

Scientific Journal

---

# VIRTUS

---

#54, May, 2021  
published since 2014

2021

ISSN 2410-4388 (Print)  
ISSN 2415-3133 (Online)

Scientific Journal *Virtus*  
Issue # 54, May, 2021  
Published since 2014

*Recommended for publication by the Council of  
NGO "Sobornist" (the proceedings No.9, May 26, 2021).*

**Founder:** Scientific public organization  
"Sobornist" (Ukraine).

**Publisher:** Center of Modern Pedagogy "Learning  
Without Borders" (Canada).

**Partners:**

- + Volodymyr Dahl East-Ukrainian National University (Ukraine);
- + Lugansk Regional Institute of Postgraduate Pedagogical Education (Ukraine);
- + Zhytomyr Ivan Franko State University (Ukraine);
- + SE «Lugansk State Medical University» (Ukraine);
- + Consortium for Enhancement of Ukrainian Management Education (Ukraine);
- + Baku Islamic University (Azerbaijan);
- + University of Zielona Góra (Poland);
- + Center of Modern Pedagogy "Learning Without Borders" (Canada).

Virtus: Scientific Journal / Editor-in-  
Chief M.A. Zhurba - May # 54,  
2021. - 166 p.

**Editor-in-Chief:**

**Zhurba M.A.**, Ph.D., professor, Head of the scientific public organization "Sobornist" (Ukraine).

**Deputy Editor-in-Chief:**

**Kuzmichenko I.O.**, Ph.D., associate professor, Head of the Department of Humanities of SE «Lugansk State Medical University» (Ukraine);

**Talishinski E.B.**, Ph.D., associate professor, Head of the Department of Public Disciplines of the Baku Islamic University (Azerbaijan);

**Starichenko E.V.**, Head of Analytical Department of the scientific public organization "Sobornist" (Ukraine).

**Mainhandling Editor:**

**Kravchenko Yu.V.**, Manager on international cooperation of the scientific public organization "Sobornist" (Ukraine).

**Journal Indexing:**

✓ **Google Scholar** is a freely accessible web search engine that indexes the full text or metadata of scholarly literature across an array of publishing formats and disciplines. The Google Scholar index includes most peer-reviewed online academic journals and books, conference papers, theses and dissertations, preprints, abstracts, technical reports, and other scholarly literature, including court opinions and patents.

✓ **Scientific Indexing Services (SIS) (USA)** is academic database which provides evaluation of prestigiousness of journals. The evaluation is carried out by considering the factors like paper originality, citation, editorial quality, and regularity & international presence.

✓ **Citefactor (USA)** is a service that provides access to quality controlled Open Access Journals. The Directory indexing of journal aims to be comprehensive and cover all open access scientific and scholarly journals that use an appropriate quality control system, and it will not be limited to particular languages or subject areas.

✓ **ResearchBib** is open access with high standard indexing database for researchers and publishers. Research Bible may freely index journals, research papers, call for papers, research position.

✓ **Scientific Journal Impact Factor (SJIFactor)** is an international, recognized platform for promoting scientific achievements, as well as supporting publishers and scientific communities interested in state-of-the art research activities in innovation and applied science areas.

Journal «Virtus» has been positively evaluated in the SJIF Journal Master List evaluation process. **SJIFactor = 5,883.**

✓ **Directory of Research Journal Indexing (DRJI)** is to increase the visibility and ease of use of open access scientific and scholarly journals thereby promoting their increased usage and impact. DRJI supply champion has access to global-renowned content in all discipline areas including magazine and journal articles. DRJI advocate, educate, and provide the central resource for indexing.

✓ **International Innovative Journal Impact Factor (IIJIF)** – academic database was organized with the aim of creating an open platform for scientific research around the world. IIJIF provides the necessary communication of scholars, editors, publishers and conference organizers, through its exclusive services: provides indexing of scientific journals (calculates the impact factor), forms a list of national/international conferences and journals.

✓ **InfoBase Index** is a comprehensive, multipurpose database covering scholarly literature from all over the world. InfoBase Index holds indexed records from active, authoritative journals. Most of the journal titles are peer-reviewed, with new journal titles being added to the collection regularly. **IBI Factor** for the journal 'Virtus' is **2.5.**

**Certificate of Mass Media Registration:**

**KB № 21060-10860P from 24.11.2014 p.**

Journal Editorial Staff Contact Information.

e-mail: [virtustoday@gmail.com](mailto:virtustoday@gmail.com)

website: <http://virtus.conference-ukraine.com.ua>

© Authors of the Articles, 2021.

© Scientific Journal «Virtus», 2021.

