

«ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Науково-дослідна частина
Наукове товариство студентів,
аспірантів і докторантів
Рада молодих вчених

ЗБІРНИК
наукових праць студентів,
аспірантів, докторантів і молодих вчених

«МОЛОДА НАУКА-2021»

Том IV

«Фізичне виховання, спорт, здоров'я людини та туризм»
«Секції ВСП «Економіко-правничого фахового коледжу ЗНУ»
«Секції ВСП «Фахового коледжу бізнесу та харчових технологій ЗНУ»

Запоріжжя
2021

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

- Фролов М.О.** – ректор ЗНУ;
Васильчук Г.М. – проректор з наукової роботи;
Бєлоконь К.В. – заступник директора з наукової діяльності Інженерного навчально-наукового інституту ЗНУ;
Болдуєва О.В. – начальник науково-дослідної частини;
Гамова О.В. – заступник декана з наукової роботи економічного факультету;
Грушева Т.В. – заступник декана з наукової роботи історичного факультету;
Дервянко Ю.М. – заступник декана з наукової роботи факультету іноземної філології;
Зубцова Ю.Є. – заступник декана з наукової роботи факультету соціальної педагогіки та психології;
Ковпак В.А. – заступник декана з наукової роботи факультету журналістики;
Копійка В.В. – заступник декана з наукової роботи біологічного факультету;
Леонтєва В.В. – заступник декана з наукової роботи математичного факультету;
Лепська Н.В. – заступник декана з наукової роботи факультету соціології та управління;
Меркулова О.В. – заступник декана з наукової роботи філологічного факультету;
Носик М.О. – відповідальний за наукову роботу ВСП «Економіко-правничого фахового коледжу ЗНУ»;
Олійник О.Л. – директор ВСП «Фахового коледжу бізнесу та харчових технологій ЗНУ»;
Олійник О.М. – заступник декана з наукової роботи факультету менеджменту;
Пелех І.В. – заступник декана з наукової роботи юридичного факультету;
Симонік А.В. – заступник декана з наукової роботи факультету фізичного виховання, здоров'я та туризму;
Смирнов О.В. – голова НТ САД ЗНУ;
Трипольська О.О. – провідний фахівець Центру наукової роботи студентів науково-дослідної частини, координатор НТ САД ЗНУ;
Чопоров С.В. – голова РМВ ЗНУ.

Збірник укладено за результатами XIV університетської науково-практичної конференції студентів, аспірантів, докторантів і молодих вчених «Молода наука-2021», що проходила 19-24 квітня 2021 року.

Автори публікацій несуть відповідальність за достовірність фактичних даних, чіткість викладу тексту, цитування, а також мовно-стилістичний рівень написання матеріалів.

Збірник наукових праць студентів, аспірантів, докторантів і молодих вчених «Молода наука-2021» : у 5 т. / Запорізький національний університет. – Запоріжжя : ЗНУ, 2021. – Т.4. – 353 с.

УДК: 001 (06)

М 754

©Запорізький національний університет, 2021

©Автори публікацій, 2021

СЕКЦІЯ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ, ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ТА ТУРИЗМ»

Альянова Ольга
студентка магістратури
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. наук фіз. виховання, доц. Бойченко К.Ю.

РЕКРЕАЦІЯ ЯК ФОРМА ВІДНОВЛЕННЯ ФІЗИЧНОГО ТА ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ЛЮДИНИ

Наразі рекреація стала предметом досліджень науковців України в середині шістдесятих років двадцятого сторіччя. Її вивчають вітчизняні фахівці з теорії фізичної культури і спорту, фізичної реабілітації, соціальної психології, медицини, гігієни, курортології тощо. Останнім часом науковці наполягають на виокремленні рекреалогії як самостійної науки про відпочинок та оздоровлення практично здорових людей і зосереджені на дослідженні впливу рекреації.

Культура відновлення фізичних, психологічних та емоційних сил так само важлива, як і вміння ефективно працювати. На сучасному етапі, в зв'язку з посиленням різноманітних тисків на людину, цей аспект життєдіяльності набуває особливої значущості. За таких обставин важливе значення має раціональний вибір форм і засобів рекреаційної діяльності з урахуванням індивідуальних особливостей, умов і способу життя, специфіки соціокультурного середовища та доступних можливостей людини.

На думку професора Тетяни Круцевич зміст фізичної рекреації спрямовано на активізацію, підтримку або відновлення фізичних сил, витрачених людиною під час будь-якого виду діяльності (праця, навчання, спорт і ін.), на профілактику стомлення, гіподинамії; розвага, цікаве проведення дозвілля і взагалі на оздоровлення, поліпшення кондиції, підвищення рівня життєстійкості через задоволення або із задоволенням) [1, с. 24].

Загальновідомо, що метою фізичної рекреації є зміцнення фізичного та психічного здоров'я, створення бази для плідної розумової та фізичної праці.

При цьому, професори Приступа Є.Н., Жданова О.М. та інші науковці вказують, що фізична рекреація – це процес використання засобів, форм та методів фізичної культури, спрямований на задоволення потреб в активному відпочинку, відновлення, розвагах та розвитку особистості у вільний або спеціально відведений час [2, с. 136].

Також, необхідно відзначити, що рекреацію, як систему, переважна більшість авторів поділяють на дві частини: активну і пасивну, або рекреацію з фізичною або психічною домінантою (переважно такий підрозділ дозволяє включати в ці дві групи широкий діапазон рекреаційних дій).

Рекреаційна активність людини може відповідати її потребам та інтересам, традиціям рідної культури, поведінковим і оцінним стандартам найближчого соціального оточення. Враховуючи, що рекреаційна активність людини складається з добових, тижневих, річних і життєвих циклів,

на кожному етапі життя вони утворюють складну систему різноманітних передумов і мотивацій, які визначають характер, спрямованість і ефективність рекреаційної активності. Цю активність вважають результативною, коли виникають відновні (рекреаційні) ефекти [3, с. 33-36].

Специфічними рисами фізичної рекреації є відсутність примушення, повна добровільність вибору коштів, часу, місця занять, а також їх форм і методів залежно від особистих бажань, смаків, настроїв і конкретних умов.

Аналізуючи дані літератури, можна виділити наступні ознаки, характерні для фізичної рекреації:

- ігрова діяльність у вільний час;
- участь у ній спонтанне і визначається особистим бажанням;
- вона не приносить доходів;
- головним чином є сама участь в її процесі;
- люди беруть у ній участь для збереження і зміцнення здоров'я, для відпочинку, відновлення сил, розваги, вдосконалення особистості, спілкування;
- правила гри встановлюються в залежності від різних факторів;
- у заняттях можуть брати участь всі на рівних правах (з урахуванням індивідуальних особливостей);
- це суспільно-корисна форма використання вільного часу [4, с. 11-14].

Дані ознаки фізичної рекреації цілком відокремлюють її від інших компонентів фізичної культури і спорту та в достатній мірі представляють її характер.

На сучасному етапі розвитку наукового знання щодо фізичної рекреації, то як і раніше найчастіше ототожнюється з такими термінами як оздоровча фізична культура, масова фізична культура. Тому доцільно враховувати відмінні особливості фізичної рекреації з позиції її методологічних проблем.

Висновки. По-перше, цільова установка рекреаційних занять – отримання задоволення від рухової активності в інтересах фізичного і психічного здоров'я людини.

По-друге, фізична рекреація тісно взаємопов'язана з іншими видами фізичної культури. Елементи фізичної рекреації використовуються і в спорті, і у фізичному вихованні, і у фізичній реабілітації, отже, фізична рекреація займає центральне місце у структурі фізичної культури.

Література

1. Круцевич Т.Ю., Безверхня Т.В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення : навч. посіб. К. : Олімпійська література, 2010. 248 с.
2. Приступа Є.Н. Фізична рекреація: для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. та спорту (Під науковою ред. проф. Приступи Є.Н.). Л.: ЛДУФК, 2010. 447 с.
3. Логвиненко М. Активна фізична рекреація як спосіб боротьби з професійною втомою працівників. *Актуальні проблеми фізичної культури і спорту в сучасному суспільстві*: зб. наук. праць I всеукр. наук.-практ. конф. Житомир, 2019. С. 33-36.

4. Фоменко Н.В. Рекреаційні ресурси та курортологія. Навчальний посібник. К.: Центр навчальної літератури, 2007. 312 с.

Альянова Ольга
студентка 5 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. наук фіз. виховання, доц. Ванюк Д.В.

ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДИКИ ПОСТІЗОМЕТРИЧНОЇ РЕЛАКСАЦІЇ ДЛЯ РОЗВИТКУ ГНУЧКОСТІ У СТУДЕНТОК ЗАПОРІЗЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТА

Проблема фізичної підготовки та розвиток основних рухових якостей з роками не втрачає своєї актуальності. Одним з аспектів, розвиток якого є найбільш актуальним, є гнучкість.

Обмеження гнучкості зменшує рівень прояву сили, швидкісних і координаційних якостей, призводить до погіршення внутрішньо м'язової і між м'язової координації. Зниження гнучкості, часто є причиною пошкодження м'язів і зв'язок. Використання вправ на розвиток гнучкості в оздоровчому тренуванні покращує стан суглобової сумки і є кращою профілактикою артриту. Поряд з силовими вправами для м'язів спини і черевного преса вправи на гнучкість є важливим засобом профілактики остеохондрозу, корекції функціонального сколіозу та сприяють розвитку м'язової сили [1,2].

У практиці фізичного виховання багато уваги приділяється розвитку гнучкості за допомогою різних методик. Метод постізометричної релаксації(МППР) - заснований на фізіологічному напруженні і розслабленні м'язів, спрямований на усунення рефлекторного м'язового спазму і больового синдрому. Суть методу полягає в поєднанні короткочасного напруження м'язів і подальшого їх розслаблення з розтягуванням. Постізометрична релаксація побудована на м'яких техніках мануального впливу з метою збільшення рухомості хребта та суглобів, відновлення еластичності м'язів та зв'язок.[2]

МППР включає дві фази впливу: перша — це ізометричне скорочення м'язів при спробі подолання помірної протидії руху в протилежному напрямку. Ця фаза здійснюється на вдиху протягом 5-10 секунд; друга фаза — це постізометрична релаксація м'язів і пасивне їх розтягування на видиху протягом 10-20 секунд. Повторення таких скорочень проводиться 3-6 разів. Ефект методики полягає в зниженні больових відчуттів і збільшенні обсягу пасивних і активних рухів[3].

Дослідження проводилось на базі кафедри фізичного виховання, здоров'я та туризму Запорізького національного університету. В експерименті взяли участь студентки віком 18-21 роки. В дослідженні використовували метод постізометричної релаксації по К. Левіту (1985р.). Для визначення рівня розвитку гнучкості в тазостегнових суглобах виконувався контрольний тест - поперечний шпагат. Вимірювалась відстань від вершини кута, утвореного ногами до площі опори.

Метод постізометричної релаксації сприяв досягненню запланованого результату за 23 заняття. Заняття зі студентками проводилися 5 разів на тиждень, тривалість кожного тренування 15-17 хв. В одній серії виконувалось 3-4 рухи з постізометричної релаксації. Тривалість відпочинку між окремими вправами 20 с. Використовувалось 4 серії, тривалість відпочинку між ними 1 хв 30 с.

Висновки. 1. Досліджуваний метод розвитку гнучкості у студенток віком 18-21 рік має практичну значимість.

2. У процесі занять фізичною культурою і спортом крім традиційних методів розвитку гнучкості, слід використовувати сучасний метод постізометричної релаксації, що дозволить покращити показники гнучкості.

3. Метод постізометричної релаксації виявився ефективним, для досягнення необхідного показника суглобової рухливості.

Література

1. Вакуленко Л. О. Клапчук В. В. Основи реабілітації, фізичної терапії, ерготерапії. Тернопіль: ТДМУ. 2019. 372 с.
2. Козак Д. В. Лікувальна фізична культура : посібник. Тернопіль: ТДМУ. 2018. 108 с.
3. Еремушкин М.А., Киржнер Б.В, Мочалов А.Ю. Мягкие мануальные техники. Постизометрическая релаксация мышц. Учебное пособие. С.Пб: Наука и Техника. 2010. 288 с.

Бабаян Ірина

студентка магістратури

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. наук фіз. виховання, доц. Бойченко К.Ю.

ХАТХА-ЙОГА В РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМИ ПОСТАВИ

На сьогодні, за статистичними даними, приблизно 80-90 % школярів страждають від різного роду порушень постави. При зарахуванні у перший клас діагноз «порушення постави» ставиться кожному десятому школяру, а після закінчення школи їх кількість зростає до кожного четвертого. Значення постави особливо велике у дітей в період зростання і формування скелету. Неправильні звичні положення тіла швидко призводять до деформацій хребта, грудної клітки, таза, нижніх кінцівок, включаючи стопи. Сколіотична хвороба і плоскостопість – крайній прояв такого неправильного навантаження. Слід зазначити про прямий зв'язок постави та статури. При цьому, форма хребта, грудної клітки залежить від складного і вкрай необхідного механізму побудови вертикального положення тіла людини при стоянні, при сидінні, при ходьбі або бігу [1].

Загальновідомо, що стан постави є визначальним для правильного функціонування всього організму людини [2, с. 230-254]. При порушеннях постави скелет деформується, погіршується ресорна функція хребта. Зниження ресорної функції хребта призводить до постійних мікротравм головного і спинного мозку під час ходьби, бігу та інших рухів, що негативно позначається на вищій нервовій діяльності, супроводжується зниженням загальної працездатності, здатності дітей до навчання, освоєння шкільної програми. Як було зазначено вище, порушення постави є причиною захворювань внутрішніх органів і систем організму, призводячи до функціональних морфологічних змін не тільки в період росту, але і в соціально – активному віці, що в свою чергу позначається на здоров'ї трудових ресурсів і вимагає від держави додаткових витрат на лікування і компенсацію лікарняних [1].

Наразі, за стандартною схемою лікування, як при травмі дитини, так і при складних формах порушень зі зміщенням хребців призначають нестероїдні протизапальні засоби, носіння корсета та новокаїнові блокади. При стиханні ознак загострення, рекомендовано проведення занять лікувальною фізкультурою, масаж та виконання спеціальних корегувальних вправ.

Також, як доводить практичний досвід фахівців підтверджено високу ефективність комплексного лікування порушень постави з використанням відновлення рухових сегментів хребта за допомогою м'якої мануальної терапії, витяжки під власною вагою на профілакторі Євмінова, функціональної гімнастики. Все це виключає можливість додаткового травмування структур рухового сегменту хребта [3, с. 28-35].

Вважаємо, що доступним в умовах початкової освіти засобом формування правильної постави, є східна оздоровча система – хатха-йога. Хатха-йога – це індивідуально-спрямована комплексна фізична активність яка формує основні функціональні системи організму, позитивно впливає на силову витривалість постуральних м'язів тіла, рухливість хребта у фронтальній та сагітальній площинах, гнучкість всіх зв'язок і суглобів тіла, симетричність розвитку м'язового корсету, а також на показники фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей в цілому [4, с. 267-273].

Основою методики роботи з дітьми молодшого шкільного віку є ігровий характер занять, коли діти виконують практику хатха-йоги граючи, із задоволенням. Через гру вони вдосконалюють своє тіло, закріплюють знання про техніку рухів, просторове положення частин тіла, вдосконалюють тілесні уявлення, прислухаються до них, розуміють і коригують виконувані рухи, вчаться орієнтуватися в просторі і цілеспрямовано виконувати фізичні вправи.

В цілому можна зробити висновки, що специфічними особливостями занять хатха-йогою дітей шкільного віку є:

1. Образність оформлення занять. Більшість поз йоги природні і фізіологічні, тому що копіюють тварин, птахів, комах, називаючись їх іменами: кішка, лев, лелека, верблюд, змія, коник, дельфін і таке інше. Це допомагає дітям краще уявити ту чи іншу позу, будять фантазію і уяву. Завдяки цьому діти краще запам'ятовують вправи, легше їх освоюють.

2. Суворі регламентації дій і поз. Практика йоги переважно статична. Нерухомі асани роблять силову м'язову дію при невеликих витратах енергії, що підвищує ефективність формування силової витривалості м'язів тіла.

3. Комплексний вплив на тіло. Фізичні вправи йоги впливають на м'язову систему через силове скорочення працюючих м'язів, а також через витягування і розтягування протидіючих м'язів, сухожилів, зв'язок; активізують усі внутрішні органи і системи організму.

4. Доступність. заняття хатха-йогою не вимагають великих приміщень і дорогого устаткування, можуть проводитися з будь-якими віковими категоріями, що дає можливість впровадження її в шкільні установи.

Література

1. Головіна Соломія. Кожна четверта дитина в Україні має порушення постави. <https://portal.lviv.ua/news/2020/07/09/kozhna-chetverta-dytyna-v-ukraini-maie-porushennia-postavy>.
2. Улещенко В.А, Рой І.В., Вовк М.М. Вдосконалення заходів профілактики за допомогою розробки і впровадження у практику методів скринінг-тестування, визначення критеріїв професійної орієнтації у дітей та підлітків зі сколіотичною хворобою. *Наукові засади Міжгалузевої комплексної програми «Здоров'я нації»* (під ред. А. М. Сердюка). Вип. 1. Київ, 2007. С. 230-254.
3. Щирба В.А. Причини, профілактика та корекція порушень постави у дітей молодшого шкільного віку. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2016. № 3. С. 28-35.
4. Рижкова М. В., Тарасова Г.Н. Можливості використання вправ хатха-йоги при порушеннях постави у студентів. *Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід і сучасні технології*. Матеріали всеукраїнської науково-практичної конференції. Запоріжжя: ТОВ «ЛПС» ЛТД, 2014. С. 267-273.

