



МІНІСТЕРСТВО  
ОСВІТИ І НАУКИ  
УКРАЇНИ



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ  
ХЕРСОНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ АГРАРНО-ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ «ЗАПОРІЗЬКА ПОЛІТЕХНІКА»  
УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
УНІВЕРСИТЕТ АРИСТОТЕЛЯ В САЛОНІКАХ (ГРЕЦІЯ)  
УНІВЕРСИТЕТ ПОНДІЧЕРРІ (ІНДІЯ)  
УНІВЕРСИТЕТ У СХІДНОМУ САРАЄВІ (БОСНІЯ І ГЕРЦЕГОВИНА)

# АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Збірник статей міжнародної науково-практичної  
конференції

26 березня 2026 р.

Кропівницький

**MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE  
KHERSON STATE AGRARIAN AND ECONOMIC UNIVERSITY  
ZAPORIZHZHIA NATIONAL UNIVERSITY  
NATIONAL UNIVERSITY «ZAPORIZHZHIA POLYTECHNIC»  
UZHHOROD NATIONAL UNIVERSITY  
ARISTOTLE UNIVERSITY OF THESSALONIKI  
PONDICHERRY UNIVERSITY  
UNIVERSITY OF EAST SARAJEVO**

# **CURRENT ISSUES OF HEALTH, PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN MODERN SOCIETY**

**Collection of articles of the International Scientific and  
practical conference**



**March 26, 2026  
Kropyvnytskyi**

**УДК 796:61:005(063)**

**A 43**

*Рекомендовано до друку Вченою радою економічного факультету  
Херсонського державного аграрно-економічного університету  
(протокол №8 від «26» березня 2026 р.)*

**A 43** **«Актуальні проблеми здоров'я, фізичної культури і спорту в сучасному суспільстві»:** збірник статей Міжнародної науково-практичної конференції (Кропивницький, 26 березня 2026 р.) – Кропивницький: Книжкове вид-во ФОП Вишемирський В.С., 2026. – 644с.

**«Current issues of health, physical culture and sports in modern society»:** collection of articles of the International Scientific and Practical Conference (Kropyvnytskyi, March 26, 2026). Kropyvnytskyi: KhSAEU, 2026. 644 p.

**ISBN 978-617-8187-75-0 (електронне видання)**

Збірник містить матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, в якій взяли участь науковці, викладачі та здобувачі закладів вищої освіти та наукових установ, а також фахівці-практики з фізичного виховання, спорту та представники спортивних федерацій.

Конференція покликана стимулювати обмін ідеями та тематичною інформацією між українськими та зарубіжними вченими, представниками наукового та спортивного середовищ, слугувати джерелом інформації про сучасний рівень наукового забезпечення спортивної діяльності.

Матеріали збірника подаються в авторській редакції та друкуються мовою оригіналу. Відповідальність за достовірність фактів, власних імен, цитат та інших відомостей несуть автори публікацій. Відповідно до Закону України «Про авторське право і суміжні права», при використанні наукових ідей та матеріалів цього збірника, посилання на авторів і видання є обов'язковим.

Розповсюдження і тиражування без офіційного дозволу Херсонського державного аграрно-економічного університету заборонено.

***Матеріали конференції будуть викладено на сайті ХДАЕУ  
(<https://www.ksau.kherson.ua/news-2/konferenc-2.html>) та ResearchGate.***

ISBN 978-617-8187-75-0 (електронне видання)