**Editorial Board:**

**Aliyeva S.I.**, Ph.D., professor, Institute of History National Academy of Sciences of Azerbaijan (Azerbaijan).

**Aliyeva S.N.**, Ph.D., associate professor, Baku State University (Azerbaijan).

**Aliyeva Y.N.**, Ph.D., associate professor, Baku State University (Azerbaijan).

**Aliyev M.N.**, Ph.D., professor, Baku State University (Azerbaijan).

**Arslan C.H.**, Ph.D., professor, Necmettin Erbakan University (Turkey).

**Bohonkova J.A.**, Ph.D., professor, Volodymyr Dahl East-Ukrainian National University (Ukraine).

**Chyzhova O.M.**, Ph.D., professor, National Pedagogical Dragomanov University (Ukraine).

**Ciftci S.S.**, Ph.D., associate professor, Necmettin Erbakan University (Turkey).

**De Serio B.**, Ph.D., professor, University of Foggia President of AIM (Italy).

**Dombi-Fáy A.**, prof. dr., CSc, PhD, dr. hab., Professor of Pedagogy, Faculty of Education Hungary, Szeged University "Juhász Gyula" (Hungary).

**Drachuk O.P.**, Ph.D., associate professor, National Pirogov Memorial Medical University, Vinnytsya (Ukraine).

**Fóris-Ferenczi R.**, Ph.D., associate professor, Docent, Vice-dean, Faculty of Psychology and Educational Sciences, Department of Applied Psychology of the Babeş-Bolyai University (Romania).

**Hamarta E.S.**, Ph.D., professor, Necmettin Erbakan University (Turkey).

**Jovanovic P.**, Ph.D., professor, University of the town of Nish (Serbia).

**Kalko I.V.**, Ph.D., associate professor, Luhansk Regional Institute of Postgraduate Pedagogical Education (Ukraine).

**Karabacak N.N.**, Ph.D., associate professor, Recep Tayyip Erdogan University (Turkey).

**Karlovtz Já.T.**, Ph.D., associate professor, Óbuda University (Hungary).

**Kasyanova O.V.**, Ph.D., associate professor, Luhansk Regional Institute of Postgraduate Pedagogical Education (Ukraine).

**Kasyanova V.A.**, Ph.D., associate professor, Institute of Chemical Technologies Volodymyr Dahl East-Ukrainian National University (Ukraine).

**Komarevtseva I.A.**, Ph.D., professor, SE «Lugansk State Medical University» (Ukraine).

**Korotkova E.A.**, Ph.D., associate professor, Luhansk Regional Institute of Postgraduate Pedagogical Education (Ukraine).

**Kravchuk O.O.**, Ph.D., professor, Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute (Ukraine).

**Mennell S.**, Ph.D., professor, University College Dublin (Ireland).

**Mihailovic S.**, Ph.D., professor, Institute of Serbian Culture Pristina-Leposavic (Serbia).

**Moskalyova L.Yu.**, Ph.D., professor Melitopol Bogdan Khmelnytsky State University (Ukraine).

**Okulicz-Kozaryn W.**, dr.hab., MBA, Member of the International Scientific Association of Economists and Jurists "Consilium" (Switzerland).

**Pagava O.V.**, Ph.D., associate professor, Luhansk Regional Institute of Postgraduate Pedagogical Education (Ukraine).

**Parlar Ali**, PhD in Pharmacology, Assistant Professor, Medical Faculty, Department of Pharmacology, Adiyaman University (Turkey).

**Pashayeva A.N.**, Ph.D., senior researcher at the Philosophy Institute of NA of AR, Baku (Azerbaijan).

**Polishchuk O.P.**, Ph.D., professor, Zhytomyr Ivan Franko State University (Ukraine).

**Polovyi M.A.**, Ph.D. in History, D.Sc. in Political Science, professor, Vasyl Stus Donetsk National University (Ukraine).

**Potapenko E.V.**, Ph.D., professor, Volodymyr Dahl East Ukrainian National University (Ukraine).

**Sapenko R.**, Ph.D., professor, Zielonogorski University (Poland).

**Semaniuk V.Z.**, D.Sc., Associate Professor, West Ukrainian National University (Ukraine).

**Shpak D.O.**, Ph.D., associate professor, Mykolajiv branch of Kiev National University Culture and Arts (Ukraine).

**Radchenko O.V.**, Ph.D., professor, Pomeranian Academy in Slupsk (Poland).

**Rohit Kumar Verma**, B.com.L.L.b, Poet & Researcher, Writer, Institute of Law Jiwaji Univeristy (India).

**Shchudlo S.**, Ph.D., professor, Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University (Ukraine).

**Stoffa Ján**, prof. Ing., DrSc., emeritus professor, Palacký University in Olomouc (Czech Republic).

**Stoffová V.**, prof. Ing., CSc., Ph.D., Department of Mathematics and Informatics, Faculty of Education, Trnava university in Trnava (Slovakia).

**Svintsitska O.I.**, Ph.D., associate professor, Zhytomyr Ivan Franko State University (Ukraine).

**Szamosközi I.**, dr., professor, the Faculty of Psychology and Educational Sciences, Department of Applied Psychology of the Babeş-Bolyai University (Romania).

**Takács M.**, prof., dr., Ph.D., professor, Hungarian Language Teacher training Faculty, University of Novi Sad, Subotica (Serbia).