Бабаян Ірина

студентка магістратури

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФІТБОЛ-ГІМНАСТИКИ У НОВОНАРОДЖЕНИХ

Актуальність. Для формування і розвитку рухової системи велике значення має перший рік життя дитини. Важливим завданням фізичної терапії є раннє виявлення рухової патології і зниження гіпертонусу м'язів. Важливо таким чином тренувати рівновагу і розвивати рефлекторний механізм. Причому чим раніше почнеться фізичний розвиток, тим воно буде ефективніше. Великий фізіолог Сеченов І.М писав, що робота м'язів є робота мозку. З перших тижнів

заняття повинні впливати на групи м'язів згиначів і розгиначів, що буде сприяти правильному розподілу м'язового тону, нормалізації позатонічних рефлексів, тренуванню рефлекторного механізму. Новонароджені схильні до гіпертону. Фітбол-гімнастика є зручним засобом попередження та фізичної терапії порушень рухової сфери у новонароджених [1].

Мета – визначити методичні особливості фітбол-гімнастики у новонароджених.

Фітбол – це кольоровий великий м'яч, який був створений ще в 50-х роках ХІХ століття. Фізіолог зі Швеції С. Клейн-Фогельбах розробила і використовувала «м'яч-фітбол» для спеціальної гімнастики хворих із порушеннями ЦНС, а також при травмах хребта. Застосовувала фітбол на заняттях з хворими на дитячий церебральний параліч. Доктор Елсет Конг став використовувати фітбол у нейро-розвиваючій програмі реабілітації. Мері Квінтон почала використовувати фітбол в програмах для новонароджених та немовлят. Вже за кілька років фітбол стали успішно використовувати і в інших галузях. Нормальний фізичний розвиток малюка в цьому віці залежить від правильної координації рухів, посиленого навантаження на кістки і м'язи. У дитини правильно розвиваються та зміцнюються всі м'язи тіла, зорова і тактильна стимуляція [1].

Одним із основних переваг фітболу є його універсальність. Його дія направлена на :

- зміцнення м'язів плечового поясу та нижніх кінцівок;
- збільшення рухливості і гнучкості в суглобах;
- виправлення постави;
- відновлення координації рухів.

Перші заняття можна починати через 3-4 тижні після народження. Використовуючи вправи, що благотворно впливають на зростаючий дитячий організм, прискорюючи темпи його розвитку:

«Похитування на животі». Дитина лежить на животі, підтримуючи її за спинку і погойдують м'яч вперед-назад, вправо-вліво.

«Гайдаємося на спинці». Покласти дитину на м'яч спиною. Однією рукою підтримуючи за животик, другою - фіксувати ніжки. Прийом сприяє формуванню постави, розвитку м'язів спини. Фітбол притуляють до ніжок і злегка натискають стінкою м'яча на стопи. Рефлекторно малюк буде відштовхувати м'яч зміцнюючи м'язи ніг.

«Вправа пружинка». Покласти на животик, підтримуючи за спинку і щиколотки і м'яко пружинити м'ячем.

«Вправа годинник». Немовля лежить на спинці, тримаючи його за грудку, обертають фітбол по руху годинникової стрілки, а потім проти неї. Ця вправа допомагає розвитку вестибулярного апарату, і сприяє поліпшенню роботи травної системи при підвищеному газоутворенні.

«Штовхання м'яча ніжками». Уклавши дитину на рівну поверхню, потрібно наблизити до його ніг м'яч. Так у дитини будуть розвиватися м'язи преса і ніг. Фітбол допомагає при дисплазії тазостегнових суглобів, при підвищеному тонусі і нервової збудливості.

«Барабан». Вправа направлена на зміцнення і розслаблення рук.

«Ракета». Вправа для зміцнення м'язів спини і шиї. Розпрямляються ручки і ніжки набагато швидше [2].

Таким чином, фітбол забезпечує зменшення появи гіпертонусу, вібрації на м'ячі розслаблюють та зміцнюють м'язи, зменшують скутість рухів рук і ніг, сприяючи їх повноцінному розвитку, попереджають коліки та покращують роботу ШКТ.

Література

1. Верховська М.В., Рибницький А.В. Фітбол-гімнастика як вид факультативних занять з фізичного виховання студентів вищої школи. Методичні вказівки. Мелітополь: Вид-во ТДАТУ, 2015. 87 с.
2. Розвиток малюка. URL: <https://razvitie-krohi.ru/zdorove-rebenka/zakalivanie-i-massazh/fitbol-dlya-grudnichkov.html>. (Дата звернення 26.02.21)

Бай Андрій

студент 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. наук фіз. виховання і спорту, доц. Чуєва І.О.

ВПЛИВ ПАНДЕМІЇ COVID-19 НА ТУРИСТИЧНУ ДІЯЛЬНІСТЬ СВІТУ

У наш час сектор туристичної індустрії виступає важливим фрагментом розвитку світової економіки та суспільства, постійно розвиваючись та вдосконалюючись. Значення туризму у сучасному світі дуже важко переоцінити, адже він є однією з найбільш динамічних сфер розвитку глобальної економіки, виконує широку низку функцій, а також є об'єктом наукового вивчення та піклування багатьох організацій. Так, питання розвитку туризму, його вдосконалення та подальшої інтеграції були відображені у Резолюції Генеральної Асамблеї ООН (2015), що визначила 17 цілей сталого розвитку туризму до 2030 року [1], а Всесвітня туристична організація (UNWTO) визнає постійне сприяння розвитку туризму як засобу внесення вкладу у світовий економічний розвиток та гармонізацію світового суспільства своїм пріоритетним завданням [2].

Відомо, що туристична діяльність є залежною від багатьох зовнішніх факторів, серед яких необхідно виділити саме епідеміологічний. Так, у 2020 році туристична галузь є найбільш постраждалою, зважаючи на пандемію COVID-19. Абсолютно усі суб'єкти туристичної діяльності були вимушені призупинити свою діяльність. Вже у травні 2020 року Всесвітня туристична організація робила невтішні прогнози щодо кількості туристичних прибуттів та валових світових доходів від туристичної галузі. Важливо відмітити, що велике падіння туризму у 2020 році пов'язано не тільки з відсутністю можливості реалізувати туристичний продукт, але й з відсутністю можливості «заморозити» туристичні підприємства, а також із викликаними додатковими витратами.

Туристичні підприємства, а саме туроператори та турагенти були змушені налагодити стабільну дистанційну роботу та обробляти велику кількість запитів від туристів, здійснювати роботу з переносу придбаних турів та повернення коштів, налагодити співпрацю із авіакомпаніями стосовно повернення туристів, яких зненацька застигла пандемія, а також знайти контакт із готельними підприємствами щодо найбільш лояльних умов переносу турів. Крім того, пріоритетним стало питання ціноутворення, адже скорочення туристичних потоків спровокувало ріст цін на окремі туристичні послуги і на туристичний продукт в цілому. Усі ці чинники спровокували роботу туристичних підприємств фактично у збиток, адже можливість реалізації продукту та послуг зникла, а витрати на ведення діяльності залишилися. Вже у січні 2021 року Всесвітня туристична організація опублікувала статтю, у якій зазначила наступні статистичні дані стосовно сектору туризму [3]:

- 1) у 2020 році було здійснено на 1 млрд. менше туристичних прибуттів, ніж у 2019 році: на 500 млн. менше прибуттів у Європі та на 300 млн. у Азіатсько-Тихоокеанському регіоні;
- 2) збитки туристичної галузі склали 1.3 трлн. доларів;
- 3) кількість сумарних туристичних прибуттів у всіх макрорегіонах світу знизилася на 74 %;
- 4) статистичні показники туристичної галузі знизилися до рівня 1990 року.

Також, Всесвітня туристична організація зробила опитування серед провідних світових експертів з туризму стосовно питання відновлення туристичної індустрії [3]. Відповідно до цих даних, 41 % респондентів вважає, що туризм відновиться у 2024 році, або ще пізніше; 43 % респондентів вважають, що відновлення відбудеться у 2023 році; 15 % очікують його у 2022 році і тільки 1 % – у 2021. Отже, стає очевидним, що туризму знадобиться від 2,5 до 4 років, щоб набрати свої допандемічні показники.

Однак, у кожного явища є і зворотня сторона медалі і можна виділити і деякі позитивні наслідки пандемії:

- 1) підвищення рівня обслуговування та сервісу у готелях через необхідність проходження суворої сертифікації. Так, у готелях Туреччини були запроваджені сертифікати з безпечного туризму для готелів;
- 2) відбулося неочікуване стимулювання розвитку внутрішнього туризму у багатьох країнах світу;
- 3) нововведення у сфері авіаційних перевезень: було запроваджене дотримання пасажиропотоку у терміналах, автоматизація отримання багажу, що у подальшому може покращити сервіс авіакомпаній;
- 4) відбулася саморегуляція ринку, завдяки якій неконкурентоспроможні підприємства були вимушені зупинити своє функціонування;
- 5) для ефективної діяльності туристичні підприємства були вимушені адаптуватися та розвивати власні інформаційні навички та навички з антикризового менеджменту;

Таким чином, пандемія COVID-19 дуже сильно відобразилася на світовій туристичній галузі, а її показники впали до рівня 1990 року. Незважаючи на це,

відновлення туристичної індустрії очікується за 2,5 – 4 роки, а Світова туристична організація прогнозує подальший розвиток внутрішнього туризму та активних форм дозвілля.

Література

1. Resolution adopted by the General Assembly on 22 December 2015 (2015). Global Code of Ethics for Tourism. URL: <https://undocs.org/ru/A/RES/70/200>
2. Основоположні документи UNWTO. URL: <https://www.e-unwto.org/doi/pdf/10.18111/9789284418244>
3. UNWTO: 2020: worst year in tourism history with 1 billion fewer international arrivals. URL: <https://www.unwto.org/news/2020-worst-year-in-tourism-history-with-1-billion-fewer-international-arrivals>

Бай Андрій

студент 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Сидорук А.В.

ОРГАНІЗАЦІЯ АНІМАЦІЙНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ В МІЖНАРОДНИХ ГОТЕЛЯХ

У сучасному світі туристична індустрія займає чинне місце серед усіх секторів світової економіки. Явище туризму постійно продовжує глобалізуватися, розширяючи світовий ВВП та налагоджуючи відносини світового полікультурного суспільства. Індустрія туризму складається із багатьох компонентів, одним з найголовніших з яких є, безпосередньо, сфера комерційної гостинності, до якої входять готельні підприємства. В епоху глобалізації світового суспільства та розвитку попиту на туристичний продукт готельні підприємства вимушені вести жорстку конкурентну боротьбу, намагаючись сприяти просуванню власних послуг та підвищити власну рентабельність. Одним із елементів, який може надати конкуренту перевагу готелю є саме анімаційне обслуговування. Зважаючи на це, вивчення питання анімації в готелях та індустрії туризму є актуальним.

Метою статті є вивчення сутності та менеджменту анімаційного обслуговування. Фахівці галузі туризму надають різне визначення поняття «анімації», але узагальнюючи їх трактування можна сказати, що «анімація» - це одна із головних складових туристичного продукту, яка надається під час подорожі, маршруту або туру, виконує широку низку функцій та спрямована на підняття привабливості, різноманітності та якості туристичного продукту, а у перспективі - рентабельності туристичного підприємства.

Аналіз останніх публікацій і досліджень.

У світовій практиці анімаційна діяльність розглядається як цілісний процес взаємодії аніматора та туриста, під час якого задовольняються рекреаційні, пізнавальні та творчі потреби туриста, у якому аніматор

цілеспрямованно та інтерактивно взаємодіє із туристом за допомогою спеціальних анімаційних програм. Анімація виконує наступні функції: адаптаційна, компенсаційна, стабілізуюча, оздоровча, інформаційна, освітня, рекламна та холістична [1,2]. Анімаційна діяльність має широку класифікацію, так, виділяють наступні види анімації [3]:

- 1) за галуззю: рекреаційна, туристична та готельна;
- 2) за віком: для дітей, молоді, людей середнього та старшого віку;
- 3) за національною ознакою: національна та міжнаціональна;
- 4) за типом: спортивна, спортивно-оздоровча, спортивно-розважальна, спортивно-пізнавальна, культурно-пізнавальна, екскурсійна, пригодницько-ігрова, творча, видовишно-розважальна;
- 5) за потребами та мотивацією туристів: анімація у русі, анімація через спілкування, переживання, заспокоєння, культурна та творча анімація.

Як було зазначено вище, анімація виступає як елемент, який надає конкуренту перевагу готельним підприємствам. Отже, готельна анімація - це додаткова послуга, яка надається закладами розміщення, метою якої є пробудження у клієнтів позитивних емоцій, почуття задоволеності від відпочинку та бажання завітати в готель ще раз [2]. Організаційна структура анімаційного менеджменту у готелі, як правило, є лінійно-функціональною, але важливо зазначити, що вибір типу організаційної структури залежить від багатьох чинників, а особливо, від розміру готелю. Таким чином, до структури анімаційного менеджменту може бути представлена наступним чином (рис.1)[1]:



Рис.1. Структура анімаційного менеджменту

Важливо зазначити, що робота анімаційної служби забезпечується у декілька змін, а її працівники повинні бути поліфункціональними. Сучасні готелі висувають суворі вимоги до персоналу анімаційної служби, серед яких можна виділити знання іноземних мов, чудові комунікативні навички, вміння створювати дружнелюбну атмосферу, здатність працювати у команді, а також стресостійкість. Головними завданнями анімаційної служби в готелі є задоволення рекреаційних потреб гостей з однієї сторони, та формування сприятливого іміджу, постійної клієнтської бази та мультиплікації кількості гостей готелю з іншої. Також, готельна анімація вносить вагомий вклад у

виконання всіх умов позитивного перетворення потреб туриста у його задоволеність. Актуальність дослідження цього аспекту підтверджується оцінкою експертів-працівників готелів та турфірм: 82% туристів пред'являють високі вимоги до рівня проведення анімаційних програм, 68% вважають анімацію видовищним видом мистецтва, 73 % споживачів туристських послуг очікують на культурно-пізнавальні анімаційні програми у туристському дозвіллі [2].

Підбиваючи підсумок необхідно зазначити, що анімаційна діяльність є важливим фактором, на який спираються потенційні туристи при виборі туристичного продукту. Вона являє собою не тільки проведення цільових анімаційних програм, але й виступає дуже важливим сегментом готельного менеджменту в цілому.

Література

1. Байлик С.І. , Кравець О.М. Організація анімаційних послуг в туризмі: навчальний посібник. Харків: ХНАМГ, 2008. 197 с.
2. Бриль К.Г. Організація анімаційної діяльності: конспект лекцій. URL: <https://fakultet.site/animation/>
3. Гарбера О.Е. Організація анімаційної діяльності в структурі комплексного туристичного обслуговування. Вісник ОНУ імені І.І. Мечникова, 2014. Т.19. Вип.3/2. С.50-53.

Бай Андрій

студент 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Маковецька Н.В.

КОМЕРЦІЙНА ГОСТИННІСТЬ ЯК УСПІШНИЙ БІЗНЕС-ПРОЕКТ ТУРЕЧЧИНИ

На сьогодні сектор туристичної індустрії виступає як один із найважливіших сегментів розвитку міжнародного суспільства та світової економіки, а також є однією з її найбільш динамічних сфер. Як визначає Всесвітня Туристична Організація, туризм виконує широку низку функцій, серед яких можна виділити наступні: збереження довкілля, підтримання міжнародного миру, стабільності і співробітництва, збереження культурних пам'яток, внесок до модернізації світового суспільства та розвиток світової економіки [3]. Згідно зі статистичними даними, що відображені у звітах Всесвітньої туристичної організації, сектор туризму продовжує свій постійний розвиток: у 2017 році у світі було здійснено 1.3 мільярди світових подорожей, а у 2019 році ця цифра сягнула вже близько 1.5 мільярди туристичних прибуттів [4]. Туристична індустрія складається із багатьох компонентів, одним з найважливіших з яких є саме сектор готельного обслуговування, еталонний розвиток якого можна відстежити у Туреччині. Зважаючи на вищесказане,

вивчення питання розвитку комерційної гостинності як успішного бізнес-проекту Туреччини є актуальним.

Метою статті є вивчення розвитку готельної індустрії на прикладі Туреччини, адже глобальна готельна індустрія з кожним роком продовжує розвиватися та вдосконалюватися, що можна пояснити великим попитом на якісний туристичний продукт.