© Колектив авторів, 2025

© ХДАЕУ, 2025

© Видавництво ФОП Вишемирський В.С., 2025

## **ПРОГРАМНИЙ КОМІТЕТ КОНФЕРЕНЦІЇ**

- Кирилов Юрій** – д.е.н., професор, ректор Херсонського державного аграрно-економічного університету, Заслужений діяч науки і техніки України, член-кореспондент Національної академії аграрних наук
- Грановська Вікторія** – д.е.н., професор, проректор з науково–педагогічної роботи Херсонського державного аграрно-економічного університету, Заслужений працівник освіти України
- Лавренко Сергій** – к.с.-г.н., доцент, проректор з наукової роботи та міжнародної діяльності Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Кириченко Наталя** – к.е.н., доцент, декан економічного факультету Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Стрикаленко Євгеній** – к.фіз.вих., доцент, завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Скрипченко Ірина** – к.фіз.вих., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Степанюк Світлана** – к.фіз.вих., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Драчук Сергій** - к.біол.н., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Мужичок Вадим** - к.п.н., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Шалар Олег** - к.п.н., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Кан Юрій** - к.п.н., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Херсонського державного аграрно-економічного університету
- Тищенко Валерія** – д.фіз.вих., професор, професор кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту Запорізького національного університету, академік Національної академії наук вищої освіти України, Заслужений тренер України
- Павлович Ратко** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, факультет фізичного виховання і спорту, Університет Східного Сараєво (Боснія і Герцоговина)
- Рам Мохан Сингх** – доктор філософії, доцент, доцент кафедри фізичного виховання Університету Пондічеррі (Індія)

## CONFERENCE PROGRAM COMMITTEE

- Kyrylov Yurii** – Doctor of Economics, Professor, Rector of of Kherson State Agrarian and Economic University
- Hranovska Viktoriia** – Doctor of Economics, Professor, Vice-Rector for Scientific and Pedagogical Work of Kherson State Agrarian and Economic University
- Lavrenko Serhiy** – Ph.D. in Agricultural, Associate Professor, Vice-Rector for Research and International Activities of Kherson State Agrarian and Economic University
- Kyrychenko Natalia** – Ph.D. in Economics, Associate Professor, Dean of the Faculty of Economics of Kherson State Agrarian and Economic University
- Strykalenko Yevheniy** – Ph.D. in PE and sport, Associate Professor, Head of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports of Kherson State Agrarian and Economic University
- Skrypchenko Iryna** – Ph.D. in PE and sport, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports of Kherson State Agrarian and Economic University
- Stepaniuk Svitlana** – Ph.D. in PE and sport, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports of Kherson State Agrarian and Economic University
- Drachuk Serhiy** – Ph.D. in Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports, Kherson State Agrarian and Economic University
- Muzhychok Vadym** – Ph.D. in Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports, Kherson State Agrarian and Economic University
- Shalar Oleh** – Ph.D. in Pedagogical Sciences Associate Professor, Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports, Kherson State Agrarian and Economic University
- Kan Yuriy** – Ph.D. in Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports, Kherson State Agrarian and Economic University
- Tyshchenko Valeria** – Dr. in PE and sport, Professor, Professor of the Department of Theory and Methods of Physical Culture and Sports of Zaporizhzhia National University, Academician of the National Academy of Sciences of Higher Education of Ukraine, Honored Coach of Ukraine
- Ratko Pavlovic** - PhD in PE and sport, Professor, University of East Sarajevo, Faculty of Physical Education and Sport (BIH)
- R. Ram Mohan Singh** - Ph.D. in PE and sport, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Physical Education, Pondicherry University (India)