**Torgyik Ju.**, Ph.D., professor, Kodolányi János College (Hungary).

**Tsyurupa M.V.**, Ph.D., professor, National University of Defense of Ukraine (Ukraine).

**Ustymenko-Kosorich O.A.**, Ph.D., professor, Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University (Ukraine).

**Vveinhardt J.**, Ph.D., professor, Vytautas Magnus University, Lithuanian Sports University (Lithuania).

**Yeremenko A.M.**, Ph.D., professor, Volodymyr Dahl East-Ukrainian National University (Ukraine).

**Yildirim İ.**, Prof. Dr., Pamukkale University Çal Vocational High School (Turkey).

**Zhurba A.M.**, Ph.D., associate professor of International Academy of Personnel Management (Ukraine).

**Zavatskaya N.Yev.**, Ph.D., professor, Volodymyr Dahl East-Ukrainian National University (Ukraine).

*The authors of materials are responsible for plagiarism, accuracy of the represented facts, quotes, figures and surnames. Editorial staff reserves the right for insignificant editing and reduction and also literary revision of the articles (with preservation of the main conclusions and style of the author). The editorial board of the journal may not share world outlook of the authors.*

CONTENT

**PHILOSOPHY**

- Holubovska O.V.**  
FREEDOM OF WILL AS ONE OF THE MOST  
IMPORTANT PROBLEMS IN THE WORLDVIEW  
OF AURELIUS AUGUSTINE ..... 10
- Goncharov H.M.**  
MANIFESTATION OF THE TRUTH  
IN POST-TOTALITARIAN COUNTRIES  
AND LIBERALLY DEMOCRATIC ..... 13
- Kolosiuk I.A.**  
PHILOSOPHICAL ANALYSIS OF THE CONCEPT  
OF PERSONALITY IN PEDAGOGY ..... 17
- Maistrenko-Dudkovska Ya.A., Karpitsky N.N.**  
SELF-IDENTIFICATION OF OTHERKIN  
IN THE CONTEXT OF THE MODERN  
SOCIOCULTURAL SITUATION ..... 21

**PSYCHOLOGY**

- Volchenko Ye.Ye.**  
SOCIO-PSYCHOLOGICAL PROBLEMS  
OF CONFLICTOLOGICAL COMPETENCE  
DEVELOPMENT OF THE MEDICAL FIELD ..... 28
- Ivanchenko O.S.**  
SPECIAL ASPECTS OF EXPERIENCE OF GUILT  
AND PSYCHO CORRECTION OF GUILT-FEATURES ..... 32
- Kozyra P.V., Bagriy V.V.**  
EMPIRICAL STUDY OF INDICATORS AND FEATURES  
OF PERSONAL GROWTH OF ATO PARTICIPANTS  
IN THE POST-TRAUMATIC PERIOD ..... 36
- Sivograkova Z.A.**  
THE STUDENTS' PERCEPTIO AND ASSESSMENT  
PECULIARITIES OF DISTANCE  
LEARNING VARIOUS ASPECTS ..... 42

**PEDAGOGY**

- Akmaldinova V.Y.**  
THE PROBLEM OF PROFESSIONAL TRAINING  
OF FUTURE SPECIALISTS IN TRANSPORT TECHNOLOGIES  
(BY AIR TRANSPORT) IN TECHNICAL UNIVERSITY ..... 44
- Vylka L.Ya.**  
SPECIFICS OF LEARNING THE UKRAINIAN  
AS A FOREIGN LANGUAGE ..... 49
- Darmoriz O.V., Mukha O.Ya.**  
CULTURAL INDUSTRIES AND CULTURAL EDUCATION  
IN UKRAINE: NEXUSES AND SYSTEM GAPS ..... 52

- Zubarova N.V., Kopyika O.A.**  
USE OF TECHNOLOGY OF CRITICAL THINKING  
DEVELOPMENT IN THE PROCESS  
OF FORMATION OF PROFESSIONAL  
COMPETENCIES OF FUTURE SPECIALISTS  
OF PRIMARY EDUCATION ..... 57

- Kramarenko T.V.**  
SOME ADVANTAGES OF INFORMATION AND  
COMMUNICATION TECHNOLOGIES  
IMPLEMENTATION IN THE TRAINING OF FUTURE  
PROFESSIONALS OF COMMODITY ANALYSIS  
AND COMMERCIAL ACTIVITY ..... 61

- Kudyarska T.R.**  
TECHNOLOGY OF BUILDING AN INCLUSIVE  
EDUCATIONAL PROCESS IN KINDERGARTEN:  
SUPPORT FOR THE CHILD'S TRANSITION TO SCHOOL ..... 65

- Lyshevskaya V.M.**  
FIXED ASSETS OF PROCEEDING INCAPACITY  
SPORTSMEN ..... 70

- Novikova T.V.**  
STRUCTURE AND CLASSIFICATION OF SIGNS  
OF SPIRITUALITY: THROUGH THE PRISM  
OF SCIENTIFIC RESEARCH ..... 73

- Olefirenko T.O.**  
DEVELOPMENT OF READINESS TO BUILD A CAREER  
IN PRE-SERVICE TEACHERS: BASED ON THEIR  
INTERNSHIP AIMED AT FORMATION  
OF CREATIVITY SKILLS IN SCHOOLCHILDREN ..... 80

- Rakovs'ka M.A., Pustovoichenko D.V.**  
FORMATION OF COMMUNICATIVE COMPETENCE  
OF FUTURE SPECIALISTS WHILE LEARNING  
A FOREIGN LANGUAGE USING THE SIOP MODEL ..... 84