Аналіз останніх публікацій і досліджень. Традиційною дестинацією, яка беззаперечно є лідером на світовому туристичному ринку та користується попитом серед країн СНГ є Туреччина. Але варто зазначити, що шлях до цього звання і процес комерціалізації сектору гостинності зайняв близько 20 років [5]. Становлення Туреччини як світової туристичної дестинації розпочалося після її вступу до НАТО у 50-х роках ХХ століття. Саме тоді агентство США з міжнародного розвитку (USAID) запропонувало турецькій владі запровадити план розширення національної туристичної сфери. Вже у 1961 році у Анкарі була створена перша у Туреччині школа готельного менеджменту, яка працює і у наш час, випускаючи понад 700 кваліфікованих кадрів на рік [1]. У 1982 році влада Туреччини запровадила інноваційний закон «про заохочення туризму», який став потужним поштовхом бурхливого розвитку туристичної інфраструктури у країні. Відповідно до цього закону із метою стимулювання національної сфери туризму були запроваджені наступні зміни:

1. Міністерство культури та туризму Туреччини отримало повне право щодо визначення перспективних туристичних районів у країні;
2. завдяки створенню власного банку, Міністерство культури та туризму отримало право надання кредитів приватному сектору;
3. було запроваджено сертифікацію закладів розміщення, перевірку щодо дотримання якої була покладена на Міністерство культури та туризму;
4. для заохочення інвестицій та покращення інвестиційного клімату була передбачена пільгова оренда землі терміном на 49 років, пільгові комунальні тарифи та кредити на будування, а також звільнення від певних видів податків;
5. направлення значних коштів на модернізацією національної загальної інфраструктури.

У 1983 році влада Туреччини на чолі з Т. Озалам остаточно підтвердила вектор розвитку Туреччини у бік переходу до ринкової економіки: був лібералізований імпорт, відбулася відмова від державного регулювання цін та орієнтація на розвиток вільного підприємництва та конкуренції [1]. У сумі усі ці чинники провокували подальший розвиток туристичної та готельної індустрії в країні. Із введенням інноваційних реформ, у країну почали збігатися значні інвестиції, будуватися та створюватися готельні ланцюги, раніше депресивні рибацькі райони перетворилися у живописні курорти, а інвестори почали вкладати кошти не тільки у будівництво готелів, але й у розвиток національної інфраструктури. Таким чином, вже у 2019 році Туреччина прийняла 52 млн. туристів та увійшла у десятку країн-лідерів з туристичних прибуттів, а сума доходу сектору туризму склала 34,5 млрд доларів [2]. Важливо зазначити, що незважаючи на популярність турецьких курортів, робота держави по просуванню національного туристичного бренду невпинно

продовжується: вкладаються величезні кошти у рекламу, відбуваються процеси диверсифікації туристичного продукту та підняття якості сервісу. Окрім того, підняття якості сервісу у готелях забезпечується саме завдяки співробітництву із міжнародними туроператорами, які виступають фактором мінімізації ризику простою номерного фонду у готелях.

Підбиваючи підсумок необхідно зазначити, що бурхливий розвиток комерційної гостинності та сектору туризму у Туреччині відбувся саме кропіткій роботі влади країни із створення збалансованої державної політики та чіткого законодавства, а також орієнтації на підвищення привабливості інвестиційного клімату та індивідуального підприємництва, забезпечення соціально-економічної стабільності держави загалом, а також ефективній регуляторній політиці, яка забезпечує вигідні та рентабельні умови для діяльності готельних підприємств, туроператорів та інвесторів.

Література

1. Кужель Ю.Л. Туристичне країнознавство. Туреччина. Близький Схід. Північна Африка: навчальний посібник. URL: https://studme.org/353877/turizm/istoriya_gostinichnogo_biznesa_turtsii_sovremennoe_sostoyanie
2. Качалова Н. Туреччина прийняла рекордну кількість туристів у 2019 році. URL: <https://kursiv.kz/news/obschestvo/2020-02/turciya-prinyala-rekordnoe-kolichestvo-turistov-v-2019-godu>
3. Основоположні документи UNWTO. URL: <https://www.e-unwto.org/doi/pdf/10.18111/9789284418244>
4. Офіційні звіти UNWTO. URL: <https://tourlib.net/wto.htm>
5. Романюк О. Як за 20 років Туреччина стала Меккою світового туризму. URL: <https://focus.ua/world/378436>

Боровков Андрій

студент магістратури

фак-ту фізичного виховання здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КІНЕЗІТЕРАПІЇ ПРИ РІЗНИХ ФОРМАХ ПОРУШЕННЯ ПОСТАВИ

Актуальність. Порухення постави – одна з найактуальніших проблем сучасності. У випадках перевантаження одних і тих самих м'язових груп порушується рівномірна тяга м'язів, що може призвести до зміни величини лордозу або кіфозу, бокового викривлення хребта. При частому повторенні цих станів вони фіксуються, що викликає порушення постави і тягне за собою перерозподіл м'язового тонуусу, ослаблення м'язів, зниження ресорної функції хребта, зміни в діяльності головних систем організму [2].

Мета роботи – дослідити методичні особливості фізичної терапії при різних формах порушення постави.

При аналізі літературних джерел з'ясовано, що хребет має чотири фізіологічні вигини. Шийний та поперековий спрямовані опуклістю вперед – лордоз. Грудний і куприковий спрямовані назад – кіфоз. Фізіологічні вигини формуються в процесі росту і розвитку дитини, у новонародженого хребет практично прямий. Шийний лордоз виникає, коли дитина починає піднімати голову і зберігати цю позу; грудний кіфоз формується під час набуття положення сидячи; поперековий лордоз та куприковий кіфоз з'являються в процесі оволодіння навичками стояння і ходьби. Виразність фізіологічних вигинів залежить від кута нахилу таза, з яким хребет нерухомо поєднаний. Тому при збільшенні кута нахилу таза кривизна вигинів теж збільшується, а при зменшенні — вигини хребта сплющуються. Завдяки цим кривинам і амортизаційним властивостям міжхребцевих хрящів забезпечуються ресорні функції і рухливість хребта. Його стійкість у вертикальному положенні зумовлюється напруженням оточуючих м'язів, їх безперервною узгодженою роботою [1].

Порушення осанки поділяють на викривлення постави у фронтальній площині і викривлення постави в сагітальній площині. Відхилення від норми фронтального типу означають викривлення осі хребта вліво або вправо. Видів же сагітальних порушень постави значно більше [1,2]:

- Плоска спина - у хребта відсутні фізіологічні вигини, зменшений кут нахилу таза.
- Сутула постава - кіфоз верхніх зон грудного відділу поєднується з згладжуванням лордозу поперекового відділу.
- Кругла постава - кіфоз простежується по всій довжині грудного відділу в поєднанні з плавним лордозом попереку. Плечі дитини зведені вперед.
- Плоско-увігнута постава - порушення передбачає виражений лордоз поперекової ділянки в поєднанні з плавним грудним кіфозом. Візуально видно збільшений кут нахилу таза.
- Кругло-увігнута постава - даний вид порушення характеризується гіпертрофованими фізіологічними вигинами.

При сутулій спині комплекси вправ повинні бути спрямовані на підвищення рухливості хребетного стовпа; зміцнення м'язів спини; збільшення кута нахилу таза; спеціальні вправи, зазвичай, виконуються з вихідного положення лежачи й у висі [1].

При круглоувігну́тій спині основну увагу приділяють зменшенню кривизни хребетного стовпа; заняттям, спрямованим на зменшення рухливості хребетного стовпа. зміцненню м'язів живота й сідниць; спеціальні вправи виконують з вихідних положень лежачи й у висі [1].

При плоскій спині визначають слабкий розвиток м'язового корсета, нормальну або надлишкову рухливість хребетного стовпа. Основна мета занять у групі дітей з таким діагнозом - рівномірне зміцнення м'язів. Спеціальні вправи, зазвичай, виконують із вихідного положення лежачи [1].

Отже, корекція різних форм порушень постави шляхом диференційованого підбору кінезіологічних вправ дозволяє швидше досягнути бажаного ефекту щодо відновлення м'язового тонусу і вирівнювання вигинів хребта.

Література

1. Альошина А.І. Профілактика й корекція функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей та молоді у процесі фізичного виховання. автореф. дис....доктора наук з фіз. виховання та спорту: 25.05.2016. Луцьк, 2015. 43 с.
2. Фізична реабілітація підручник. 3-тє вид., переробл. та доповн. / під ред. Мухін В. М.: К.: Олімп, л-ра, 2009. 488 с.

Бугаснко Ангеліна

студентка 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Гальченко Л.В.

ІГРОВИЙ МЕТОД НАВЧАННЯ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ ПІДГОТОВКИ В СПОРТИВНІЙ ГІМНАСТИЦІ

Актуальність. Гра поряд із працею й навчанням, один з основних видів діяльності людини, дивний феномен нашого існування. Найважливішу роль в розвитку дітей відіграє саме ігровий метод та широко використовується як ефективний засіб в тренувальному процесі в різних видах спорту.

Ігровий метод може бути застосований на матеріалі будь-яких фізичних вправ, за умови, звичайно, що вони піддаються організації відповідно до особливостей цього методу.

Мета: довести ефективність ігрового методу в навчанні руховим діям на початковому етапі підготовки в спортивній гімнастиці.

Різноманіття рухових дій, як вважає П. К. Петров, що входять до складу рухливих ігор, надає комплексну дію на вдосконалення координаційних здібностей (здібностей до реакції, орієнтування в просторі і в часі, перестроювання рухових дій, швидкісних і швидкісно-силових здібностей) [4].

На думку інших авторів, ігровий метод досить ефективний, їм слід широко користуватися, особливо в підготовці юних спортсменів. Рухи, дії, завдання, що виконуються з навчальної виховної та тренувальної цілями в формі гри, що проводиться для збільшення навантажень і більш успішної адаптації, для збереження інтенсивних вправ і завдань в рухливих іграх і їх частин, елементів спортивних ігор і спортивні ігри в різних варіантах. При цьому ігрові методи дозволяють вирішувати не тільки завдання тренування, але також навчання і виховання різних якостей. Характерними особливостями ігрового методу вправи є: сюжетна організація виконання вправ, різноманітність засобів досягнення мети, індивідуалізація шляху досягнення

мети, самостійність та ініціативність у виконанні вправ, комплексний характер діяльності, можливість прийняття колективного рішення. Перелічені особливості позитивно впливають на підвищення емоційності при виконанні вправ. Ігровий метод може бути застосований спільно з методом суворої регламентації. Це особливо важливо при тренуванні дітей та підлітків, коли деякі важкі вправи з високою інтенсивністю охоче виконуються ними при сюжетній організації (наприклад, для дітей - стрибки «як зайчик» або «білочка», лазіння на гімнастичній стінці «як мавпочка» та ін.). Ігровий метод позитивно впливає на виховання ініціативності, сміливості, самостійності, а у сукупності з методом суворої регламентації виховує наполегливість і рішучість, впевненість у досягненні мети. Висока емоційність сприяє полегшеному перенесенню великих тренувальних навантажень.

На думку А. П. Матвєєва, ігровий метод надає граючим простір для творчого вирішення рухових завдань, причому постійне і раптова зміна по ходу гри, зобов'язує вирішувати ці завдання в найкоротший час [3].

Але Ю.Ф. Курамшин відмічає, що одним з недоліків ігрового методу є обмежена можливість дозування навантаження, так як розширення засобів досягнення мети, постійні зміни ситуацій, динамічність дій виключають можливість точно регулювати навантаження як по спрямованості, так і за ступенем впливу [2].

И. М. Коротков рекомендує застосовувати ігри з гімнастичними снарядами. Конструктивні особливості основних гімнастичних снарядів (коня, брусів, поперечини, колоди та інших) дозволяють виконати всі основні способи переміщення тіла у висі і упорі. Ігри з використанням одного або декількох снарядів (більшість з яких носить характер естафет) вирішують найрізноманітніші завдання. При описі ігор з використанням гімнастичних снарядів враховується як розвиток фізичних якостей, необхідних гімнастові, так і безпосереднє закріплення навичок, пов'язаних з вправами на даному снаряді. Наприклад, ігри з використанням коня або козла зміцнюють суглоби і м'язи рук, спини і плечового пояса, сприяють розвитку спритності і рухливості, а так же розвивають «почуття снаряда». Різноманітні переносні снаряди, включаючи набивні м'ячі, скакалки, гімнастичні палиці, обручі та ін., широко використовуються для цілей загальної та спеціальної підготовки. Наприклад, тримання предмета, його обертання або катання різними способами розвиває гнучкість руки, особливо кисті [1].

За допомогою ігор формується колектив, відмічає Г.П. Тимофєєв, зміцнюється дружба дітей, що займаються, вони краще пізнають один одного, перевіряють в грі свої здібності і можливості. Природно, що руховий зміст ігор дозволяє цілеспрямовано здійснювати і різнобічну фізичну підготовку юних гімнастів [5].

Висновки. Переважна більшість науковців вважають, що спостерігається значний інтерес до вивчення гімнастичних вправ з використанням ігрового методу навчання. Застосування ігрового методу істотно збільшило показники розвитку таких рухових здібностей, як координація рухів, швидкісно-силові здібності, сила згиначів рук, сила розгиначів рук, сила м'язів черевного преса,

гнучкість і максимальна частота рухів. Удосконалення рухових здібностей учнів, що відбулися в результаті застосування ігрового методу, безпосередньо відбивається на виконанні гімнастичних вправ.

Результатом широкого застосування ігрових технологій на тренуваннях зі спортивної гімнастики стала зміна ставлення до тренувального процесу. Вони є перевіреним засобом активізації рухової діяльності на тренуванні, за рахунок підключення емоцій учнів.

Література

1. Коротков, И.М. Подвижные игры в школе. Москва : ФиС, 2001. 178 с.
2. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры. Москва : Советский спорт, 2010. 320 с.
3. Матвеев Л.П. Теория. и методика физической культуры. Москва : ФиС, 1991. 543 с.
4. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе. Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. Москва : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. 448 с.
5. Тимофеев Г.П. Игровая деятельность. *Теория и практика физ. культуры*. 1991. №12. С. 2-5.

Буряк Оксана

студентка 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Бессарабова О.В.

ШРОТ – ТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ЛІКУВАННЯ СКОЛІОЗУ

Актуальність. Одним із важливих шляхів збереження і зміцнення здоров'я дитячого населення є профілактика і відновлювальна корекція порушень опорно-рухового апарату, зокрема сколіозу у дітей шкільного віку. У зв'язку з екологічною та економічною ситуацією в Україні значно зросла кількість дітей із цієї патологією [1].

Сколіоз – (англ. scoliosis, походить від грец. σκολιός – «викривлення») – захворювання опорно-рухового апарату, що характеризується викривленням хребта у фронтальній (боковій) площині з розворотом хребців (торсія) навколо своєї вертикальної осі [2].

Практично у 80% випадків сколіоз називають ідіопатичним. Це означає, що причини його появи виявити не можна. У решті випадках він розвивається в результаті вроджених вад, травм спини, хвороб нервово-м'язової системи, патологій сполучних тканин та порушення обмінних процесів в організмі.

Також факторами ризику вважаються спадкова схильність, гормональні порушення, низька фізична активність та недостатній розвиток м'язів спини, асиметричні навантаження та заняття спортом на професійному рівні.

Розвивається захворювання найчастіше у дітей середнього шкільного віку, переважно у дівчат [3].

Мета роботи: визначити особливості ефективності ШРОТ-терапії в лікуванні сколіозу у дітей.

Одним з дієвих методів боротьби зі сколіозом є ШРОТ-терапія.

Шрот-терапія – це методика фізіотерапії та реабілітації, розроблена на початку ХХ століття німецьким **фізіотерапевтом Катаріною Шрот** для лікування сколіозу.

Гімнастика Катаріни Шрот в усьому світі визнана «золотим стандартом» консервативного лікування сколіозу. Вона впливає на тонус мускулатури, дає вражаючий косметичний ефект, а головне, навчає контролю над власним тілом і виробляє правильну поставу.

Катаріна Шрот зустрілася зі сколіозом вже у молодості. Саме тому вона розуміла, як саме деформація тіла впливає на якість життя. Ортопедичний підтримуючий пристрій приносив полегшення лише на короткий час та дуже обмежував рухову активність. У часи молодості Катаріни якісні сучасні методи лікування сколіозу були відсутні, але вона переймалася лише бажанням бути прямою та жити повноцінним життям.

Одного дня коли Катаріна розглядала напівздутий м'яч та натиснула на нього, вона раптово дійшла висновку, що якщо натиснути на м'яч з однієї сторони – то відбувається корекція з іншої. Саме ця ідея полягла в основу методу консервативної корекції сколіозу під назвою «Тривимірна корекція сколіозу – система дихальної ортопедії» у подальшому. Катаріна Шрот розглядала тіло як нерівномірно «надуту» кісткову та м'язову структуру. Вона вирішила, що здатна змінити структуру за допомогою вправ, та це наблизить її до здорового фізіологічного положення [4].

У 1921 році Катаріна Шрот заснувала клініку у Майсені, Саксонія. Вона завзято працювала разом зі своїми пацієнтами та накопичувала досвід. Вона вивчала механізм, причини зміщення хребців при сколіозі та розробила власну систему оригінальних активних вправ, яка отримала назву «Тримірна корекція сколіозу – система дихальної ортопедії по методу Шрот». Методика побудована на специфічних, локальних, дихальних вправах, що дозволяють послідовно та ізольовано впливати на патологічно зміненні відділи хребтового стовпа при сколіозі [4].