## ЗМІСТ / CONTENT

<b>Adithya Gopakumar, Ram Mohan Singh</b> COMPARITIVE STUDY OF MENTAL TOUGHNESS IN KERALA AND PUDUCHERRY VOLLEYBALL PLAYERS	11
<b>Amit Ashok Kumar Patel A., R. Ram Mohan Singh</b> PHYSICAL ACTIVITY AS A PROTECTIVE FACTOR FOR PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AMONG DIGITALLY ENGAGED SECONDARY SCHOOL ADOLESCENTS	18
<b>Акімова Наталія</b> ПОТЕНЦІАЛ ВІДНОВЛЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ (НА ПРИКЛАДІ КИТАЙСЬКОЇ ОЗДОРОВЧОЇ СИСТЕМИ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ – ТАЙЦЗИЦЮАНЬ)	32
<b>Андронов Віталій</b> УДОСКОНАЛЕННЯ АНАЕРОБНОЇ РОБОТОЗДАТНОСТІ ГАНДБОЛІСТОК ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ У ПІДГОТОВЧОМУ ПЕРІОДІ	44
<b>Білогур Влада, Солюк Іванна</b> ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я – БАЗОВА ЧАСТИНА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	53
<b>Васильчук Володимир, Гедін Максим</b> МЕТОДИ І ФОРМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ТУРИСТІВ	61
<b>Ворона Поліна, Сисун Валерій, Тютенко Ігор</b> АЛІМЕНТАРНІ ЗАХВОРЮВАННЯ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ	70
<b>Dadiou Aikaterini, Chaitidou Vasiliki, Kotzamanidou Mariana C., Panoutsakopoulos Vassilios</b> THE INDENTATION MYOFASCIAL PARAMETERS OF THE LUMBAR AREA IN TRACK AND FIELD LONG JUMPERS ARE RELATED WITH LUMBAR SPINE MOBILITY TESTS	76
<b>Diver Gerald</b> DEVELOPMENTAL INTENSITY IN SPORT EVENT VOLUNTEERING: A STRUCTURAL MODEL FOR VOLUNTEER DEVELOPMENT IN INTERNATIONAL SPORT EVENTS	84
<b>Гребінюк Наталія</b> НЕЙРОДИНАМІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ НАПАДНИКІВ У КОМАНДНИХ ІГРАХ: ЗНАЧЕННЯ ДЛЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ОСВІТИ ТА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ	92
<b>Довгалюк Тетяна, Шуба Вікторія, Шуба Віктор</b> РОЛЬ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ В ДОСТУПІ ДО МІЖНАРОДНИХ ПРАКТИК ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ	99
<b>Довгалюк Тетяна</b> РОЛЬ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ В РОЗВИТКУ МІЖНАРОДНОЇ КОМУНІКАЦІЇ В ОЛІМПІЙСЬКОМУ РУСІ	106
<b>Драчук Сергій</b> ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ЯК ОСНОВА ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ	116
<b>Дудка Дар'я, Степанюк Світлана</b> ЗАСОБИ ВДОСКОНАЛЕННЯ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТРІЛЬЦІВ ВИЩОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ В СТАТИЧНОМУ ПОЛОЖЕННІ СТОЯЧИ ЗІ ЗБРОСІЮ	123
<b>Злобенець Олександр</b> ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ВЕСЛУВАЛЬНИКІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ	131

<b>Imeneo Antonio</b>	139
THE FINE POSTURAL SYSTEM AS A CENTRAL DETERMINANT IN THE PREVENTION OF INDIRECT MUSCLE INJURIES IN SPORT	
<b>Іванська Олена</b>	155
ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДУ ГІДРОКІНЕЗОТЕРАПІЇ ПРИ ПАТОЛОГІЇ ДИХАЛЬНОЇ СИСТЕМИ У СТУДЕНТІВ	
<b>Євстігнеєва Ірина</b>	165
ФУНКЦІОНАЛЬНІ ТА БІОМЕХАНІЧНІ АСПЕКТИ ОПТИМІЗАЦІЇ ПІДГОТОВКИ ЖІНОК-БІЙЦІВ ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ	
<b>Єрмолова Валентина, Радченко Лідія, Кроль Ірина</b>	173
ЛОКАЛЬНІ СПОРТИВНІ СВЯТА АНТИЧНОЇ ГРЕЦІЇ ЯК СКЛАДОВА АГОНІСТИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	
<b>Gerdijan Nikolina, Pavlovic Ratko, Mihajlovic Iona</b>	182
ISOKINETICS IN THE REHABILITATION OF ACL INJURIES: A SAFE RETURN TO SPORT	
<b>Jisha Abraham, Vinod Kumar G., Midhun Kumar M A., Atul Patel, Bipin Balan</b>	193
ANALYSIS OF REACTIVE STRENGTH INDEX ASYMMETRY, SPEED, AND CHANGE OF DIRECTION PERFORMANCE IN FIELD HOCKEY PLAYERS	
<b>Kalaiselvan V.</b>	205
AWARENESS AND UNDERSTANDING OF OLYMPIC VALUES AMONG PHYSICAL EDUCATION STUDENTS: A DESCRIPTIVE STUDY	
<b>Kamalesh D, Kiran kumar N., Amaravathi.G.</b>	212
EFFECT OF ADIMURAI-BASED TRAINING ON AGILITY, BALANCE, AND REACTION TIME AMONG COLLEGE KHO-KHO PLAYERS	
<b>Kornienko Viktoriia, Kutiepova-Bredun Viktoriia</b>	224
WAYS OF OVERCOMING THE CONSEQUENCES OF CHRONIC STRESS IN WAR CONDITIONS	
<b>Кан Юрій</b>	233
ПЛАНУВАННЯ РОЗВИТКУ РЕГІОНАЛЬНИХ СПОРТИВНИХ ФЕДЕРАЦІЙ	
<b>Карабанов Євген, Саєнко Володимир</b>	247
ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ ЯК РЕСУРС ВІДНОВЛЕННЯ ЛЮДСЬКОГО КАПІТАЛУ УКРАЇНИ	
<b>Карасєвич Сергій, Карасєвич Марина</b>	255
ІВАН ПІДДУБНИЙ – НЕЗЛАМНИЙ УКРАЇНСЬКИЙ ТИТАН	
<b>Коломієць Денис, Прусенко Тетяна</b>	263
ВОДНИЙ І ПІШОХІДНИЙ ТУРИЗМ У ПІДТРИМЦІ ПСИХОЕМРЦІЙНОГО СТАНУ ОСІБ МОЛОДОГО ВІКУ В УМОВАХ ТРЕТЬОГО ЕТАПУ РОСІЙСЬКО-УКРАЇНСЬКОЇ ВІЙНИ (З 2022 РОКУ)	
<b>Котрікова Єлизавета, Отравенко Олена</b>	271
ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ РУХІВ ДІВЧАТ ЗАСОБАМИ МУЗИЧНО-РИТМІЧНИХ ВПРАВ ТА СУЧАСНИХ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ	
<b>Кравченко Алла</b>	279
ЩОДО ЗНАЧЕННЯ ВПЛИВУ ЦИФРОВІЗАЦІЇ НА ФОРМУВАННЯ СОЦІОКУЛЬТУРНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ	
<b>Краснощок Андрій</b>	293
РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ	
<b>Лопачкий Сергій, Юхимук Віра, Вінтоняк Олег, Михайленко Роман</b>	299
ІНТЕГРАЦІЯ ЗАСОБІВ ФІТНЕСУ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНИЙ	

