, improvement of health, as well as the formation of moral-volitional qualities and social skills is analyzed. The role of basketball as an effective means of increasing students' physical activity and promoting a healthy lifestyle is highlighted.

Keywords: basketball, physical education, student youth, healthy lifestyle, physical qualities, physical activity, team game, sports training, psycho-emotional state, socialization.

Актуальність теми. Проблема набуває особливої актуальності сьогодні, адже серед студентів помітно знижується рівень рухової активності, що негативно позначається на їхньому здоров'ї, фізичній підготовці та психоемоційному стані. Одним із дієвих способів розв'язання цієї ситуації є заняття баскетболом, що об'єднують розвиток фізичних здібностей, активну рухову діяльність і формування соціальних навичок. Регулярні тренування в цьому виді спорту сприяють зміцненню здоров'я, вдосконаленню фізичних характеристик, а також вихованню дисципліни, відповідальності й командного духу. Таким чином, вивчення ролі баскетболу в системі фізичного виховання студентської молоді є надзвичайно важливим і має практичну значущість для сучасної освіти, а також для впровадження культури здорового способу життя.

Мета дослідження – визначення значущості баскетболу в системі фізичного виховання студентів, а також оцінка його впливу на розвиток фізичних навичок, зміцнення здоров'я, виховання морально-вольових якостей і формування соціальних компетентностей.

У процесі дослідження застосовувалися такі **методи дослідження**: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, порівняння наукових джерел, теоретичний аналіз, а також метод спостереження, що дозволив дослідити вплив баскетболу на фізичний і психоемоційний стан студентської молоді.

Результати дослідження. Баскетбол вважається одним із найпопулярніших і найефективніших видів спорту в системі фізичного виховання студентської молоді. Його популярність зумовлена доступністю, динамічним характером гри та позитивним впливом на фізичний і психологічний розвиток студентів. У сучасному світі дедалі більше уваги приділяється необхідності формування здорового способу життя серед молоді й баскетбол слугує важливим інструментом для зміцнення здоров'я та підвищення рівня рухової активності [3].

Баскетбол у системі фізичного виховання студентської молоді виступає ефективним засобом розвитку фізичних якостей (швидкості, витривалості, координації та спритності), а також сприяє підвищенню загального рівня фізичної підготовленості студентів. Сучасні дослідження підтверджують, що інноваційні методики тренувань у баскетболі значно покращують функціональні можливості організму та підвищують ефективність освітнього процесу з фізичного виховання [1, 5].

Регулярна участь студентів у баскетбольних тренуваннях і змаганнях підвищує рівень їхньої соціальної адаптації та мотивації до здорового способу життя. Командна взаємодія в процесі гри сприяє формуванню комунікативних навичок, зниженню рівня стресу та розвитку емоційної стійкості, що є важливим чинником гармонійного розвитку особистості студента [2, 4].

Баскетбол є дієвим засобом фізичного виховання студентської молоді, що сприяє розвитку фізичних здібностей, зміцненню здоров'я, формуванню соціальних умінь і впровадженню здорового способу життя.

Дослідження засвідчили, що баскетбол має позитивний вплив на фізичний і психоемоційний розвиток студентської молоді. Регулярні тренування сприяють покращенню фізичних здібностей, зміцненню здоров'я, розвитку командної взаємодії та формуванню мотивації до ведення здорового способу життя.

Висновки. У ході проведеного дослідження з'ясовано, що баскетбол відіграє важливу роль у фізичному, психологічному та соціальному розвитку особистості. Заняття цим видом спорту сприяють покращенню здоров'я, зміцненню витривалості, розвитку координації рухів і навичок командної роботи. Крім того, встановлено, що баскетбол сприяє формуванню таких якостей як дисциплінованість, відповідальність, цілеспрямованість і здатність працювати в команді, що є ключовими компонентами успішної соціалізації молодого покоління. Таким чином, баскетбол можна розглядати не лише як

спортивну активність, але і як дієвий інструмент виховання та гармонійного розвитку особистості.

Список використаних джерел:

1. Балацька Л., Васкан І. Особливості фізичної підготовки студентів-баскетболістів і методи контролю їх фізичного розвитку. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2024. Вип. 39. С. 13–17. <https://doi.org/10.15330/fcult.39.13-17>.
2. Долженко Л., Масюк К. Інноваційні технології в процесі фізичного виховання студентів. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. 2025. Вип. 6 (193). С. 51–57. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.06\(193\).10](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2025.06(193).10)
3. Грищенко О., Баховський І., Кулаєв В., Блащак І., Завійська В. Вплив сучасних методик тренувального процесу з баскетболу на розвиток фізичних якостей здобувачів вищої освіти. Спортивні ігри. 2025. № 3 (37). С. 57–63. <https://doi.org/10.15391/si.2025-3.09>
4. Нестеренко Н. А., Кондратенко В. В., Кондратенко В. О. Особливості розвитку фізичних якостей у юних баскетболістів 13–14 років. Професійно-прикладні дидактики. 2025. № 1. С. 86–91. <https://doi.org/10.37406/2521-6449/2025-1-15>.
5. Пашков І., Пашкова Л. Застосування координаційної дробини у варіативному модулі «Баскетбол» на уроках фізичної культури. Спортивні ігри. 2024. № 1(31). С. 41–50. <https://doi.org/10.15391/si.2024-1.04>

НЕТРАДИЦІЙНІ МЕТОДИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЯК ЗАСІБ ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ДІВЧАТ-СТАРШОКЛАСНИЦЬ

Гавришко Олександр, Балан Олена, Маняк Назар

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Анотація. У статті проаналізовано результати педагогічного експерименту, що проводився з дівчатами-старшокласницями. Виявлено суттєве покращення фізичної підготовленості, функціональних можливостей організму та психоемоційного здоров'я досліджуваних старшокласниць. Результати анкетування засвідчили, що більшість старшокласниць надають перевагу саме нетрадиційним видам фізичної активності через їхню різноманітність, емоційну привабливість і можливість самовираження. Участь у таких заняттях сприяла не лише фізичному вдосконаленню, а й покращенню самооцінки, розвитку впевненості в собі та соціальної активності.

Ключові слова: нетрадиційні засоби фізичного виховання, дівчата-старшокласниці, уроки фізичної культури, рухова активність, фітнес-програми.