В основі вправ ШРОТ-терапії лежить асиметричне дихання в положеннях лежачи, сидячи, стоячи, під час ходьби – виконується зі збереженням фізіологічних вигинів хребта, що в наслідок багаторазового повторення дозволяє закріпити позотонічні рефлекси.

При сколіозі формується асиметричне патологічне дихання при якому більша частина повітря потрапляє у опуклу половину грудної клітини, при цьому посилюється ротація хребта і формується реберний горб. Тому, якщо дихати усвідомлено лише однією вігнутою половиною грудної клітини, можна досягти не тільки фіксації дуги викривлення на початковому рівні, але й регресу сколіозу, тобто значного зниження кута зміщення [5].

Основна мета курсу занять – самостійне освоєння пацієнтом корекції положення тіла із застосуванням сили м'язів тулуба. Вправи підбираються індивідуально виходячи з того, який наявний тип сколіотичної деформації. До завершення лікування у хворого виробляється стереотип усвідомлено фіксувати правильне – патогенетично обумовлене скориговане положення без присутності лікаря чи використання дзеркала, а також утримувати положення тіла протягом цілого дня. Завдяки цьому відбувається зміна сколіотичного патера тіла на правильний фізіологічний [4].

Література

1. Ставінська О. М. Засоби фізичної реабілітації при сколіозі у дітей. URL : health.nuwm.edu.u. (дата звернення 12.02.2021)
2. Сколіоз. URL : <https://uk.wikipedia.org/wiki>. (Дата звернення 15.02.2021)
3. Сколіоз. Лікування сколіозу хребта. Сколіоз хребта. URL : <https://ivr.ua/ua/skolioz>. (дата звернення 15.02.2021)
4. Методика Катаріни Шрот – «золотий стандарт» у лікуванні сколіозу. URL : <http://tvoie-zdorovia.com.ua/metodyka/metod-katariny-shrot>.(дата звернення 20.02.2021).
5. Шрот-терапія. URL : <http://unikinez.lv/home/shrot/>. (дата звернення 20.02.2021).

Волобуєв Андрій, Голобородько Ганна

студенти 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. наук фіз. виховання і спорту,

доц. Чуєва І.О.

ВПЛИВ ПАНДЕМІЇ НА ВНУТРІШНІЙ ТУРИЗМ ЗАПОРІЗЬКОЇ ОБЛАСТІ

Постанова проблеми. Пандемія COVID-19 дуже сильно вдарила по економіці в кожній країні світу. Та не мало постраждав туризм. Адже майже всі країни закривали кордон. У ситуації, яка склалася з закордонними поїздками, чимало українців поїхали на місцеві курорти — значно більше, ніж торік, визнають туроператори та експерти цієї галузі.

Метою даної статті є розглянути вплив пандемії на внутрішній туризм в Запорізькій області.

Виклад основного матеріалу. Пандемія негативно вплинула на туристичну галузь. Найбільше спостерігалось, коли були жорсткі обмеження. Але з пом'якшенням карантинних умов туристичний потік змінився з закордонних напрямів на міські.

За обсягами туристичних відвідувань в літній період лідирують також Одеська, Херсонська, Запорізька, Львівська, Івано-Франківська та

Миколаївська області. Приблизно Запорізьку область у літку відвідали — 791,3 тис. осіб[3]. Було багато відпочиваючих на березі Азовського моря. Чіткої статистики на жаль не має, оскільки внутрішнім туризмом займаються самозайняті особи, які не надають відомості до управління статистики Запорізької області.

На жаль, люди вважають, що Запорізька область — це лише Хортиця та приморський відпочинок. Але тут дуже багато об'єктів в степовій зоні, які приймали і продовжують приймати туристів.

Запорізька область має аж три курортних напрямки – Бердянськ, Кирилівка та Приморськ. Тамтешні готельєри та керівники баз відпочинку зазвичай відкривають сезон на травневі свята. Проте через коронавірус керівництво області посилило протиепідемічні заходи та закрило в'їзд на море, встановивши додаткові карантинні пости[2].

Компанія «Vodafone Україна» заявила, що на українських південних курортах цього літа значно побільшало абонентів, порівняно з літом 2019-го:

- на курорті Кирилівка (Запорізька область, Азовське море) мобільний трафік свідчить, що приїхало на 55% більше відпочивальників, ніж торік;
- в місті Бердянськ (Запорізька область, Азовське море) курортників, імовірно, на 37% більше, ніж в аналогічні дати 2019 року[1].

Мобільним операторам довелося екстрено посилювати потужність мережі та навіть застосовувати пересувні базові станції, щоб перекрити аномальний сплеск користування зв'язком на курортах[1].

Висновок. Усі протиепідемічні заходи в країні ухвалювались насамперед для припинення подорожей — світом, Україною, областю. Тобто людей закликали залишатися вдома. Усі засоби інформації — десь перегинаючи палку, а десь адекватно реагуючи — вимагали від людей залишатися вдома. Звісно, це передусім вплинуло на поведінку і на туристичний бізнес.

Обсяги подорожей впали до рекордного рівня. За останні 100 років такого падіння в туристичній сфері не було. Через заклики залишатись удома, а також через заходи, які ввели державні органи — транспортні обмеження, заборона роботи готелів та закладів харчування. Ці засоби та обмеження на деякий час припинили туристичну сферу в Україні.

Чинників, які обмежують розвиток внутрішньо українського туризму, під час карантинне закриття кордонів:

- українські готелі, перевізники та туроператори не можуть налагодити постійного партнерства, як це роблять закордонні гравці ринку. Відтак немає «гуртових» знижок, спеціальних цін та взаємного інтересу поліпшувати сервіс.
- гірша якість послуг стосовно їхньої вартості.
- в Україні мало готелів, здатних приймати туристів та забезпечувати сервіс на ту кількість «зірок», яку вони формально мають.
- чистота пляжів, безпека, якість доріг та води у водоймах – все це в Україні зазвичай гірше, ніж на популярних закордонних курортах.

- коронавірус став фактором невизначеності не лише для зовнішнього, але й для внутрішнього туризму.

Література

1. Внутрішній туризм в Україні – на підйомі через COVID-19. Чи надовго? [Електронний ресурс]. – 2020. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.radiosvoboda.org/a/vnytrishniy-turyzm-v-ukraini-covid19/30726545.html>.
2. Туристичний сезон - 2020: Кирилівка готує бази [Електронний ресурс]. – 2020. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.ukrinform.ua/rubric-tourism/3020359-turisticnij-sezon-2020-kirilivka-gotue-bazi.html>.
3. Як змінився внутрішній туризм в Україні? [Електронний ресурс]. – 2021. – Режим доступу до ресурсу: <https://zaporizhzhia.city/news/lideri-vnutrisnogo-turizmu-v-ukraiys>.

Волобуєв Андрій

студент 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Маковецька Н.В.

СТАНДАРТИ ОБСЛУГОВУВАННЯ ГОСТЕЙ У ЗАКЛАДАХ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА

Постанова проблеми. Принаймні чи не кожен працівник у сфері обслуговування повинен знати стандарти. Не виняток і ресторанне господарство. Обслуговування гостей – це найважливіший етап роботи. Неуважне ставлення до гостей може привести до негативного враження про роботу усього закладу. Чітке дотримання стандартів обслуговування є обов'язковим для того ресторатора, який турбується про свою репутацію.

Мета статті: схарактеризувати стандарти обслуговування у ресторанах.

Виклад основного матеріалу. Стандарти обслуговування гостей у ресторанах в кожній країні відрізняються, адже достатньо різноманітними є менталітет та традиції. Але є такі основні елементи в обслуговуванні, які характерні для кожної країни: зустріч і розміщення відвідувачів, прийом та передача замовлень на кухню або бар, видача страв та напоїв після приготування, розрахунок гостей [1].

Зустрічаючи гостей, офіціант посміхаючись вітає їх, але ми живемо у вік штучних посмішок. Така усмішка не розкриває ваших внутрішніх почуттів, вона лише свідчить про вашу готовність почати спілкування. «Привіт, хлопці, як ся маєте!» - таке вітання, як і будь-яке інше, підходить для ваших клієнтів, хіба що ресторатор вважає, що формально-ввічливе: «Добрий вечір, сер» може виявитися кращим. Це не має великого значення. Від вас потрібні тільки посмішка і привітання. Також ніколи не можна вітати словами: «Вибачте, у нас немає вільних місць». У такому випадку більш влучним буде такий вислів: «Почекайте хвилиночку, ми зараз що-небудь придумаємо»[2].

Проводжаючи гостей до їхнього столика, офіціант, протягом трьох хвилин повинен подати меню та карту вин (меню подається дамі – в розгорненому вигляді, чоловіку - карта вин). Не допускається пропонувати місця, не приготовлені до обслуговування.

Меню офіціант повинен подавати у відкритому вигляді (якщо воно у вигляді книжки) зліва, лівою рукою. Запропонувавши, звертає увагу на фірмові страви та нові пропозиції, які з'явилися у меню. Зачекавши декілька хвилин, офіціант дає змогу ознайомитись з асортиментом, після чого підходить до відвідувачів і приймає замовлення. Якщо виникають питання щодо вибору тієї чи іншої страви, він повинен з'ясувати які інгредієнти бажає бачити гість та надати необхідні поради. Рекомендуючи будь-яку страву, офіціант розповідає про смакові якості та особливості приготування. Записуючи замовлення, потрібно стояти справа від гостя не притуляючись ні до стільця, ні до стола.

Після замовлення страв офіціант дає рекомендації щодо алкогольних та безалкогольних напоїв. Він повинен стояти прямо, не розмовляти занадто голосно або тихо. Обов'язково по закінченню потрібно ще раз повторити замовлення та звернути увагу на внесені зміни та доповнення, а також уточнити час подачі замовлення [1].

Коли страви готові, офіціант виносить їх гостям, представляє кожному тому замовнику, який очікує її, бажає «Смачного». Після прийому їжі забирає брудний посуд, при цьому використовуючи різні способи. Однак необхідно пам'ятати та дотримуватися такого порядку: те що ставить ліворуч - збирає зліва лівою рукою та навпаки. Збирати посуд через стіл заборонено, недопустимо також подавати гостям тарілки зі стравами в руки. Офіціант повинен дуже чітко дотримуватися встановленої черговості подавання страв та напоїв і подавати їх у відповідному посуді [3]. Якщо гості замовляють напої в пляшках, то він повинен перед подачею на стіл відкрити їх та налити у келихи.

Розрахунок клієнтів проводиться двома способами: готівковим та безготівковим. Якщо гості більше нічого не замовляють та просять принести рахунок, офіціант повинен його принести протягом трьох хвилин. Рахунок подається у фірмовому розрахунці. Отримавши гроші, офіціант зобов'язаний принести решту протягом 1.5 хвилини. Після розрахунку він допомагає гостям одягнутися (за потребою), проводжаючи бажає гарного вечора.

Висновок.

Отже, можна дійти висновку, що знання стандартів та процесу обслуговування гостей у закладах ресторанного господарства є дуже важливим елементом. Попри гарний дизайн закладу, вишуканість посуду, смачність страв, які пропонуються нашим відвідувачам, сервіс повинен бути на високому рівні. Гість дає оцінку усьому закладу, складаючи всі показники воедино.

Література

1. Архіпов В. В. Організація обслуговування в закладах ресторанного господарства: навч. пос. [для студ. вищ. навч. закл.]/ В.В. Архіпов, В. А. Русавська К.: Центр учбової літератури, 2009. 342 с.

2. К. Эгертон- Томас М. Ресторанный бизнес. Как открыть и успешно управлять рестораном [Текст] : пер. с англ.: РосКонсульт, 1999. - 272 с.
3. Сало Я. М. Організація обслуговування населення на підприємствах ресторанного сервісу. Ресторанна справа : Довідник офіціанта. Львів : Афіша, 2010. 304 с.

Гарагуля Оксана
студентка магістратури
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

ВПЛИВ РОБОТИ ЗА КОМП'ЮТЕРОМ НА СТАН ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ СТУДЕНТА-ПЕРШОКУРСНИКА

Актуальність. Важливим атрибутом сучасного студента в навчальному процесі є комп'ютер, за яким проводиться чимало часу, тому правильна організація робочого місця і підтримка здорової постави вкрай важлива. Під час роботи за комп'ютером студентам важко зберігати правильну «робочу» позу – так звану статодинамічну поставу. Втома певних м'язових груп, які повторюються протягом тривалого часу, може призвести до низки захворювань, а тривале перебування студентів у неправильній позі може викликати ті чи інші порушення постави [1].

Мета роботи: з'ясувати особливості впливу роботи за комп'ютером на стан розвитку ОРА студента для розуміння процесу профілактики.

Важливо відзначити, що у студента-першокурсника, котрий потрапляє в нові умови навчання, ще продовжуються ріст і дозрівання всіх фізіологічних систем організму, в тому числі формування і ріст хребта та м'язів. В цьому віці кістково-м'язова система зазнала чимало анатомо-фізіологічних змін, у зв'язку з чим цей період вважається критичним для розвитку опорно-рухового апарату (ОРА).

Під час статичного положення хребта м'язи зазнають постійного навантаження й перебувають у постійному несиметричному тонусі. Дослідження біомеханічних властивостей скелетних м'язів, які беруть участь у підтриманні пози студентів під час роботи за комп'ютером, засвідчило зміну тонусу в низки м'язів, а саме: трапецієподібного м'яза, м'яза-розгинача спини, великого сідничного м'яза [2].

Для того, щоб зменшити та компенсувати вплив роботи за комп'ютером потрібні профілактичні заходи корекції постави. Для корекції порушень постави рекомендується комплексний підхід, який включає пасивну корекцію, самовитягування, самокорекцію хребта та спеціальні вправи для формування м'язового корсета [1]:

- вправи для вдосконалення розвитку рухових якостей для зміцнення м'язового корсета, які застосовують для розвитку сили й статичної витривалості м'язів. Їх виконують із вихідних положень лежачи на животі або спині, на гімнастичній лаві та у вису на стінці;

- спеціальні вправи для формування правильної постави, які активізують рухову структуру постави, тобто формування її функціональних проявів (розвиток м'язово-суглобового відчуття). Це вправи з предметами на голові, біля стіни, у балансуванні;
- коригувальні вправи, включені в систему фізичних вправ для профілактики дефектів постави, які безпосередньо зміцнюють м'язи тулуба (особливо розгиначі); вигинають хребет у напрямку, протилежному до викривлення; розвивають статодинамічну функцію хребта та грудної клітки. Для цього застосовують вертикальну й похилу площини (ходьба по похилій лаві з предметом на голові, заплющуючи очі). На заняттях потрібно приділяти увагу вихованню відчуття рівноваги на різних видах опори: при ходьбі по колоді, по палиці, яка лежить на підлозі [1].

Засоби корекції постави досить різноманітні. Зокрема, В. М. Мухін [3] пропонує таку їх класифікацію: фізичні вправи, лікувальна фізична культура, масаж, плавання, фізіотерапія, ходьба, біг, спортивні та рухливі ігри, ходьба на лижах, профілактор Євмінова, коректори постави, тренажери, технічні засоби, збалансоване харчування й раціональний режим дня. У системі заходів із забезпечення профілактики порушень постави в студентів значне місце також займає раціональна організація робочого місця й відповідність меблів ергономічним вимогам [1].

Таким чином, робота за комп'ютером має безпосередній вплив на ОРА студента. Проведені дослідження показали, що при роботі за комп'ютером, студенти на початку заняття за комп'ютером приймають «робочу позу», близьку до раціональної, але в з плином часу вона змінюється в бік неправильної, що провокує виникненню проблем з ОРА і просто загальної втоми організму. Але з правильним підходом організації роботи і профілактики вплив можна значно зменшити і мінімізувати його наслідки.

Література

1. Альошина А.І. Профілактика й корекція функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей та молоді у процесі фізичного виховання. автореф. дис...доктора наук з фіз. виховання та спорту: 25.05.2016. Луцьк, 2015. 43 с.
2. Фізична реабілітація підручник. 3-тє вид., переробл. та доповн. / під ред. Мухін В. М.: К.: Олімп, л-ра, 2009. 488 с.

Гердов Едуард
студент 1 курсу магістратури
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Сидорук А.В.

СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ УПРАВЛІННЯ ТУРИСТИЧНОЮ ГАЛУЗЗЮ

Аналіз ринку туристичних послуг дає змогу зазначити, що Україна має багато перспектив для інтенсивного розвитку туризму, однак швидкі зміни економічної і соціальної ситуації у регіонах, ринкові ризики, недосконалість нормативно-правової не дають можливості нашій країні стати туристичною державою європейського рівня.

До питання управління туристичною галуззю зверталось багато вітчизняних і зарубіжних авторів, зокрема, Казачковська Г. розкривала можливості сталого розвитку туризму в Україні, Кіркова Н. – акцентувала увагу на особливостях управління ціноутворенням у туристичній та санаторно-курортній сферах, а Дубова А. і Хорошун В. розкривали методи управління туризмом.

Мета – аналіз нормативно-правової бази регулювання туристичною галуззю в Україні.

Управління туристичною галуззю України здійснюється шляхом визначення основних напрямів її державної політики, пріоритетних напрямів розвитку туризму, класифікації й оцінки туристичного потенціалу, особливості його використання, а також розробки і реалізації програм розвитку туризму.