ПРОЦЕС ЮНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ У СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОМУ ТАБОРІ	
<b>Марусич Олена, Кухар Карина</b>	309
ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ ЯК ЧИННИК ПРОФІЛАКТИКИ МІОПІЇ	
<b>Мохненко Андрій</b>	317
МЕХАНІЗМ УПРАВЛІННЯ МАРКЕТИНГОМ У СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ	
<b>Мужичок Вадим</b>	326
ПОНЯТТЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ЙОГО МІСЦЕ В СТРУКТУРІ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ В МІЖВОЄННИЙ ПЕРІОД ВІЙНИ УКРАЇНИ	
<b>Muzhychok Vadym, Waluch Kazimierz</b>	334
PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF INCLUSIVE SPORT IN UKRAINE DURING MILITARY CONFLICTS	
<b>Нестеренко Наталія</b>	343
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ВПРОВАДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙ У ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВКУ БАСКЕТБОЛІСТІВ	
<b>Pavlovic Ratko, Mihajlovic Iona, Vrcic Mensur, Radulovic Nikola</b>	355
MULTIDIMENSIONAL PROFILING MOTOR ABILITIES OF PHYSICAL EDUCATION STUDENTS THROUGH FACTOR AND CLUSTER ANALYSIS	
<b>Pavlovic Ratko, Gerdijan Nikolina, Radulovic Nikola, Savic Đorđe</b>	373
EFFECTS OF MULTIDISCIPLINARY PHYSICAL ACTIVITY ON BODY COMPOSITION, MUSCLE MASS, AND FAT DISTRIBUTION IN STUDENTS	
<b>Pavliuk Iryna, Kulhuk Dmytro</b>	384
EDUCATIONAL WORK WITH STUDENTS THROUGH INVOLVEMENT IN SECTIONAL PHYSICAL EDUCATION CLASSES	
<b>Penny Ap. Konitsioti Rizou</b>	392
MANAGEMENT AND MARKETING STRATEGIES IN CONTEMPORARY SPORTS ACTIVITIES: GOVERNANCE, BRAND VALUE AND SUSTAINABILITY	
<b>Пиж'янов В'ячеслав</b>	398
ОПТИМІЗАЦІЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ЧОЛОВІКІВ ЗРІЛОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ОЗДОРОВЧОГО ПЛАВАННЯ	
<b>Поляк Андрій</b>	406
СПОРТ ЯК ІНСТРУМЕНТ ПРОТИДІЇ РОСІЙСЬКІЙ АГРЕСІЇ	
<b>Рожеченко Віктор</b>	416
ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІСЛЯ БОЙОВИХ ТРАВМ	
<b>Огнистий А.В., Огниста К.М., Врублевський С.Н., Бачинська А.Ю.</b>	423
РОЗВИТОК ГНУЧКОСТІ У ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ ЙОГИ В СИСТЕМІ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	
<b>Омок Ганна, Шуба Людмила, Довгалюк Тетяна</b>	433
АНГЛІЙСЬКА МОВА ЯК ЧИННИК ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖМЕНТУ В УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ТА ВІЙНИ	
<b>Омок Ганна, Шуба Людмила, Шуба Вікторія, Шуба Віктор, Маляренко Юрій</b>	440
ВПЛИВ ЯКІСНОГО СУДДІВСТВА НА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я СПОРТСМЕНІВ	
<b>Онїпченко Максим, Вареник Олег, Мазуркевич Андрій</b>	450
ОРГАНІЗАЦІЙНІ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОГО СПОРТУ В УКРАЇНІ: АНАЛІЗ ЕКСПЕРТНИХ ОЦІНОК ТА ДУМКИ БАТЬКІВ	
<b>Петренко Сергій</b>	460
КОРЕКЦІЯ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ	