- Senovska N.L., Lisova Z.-O.V.**  
DIFFICULTIES AND BENEFITS OF DISTANCE LEARNING  
THROUGH THE EYES OF TEACHERS AND STUDENTS ..... 88

- Skrytska N.V.**  
ONLINE CLASSES AS A REQUIREMENT OF TIME ..... 94

- Sokolovskaya A.S.**  
OBSERVANCY UPBRINGING AS A MEANS  
OF COGNITIVE DEVELOPMENT OF SENIOR  
PRESCHOOL AGE CHILDREN ..... 97

**PHILOLOGY**

- Maksymiuk M.V.**  
MODERN APPROACHES TO TEACHING UKRAINIAN  
AS A FOREIGN LANGUAGE ..... 101

**Markuliak L.V.**  
SPECIFICITY OF THE SONNET GENRE FORM  
IN THE WORKS OF MAXYM RYLSKY ..... 105

**Melenchuk O.V.**  
DMITRO NIKOLYSHYN ABOUT THE THEME  
OF THE COSSACKS IN T. SHEVCHENKO'S  
INTERPRETATION ..... 108

### **HISTORY**

**Dobrolyubska Y.A.**  
PHILHELLENISM IN THE PERCEPTION  
OF EUROPEAN CULTURAL TRADITION ..... 112

**Levytska N.M., Kotsuibanska O.O.**  
STUDENT «MARCH MOVEMENT» OF 1878 IN UKRAINE:  
NATURE, COURSE, CONSEQUENCES ..... 117

**Prysiachniuk O.M.**  
DEVELOPMENT OF MUSEUMS  
OF TECHNICAL PROFILE IN GERMANY  
AND AUSTRIA-HUNGARY ..... 121

### **POLITOLOGY. SOCIOLOGY**

**Orlyanskiy V.S.**  
PARTY BUILDING IN THE CONTEXT  
OF ELECTION PROCESSES ..... 125

**Chizhova O.M.**  
POLITICAL PRAGMATISM: THE ORIGINS  
OF PRAGMATISM AND ITS FORMATION ..... 129

**Shedyakov V.E.**  
INDUSTRIAL DEMOCRACY AND TRANSFORMATIONS  
OF SOCIETY ..... 131

**Shimko O.V.**  
PENSION SYSTEM IN UKRAINE:  
REALITIES AND PROSPECTS ..... 137

### **HEALTH MANAGEMENT**

**Lyshevskaya V.M.**  
MOTOR ACTIVITY OF HIGHER EDUCATION  
ACQUISITIONS..... 140

**Pavlik A.I.**  
THE ORETICAL AND METHODOLOGICAL FOUNDATIONS  
FOR INCREASING MAXIMUM OXYGEN  
CONSUMPTION IN ELITE ATHLETES ..... 142

**Sluhenska R.V., Biryuk I.H.**  
SPECIFICITY OF PHYSICAL EDUCATION ORGANIZATION  
OF STUDENTS..... 164



ЗМІСТ

ФІЛОСОФІЯ

**Голубовська О.В.**  
СВОБОДА ВОЛІ ЯК ОДНА З НАЙВАЖЛИВИШИХ  
ПРОБЛЕМ У СВІТОГЛЯДІ АВРЕЛІЯ АВГУСТИНА ..... 10

**Гончаров Г.М.**  
ПРОЯВ ПОСТПРАВДИ В ПОСТТОТАЛІТАРНИХ  
КРАЇНАХ І ЛІБЕРАЛЬНО ДЕМОКРАТИЧНИХ ..... 13

**Колосюк І.А.**  
ФІЛОСОФСЬКИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ ОСОБИ  
У ПЕДАГОГІЦІ ..... 17

**Майстренко-Дудковська Я.А., Карпіцький М.М.**  
САМОІДЕНТИФІКАЦІЯ АЗЕРКІНІВ В КОНТЕКСТІ  
СУЧАСНОЇ СОЦІОКУЛЬТУРНОЇ СИТУАЦІЇ ..... 21

ПСИХОЛОГІЯ

**Волченко Є.Є.**  
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ  
РОЗВИТКУ КОНФЛІКТОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ  
ФАХІВЦЯ МЕДИЧНОЇ ГАЛУЗІ ..... 28

**Іванченко О.С.**  
ОСОБЛИВІ АСПЕКТИ ПЕРЕЖИВАННЯ ПРОВИНИ  
ТА ПСИХОКОРЕКЦІЯ ПРОВИНИ-РИСИ ..... 32

**Козира П.В., Багрій В.В.**  
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПОКАЗНИКІВ  
ТА ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТІСНОГО  
ЗРОСТАННЯ УЧАСНИКІВ АТО  
У ПОСТТРАВМАТИЧНИЙ ПЕРІОД ..... 36

**Сивогракова З.А.**  
ОСОБЛИВОСТІ СПРИЙНЯТТЯ ТА ОЦІНЮВАННЯ  
СТУДЕНТАМИ РІЗНИХ АСПЕКТІВ ДИСТАНЦІЙНОГО  
НАВЧАННЯ ..... 42