Відповідно до Закону України «Про туризм» держава проголошує туризм одним з пріоритетних напрямів розвитку економіки та культури і створює умови для туристичної діяльності [1]. Відповідно це вимагає особливих підходів до управління туристичною галуззю.

З цією метою в Україні здійснено низку суттєвих змін в організаційній структурі регулювання галузі туризму. Основними цілями державного регулювання в галузі туризму є [1]:

- забезпечення закріплених Конституцією України прав громадян на відпочинок, свободу пересування, відновлення і зміцнення здоров'я;
- безпека туризму, захист прав та законних інтересів туристів, власників або користувачів земельних ділянок, будівель та споруд;
- збереження цілісності туристичних ресурсів України, їх раціональне використання, охорона культурної спадщини та довкілля, врахування державних і громадських інтересів при плануванні та забудові територій;
- створення сприятливих умов для розвитку індустрії туризму, підтримка пріоритетних напрямів туристичної діяльності.

Пріоритетними напрямами державної політики в галузі туризму є:

- удосконалення правових засад регулювання відносин у галузі туризму;
- забезпечення становлення туризму як високорентабельної галузі економіки України, заохочення національних та іноземних інвестицій у розвиток індустрії туризму, створення нових робочих місць;

- розвиток в'їзного та внутрішнього туризму, сільського, екологічного (зеленого) туризму;
- розширення міжнародного співробітництва, утвердження України на світовому туристичному ринку;
- створення сприятливих для розвитку туризму умов шляхом спрощення та гармонізації податкового, валютного, митного, прикордонного та інших видів регулювання;
- забезпечення доступності туризму та екскурсійних відвідувань для дітей, молоді, людей похилого віку, інвалідів та малозабезпечених громадян шляхом запровадження пільг стосовно цих категорій осіб.

Отже, організаційно-управлінський механізм галузі туризму формують державні та недержавні організаційні структури, які утворені на різних рівнях механізму та реалізують свої рішення через важелі впливу, що належать до їх повноважень, а саме через нормативно-правове регулювання, податкову політику, бюджетно-фінансову політику, інформаційно-промоційне забезпечення. Але сучасні умови світових інтеграційних процесів і важливість забезпечення розвитку туристичної галузі вимагає врахування управлінських рішень організаційних структур не лише на загальнодержавному та регіональному рівнях, але й тих, що створені в рамках транскордонного співробітництва та участі в європейських та світових організаціях.

Література

1. Закон України «Про туризм». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/324/95-%D0%B2%D1%80#Text>.
2. Кифяк В. Ф. Організація туризму: Навчальний посібник. Чернівці : Книги XXI, 2008. 344 с.

Голіздра Данило

студент 2 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Бессарабова О.В.

СИНДРОМ ПАХВИННОГО БОЛЮ У СПОРТСМЕНІВ

У наш час в Україні відбувається перехід від масового аматорського до високооплачуваного професійного спорту, що потребує формування якісно нового рівня функціональної готовності спортсменів. Намагання форсувати цей процес, поряд із збільшенням фізичних навантажень, ускладненням технічних прийомів на тренуваннях, а також недосконалістю графіків змагань частіше призводить до патологічних станів, які рідко траплялися раніше, до них належить синдром пахвинного болю у спортсменів (СПБС) [1].

Синдром пахвинного болю у спортсменів – це група м'яко тканинних ушкоджень, що виникає у спортсменів в результаті хронічного перенавантаження та супроводжуються больовими відчуттями в пахвинній

ділянці та призводить до часткової, або повної втрати спортсменом його професійної придатності. СПБС становить 5–18 % у структурі всього спортивного травматизму, його частота та локалізація безпосередньо залежить від виду спортивної діяльності [3].

Мета роботи – зробити теоретичний аналіз літературних джерел, що висвітлюють основні відомості про синдром пахвинного болю у спортсменів.

На сьогодні в світовій літературі зустрічається багато специфічних термінів, характеризуючи синдром пахвинного болю, до них належать: ARS-синдром, osteitispubis, athleticpubalgia, sportsmenshernia, groinpainssyndrome, gilmorepain тощо. Слід зазначити, що жодний з цих термінів не тільки не дає відповідь на етіологію та патогенез розвитку травм цієї локалізації, й призводить до плутанини серед лікарів спортивних команд та ортопедів-травматологів стаціонарних відділень. У свою чергу, несвоєчасна та неправильна діагностика хворих з СПБС – призводить до зриву компенсаторних механізмів та спричиняє розвиток стійкого больового синдрому, що є досить частою причиною часткової або повної втрати спортсменом працездатності [3].

Під ARS-синдромом (від Adductor Rectus Symphysis) мають на увазі вторинний запальний процес в м'яких суглобових структурах (м'язах і сухожиллях), який розвивається у відповідь на їх тривалу травматизацію (наприклад, поява мікронадриви волокон). Остання відбувається, коли організм перестає справлятися з надмірним фізичним навантаженням на опорно-руховий апарат, а його компенсаторних реакцій стає недостатньо для відшкодування витрачених зусиль.

Основний симптом ARS-синдрому – різкий біль, з'являється під час фізичної активності, пов'язаної з різкими рухами тазостегнових суглобів. Локалізація больових відчуттів зазвичай спостерігається: внизу живота (уздовж розташування прямих м'язів черевної порожнини); в області паху (з поширенням вниз по внутрішній стороні стегна); в області лона (у вигляді певного дискомфорту). У стані повного спокою больові відчуття, як правило, припиняються, виникаючи знову з новою навантаженням, причому з більш вираженою інтенсивністю. Іноді біль настільки сильна, що змушує спортсмена повністю припинити тренування [5]

Діагностика ARS-синдрому: первинний огляд з пальпацією і проведення тестів для визначення локалізації больових відчуттів (приведення стегна з протидією і т.д.) [2]; УЗД (для візуалізації місць з гіперехогенною структурою тканини м'язів); МРТ області тазового кільця (для виявлення запалених ділянок в м'язах і суглобах); рентгенографія передньої і задньої проєкцій таза (для виявлення нестабільності і патологічних суглобових змін тазового кільця, а також лобкового симфізу).

Лікування ARS-синдрому зазвичай консервативне, але в деяких випадках рекомендовано оперативне лікування (з відновленням і рефіксацією пошкоджених м'язів і сухожиль). Консервативне лікування: медикаментозна терапія (включаючи використання протизапальних, проти набрякових, міорелаксаційних, загальнозміцнюючих засобів); локальна ін'єкційна терапія

(з використанням глюкокортикостероїдів, PRP-терапії і антигомотоксичних засобів для внутрішньосуглобових ін'єкцій в якості блокади); ударно-хвильова терапія; кінезіотерапія (для відновлення балансу в ножних м'язах); м'язове кінезіотейпірованіє (включаючи область лобкового симфізу); фізіотерапевтичні процедури (електро- і фонофорез, лазеро- і магнітотерапія, ін.); комплекс лікувальної фізкультури (включаючи масаж)[5].

Отже, можна зробити висновок, що СПБС поширений патологічний стан у спортсменів, що зазвичай характеризується недостатньо точною та своєчасною діагностикою, внаслідок чого призводить до втрати або зниження професійної придатності. Сьогодні найперспективнішим шляхом вирішення цієї проблеми є чітка діагностика осередку виникнення патологічного процесу й своєчасно розпочате адекватне, патогенетично-обґрунтоване міні-інвазивне лікування хворих із застосуванням ендоскопічної техніки та досягнень сучасної клітинної терапії (аутологічної плазми, багаті факторами росту). Такий підхід дозволяє покращити ефективність лікування спортсменів із синдромом пахвинного болю та прискорює їх повернення до професійної діяльності [4].

Література

1. Коструб О.О, Блонський Р.І. Синдром пахвинного болю спортсменів. URL : <http://trauma.zaslavsky.com.ua>. (Дата звернення 26.02.21)
2. Сучасні погляди на діагностику та лікування травм пахової області у спортсменів. URL: <http://nbuv.gov.ua>. (Дата звернення 28.02.21)
3. Діагностика. URL <http://pahbedro.com.ua/diagnostika>. (Дата звернення 26.02.21)
4. Блонський Р. І. Клініка, діагностика та комплексне ортопедичне лікування синдрому пахвинного болю у спортсменів. автореф. дис. ...докт.мед.наук: 14.01.21. Київ, 2018. 35 с.
5. Проблеми діагностики та лікування синдрому пахвинного болю у спортсменів. URL: <https://health-ua.com/article/60156-problemi-dagnostiki-ta-likuvannya-sindromu-pahvinnogo-bolyu-u-sportsmenv>. (Дата звернення 26.02.21)

Гусєва Юлія
студентка 3 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: викладач Потапова О.В.

ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ КАНІСТЕРАПІЇ У СУЧАСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Каністерапія – різновид терапії з тваринами, метод лікування і в медичній та соціальній реабілітації з використанням спеціально відібраних і навчених собак [1].

Засновником терапії (1960 рік) був американський дитячий психіатр Борис Левінсон, який зауважив, що присутність його собаки на сеансах давала позитивний стимул в реабілітації дітей. В результаті каністерапія, як додатковий метод лікування, стала використовуватися при аутизмі, дитячому церебральному паралічі, гіперактивності і серцево-судинних захворюваннях.

За допомогою даного виду реабілітації успішно вирішуються завдання соціалізації, зняття депресій і страхів, поліпшення якості життя, відновлення втрачених функцій, навчання побутовим навичкам. Собака дає можливість функціонувати одночасно сенсорним системам (органам зору, слуху, дотику, нюху), покращує загальну координацію і дрібну моторику, а також допомагає розвинути когнітивні функції. З нею можна спілкуватися вербально. Мімічні реакції собаки завжди доброзичливі і це стимулює дітей, які погано говорять, знову звернутися до собаки.

Каністерапія успішно використовується як психотерапевтична методика, що сприяє розвитку розумових і емоційних здібностей, поліпшення рухових функцій і моторики, а також для посилення ефективності розвитку особистості при корекції, реабілітації та соціальної адаптації дітей з певними особливостями розвитку [2].

Існують програми для сліпих і слабозорих дітей для їх загального розвитку, підвищення інтересу до пізнання зовнішнього світу, соціалізації, поліпшення емоційного стану.

Для каністерапії придатні собаки будь-яких порід і безпородні. Для цієї роботи відбирають собак з певним типом психіки, стійкою нервовою системою і бажанням взаємодіяти. Всі собаки попередньо тестуються за спеціальними поведінковими тестами на відсутність агресивної реакції до людей, собак, відсутність страху перед гучними звуками і нестандартними предметами (наприклад, розкриття парасольки). Після цього собаки проходять навчання, що завершується складанням іспиту і отриманням свідоцтва «собака - засіб реабілітації». Собака-терапевт - стандарт навчання. Вибір розміру і породи собаки-терапевта визначається стратегією реабілітації.

Існує відмінність між діяльністю за участю собак і терапією за участю собак. Діяльність за участю собак поділяється на пасивну і активну. При пасивної діяльності пацієнти не контактують безпосередньо з собаками. В цьому випадку терапевтичний вплив досягається шляхом спостереження за

тваринами в вольєрах, природних парках - пацієнти можуть отримувати відчутну користь для здоров'я просто від їх присутності.

При активній діяльності під час спілкування з собаками терапевтичний ефект досягається за рахунок залучення тварин в спільні ігри з пацієнтами, тактильного взаємодії, розвитку моторики в процесі догляду за ними (розчісування, годування), а також соціалізації через спілкування з собаками-терапевтами та їх провідниками. Фахівцями по каністерапії розроблені і використовуються спеціальні програми реабілітації, беручи участі в яких люди з особливостями розвитку, психо-соматичними і руховими порушеннями набувають необхідні в повсякденному житті навички, підвищують свою самостійність і залученість у взаємодію з іншими людьми і тваринами.

Перед каніс-терапевтом постає завдання не тільки максимально реабілітувати дитину фізично, а й, по можливості, розвинути в ньому навички самостійності, допомогти формуванню здорової особистості. Каніс-терапія має бути побудована на принципах фізичної терапії та ерготерапії .

Будь-які вправи подаються як захоплююча гра, яка не повинна викликати фізичної та емоційної перевтоми, тоді у пацієнта залишається бажання продовжувати заняття. Необхідно підкреслювати найменші успіхи пацієнта для дитини та її батьків, таким чином, щоб і у них зростала віра в свої можливості. Необхідно стимулювати самостійну роботу пацієнта і, в разі успіху, акцентувати його увагу і увагу батьків на цьому. Пацієнт повинен усвідомити, що може зробити що-небудь без допомоги або з мінімальною допомогою [3].

Заняття починаються з вітання і закінчують прощанням з собакою і вожатим, пацієнт повинен згадати, як їх звать.

Тривалість окремих вправ індивідуально залежать від типу і характеру порушень. При переважанні спастики 30% на заняття відводяться на вправи для розслаблення, 30% на вправи для розтягування м'язів, зняття напруги і збільшення діапазону рухів. При переважанні атонії – вправи для збільшення сили і витривалості, вправи взаємовпливу м'язів згиначів і розгиначів необхідно чергувати з розслабленням і вправами для розтягування м'язів, відводячи на кожен тип вправ 3-5 хвилин. При роботі з конкретним порушенням (рука, нога, мова і т.п.) необхідно не менше 25% заняття відвести на загальні вправи на координацію, рух, зміцнення і розтягування інших м'язів і т.п.

Вправи для дітей старшого віку та підлітків, при незначних порушеннях руху, координації, зору, слуху, будують у формі дресирування і тренування собак. Виконуючи завдання по «навчання» собак командам усадки, укладання, стійки, рухів на повідку з різною швидкістю, поворотам на місці і в русі, здійснюючи кидки предмета для подачі його собакою, нахилиючись і випростуючись, пристібаючи поводок і т.п., пацієнт непомітно для себе зміцнить мускулатуру, поліпшить координацію рухів, концентрацію і пам'ять. Для розвитку творчих здібностей і подальшої реабілітації підійдуть сценічна і циркова дресура собаки.

В каністерапії використовують додатковий інвентар: м'ячики, кубики, мотузки, іграшки різної текстури, ваги і розміру, розбірні м'які гімнастичні обручі, кільця різних кольорів, контейнери (банки, коробки) різної

форми і розміру, різноманітно закриваються, нашійники, повідці і шлейки яскравих кольорів, різних конструкцій, по-різному застібаються, м'які гребінці і щітки, гімнастичні та текстильні килимки, миски різного розміру і ваги, шматочки різного корму для собак.

В даний час каністерапія може використовуватися при лікуванні і таких серйозних захворювань, як дитячий церебральний параліч, аутизм, гіперактивність, серцево-судинні захворювання, синдром Дауна, олігофренія, затримка психічного та мовного розвитку різного генезу, слабочуючі, сліпі, діти з різними соматичними захворюваннями.

Література

1. URL <http://dressirovka-sobak.com.ua/about-us/kanisterapiya/>
2. URL <https://ns-plus.com.ua/2019/04/05/kanisterapiya-efektyvnyj-metod-oduzhannya/>
3. URL <https://kolesogizni.com/zdorove/kanisterapiya-lechenie-sobakami>

Давиденко Анастасія

студентка 2 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Бессарабова О.В.

АРТРОСКОПІЯ ПРИ УШКОДЖЕННЯХ КОЛІННОГО СУГЛОБУ

Актуальність. Травми колінного суглобу займають лідируюче місце (42,2%) в структурі пошкоджень і захворювань коліна. Це обумовлено анатомією і динамікою суглоба. Колінне зчленування – найбільше і рухливе в скелеті людини. На нього припадає навантаження, що в 4 рази перевищує власну вагу тіла, а при вчиненні високоенергетичних рухів воно збільшується в 2 рази. За статистикою, найбільшу кількість травм людина отримує в результаті занять спортом [1].

Метод артроскопії дає можливість не тільки отримати точні дані про стан суглоба, але і зробити необхідне лікування. Артроскопія – це метод малоінвазивного хірургічного втручання, під час якого пацієнт отримує мінімальні пошкодження м'яких тканин. Це істотно полегшує та прискорює післяопераційне відновлення, а також знижує ризик розвитку післяопераційних ускладнень. За допомогою артроскопії можна проводити лікувальні маніпуляції при розривах менісків (операція меніскектомії), інших пошкодженнях суглобового хряща, розривах внутрішньосуглобових зв'язок або запальних захворюваннях колінного суглоба [2, 3].

Мета роботи – дослідити суть та спосіб проведення артроскопії, а також ефективність використання цього методу при ушкодженнях колінного суглоба.

Історія виникнення артроскопії бере свій початок в 30-х роках ХХ століття. Першопрохідцем цього винаходу став професор Такагі з токійського університету, який в 1931 році створив артроскоп діаметром 4 мм. Саме із

застосуванням цього апарату з'явилася можливість виконувати біопсію синовіальної оболонки суглоба. Тоді були отримані перші кольорові знімки внутрішньосуглобових колінних утворень. Першовідкривачами артроскопії стали японські хірурги, які досить успішно стали застосовувати цей винахід в діагностиці та лікуванні травм колінного суглоба.