<b>Петренко Сергій, Буякова Ілона</b>	471
ВПЛИВ СТРЕСУ ВОЄННОГО ЧАСУ НА ФІЗІОЛОГІЧНІ ПОКАЗНИКИ СПОРТСМЕНІВ	
<b>Петренко Сергій, Васецька Аліна</b>	479
ЮРИДИЧНІ АСПЕКТИ ДОПІНГ-КОНТРОЛЮ В СУЧАСНОМУ ОЛІМПІЙСЬКОМУ РУСІ	
<b>Петренко Сергій, Васецька Аліна</b>	489
СПОРТИВНО-МАСОВА РОБОТА ЯК ЗАСІБ ПАТРІОТИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	
<b>Рогальський Володимир</b>	499
ОСОБЛИВОСТІ СПОРТИВНОГО СПОНСОРСТВА В УКРАЇНІ ПІД ЧАС ВІЙНИ: ВІД КОМЕРЦІЇ ДО БЛАГОДІЙНОСТІ	
<b>Сагайдак Олексій, Дмитрієв Дмитро, Денисенко Гліб</b>	507
КОРПОРАТИВНЕ ВОЛОНТЕРСТВО У СФЕРІ СПОРТУ ЯК ІНСТРУМЕНТ СОЦІАЛЬНОЇ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ БІЗНЕСУ	
<b>Саутов Рахмет</b>	517
ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ: СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ АНАЛІЗ	
<b>Скрипченко Ірина, Ахмедов Фаррух</b>	526
РЕПРЕЗЕНТАЦІЯ СПОРТИВНОЇ ТЕМАТИКИ У СУЧАСНОМУ СВІТОВОМУ ТА УКРАЇНСЬКОМУ КІНОМИСТЕЦТВІ	
<b>Скрипченко Ірина, Ліпартеліані Васіл</b>	539
ПОТЕНЦІАЛ ВИКОРИСТАННЯ ШТУЧНИХ СКЕЛЕДРОМІВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ	
<b>Скрипченко Ірина, Лондарева Альона</b>	548
ГЕНДЕРНО ЗУМОВЛЕНІ ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЇ ТА СПРИЙНЯТТЯ КРЕДИТНОГО МОДУЛЯ «ФУТБОЛ» У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ОНЛАЙН-НАВЧАННЯ	
<b>Сологубова Світлана, Лінська Ярослава</b>	564
РОЛЬ ЛІКУВАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У КОМПЛЕКСНІЙ ПРОФІЛАКТИЦІ ТА КОРЕКЦІЇ АСТИГМАТИЗМУ	
<b>Степанюк Світлана, Коваль Вікторія</b>	571
ЖИТТЄВИЙ ТА СПОРТИВНИЙ ШЛЯХ ОЛЕКСАНДРА БЕРЕЩА: ВІД ОЛІМПІЙСЬКИХ ВЕРШИН ДО ВІЧНОЇ ПАМ'ЯТІ	
<b>Стрикаленко Євгеній, Лимар Андрій</b>	579
ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА СПОРТСМЕНІВ РУКОПАШНИКІВ	
<b>Стрикаленко Євгеній, Ободовський Максим</b>	591
ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ПАУЕРЛІФТИНГОМ НА РОЗВИТОК СПЕЦІАЛЬНИХ СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ У ЮНАКІВ	
<b>Супруненко М.В.</b>	599
АУТОТРЕНІНГ І МЕТОДИ ЙОГО ВИКОРИСТАННЯ	
<b>Тищенко Денис</b>	608
ВАРІАБЕЛЬНІСТЬ СЕРЦЕВОГО РИТМУ ЯК ІНДИКАТОР ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ГАНДБОЛІСТОК ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ	
<b>Чоботько Маргарита</b>	617
ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІСЛЯ БОЙОВИХ ТРАВМ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ	
<b>Чоботько Ігор</b>	622
ОПТИМІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ МВС УКРАЇНИ ЗАСОБАМИ КРОСФІТ-ТРЕНУВАНЬ В УМОВАХ СУЧАСНИХ ПРОФЕСІЙНИХ ВИКЛИКІВ	