ПЕДАГОГІКА

**Акмалдінова В.Є.**  
ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ  
МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ТРАНСПОРТНИХ  
ТЕХНОЛОГІЙ (НА ПОВІТРЯНОМУ ТРАНСПОРТІ)  
В ТЕХНІЧНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ У ДИСКУРСІ  
ПЕДАГОГІЧНОЇ ТЕОРІЇ ..... 44

**Вилка Л.Я.**  
СПЕЦИФІКА ВИВЧЕННЯ УКРАЇНСЬКОЇ МОВИ  
ЯК ІНОЗЕМНОЇ ..... 49

**Дарморіз О.В., Муха О.Я.**  
КУЛЬТУРНІ ІНДУСТРІЇ ТА КУЛЬТУРОЛОГІЧНА  
ОСВІТА В УКРАЇНІ: ТОЧКИ ДОТИКУ  
Й СИСТЕМНІ ПРОГАЛИНИ ..... 52

**Зубарова Н.В., Копійка О.А.**  
ВИКОРИСТАННЯ ТЕХНОЛОГІЇ РОЗВИТКУ  
КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ У ПРОЦЕСІ  
ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ  
КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ  
ФАХІВЦІВ ПОЧАТКОВОЇ ОСВІТИ ..... 57

**Крамаренко Т.В.**  
ДЕЯКІ ПЕРЕВАГИ ВПРОВАДЖЕННЯ  
ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ  
У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ  
З ТОВАРОЗНАВСТВА ТА КОМЕРЦІЙНОЇ  
ДІЯЛЬНОСТІ ..... 61

**Кудярска Т.Р.**  
ТЕХНОЛОГІЯ ПОБУДОВИ ІНКЛЮЗИВНОГО  
ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В ЗДО:  
СУПРОВІД ПЕРЕХОДУ ДИТИНИ ДО ШКОЛИ ..... 65

**Лишевська В.М.**  
ОСНОВНІ ЗАСОБИ ВІДНОВЛЕННЯ  
ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СПОРТСМЕНІВ ..... 70

**Новікова Т.В.**  
СТРУКТУРА ТА КЛАСИФІКАЦІЯ ОЗНАК ДУХОВНОСТІ:  
КРИЗЬ ПРИЗМУ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ..... 73

**Олефіренко Т.О.**  
РОЗВИТОК ГОТОВНОСТІ ДО ПОБУДОВИ КАР'ЄРИ  
У МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ: НА ДОСВІДІ  
ЇХ ПРАКТИКИ ІЗ ФОРМУВАННЯ  
КРЕАТИВНИХ НАВИЧОК У ШКОЛЯРІВ ..... 80

**Раковська М.А., Пустовойченко Д.В.**  
ФОРМУВАННЯ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ  
МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ПІД ЧАС ВИВЧЕННЯ  
ІНОЗЕМНОЇ МОВИ З ВИКОРИСТАННЯМ  
МОДЕЛІ SIOP ..... 84

**Сеньовська Н.Л., Лісова З.-О.В.**  
ТРУДНОЩІ Й ПЕРЕВАГИ ДИСТАНЦІЙНОГО  
НАВЧАННЯ ОЧИМА ВЧИТЕЛІВ ТА УЧНІВ ..... 88

**Скрицька Н.В.**  
ОНЛАЙН-ЗАНЯТТЯ ЯК ВИМОГА ЧАСУ ..... 94

**Соколовська О.С.**  
ВИХОВАННЯ СПОСТЕРЕЖЛИВОСТІ  
ЯК ЗАСІБ ПІЗНАВАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ  
СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ..... 97

ФІЛОЛОГІЯ

**Максимюк М.В.**  
СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО НАВЧАННЯ  
УКРАЇНСЬКОЇ МОВИ ЯК ІНОЗЕМНОЇ ..... 101

**Маркуляк Л.В.**  
СПЕЦИФІКА ЖАНРОФОРМИ СОНЕТА У ТВОРЧОСТІ  
МАКСИМА РИЛЬСЬКОГО ..... 105

**Меленчук О.В.**  
ШЕВЧЕНКОВЕ ТРАКТУВАННЯ КОЗАЧЧИНИ  
В РЕЦЕПЦІЇ ДМИТРА НИКОЛИШИНА ..... 108

### ІСТОРІЯ

**Добролюбська Ю.А.**  
ФІЛЕЛЛІНІЗМ В СПРИЙНЯТТІ ЄВРОПЕЙСЬКОЇ  
КУЛЬТУРНОЇ ТРАДИЦІЇ..... 112

**Левицька Н.М., Коцюбанська О.О.**  
СТУДЕНТСЬКИЙ «БЕРЕЗНЕВИЙ РУХ» 1878 РОКУ  
В УКРАЇНІ: ПРИЧИНИ, ХІД, НАСЛІДКИ ..... 117