За допомогою артроскопії колінного суглоба можна діагностувати патологію, яку неможливо достовірно підтвердити за допомогою клінічних досліджень а саме: пошкодження передньої або задньої хрестоподібної зв'язки (в колінному суглобі); розриви сухожиль, зв'язок в колінному суглобі; вивих надколінка; наявність фрагментів хряща в суглобовій порожнині; пошкодження менісків; внутрішньосуглобові переломи [3].

Переваги методу: мінімальна травматичність і мінімум ускладнень; точність під час постановки діагнозу; в більшості випадків діагностика проводиться під місцевим знеболенням; швидке відновлення; післяопераційна госпіталізація складає 2 дні; немає необхідності обмежувати рухливість суглоба; болі після артроскопії менш виражені; косметичний ефект (маленький шов); відновлює об'єм рухів; дозволяє усунути зношений або пошкоджений меніск; необхідна для відновлення хрестоподібних зв'язок [4, 5].

Спосіб проведення артроскопії колінного суглоба: після проведення анестезії, яка виключає больові відчуття в ногах, виконуються оперативні доступи менше 1 см. Через них вводиться артроскоп і, при необхідності, хірургічні інструменти для малоінвазивних операцій.

Артроскоп – трубка діаметром 4-5 мм, зі збільшувальними лінзами та світлопроводним волокном. Кількість розрізів коливається від 2-х до 4-х. Суглоб заповнюється стерильним фізіологічним розчином, зображення з артроскопа транслюється на монітор. При необхідності - лікар видаляє пошкоджені елементи хряща, менісків, ділянки запаленої синовіальної оболонки. При наявності розривів передньої або задньої хрестоподібних зв'язок виконують їх пластику (відновлення). Точність отриманих даних при артроскопії складає 95-98%.

При виявленні сторонніх тіл в суглобі, артроскопія дає можливість вилучення маленьких вільних фрагментів (кісткових, хрящових) з нього. Метод артроскопії не супроводжується значним пошкодженням суглобової капсули, ускладнення і побічні явища виникають вкрай рідко. Хворі виписуються з лікарні через 1-2 доби після проведеної маніпуляції [5].

Пацієнтам, які перенесли артроскопічну операцію, в перші тижні після неї потрібно слідувати медичним вказівкам: ходити з повною опорою на ногу; піднімати прооперовану ногу для полегшення відтоку венозної крові; давати невелике навантаження на м'язи стегна; не рекомендовано сидіння навпочіпки і згинання коліна більш ніж на 90 градусів [3].

Абсолютними протипоказаннями до проведення процедури будуть: наявність інфекції, анкілоз (кістковий, фіброзний), тяжкий стан пацієнта, гнійне запалення навколо суглоба. Відносні протипоказання – масивний крововилив у суглоб і великі пошкодження (порушення герметичності суглоба, розрив суглобової капсули) [4].

Отже, можна зробити висновок, що артроскопія є ефективним, дієвим, а головне максимально точним методом діагностики та лікування колінного суглобу, а також має багато переваг, зокрема максимально низький рівень ризику пацієнта, значно менший період реабілітації порівняно з класичною операцією, відновлення об'єму рухів у суглобах, можливість детально розглянути внутрішню структуру суглоба.

Література

1. Коленный сустав: анатомия, травмы и болезни, URL : лечение. <https://arthroscopy.kiev.ua/.html>. (дата звернення 20.02.2021).
2. Артроскопична хірургія. URL : <https://zartaclinic.com/methods-of-treatment/artroskopichna-khirurhiia/>. (дата звернення 17.02.2021).
3. Що таке артроскопія. URL : <https://ukr.dailydosehealth.com/what-is-arthroscopy>. (дата звернення 19.02.2021).
4. Артроскопія – наукова робота. URL : <http://mistoinfo.com/orto/index.php?id=2856>. (дата звернення 20.02.2021).
5. Артроскопія колінного суглоба. URL : <http://oblast-travma.cv.ua/ua/artroskopiya-sustavov/artroskopiya-kolennogo-sustava>. (дата звернення 22.02.2021).

Каврін Михайло

студент 1 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Бессарабова О.В.

СТАНОВЛЕННЯ ПРОФЕСІЇ ФАХІВЦЯ З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В УМОВАХ ЗМІНИ СИСТЕМИ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Актуальність. Розвиток реабілітації в Україні має визначальний характер, адже вона є окремою стратегією в системі охорони здоров'я, задекларованою законодавством. Даний процес постав нагально, зокрема після висновків місії, ініційованої бюро ВООЗ в Україні, для оцінки поточної ситуації щодо осіб з обмеженнями життєдіяльності та систем реабілітації у 2015 році [3]. Перехідний етап формування оновленої реабілітаційної системи потребує аналізу становлення фізичної терапії як професійної діяльності, зокрема з точки зору впливу міжнародних організацій та законодавчих актів України.

Метою є огляд та аналіз розвитку фізичної терапії в умов її реформування та загальних змін.

Виклад основного змісту. Намагання до приведення у відповідність вже існуючої системи реабілітації на початку здійснювалося за участі представників навчальних закладів фізичної культури за допомоги міжнародних університетів, центрів реабілітації на основі проходження додаткового навчання українськими студентами, навчально-методичних семінарів, керування клінічною практикою іноземними спеціалістами у 1994 році з

поступовою реорганізацією кафедр. Потім дана практика використовувалася і закладами вищої медичної освіти. Згодом нові кафедри почали готувати фахівців з фізичної реабілітації, нового стандарту освіти, маючи попередній досвід підготовки спеціалістів з ЛФК та знання закордонних фахівців [4].

Але в процесі інтеграції з міжнародним середовищем та через членство України в міжнародних організаціях, зокрема у ВООЗ, існує потреба у дотриманні стандартів європейського рівня, тому в рамках системи реабілітації назріла потреба у проведенні реабілітаційної реформи, яку офіційно анонсував МОЗ України у лютому 2017 року.

Її підґрунтям став Звіт оцінювальної місії з питань реабілітації Всесвітньої організації охорони здоров'я 2015 року в рамках Глобального плану ВООЗ щодо обмежень життєдіяльності «Ліпше життя для людей з обмеженнями життєдіяльності» на 2014 - 2021 рр. Звіт висвітлював проблематику таких питань як міжвідомчі комунікації щодо системи реабілітації, перегляд та унормування понять реабілітації, існуючих засобів та інфраструктури реабілітації, кадрового забезпечення [3].

Саме цей звіт рекомендував вводити європейський стандарт універсальної оцінки стану пацієнта МКФ та забезпечити висококваліфікований кадровий ресурс в системі реабілітації, через введення навчальних програм по реабілітаційних спеціальностях, впровадження пацієнтоцентричного підходу, що включав би розширення аспектів реабілітації, існування мультидисциплінарної команди фахівців з реабілітації з подальшим переведенням фахівців вже існуючих спеціальностей: медичних сестер з ЛФК, лікарів-фізіотерапевтів, масажистів та інших, після проходження певного курсу теоретичної та практичної підготовки, реформування відділів амбулаторної реабілітації та відновної медицини, зважаючи на зростання осіб з інвалідністю через виробничі травми, дорожньо-транспортні пригоди, військові дії. Статистика демонструє тенденцію до збільшення кількості осіб з інвалідністю в країні на 45% з початку 90-х років (1,5 млн.) до 2020 року (2,703 тис.) [2, 3].

Фактично початок визначеної реформи можна простежити ще в період низки законотворчих ініціатив 2016 року від посадових осіб та представників професійних груп, громадських організацій – Проект Закону України «Про попередження інвалідності та систему реабілітації в Україні» та неподаний до парламенту Проект Закону України «Про систему реабілітації», які є схожими за змістом та структурою, визначаючи елементи системи реабілітації (учасників), права певних категорій осіб, новітні принципи реабілітації тощо. Реформа знаходиться в перехідному етапі, проте результат її наробок вже можна побачити в прийнятому Законі України «Про реабілітацію у сфері охорони здоров'я» 03.12.2020 №1053-IX [1].

Процес переходу до нової системи реабілітації в умовах поступової реформи через затвердження нових та зміни старих посад, створення відповідних освітніх стандартів, загальної законодавчої бази призвів до зміни спеціальності «Фізична реабілітація» на «Фізична терапія, ерготерапія», що було закріплено відповідною Постановою Кабінету Міністрів України від 01

лютого 2017 року, а також зокрема і через різницю в вітчизняній та зарубіжній термінології. Хоча відповідні посади обох спеціальностей наявні й на сьогодні в Класифікаторі професій ДК 003:2010 [5].

Висновки. Введення нової освітньої програми та налагодження випуску багатьма ВНЗ фахівців з фізичної терапії було сформовано за рядом факторів, як-от: нагальна потреба у переході на європейські стандарти; невідповідність проведення реабілітаційних заходів принципам та філософії реабілітації в розвинених країнах, що значно зменшує ефективність оцінки стану хворого; зростання осіб з інвалідністю в країні; потреба у включенні до системи реабілітації осіб, що не отримали статус інваліда.

Література

1. Закон України «Про реабілітацію у сфері охорони здоров'я» 03.12.2020 №1053-IX. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1053-20#Text>. (Дата звернення 02.03.21).
2. Соціальний захист населення України у 2019 році. URL : https://ukrstat.org/uk/druk/publicat/kat_u/2020/zb/07/zb_szn_2019.pdf. (Дата звернення 02.03.21).
3. Оцінювання системи обмеження життєдіяльності та реабілітації в Україні. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/ujmse_2016_1_8. (Дата звернення 04.03.21).
4. Кобелев С.Ю. Історія розвитку Української Асоціації фахівців фізичної реабілітації. URL : <https://physrehab.org.ua/uk/about-uk/history-uapt/>. (Дата звернення 04.03.21).
5. Зміни до класифікатора професій : URL : <https://moz.gov.ua/>. (Дата звернення 04.03.21).

Кацаєва Крістіна

студентка 3 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. біол. наук, доц. Симонік А.В.

РОЗВИТОК СПОРТИВНОЇ АКРОБАТИКИ В УКРАЇНІ

Спортивна акробатика – це вид спорту, змагання у виконанні акробатичних вправ, пов'язаних із збереженням рівноваги (балансування) і обертанням тіла з опорою і без опори.

В змагання входять: вправи жіночих, мішаних і чоловічих пар, групові вправи жінок (втрюх) і чоловіків (учотирюх). У кожному виді програми спортсмени виконують по два-три обов'язкових і довільних вправи: в акробатичних стрибках – темповим (включає сальто з поворотом не більше ніж на 180°) і гвинтове (включає сальто з поворотом не менше ніж на 360°); в парних і групових вправах - статичне (з балансуванням) і темпових. Виступи спортсменів оцінюються по системі, прийнятій в спортивній гімнастиці. Всі

партнери в парі або групі повинні належати до однієї з вікових категорій: 11-16 років, 12-18 років, 13-19 років, 14 і старше (старші розряди).

Як олімпійський вид спорту спортивна акробатика виникла в 1932 році на 10-х Олімпійських іграх, коли чоловічі акробатичні стрибки увійшли в програму змагань з гімнастики як окремий вид спорту (показові змагання з ним проводилися на Олімпіадах 1996 і 2000 років) [1].

Акробатичні вправи: перекиди, перевороти, стійки, колеса, рондат, сальто, фляки і багато інших елементів, що виконуються поодиночі, вдвох і групами, відрізняються великою кількістю складних форм і вимагає високого рівня загального фізичного розвитку. Тому значну частину тренування приділяється зміцненню всіх груп м'язів за допомогою загальних і спеціальних фізичних вправ.

У процесі оволодіння технікою акробатичних вправ, розвивається в першу чергу гнучкість і координація рухів, по-друге – швидкісні якості. Згодом стабілізується емоційний стан спортсмена. Тож спортсменові (або його батькам) варто приділяти увагу психологічній підготовці.[2]

Акробатика була відома вже у Стародавньому Єгипті, Греції, Римі, Китаї, Японії. Як вид спорту розвивається в Україні з 1938. Звання «Заслужений майстер спорту» з акробатики першим в СРСР було присвоєно українським спортсменам – неодноразовим чемпіонам СРСР – братам Тишлерам та В. Мотузенкові. 1976 проведено перший Чемпіонат світу з акробатики; серед чемпіонів – жіноча пара (Н. Тищенко і М. Кухаренко, м. Київ).[3]

Спортивна акробатика має офіційне визнання в Україні. Федерація спортивної акробатики України (заснована у 1948) входить до складу Української федерації гімнастики (з 1991). [3]

Акробатика – це неолімпійський вид спорту. Команда України бере участь у міжнародних змаганнях, виборюючи перші місця. Серед її здобутків такі трофеї як: третє місце на чемпіонатах світу 1994 (м. Пекін, КНР), 1995 (м. Зелена Гура, Польща), 1996 (м. Риза, Німеччина), 1999 (м. Гент, Бельгія), 2008 (м. Глазго, Шотландія), 2010 (м. Вроцлав, Польща); друге місце на чемпіонатах світу 1997 (м. Манчестер, Велика Британія), 1998 (Мінськ, Білорусь); перше місце на чемпіонатах Європи 1993 (м. Антверпен, Бельгія), 1997 (м. Баунатал, Німеччина), друге місце на чемпіонатах Європи 1994 (Зелена Гура), 1995, 1996 (м. Риза, Німеччина); 1999 (м. Зелена Гура, Польща).

Серед провідних спортсменів-акробатів України: Д. Баїн, Г. Демиденко, В. Жердєва, Ю. Заверюха, А. Ковпоша, О. Косенко, В. Ляпунов, О. Мойсейчева, С. Павлов, С. Петров, А. Сафонов, Ю. Степченков, Н. Суріна, Ю. Тишлер, О. Чабаненко, С. Чижевський, Г. Церишенко[2].

Проблемам і перспективам розвитку спортивної акробатики в Україні приділяється незначна увага. Впродовж десятиліть українська школа акробатики продовжує залишатися однією з провідних разом з акробатичними школами інших країн, проте відзначається тісне суперництво з боку представників таких країн, як Німеччина, Велика Британія, США, Франція, Канада, Росія. У зв'язку з вищесказаним, можна констатувати, що питання, які

розкривають перспективи розвитку спортивної акробатики в Україні є актуальними і важливими в теорії та методиці підготовки спортсменів. Це надалі може забезпечити досягнення видатних спортивних результатів вітчизняних акробатів.

Література

1. Прокопюк С. П. Вдосконалення структури та змісту музично-акробатичних композицій у процесі багаторічної підготовки спортсменів”. Київ, 1999. 241 с.
2. Игнашенко А. М. Акробатика. Москва, 2013. 158 с.
3. Сосина В. Ю., Нетоля В. А. Акробатика для всех. Киев, 2014. 178 с.

Кацаєва Крістіна

студентка 3 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Короленко К.В.

ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

В умовах підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту особливої актуальності набуває педагогічні технології навчання у вищій школі. Вони спрямовані не тільки на засвоєння навичок і умінь, що базуються на цих знаннях, але й на придбанні майбутніми фахівцями досвіду професійної діяльності.

Інтерактивна технологія передбачає навчання в співробітництві, шляхом постійного, активної взаємодії всіх учасників навчального процесу. Це навчання, де студент, і викладач є рівноправними суб'єктами цього процесу, реалізується через застосування рольових та імітаційних ігор, навчання у дискусії [1].

Ґрунтуючись на принципі проблемності, технологія ситуаційного навчання, передбачає вирішення ситуаційних завдань. Саме рішення логічно побудованої ланцюжка ситуаційних завдань сприяє не тільки придбання студентами досвіду в змістовному компоненті майбутньої професійної діяльності, але й створює передумови для успішної соціальної адаптації через активну взаємодію учасників освітнього процесу [2].

Для набуття студентами професійних знань і умінь впроваджується технологія проблемного навчання. Функцією проблемного навчання є творче засвоєння змісту навчального матеріалу, набуття досвіду творчої діяльності. Логіка учбового процесу розгортається від створення проблемної ситуації через проблемну задачу, її аналіз і дослідницьку діяльність за рішенням проблемної задачі [3].

Метод можна вважати розвитком проблемного методу. У проблемному навчанні викладач чітко формулює навчальну проблему або підводить

студентів до її формулюванні, організовує дослідницьку діяльність щодо її вирішення. У проектному навчанні навчальна проблема розкрита на повністю: тема хоча і задана викладачем, але формулювання проблемної задачі її аналіз і рішення здійснюються студентами самостійно, сумісними зусиллями, в результаті чого вони повинні отримати реальний продукт у вигляді проекту. Суть ідеї методу проектів - стимулювання інтересу студентів до певних проблем, вирішення яких передбачає оволодіння ними певними знаннями й вміннями. Проектна діяльність сприяє набуттю студентами вміння практично застосовувати отримані знання і розвитку критичного мислення, здатності складати і здійснювати плани й особисті проекти, що дозволяє визначати і обґрунтовувати цілі, які є сенсом життя і які співвідносяться з власними цінностями [4].

Сучасний навчальний процес не можна уявити без застосування інформаційних технологій, які надають можливість швидко знайти потрібну інформацію через мережу «Інтернет» або в електронній бібліотеці, оволодіти навчальним матеріалом за допомогою технології дистанційного навчання, і, нарешті, є засобами навчання.

Обґрунтовуючи ефективність впровадження в практику підготовки фахівців кожної з розглянутих технологій, вчені не дають однозначної відповіді на питання про найбільш універсальною, яка впливала б на розвиток у студентів усіх складових професійної підготовки.