<b>Шалар Олег</b> ЧИННИКИ УСПІШНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СУДДІВ З ГАНДБОЛУ	628
<b>Шалар Олег, Дубровний Михайло</b> ОСОБЛИВОСТІ ШВИДКІСНО-СИЛОВОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ	633
<b>Шиян Володимир, Аслан Мар'яна</b> ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ КОНТРОЛЬОВАНИХ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ НА ПРОЯВИ СИМПТОМІВ ПРИ БРОНХІАЛЬНІЙ АСТМІ	638

**Олег Шалар**

*кандидат педагогічних наук,*

*доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту,*

*Херсонський державний аграрно-економічний університет*

*(м. Херсон, Україна)*

## **ЧИННИКИ УСПІШНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СУДДІВ З ГАНДБОЛУ**

***Shalar Oleg. Factors of successful performance of handball referees.***

*The article reveals the criteria of sports and professional readiness for refereeing. A sports referee must master theoretical, physical and psychological qualities in a complex. With the help of the complex use of these aspects, judges can fully realize themselves in professional activities.*

***Key words:*** *referees, handball, theoretical, physical, psychological training.*

**Вступ.** Є багато факторів, що впливають на суддівство та його стиль. Один з найважливіших – це відношення самого судді до гри, його фізична та теоретична підготовка. Саме воно є провідною характеристикою суддівства. Тому що від цього найбільше залежить результат зустрічі. Ставлення може бути не тільки серйозним чи несерйозним. Це поняття треба розуміти глибше, особливо в спортивній діяльності. Відношення до гри може ділитися на етапи: до матчу, під час зустрічі та після неї. Всі етапи впливають на результат загалом. О.Р. Гринь виділив безліч характеристик від яких залежить суддівська діяльність, однією з них є нервово-емоційне напруження [2]. Такі складові як темперамент, характер, тривожність та емоційність суддів є актуальним предметом нашого дослідження.

**Мета дослідження:** визначити основні аспекти професійної готовності суддів з гандболу.

**Виклад основного матеріалу.** Судді – є важливими дійовими особами в спорті. Вважається, що вони повинні бути не тільки байдужими

реєстраторами ходу гри і порушення правил, але і вихователями гравців. На них часом лежить колосальна відповідальність у визначенні переможця не тільки в окремій зустрічі, але і всієї першості. Від них багато в чому залежить видовищність матчу. Можна, наприклад, нескінченними свистками при будь-якому зіткненні гравців зробити гру з великою моторною щільністю та загубити тактичний аспект гри.

Стиль суддівства – це наявний у судді почерк, пов'язаний насамперед з розумінням правил і техніки гри. Одні судять строго, згідно «букви закону», інші дають послаблення, як кажуть гравці, «дають грати». Пов'язано це з тим, що в правилах є ряд таких пунктів, рішення за якими суддя приймає на свій розсуд. Саме цей аспект має багато нюансів, через які складаються суперечки, частіше всього між тренером та арбітром [3].