**Присяжнюк О.М.**  
РОЗВИТОК МУЗЕЇВ ТЕХНІЧНОГО ПРОФІЛЮ  
У НІМЕЧЧИНІ ТА АВСТРО-УГОРСЬКІНІ ..... 121

### ПОЛІТОЛОГІЯ. СОЦІОЛОГІЯ

**Орлянський В.С.**  
ПАРТІЙНЕ БУДІВНИЦТВО В КОНТЕКСТІ  
ВИБОРЧИХ ПРОЦЕСІВ ..... 125

**Чижова О.М.**  
ПОЛІТИЧНИЙ ПРАГМАТИЗМ:  
ВИТОКИ ПРАГМАТИЗМУ ТА ЙОГО СТАНОВЛЕННЯ ..... 129

**Шедяков В.Е.**  
ПРОИЗВОДСТВЕННАЯ ДЕМОКРАТИЯ  
И ПРЕОБРАЗОВАНИЯ ОБЩЕСТВА ..... 131

**Шимко О.В.**  
ПЕНСІЙНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ В УКРАЇНІ:  
РЕАЛІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ..... 137

### МЕНЕДЖМЕНТ ЗДОРОВ'Я

**Лишевська В.М.**  
РУХОВА АКТИВНІСТЬ ЗДОБУВАЧІВ  
ВИЩОЇ ОСВІТИ ..... 140

**Павлик А.И.**  
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ  
ПОВЫШЕНИЯ МАКСИМАЛЬНОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ  
КИСЛОРОДА У ЭЛИТНЫХ СПОРТСМЕНОВ..... 142

**Слухенська Р.В., Бірюк І.Г.**  
СПЕЦИФІКА ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО  
ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ..... 164



## Health management

УДК 796.012.1-053.6

Лишевська В.М.,

канд. з фіз. вих. і спорту, доцент кафедри загальноекономічної підготовки  
Херсонський державний аграрно-економічний університет, Fizkultura2018@ukr.net

Україна, м. Херсон

### РУХОВА АКТИВНІСТЬ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

У даній статті розглядається проблема дефіциту рухової активності здобувачів вищої освіти. Розглянуто чинники, що впливають на дефіцит рухової активності. Дано рекомендації щодо виконання фізичних вправ для заповнення дефіциту рухової активності студентів під час навчання.

**Ключові слова:** дефіцит рухової активності, студенти, здоров'я, фізична культура і спорт.

**Постановка проблеми.** Початок XXI століття характеризується проривом у багатьох областях науки, техніки і різноманітних сферах виробництва. «Це призвело до того, що велика частина населення планети стала інертною, яка віддає перевагу жити, не витрачаючи своєї енергії на своє вдосконалення». В результаті чого у більшості людей, особливо молодих, сформувався малорухливий спосіб життя, як фактор, що веде до дефіциту рухової активності і як наслідок нестачі фізичної напруги і м'язових рухів.

Фізична культура і спорт сьогодні це інтелектуальні, емоційні, психологічні, матеріальні і духовні цінності сучасного суспільства в цілому і окремої людини зокрема. Залучення студентської молоді до систематичних занять фізичною культурою і спортом на тлі проблеми дефіциту рухової активності, першорядне завдання держави, а також кожного вищого навчального закладу.

Рухова активність – це вид діяльності людини, при якому активація обмінних процесів в скелетних м'язах забезпечує їх скорочення і переміщення людського тіла або його частин в просторі.

Термін «рухова активність» об'єднує різноманітні рухові дії, що виконуються в повсякденному житті, в організованих і самостійних заняттях фізичними вправами і спортом [4].

Важливим є визначення «оптимального» рівня рухової активності, який компенсував би витрати енергії і сприяв подальшому вдосконаленню особистості [2].

Сьогодні наукові дослідження дають оцінку тому, що повсякденна рухова активність нинішніх студентів зведена до мінімуму і не підтримує оптимальне функціонування всіх основних систем організму, не створює умов для збереження і укріплення фізичного і психічного здоров'я. Безумовно, що рухова активність одна зі складових здорового способу життя і основний засіб зміцнення здоров'я, але її мінімізація вказує на гострі проблеми її дефіциту у здобувачів вищої освіти. Обсяг цього носить глобальний характер і підтверджується тим, що з кожним роком збільшується кількість студентів, що мають відхилення у стані здоров'я.

Актуальність теми дослідження полягає в тому, щоб створити реальні можливості для природної потреби в руховій активності у здобувачів вищої освіти, із залученням їх до занять фізичною культурою і спортом, тим

самим заповнити недолік фізичної активності і забезпечити ефективне функціонування систем життєдіяльності.

**Мета дослідження:** розглянути проблему дефіциту рухової активності здобувачів вищої освіти, теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, соціологічне опитування.

Відповідно до мети в статті вирішувалися наступні завдання:

1. Вивчити науково-методичну літературу;
2. Виявити чинники, що сприяють дефіциту рухової активності;
3. Вивчити масштабність дефіциту рухової активності здобувачів вищої освіти.