Література

1. Коваленко О. Я. На шляху до демократичної системи освіти. Іноземні мови в навчальних закладах. *Наука і освіта*. 2005. № 3. С. 92–99.
2. Осадченко І.І. Категоріальна розмежованість понять «технологія навчання» та «методика навчання». *Наука і освіта*. 2010. №8. С.102-108.
3. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Под ред. Т. Ю. Круцевич. Т. 1. К. : Олімп. л-ра, 2018. 392 с.
4. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів Частина 2. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2008. 286 с.

Киливник Анастасія

студентка 3 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. біол. наук, доц. Симонік А.В.

РОЗВИТОК БАЛЬНИХ ТАНЦІВ НА ІНВАЛІДНИХ ВІЗКАХ ЯК ВИДУ СПОРТУ

Бальні танці на візках виникли в Швеції в 1968 році для рекреаційних і реабілітаційних цілей, а вже до початку 80-х вони були вже поширені по всій Європі. Такий вид спорту як бальні танці на візках по перше - дуже складний більше морально ніж фізично для танцюра. По друге – він дозволяє одночасно

зміцнити фізичні можливості, вирішити психологічні проблеми і розвинути творчі та спортивні здібності людини. Спочатку ці танці виступали в якості одного з видів реабілітації для осіб з обмеженими можливостями здоров'я, тільки потім перетворилися в самостійний вид спорту.

У 1975 році був проведений перший конкурс в Вестеросі (Швеція), за участю 30 пар. Зараз у світі більше 5 тисяч осіб у 4-х десятках країн займаються танцями на візках, як на аматорському, так і на професійному рівні [1].

З 1998 році танці на візках підпорядковуються Міжнародну паралімпійському комітету, хоча і не входять в програму Паралімпійських ігор. У 1997 році відбулися офіційні міжнародні змагання (чемпіонат Європи) в Швеції. Чемпіонат світу відбувся в Японії в 1998 році. У 1997 році танцювальний вид спорту з'явився в Росії і Білорусії, з 1999 на Україні. Сьогодні більше 45 країн світу беруть участь у даному виді спорту.

У бальних танцях на візку як і в будь-якому іншому виду спорту є правила і форми.

Є такі форми танців на візках:

- це і одиночний танець (SINGLE DANCE) - коли танцює одна людина, щосидить в колясці;
- дуетний танець (DUO DANCE) - танцюють два партнера в колясках;
- комбінований танець (COMBI DANCE) - коли людина в колясці в парі з танцюристом не інвалід;
- танець в ансамблі (GROUP DANCE) - кілька партнерів з колясках абоспільно з партнерами не на візках.

Спортивні Танці на візку, включені в Паралімпійські ігри, - це танці в стилі COMBI DANCE. Вони проводяться за двома програмами:

- класичні європейські танці (Повільний вальс, Танго, Віденський вальс, Повільний фокстрот і Квикстеп)
- латиноамериканські танці (Самба, Ча-ча-ча, румба, Пасодобль і Джайв).
- DUO DANCE - поки включені лише в змагання, що проводяться окремими країнами.
- COMBI DANCE - Танцюрист на візку танцює з стоячою на ногах партнером [2].

Бальні танці на візках допомагають вирішити цілий комплекс проблем людей з інвалідністю. Це і проблема комунікації, замкнутості, людина з інвалідністю опорно-рухового апарату, де навчають танців на візках, починає поступово психологічно розкріпачитися, знаходить нових друзів, заводить нові знайомства. Крім того, взаємодія в парі навчає вмінню долати розбіжності, вирішувати конфлікти. Бальні танці на візках сприяють розкриттю особистості людини, допомагають йому реалізувати свій фізичний і емоційний потенціал.

Література

1. Сладкова, Н. А. Функциональная классификация в паралимпийском спорте. Москва : Советский спорт, 2011. 160 с.
2. Артамонова Л. Л. Лечебная и адаптивно-оздоровительная физическая культура М.: Владос, 2014. 400 с.

Кобзар Вероніка

студентка магістратури

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Кальонова І.В.

ІПОТЕРАПІЯ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ

За останні два десятиліття в світі відзначено збільшення випадків дитячого аутизму. У 2010 р. в США поширеність розладів аутичного спектру (РАС) в дітей до 8 років становила 14,7 на 1000. У нашій країні з 2008 по 2013 роки, за даним МОЗ України, захворюваність РАС зросла в 3,8 рази (з 2,4 до 9,1 на 100 000 дитячого населення), в тому числі завдяки поліпшенню діагностики та активній роботі по виявленню дітей з проблемами психічного розвитку і адаптації [1, с. 167].

Іпотерапія – методика реабілітаційного впливу, де в якості основного засобу виступають кінь, процес верхової їзди і фізичні вправи, що виконуються людиною під час верхової їзди. Іпотерапія в усьому світі вважається одним з кращих способів соціалізації дітей, які страждають на РАС. Основний механізм дії іпотерапії на організм такої дитини заснований на поєднанні двох потужних чинників: психогенного і біомеханічного.

При лікуванні аутизму кінь виступає посередником між дитиною і навколишньою дійсністю. Взаємодія з твариною відбувається на невербальному рівні, що, в свою чергу, дозволяє дитині залишатися як би всередині свого комфортного світу і одночасно виходити зі стану ізоляції від навколишньої дійсності, адаптуватися до неї. Крім того, для дитини з аутизмом положення верхи на коні виявляється «виграшним» у порівнянні з положенням іпотерапевтів: «Я нагорі – вони внизу». Внаслідок цього можуть коригуватися страхи, агресія і невпевненість в собі. Здатності дитини адаптуватися до реальності сприяє також те, що верхова їзда вимагає значної концентрації уваги, усвідомлених дій, вміння орієнтуватися в просторі [2, с. 76].

Заняття іпотерапією мотивують дитину до самостійної активності: дитина відчуває бажання сісти на коня, відчути себе вершником, подолати страх, набути впевненості в своїх силах. Мотивація сприяє максимальній мобілізації волевої діяльності, завдяки якій досягається пригнічення почуття страху, з'являється можливість навчання дитини побудові правильного поведінкового стереотипу. Вирішальне значення в корекції розладів аутичного спектру має той факт, що дитина має тісний контакт з іншою людиною і твариною, отримує

новий життєвий досвід, але не має дискомфорту від прямого спілкування [3, с. 291].

Позитивним моментом проведення комплексних занять іпотерапією є розгальмовування відсутніх реакцій на прохання і вимоги дорослого, поліпшення функцій концентрації і переключення уваги, зменшення звички ігнорування інших людей. Крім того, використання іпотерапії дає можливість розвивати мову дитини, знайомити його з власним тілом і простором навколо.

Проте в застосуванні іпотерапії існує ряд обмежень: дитина повинна бути здатна переносити значний тактильний контакт і не мати боязнь висоти. З точки зору травм заняття іпотерапією абсолютно безпечні. Крім того, на заняттях, поблизу від дитини аутиста завжди знаходиться іпотерапевт, який допоможе впоратися з можливим страхом дитини. Отже, іпотерапія вважається одним з кращих способів реабілітації при дитячому аутизмі – дитина переносить отриману за допомогою спілкування з конем користь і в поведінкову терапію, і в інші сфери своєї життєдіяльності.

Література

1. Темерівська Т. Г., Ворнічеса Т. В. Особливості фізичної реабілітації дітей з розладами аутистичного спектру. *Young Scientist*. 2018. № 3.3 (55.3). С. 167-170.
2. Цвєрава Д. М. Иппотерапия. Лечебная верховая езда. Киев : ООО «Издательский Дом Украинский Медиа Холдинг», 2012. 152 с.
3. Kokhan S. T., Pateyuk A. V., Mingalova M. S., Grygus I. M. Use hippotherapy in physical rehabilitation of patients with different pathologies. *Journal of Education, Health and Sport*. 2015. № 5(2). P. 289-296.

Коваль Михайло

студент 1 курсу магістратури
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Сидорук А.В.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ РОЗВИТКУ ІНДУСТРІЇ ГОСТИННОСТІ

Гостинність як фундаментальна характеристика людського буття на різних етапах розвитку людства набувала специфічних етнокультурних рис і різноманітних історичних форм.

У зв'язку із входженням України в європейський культурний простір, розширенням географії подорожей актуалізувалось дослідження гостинності в контексті взаємодії українських національних традицій з інноваціями, характерними для сучасного культурного розвитку.

Метою статті є аналіз змісту поняття індустрії гостинності.

Аналіз наявних довідкових джерел дозволяє визначити цю дефініцію наступним чином: «гостинність» (від фр. hospice) – притулок для подорожніх, благодійний дім.

Інколи термін «гостинність» вживають у побутовому значенні як особливий вид привітності, хлібосольства господаря під час прийому гостей. У звичаях різних народів гостинність забезпечувала заступництво людям, які мандрують, і виступала формою захисту особи гостя і його майна.

Гостинність є складним соціальним і моральним феноменом, який має багато аспектів та інтерпретацій. Власне термін гостинність бере свій початок від старофранцузького слова hospice (хоспіс), що означає притулок для мандрівників, «странноприймний будинок» [2]. У побутовому сенсі гостинність є властивістю характеру людини, що відрізняється привітністю та хлібосольством, а також традиції зустрічі гостей в різних культурах.

Отже, гостинність як науковий термін визначає систему заходів і порядок їх здійснення з метою задоволення найрізноманітніших побутових, господарських, а також культурних запитів гостей туристичних підприємств, їх запобігливого обслуговування, надання певного переліку послуг.

Гостинність як соціальне і культурологічне явище має надзвичайно велику історію буття, а також велику кількість підходів до визначення її змісту, оскільки коріння гостинності губиться у глибині тисячоліть, і у кожного народу вона має свою психологічну специфіку, оскільки живиться ментальністю етносів.

Розглянемо декілька підходів до визначення змісту поняття «індустрія гостинності» (табл.1) [1]:

Таблиця 1

Основні підходи щодо визначення змісту та структури індустрії гостинності

Підхід	Зміст підходу	Автор
Абстрактний без формалізації об'єкта та структури	Неконкретизований зміст і структура діяльності, пов'язують зі сферою послуг, акцентують увагу на морально-етичних принципах стосунків виробників та споживачів послуг, у якому суть підприємницької діяльності	Р. Браймер, В. Квартальнов, Х. Роглев та ін.
Ототожнення з індустрією туризму	Індустрію гостинності та індустрію туризму ототожнюють, окреслено структуру галузі, ознаки ідентичності – задоволення запитів гостей	Дж. Р. Уокер, В. Фрейер та ін.
Виокремлення індустрії гостинності як порівняно самостійної сфери туризму	Індустрія гостинності – основна складова індустрії туризму, у структурі сформована із закладів розміщення, харчування, розваг та інших підприємств	Л. Ваген, С. Кінг, Е. Саак, Дж. Дітмер і Дж. Гріффіна та ін.

Гостинність – це відносини між двома категоріями людей: господарями і гостями, відношення між мотивацією і конкретними формами людської поведінки. Для адекватної дефініції понять «індустрія гостинності» та «індустрія туризму» необхідно виокремлювати й аналізувати основні напрями розгляду поняття «гостинність» у сучасних літературних джерелах: соціальний і комерційний. Соціальна складова первинна в еволюції феномена гостинності

й виявляється в морально-етичних (гуманістичних) відношеннях. Саме гуманістичний принцип – основа розвитку людського суспільства, відображена на побутовому рівні, згодом перенесена на соціальний, політичний, комерційний та інші типи відносин, зумовлює ототожнення індустрії гостинності зі сферою послуг. Інша складова гостинності – комерційна, виявлена в організаційно-економічних формах підприємництва готельно-ресторанного профілю діяльності. Організаційно й технологічно ця галузь визнана на інституційному рівні UN WTO, авторитетними регіональними та національними професійними організаціями.

Все вище визначене дає змогу прийти до висновку, що індустрія гостинності – це соціально-економічна підсистема туристичної індустрії з чітко вираженою еволюцією, організаційно-технологічними процесами, організаційно-правовими формами організації та інституційним забезпеченням. Сьогодні індустрія гостинності – це сфера економіки зі швидкими темпами зростання, одна з головних складових сфери послуг, сформована з підприємств готельного і ресторанного бізнесу, які забезпечують комплекс послуг з проживання, харчування, побутового обслуговування, дозвілля, розваг та інших послуг, а також реалізації товарів.

Література

1. Гузар У.Є. Етнічні особливості гостинності. Львів : ЛДУФК ім. І. Боберського, 2019. 74 с.
2. ДСТУ 4269:2003. Послуги туристичні. Класифікація готелів. Чинний від 2004.07.01.

Коваль Наталія
студентка магістратури
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р біол. наук, проф. Богдановська Н.В.

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ

Актуальність. З кожним роком зростає кількість дітей з діагнозом «порушення аутистичного спектру». Кількість дітей з аутизмом виросла в 10 разів за 12 років, статистика стверджує, що тенденція до зростання збережеться і в майбутньому [1, 2]. З цього, на наш погляд, проблема аутизму вимагає глибокого вивчення і аналізу.

Мета – з'ясувати особливості дітей з порушенням аутистичного спектру для можливості правильної організації фізичної терапії.

При аналізі літературних джерел [1, 2] з'ясовано, що термін «аутизм» запропонував в 1908 році швейцарський психіатр і психолог Е. Блейлер. На думку Г. Аспергер, аутизм існує стільки, скільки існує людство. Біографічні

відомості про багатьох історичних особистостях, музикантах, вчених надають підставу припустити наявність у них (Моцарт, Ейнштейн) аутистичних порушень [1]. Тобто, аутизм – багатофункціональне порушення, яке містить відхилення самого різного походження. При аутизмі спостерігаються біохімічні, неврологічні, ендокринні імунологічні та ін. порушення.

Ранній дитячий аутизм (РДА) було виділено Лео Каннером в 1943 році у своїй роботі «Дитяча психіатрія», він наводить такі ознаки, властиві дітям з аутизмом:

- надзвичайна аутистична самотність;
- проблемна поведінка при будь-яких змінах обстановки і життєвого укладу;
- чутливість до сенсорних і тактильних впливів;
- обмеженість репертуару спонтанної активності;
- відстрочені ехолалії;
- надзвичайна механічна пам'ять;
- хороші когнітивні задатки: надзвичайна пам'ять і моторна спритність у деяких дітей [1].

Дітям з розладами аутистичного спектру необхідна поряд з медичної терапією, та педагогічним впливом, терапія фізична, яка буде вирішувати наступні завдання:

- розвиток імітаційних здібностей (вміння повторювати);
- стимулювання до виконання інструкцій;
- формування навичок довільної організації рухів (в просторі власного тіла і в зовнішньому просторі, моторне планування);
- виховання комунікаційних функцій і здатності взаємодіяти в колективі.
- Я - концепції у аутичних дітей [2, 3].

Висновки. Психічний стан людини безпосередньо пов'язаний зі станом фізичним, тому фізична терапія при розладах аутистичного спектру вкрай важлива. Спеціально підібрані вправи допомагають коригувати дефекти мовного і фізичного розвитку, знижується тривожність, активізується контактність з навколишнім світом.

Література

1. Бернштейн Н. А. Физиология движений и активность. М. : Наука, 1990. 495 с.
2. Садыков К.И., Кулейменов А.Ж., Кулейменова Л.М., Саликов Ж.К. Лечебная физкультура в системе коррекционно-педагогической работы с детьми с расстройствами аутистического спектра. Научное обозрение. Педагогические науки. 2018. № 5. С. 30-34
3. Шаповалова, І. В. Програма фізичної терапії дітей з розладами спектру аутизму. Фізична культура, спорт та здоров'я нації (2018) (6). С. 238-244.

Ковальова Анастасія, Прокопенко Данило
студенти 2 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Бессарабова О.В.

ВЕРТЕБЛОПЛАСТИКА І КІФОПЛАСТИКА ЯК СУЧАСНИЙ МЕТОД ЛІКУВАННЯ

Актуальність. Ушкодження хребта становлять 0,4-0,5% усіх переломів кісток і належать до найбільш важких і небезпечних ушкоджень опорно-рухового апарату. Вони порушують його опорну, ресорну, рухову й захисну функції, а у випадку травматизації спинного мозку – і його функції. Спостерігаються переломи тіла, дужок, відростків одного або кількох хребців без пошкодження спинного мозку і з його пошкодженням. Найчастіше спостерігаються компресійні переломи, при яких настає клиновидне здавлювання тіл одного чи кількох хребців. Це відбувається переважно на межі переходу рухомого відділу хребта в менш рухомий: у поперековому (I-II хребець), нижньогрудному (XI-XII хребець) і шийному (V-VI хребець) [1, С. 314].

Виявляють 3 ступеня компресії (I ступінь – зниження висоти тіла хребця або його переднього відділу менш половини висоти суміжного хребця, II ступінь – зниження висоти тіла хребця або його переднього відділу у половину висоти суміжного хребця, III ступінь – зниження висоти тіла хребця або його переднього відділу більше половини висоти суміжного хребця);

Як і будь-яка інша травма хребта, компресійний перелом дуже небезпечний. Головним чином, тому, що під час компресійного перелому тіло пошкодженого хребця вдавлюється в хребетний канал, що призводить до здавлення спинного мозку. В результаті нервові корінці здавлюються, міжхребцевий диск руйнується, що стає причиною розвитку посттравматичного остеохондрозу та радикуліту. Такі компресійні переломи можуть призвести до незворотного паралічу кінцівок [2].