В арбітрів високої кваліфікації виявлена висока енергійність, тобто прагнення до роботи з високою напругою. У суддів, які призупинилися в кар'єрному зростанні, ця характеристика виражена менше. Д. Шум виявила деякі психологічні особливості суддів. У арбітрів високої кваліфікації рівень інтелекту вище, ніж у тих, які не мають перспектив зростання. Дослідження ознак інтелекту показало, що у діючих судді загальна поінформованість, вміння узагальнювати, встановлювати логічні зв'язки між поняттями і знаходити логічні закономірності вище, ніж у тих які не мають зростання [4]. Ці відмінності пов'язані з тим, що діяльність судді високої кваліфікації відрізняється за обсягом, швидкості перероблення інформації, отже, пред'являє більш високі вимоги до інтелекту арбітрів [5]. Побічно ці дані підтверджуються дослідженням Д. Шум, в якому показано, що судді, які мають вищу освіту, отримують суддівські категорії швидше, ніж судді з середньою освітою [4].

Емоційний стан арбітра у продовж своєї діяльності може змінюватися у різних аспектах та впливати на людину по різному. При цьому стиль суддівства буде змінюватися не довільно і це буде залежати тільки від реакції глядачів, тренерів та гравців. Але треба звернути увагу, що на цей

психологічний стан буде впливати не тільки емоції, а й тип темпераменту, характер, стиль суддівства, категорія арбітру та навіть настрої який супроводжує людину при усіх видах діяльності [2].

Всі арбітри для отримання категорії та підвищення кваліфікації повинені відвідати семінар та пройти кваліфікаційне тестування. Воно складається з теоретичного оцінювання та оцінки фізичних якостей.

Арбітр повинен досконало знати правила з гандболу, щоб впевнено відчувати себе на майданчику під час гри. Також для повного балансу психологічний стан судді повинен бути у нормі. Суддівська діяльність – це багатогранний процес, який потребує повної концентрації та психологічної підготовленості. З поганим знанням теоретичних правил спортивний арбітр не може збалансувати свій стан до ідеального, тому знання теоретичних правил є головним аспектом в діяльності арбітрів.

Фізичний стан відіграє важливу роль в житті людини загалом. Також і спортивні судді повинні відповідально ставитися до свого фізичного стану. З поганими показниками в фізичній підготовці, діяльність спортивного арбітра впевнено можна назвати суб'єктивною. Коли основним критерієм суддівства є об'єктивна оцінка. Тому кожен професіонал має підтримувати себе у формі та слідкувати за своїм здоров'ям.

В нашому дослідженні приймали участь арбітри різного віку та категорій. Європейська категорія – 5 арбітрів; Національна категорія – 5 арбітрів; 1 категорія – 3 арбітри; 2 категорія – 5 арбітрів; 3 категорія – 2 арбітри. З яких 12 жінок та 8 чоловіків. Дослідження проводилося протягом 2020-2021 років [6].

У спектрі суддівської діяльності ми можемо спостерігати безліч понять, які дійсно впливають на її процес та результат. Замислюючись над тим, яку роль у спорті загалом несуть такі явища, як екстраверсія та інтроверсія, ригідність та пластичність, темп реакції, емоційна збудливість, тривалість емоцій та багато інших. Під цими поняттями ховається глибокий сенс закономірностей. Ці явища діляться на позитивні та негативні, з точки зору

суддівської діяльності, але зовсім розділити їх буде дуже важко, бо кожна характеристика має свої переваги та недоліки. Тому психологічні явища, які переплетені з діяльністю спортивних арбітрів, впливають на позитивний чи негативний результат. В процесі дослідження було виявлено, що арбітр у якого переважає екстраверсія є впевненим та рішучим, у більшості випадках, та навпаки інтроверти є більш «закриті» та менш рішучі. Через ригідність та пластичність можна визначити, як суддя ставиться до свого рішення, наскільки впевнено він його призначає та відстоює. Одним з найважливіших факторів є ригідність та пластичність, вони відображають сутність суддівського процесу і його стилю. Ми бачимо, що гендерні відмінності відображенні у результаті тесту. Суддя Європейської категорії Руслан Л. володіє переважною ригідністю, тобто категоричними та рішучими рішеннями, в той же час суддя 2 категорії Альона В. має низький рівень, що відповідає високій пластичності та впливу зовнішнього середовища на суддівські рішення [6].