**Результати дослідження.** На базі Херсонського державного аграрно-економічного університету проведений моніторинг студентів третього курсу агрономічного факультету. В опитуванні брало участь 81 студент, з них 53 юнаки та 28 дівчат, яких розділили на дві умовні групи. До першої групи віднесли студентів, які додатково займалися у вільний від навчання час в різних спортивних секціях і фітнес-центрах, друга умовна група здобувачів вищої освіти відвідувала заняття з фізичного виховання згідно учебного розкладу, ніде додатково не займаючись. За результатами опитування першої умовної групи, яка веде досить активний спосіб життя скарги на погане самопочуття, втому, сонливість, проблеми зі здоров'ям склали, 3,9% у юнаків і 3,6% у дівчат. Аналіз опитування другий умовної групи показав, що 77% дівчат і 79% юнаків в принципі позитивно ставляться до занять фізичною культурою, спортом та здорового способу життя, але в той же час вважають, що можна обійтися і без них. При цьому на часту втому, погане самопочуття, поганий сон, перепади настрою, зникнення апетиту скаржаться 75% дівчат і 77% хлопців.

Згідно з результатами опитування, студенти дійсно відзначають, що дефіцит рухової активності призводить до ряду проблем, які негативним чином впливають на їх успішність у навчанні та житті. Незважаючи на те, що більшість респондентів другої умовної групи погоджуються, що вони відчувають дефіцит рухової активності, всього лише 19% дійсно піклуються про своє здоров'я, регулярно відвідують заняття з фізичного виховання і дотримуються здорового способу життя.

Виділимо фактори, які сприяють дефіциту рухової



активності та зазначені студентами як найбільш важливі:

1. Відсутність вільного часу для занять фізичною культурою і спортом, у зв'язку з великою щільністю навчальних занять, а також роботою (підробітком) студентів;

2. Відсутність фінансової можливості відвідувати фітнес-центри;

3. Молоді люди сприймають здоров'я як дану їм цінність;

4. Інтернет – залежність, сучасна молодь віддає перевагу віртуальному спілкуванню, тим самим замінюючи реальне спілкування з ровесниками в спортзалі.

Встановлено, що тижневий, мінімально необхідний обсяг спеціально організованої рухової активності у здобувачів вищої освіти становить 8–10 годин на тиждень, дотримуються який лише 29,7% дівчат і 34,4% юнаків. У свідомості тих, хто навчається руховою активністю, обсяг рухової активності, необхідний для оптимального функціонування організму, значно нижче встановлених норм. При цьому лише третина студентів дотримується рекомендованих обсягів рухової активності [5, с.58].

**Висновки.** Таким чином, для заповнення дефіциту рухової активності фізична культура, в тому числі самостійна, грає важливу роль в житті здобувачів вищої освіти. Заняття спортом покращують працездатність, знімають стрес і емоційне напруження, тренують м'язи, покращують розумові та фізичні здібності і значно підвищують рівень здоров'я, будучи його невід'ємною частиною. Для занять активною спортивною діяльністю студенту обов'язково потрібна мотивація, і роль науково-педагогічного складу полягає в її формуванні, для заповнення дефіциту рухової активності у нинішньої молоді, оскільки від цього залежить не тільки здоров'я кожного окремого члена суспільства, а й майбутнє всієї нації.

**Lyshevskaya V.M.,**

*Cand. of Physical Education, Associate Professor of the Department of General Economics Training of Kherson State Agrarian and Economics University, Fizkultura2018@ukr.net*

*Ukraine, Kherson*

### **MOTOR ACTIVITY OF HIGHER EDUCATION ACQUISITIONS**

*This article deals with the problem of shortage of motor activity of higher education applicants. The factors influencing the deficit of motor activity are considered. Recommendations for performing physical exercises to fill the shortage of motor activity of students during training.*

**Key words:** *shortage of motor activity, students, health, physical culture and sports.*

### **Література**

1. Анікєєв Д.М. Рухова активність у способі життя студентської молоді: автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. К., 2012. 20 с.

2. Ильичин В.И. Физическая культура студентов и жизнь. М.: Гардарики, 2007. 366 с.

3. Круцевич П.Ю. Методи дослідження індивідуального здоров'я дітей та підлітків у процесі фізичного виховання / П.Ю. Круцевич. – К.: Олімп. л-ра, 1999. 230 с.

4. Рубцова И.В. Оптимальная двигательная активность: учеб. метод. пособ. Воронеж: ИСПЦВТУ, 2007. 23 с.

5. Фомченко, В.В. Место и значение физической рекреации в сфере физического воспитания студентов. Физическая культура, здравоохранение и образование. Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, посвященной памяти В.С. Пирусского. – Томск, ИСПЦТУ, 2014. С.58-60.

### **References**

1. Anikieiev D.M. Rukhova aktyvnist u sposobi zhyttia studentskoi molodi: avtoref. dys. ... kand. nauk z fiz. vykh. i sportu: 24.00.02. K., 2012. 20 s.

2. Ilynych V.Y. Fizycheskaia kultura studentov u zhyzn. M.: Gardaryky, 2007. 366 s.

3. Krutsevych T.Yu. Metody doslidzhennia indyvidualnoho zdorovia ditei ta pidlitkiv u protsesi fizychnoho vykhovannia / T.Yu. Krutsevych. – K.: Olimp. l-ra, 1999. 230 s.

4. Rubtsova Y.V. Optymalnaia dvyhatelnaia aktyvnost: ucheb. metod. пособ. Voronezh: IPTsVHTU, 2007. 23 s.

5. Fomchenko, V.V. Mesto y znachenye fizycheskoi rekreatsyy v sfere fizycheskoho vospytanyia studentov. Fizycheskaia kultura, zdravookhraneniye y obrazovaniye. Materialy VIII Vserossyiskoi nauchno-praktycheskoi konferentsyy s mezhdunarodnym uchastyem, posviashchennoi pamiaty V.S. Pyrusskoho. – Tomsk, IPTHTU, 2014. S. 58-60.



УДК 796.071.2:612.22

Павлик А.И.,

*к.пед.н., ст. научный сотрудник, Учебно-научный олимпийский институт  
Национального университета физического воспитания и спорта Украины, antpravlik7@gmail.com**Украина, г. Киев*

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОВЫШЕНИЯ МАКСИМАЛЬНОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ КИСЛОРОДА У ЭЛИТНЫХ СПОРТСМЕНОВ

*В статье рассматривается положение о том, что величина максимального потребления кислорода ( $V'O_{2max}$ ) у спортсменов при выполнении физической нагрузки максимальной аэробной мощности зависит от уровня проявления таких отдельных составляющих компонентов системы дыхания как минутный объем дыхания ( $V'_E$ ) и концентрация кислорода в выдыхаемом воздухе ( $F_{E}O_2$ ). В зависимости от достижения максимального уровня физической нагрузки между спортсменами отмечаются достаточно существенные расхождения по демонстрации их абсолютных величин. Оказывая дифференцированное тренировочное воздействие в процессе проведения подготовки на каждый из таких составных компонентов системы дыхания с избирательным использованием непрерывного и интервального методов подготовки, предоставляется реальная возможность для целенаправленного повышения  $V'O_{2max}$  для категории элитных спортсменов и достижение на этой основе более высокого уровня их функциональных возможностей и спортивной работоспособности. Использование непрерывного метода подготовки по своему тренировочному воздействию способствует снижению (проявлению большей эффективности) у спортсменов абсолютной величины  $F_{E}O_2$ . Интервальный метод оказывает стимулирующее воздействие на повышение у спортсменов абсолютной величины  $V'_E$ . Разработанный подход к проведению подготовки элитных спортсменов на основе избирательного воздействия на отдельные составляющие компоненты системы дыхания обозначен как дифференцированный метод Павлика Анатолия и может использоваться для целенаправленного повышения у спортсменов  $V'O_{2max}$ .*

**Ключевые слова:** *тестирование, аэробная производительность, система дыхания, минутный объем дыхания, концентрация кислорода в выдыхаемом воздухе.*

**Постановка проблемы.** Проявление двигательных способностей спортсменов в процессе выполнения физической нагрузки обеспечивается избирательной деятельностью различного комплекса функциональных систем организма [8,13,16,18]. И чем в большей степени при проведении подготовки на них оказывается соответствующие тренировочные воздействия, тем более высокого уровня их проявления у спортсменов можно достигнуть в процессе тренировочной и особенно соревновательной деятельности. Наибольшая степень воздействий на функциональные системы организма является для категории элитных спортсменов, которые находятся на этапе максимальной реализации индивидуальных возможностей и на этапе сохранения достижений. В соответствии с этим, для таких спортсменов основная значимость процесса спортивной тренировки для повышения уровня их подготовленности должна определяться исключительно целенаправленным характером воздействий на такие функциональные системы организма и составляющие их структурные компоненты, которые обеспечивают эффективное выполнение ведущего двигательного действия [5,19,23].

Для каждого вида спорта и даже для его отдельной специализации существуют свои наиболее значимые для проявления двигательных способностей спортсменов избирательные комплексы ведущих функциональных систем [13,79,85]. Степень их развития и совершенство деятельности определяет уровень функциональных возможностей спортсменов, от которых зависит достижение максимальной спортивной работоспособности. Зная

структурное содержание систем и закономерные особенности их формирования для определенного вида двигательной деятельности можно исключительно целенаправленными средствами подготовки эффективно влиять как на повышение общего уровня их проявления, так и на отдельные составляющие звенья, то есть объективно управлять эффективностью формирования адаптационного процесса организма спортсменов и добиваться повышения уровня их подготовленности [13,16,18,19,30].

В циклических видах спорта с преимущественным проявлением такого основополагающего физического качества как выносливость уровень развития функциональных возможностей спортсменов является одним из наиболее значимых факторов достижения высоких спортивных результатов [13,18,41]. Их уровень в значительной степени зависит от такого интегрального показателя подготовленности спортсменов как абсолютная величина максимального потребления кислорода ( $V'O_{2max}$ ) [13,19,37,42,66,72,79]. По своей сути она отражает тот количественный уровень проявления одной из таких важнейшей функциональных систем организма как система аэробной производительности по характеру деятельности системы дыхания и системы кровообращения, от уровня развития которых, в преимущественной степени, зависит достижение спортивной работоспособности в условиях тренировочной и соревновательной деятельности. Отражая в своей основе единую кардиореспираторную систему, их основное назначение при выполнении физической нагрузки состоит в обеспечении организма спортсмена необходимым количеством