**Висновки.** Кожний етап успішної діяльності складається з різних компонентів. У спортсменів – це фізична, теоретична, тактична та психологічна підготовка; у тренера – це теоретична, психологічна та професійна підготовка; тож у спортивного судді теж є критерії спортивно-професійної готовності до суддівської діяльності. Спортивний арбітр повинен в комплексі оволодіти теоретичними, фізичними та психологічними якостями. За допомогою комплексного використання цих аспектів судді можуть повноцінно реалізувати себе в професійній діяльності.

Суддівська діяльність має дуже тісний взаємозв'язок між теоретичною, фізичною та психологічною підготовкою. Кожен критерій залежить один від одного. Всі ці аспекти є головними. Арбітр повинен досконало знати правила з гандболу, щоб впевнено відчувати себе на майданчику під час гри. Також для повного балансу психологічний стан судді повинен бути у нормі. Суддівська діяльність – це багатогранний процес, який потребує повної концентрації та психологічної підготовленості. З поганим знанням теоретичних правил

спортивний арбітр не може збалансувати свій стан до ідеального, тому знання теоретичних правил є головним аспектом в діяльності арбітрів.

### Список використаних джерел

1. Вейнберг Р. С., Гоулд Д. Психологія спорту К.: Олімпійська література, 2001. 335 с.
2. Гринь О.Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів: навч. посіб. К.: Олімпійська література, 2015. 276 с.
3. Дядечко І. Є., Верітов О. І., Остапчук В. І., Квасниця О. М., Скрипченко І.Т. (2025). Теорія, методика та організаційні основи суддівської діяльності у спорті. *Фізичне виховання та спорт*. 2, 85-93 <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2025-2-11>
4. Козіна, Ж. Л., Слюсарев, В. Ф., & Волков, Є. П. (2004) Факторна структура підготовленості гандболістів високого класу. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 13, 39–47.
5. Шалар, О., Жосан, І., Шум, Д., & Стрикаленко, Є. (2014) Властивості темпераменту і волі гандболісток різного ігрового амплуа. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 40-43.
6. Шалар О.Г., Куруч Анастасія, Череповська Г.О. (2018). Властивості особистості суддів з гандболу. *Актуальні проблеми юнацького спорту: зб. статей XIII Всеукр. наук. конф. уклад.: С.К. Голяка. Херсон: ХДУ. С. 158-162*

*Наукове електронне видання*

**МАТЕРІАЛИ**

*Міжнародної науково-практичної конференції*

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І  
СПОРТУ В СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ**

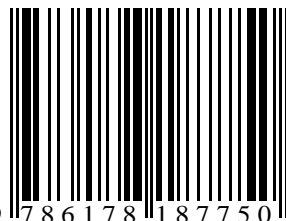
**ЗБІРНИК СТАТЕЙ**

**26 березня 2026 року**

**(м. Кропивницький)**

**ISBN 978-617-8187-75-0 (електронне видання)**

I SBN 978- 617- 8187- 75- 0



*Автори опублікованих матеріалів несуть повну відповідальність за достовірність та об'єктивність наданої інформації.*

Відповідальний за випуск – завідувачий кафедрою теорії та методики фізичної культури та спорту, к.фіз.вих., доцент Стрикаленко Є.А.

Технічний редактор: к.фіз.вих., доцент кафедри теорії та методики фізичної культури та спорту Скрипченко І.Т.

Контактна інформація оргкомітету конференції:  
Херсонський державний аграрно-економічний університет  
Юридична адреса: вул. Стрітенська, 23, м. Херсон, 73006  
Фактична адреса: просп. Університетський, 5/2,  
м. Кропивницький, Кіровоградська обл., 25031

Підписано до видання 27.03.2026 р. Формат 60×84/8.  
Гарнітура Times. Ум. друк. арк. 55,2. Обл.-вид. арк. 59,36.  
Замовлення № 3261.

Книжкове видавництво ФОП Вишемирський В.С.  
Свідоцтво про внесення до державного реєстру суб'єктів видавничої справи:  
серія ХС №48 від 14.04.2005 р., видано Управлінням у справах преси та інформації  
73000, Україна, м.Херсон, вул. Соборна, 2,  
тел. +38050-133-10-13, e-mail: printvvs@gmail.com