Мета дослідження. Визначити ефективність та можливості мініінвазивного лікування при компресійних переломах хребта.

Ще чотири десятиліття тому більшість переломів хребта лікувались консервативними методами. Але останнім часом все більш широкого використання набувають хірургічні методи. А саме мініінвазивні методи такі як – вертебропластика і баллонна кіфопластика. Вперше метод вертебропластики – мініінвазивної операції для зміцнення хребетних дисків – застосували французькі нейрохірурги в 1984 році. Вони використовували ПММА – поліметилметакрилат – стоматологічний матеріал, який пізніше назвали «кістковим цементом». Це рідка речовина, яка здатна здобувати твердість і міцність. За допомогою голки кістковий цемент ввели в зруйнований хребець, в результаті чого пацієнт зміг позбутися від болю[3].

Вертебропластика – це мініінвазивна процедура, що полягає в відкритому або черезшкірному введенні кісткового цементу в ушкоджене тіло хребця.

Вертебропластика відновлює міцність зламаної кістки, тим самим ліквідовуючи больовий синдром. Більше 80% пацієнтів відразу після операції відзначають зникнення болю.

Останнім часом хірургічні методики, що побудовані на використанні кісткового цементу, знаходять все більш широке застосування при різного роду патологіях, які зачіпають хребетний стовп. Швидкість затвердіння ПММА і тривалість його знаходження в пастподібному стані є найважливішою характеристикою кісткового цементу – це обумовлено тим, що саме протягом цього періоду хірург повинен ввести речовину і заповнити нею перелом чи патологічну порожнину. Застигаючи, введений цемент зміцнює тіло хребця, що дозволяє не просто ефективно лікувати наслідки компресійних переломів хребта, але і використовувати для лікування больового синдрому, викликаного пухлинними метастазами в хребет або гемангіомами хребців.

Для того, щоб відновлювати висоту сильно зруйнованих хребців, в 1998 році була запропонована нова операція, названа «балонною кіфопластикою». Метод заснований на принципах вертебропластики і є її логічним продовженням. Основна відмінність – це введення по транспедикулярній голці в тіло ураженого хребця спеціального балона. Балон вводиться в стислому стані, потім під радіологічним контролем його починають наповнювати рентгенпозитивною рідиною. Пружний балон, збільшуючись в розмірах, усуває деформацію хребця. Після цього балон видаляють, а сформована порожнина заповнюється кістковим цементом. Перевагою кіфопластики є відновлення висоти ураженого хребця і зменшення ризику екстравертебрального витікання кісткового цементу. Тому що, воно пов'язане з ущільненням кісткової тканини по периферії від роздмуханого балона [4].

Висновки: Вертебропластика і балонная кіфопластика є ефективними мініінвазивними хірургічними методами в лікуванні пацієнтів з компресійними ушкодженнями хребта. Після оперативного втручання зникає біль, опорний стовп відновлює функції, пацієнт повертається до професійної діяльності, значно скорочується період реабілітації.

Література

1. Мухін, В. М. Фізична реабілітація в травматології: монографія. Львів : ЛДУФК, 2015. 428 с.
2. Чим небезпечний компресійний перелом хребта. URL : <https://ortocomfort.ua/ua/articles/view/365/>. (Дата звернення 16.02.2021).
3. Баллонная кіфопластика в хірургічному лікуванні хребта. URL : [trauma.zaslavsky.com.ua > article](http://trauma.zaslavsky.com.ua/article). (Дата звернення 16.02.2021).
4. Кіфопластика. URL : (<https://uk.wikipedia.org/wiki/Кіфопластика>). (Дата звернення 16.02.2021).

Ковальова Анастасія
студентка 2 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: ст. викладач Іванська О.В.

ВИКОРИСТАННЯ УЛЬТРАЗВУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ

Актуальність. Захворювання опорно-рухового апарату посідає одне з перших місць за поширеністю у світі. Згідно з переліком Міжнародної класифікації хвороб, до захворювань опорно-рухового апарату відносяться більше 150 нозологій, що вражають скелетно-м'язову систему: м'язи, кістки, суглоби і сполучні тканини, такі як сухожилля і зв'язки. Проблема своєчасної та точної діагностики захворювань і травм опорно-рухового апарату є досить актуальною в сучасній медицині. Поряд з традиційними методами діагностики в даний час все більше широко застосовується ультразвукове дослідження. Останні десять років ультразвук є найбільш швидко розвиваючим методом візуалізації кістково-м'язової системи. Сучасні ультразвукові сканери дозволяють детально відобразити структуру сухожил'я, зв'язок, м'язів, хрящової тканини, окістя, виявити зміни в суглобах на ранніх доклінічних стадіях захворювання [1].

Мета дослідження – оцінити ефективність та вплив ультразвукового дослідження при захворюваннях опорно-рухового апарату.

Завдання дослідження – можливості методу ультразвукового дослідження для діагностування захворювань опорно-рухового апарату.

Об'єкт дослідження – ультразвукова діагностика при порушеннях опорно-рухового апарату.

Результати досліджень. На погляд вчених, УЗД є варіантом вибору щодо ранньої та диференційної діагностики більшості захворювань ОРА, а також основним методом моніторингу змін у структурах ОРА, стану синовіальної оболонки, поверхневих змін кісток.

Окремо можна виділити роль ультразвукового дослідження при проведенні інвазивних втручань з приводу захворювань кістково-м'язової системи. Ін'єкції лікарських препаратів в суглоби, сухожил'яні піхви і м'які тканини, виконані під ультразвуковим контролем, мають більш виражений терапевтичний ефект. Крім того, унікальні методики візуалізації судин (ультразвукова ангіографія) дозволяють оцінити ступінь кровопостачання тканин. Це дає додаткову інформацію про вираженість запального процесу, а також для ранньої діагностики пухлинних утворень м'яких тканин [2].

Переваги ультразвукової діагностики опорно-рухового апарату: відсутність променевого навантаження на пацієнта, можливість проведення клінічного опитування пацієнта під час дослідження, можливість оцінки м'якотканних структур суглоба, виявлення на ранніх етапах запалення в суглобах і навколосуглобових м'яких тканинах, виявляти мінімальне скупчення рідини в суглобі, можливість багаторазового динамічного дослідження змін

суглоба і навколосуглобових м'яких тканин в ході лікування, для оцінки його ефективності [4].

УЗД опорно-рухового апарату виконується за допомогою високочастотного лінійного датчика з робочою частотою 7,5 МГц і вищою, що забезпечує візуалізацію різних за ехогенністю та глибиною залягання структур. Застосування датчика з меншою робочою частотою обмежується дослідженням кульшового суглоба та суглобів у пацієнтів із надлишком підшкірно-жирової тканини [3].

Можливості УЗД в оцінці внутрішньосуглобових елементів, таких як меніски, хрестоподібні зв'язки, обмежені, в основному, через недостатнє акустичне вікно. Паракапсулярні ушкодження менісків добре візуалізуються при УЗД, на відміну від інших ушкоджень цих структур. Тому в усіх випадках результати УЗД при патології менісків, зв'язок мають бути підтверджені за допомогою МРТ.

Висновки. Ультразвукове дослідження – один з найважливіших сучасних діагностичних методів. При виключно високій інформативності він абсолютно нешкідливий – не несе променевого навантаження, може проводитися багаторазово, вимагає мінімальної підготовки. Діагностика захворювань опорно-рухового апарату є складним завданням і вимагає комплексного використання всіх існуючих методів дослідження. Високий рівень якості отримуваної інформації в ході ультразвукового дослідження дозволяє поставити правильний діагноз і вибрати оптимально ефективне лікування.

Література

1. Боголюбов В.М. Техника и методики физиотерапевтических процедур. Харьков, 2009. 404 с.
2. Вакуленко Л.О. Основи фізичної реабілітації : навчальний посібник Тернопіль : ТНПУ, 2010. 234 с.
3. Маліков М.В., Богдановська Н.В. Основи реабілітації : навчальний посібник. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2007. 308 с.
4. Медведев А.С. Основы медицинской реабилитологии : учебное пособие. Минск : Беларуская навука, 2010. 434 с.

Ковальова Анастасія

студентка 2 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

РОЛЬ ДОЗВІЛЛЯ І ВІДПОЧИНКУ У ПРОЦЕСІ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПІСЛЯ ІНСУЛЬТУ

Актуальність. Інсульт залишається однією з провідних причин смерті і функціональної неспроможності в Україні. У нашій країні щорічно трапляється більше ніж 100 тисяч інсультів, а 35% з них – у людей працездатного віку. Одна з головних турбот пацієнта з інсультом – це повернення до активного життя. Відпочинок та дозвілля, як складова частина загальної постінсультної реабілітації, допомагає відновити незалежність та покращити якість життя пацієнта. Розваги і цікаве проведення дозвілля важливі для здоров'я – це науковий факт. Нажаль, здатність людей, які перенесли інсульт, брати участь в різних розважальних заходах – особливо активних – обмежена [1].

Мета дослідження – оцінити роль дозвілля та відпочинку для людей, що перенесли інсульт.

Сучасні підходи до реабілітації припускають, що після перенесеного інсульту людина повинна по можливості повернутися до звичних занять, до звичного способу життя щодо дозвілля і відпочинку, до своїх хобі та захоплень. Відпочинок і дозвілля дуже важливі для організму [2].

Відпочинок для пацієнта – це сон, спокійне перебування в позі лежачи. Якщо пацієнт має гарну витривалість, то розслаблена поза сидячи теж буде відпочинком. Відпочинок потрібен для відновлення фізичних і психічних сил. Відпочинок «перезавантажує» обмін речовин і роботу мозку. Відсутність відпочинку виснажує організм фізично і погіршує стан психіки і інтелекту. Відновлення мозку після інсульту важка робота для організму, тому пацієнту потрібен відпочинок [1, 2].

Дозвілля для пацієнта – це будь-яке заняття (активність) з метою розваги або відволікання від турбот. Залежно від витривалості пацієнта, дозвіллям може стати розглядання природи в вікно, роздивляння людей, читання книг, перегляд телевізійних програм, гра в карти, шашки та ін.. Дозвілля дозволяє уникнути зациклення на одному завданні, проблемі або переживанні. Дозвільні заняття стимулюють роботу мозку, забезпечують перемикання між різними режимами сприйняття і обробки інформації. Це важливо для підтримки і поліпшення когнітивних функцій [2].

Заняття, які для пацієнта можуть бути дозвіллям:

– шашки, шахи, настільні ігри – дозволяють тренувати комунікацію, емоційний контроль, увагу, пам'ять, координацію рухів рук, витривалість в положенні сидячи (для пацієнтів, яких потрібно зацікавити позою сидячи);

- кросворди і графічні головоломки – дозволяють тренувати зорово-моторну координацію, координацію рук, пам'ять, увагу, мислення, дозволяють стимулювати перехід від пози лежачи до пози сидячи;
- перегляд відео, телепередач, прослуховування музики, перегляд інтернету, тренінг зорової/слухової пам'яті, емоційної сфери, координації рухів рук, чутливості пальців рук;
- для мобільних пацієнтів: приготування їжі, шиття, догляд за рослинами або тваринами – дозволяють підтримувати і тренувати ходьбу, зміну пози, нахили, підйом рук, координацію рухів, чутливість рук, покращують самооцінку і відчуття потреби [2].

На відміну від відпочинку, дозвілля є навантаженням, так як пацієнт робить певні дії (приймає позу, рухає ногами і руками, стежить очима, говорить, думає та ін.). Часто, на основі дозвільних занять будують справжні реабілітаційні програми [2].

Висновки. Для якісного відновлення пацієнтові потрібна робота – реабілітація, відпочинок від роботи і дозвілля. Відпочинок дозволяє пацієнтові краще реабілітуватися. Дозвілля дозволяє переключити роботу мозку, отримувати позитивні емоції. Існує безліч видів дозвілля та відпочинку і у різних людей він буває різним. Якщо пацієнта після інсульту мотивує якась діяльність, потрібно спробувати її забезпечити. Для багатьох людей їх улюблене дозвілля може стати єдиним містком до бажання відновитися.

Література

1. Рокошевська В.В. Фізична реабілітація хворих після перенесеного мозкового геморагічного інсульту в умовах стаціонару: метод. посіб. Львів, 2010. 96 с.
2. Білянський О.Ю. Фізична реабілітація осіб другого зрілого віку після мозкового ішемічного інсульту. «Фізична реабілітація». Львів, 2007. 20 с.

Ковенев Ярослав

студент 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. біол. наук, доц. Страколист Г.М.

РІВЕНЬ СФОРМОВАНOSTІ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Вступ. Готовність особистості до професійної діяльності зумовлюється наявністю професійних знань, умінь і навичок, безпосереднім включенням особистості у діяльність, під час якої найбільш активно формуються потреби, інтереси і мотиви здобуття суттєвих, найбільш актуальних знань та вмінь [2].

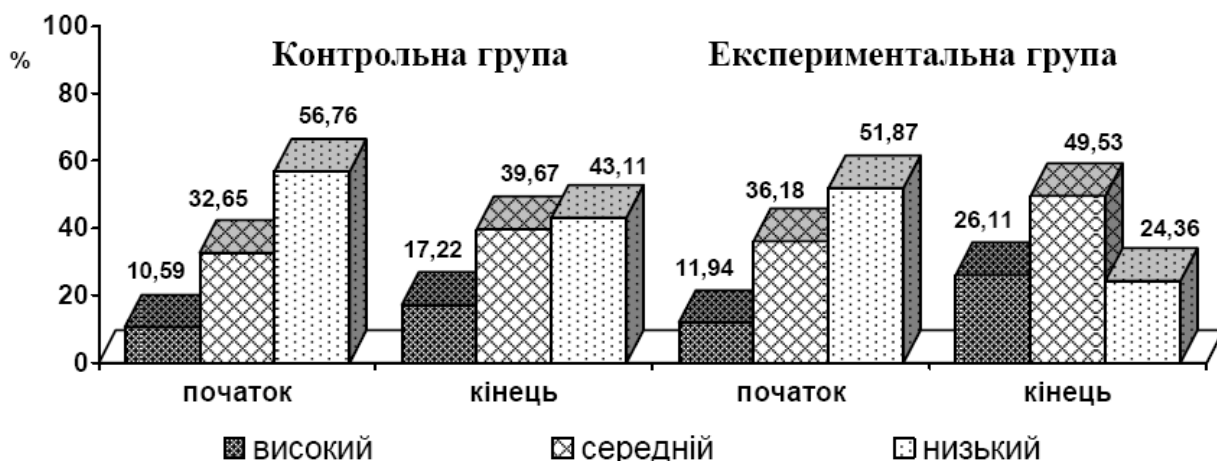
Мета роботи – оцінити рівні сформованості готовності до професійної діяльності студентів ЗНУ напрямку підготовки «Здоров'я людини», які

навчаються за різними навчальними планами. КГ – за навчальним планом, що включає більшість узагальнюючих предметів. ЕГ – за спеціалізованим навчальним планом згідно нових стандартів.

Методи. Методи отримання ретроспективної інформації, діагностичний пакет сформованості готовності майбутніх фізичних терапевтів, ерготерапевтів до професійної діяльності [1], методи математичної статистики.

Результати. Динаміка рівнів сформованості готовності майбутніх фізичних терапевтів та ерготерапевтів до професійної діяльності свідчить, що наприкінці дослідження кількість студентів з високим рівнем сформованості готовності зростає в експериментальній групі з 11,94% до 26,11%, у контрольній – з 10,59% до 17,22%; кількість студентів з середнім рівнем сформованості готовності збільшилася в експериментальній групі з 36,18% до 49,53%, у контрольній – з 32,65% до 39,67%; кількість студентів з низьким рівнем сформованості готовності зменшилася в експериментальній групі з 51,87% до 24,36%, у контрольній – з 56,76% до 43,11%.

Результати дослідження свідчать про суттєві позитивні зміни рівнів сформованості готовності до професійної діяльності у студентів експериментальної групи порівняно зі студентами контрольної групи.



Динаміка рівнів сформованості готовності фізичних терапевтів та ерготерапевтів до професійної діяльності, %.

Висновки. Підготовку фізичних терапевтів та ерготерапевтів в Україні потрібно проводити з урахуванням всіх характеристик сучасної парадигми фізичної терапії та ерготерапії, що сприятиме формуванню високопрофесійних фахівців. Зараз гостро стає питання підготовки високопрофесійних фахівців з фізичної терапії та ерготерапії, освіта яких могла відповідати вимогам Міжнародної конфедерації фізичної терапії і Міжнародної федерації ерготерапевтів [3].

Література

1. Белікова Н. О. Тестові завдання з наукових засад професійної підготовки фахівців з фізичної реабілітації / Н. О. Белікова. Київ: Козарі, 2010. 42 с.

2. Макарова Г.О. Система підготовки спеціалістів з фізичної реабілітації (фізіотерапії) // Теорія та практика фіз. культури, 2014. №8. С. 13-15.
3. Occupational Therapy Practice Framework: Domain and Process // American Journal of Occupational Therapy. 2011. № 56. P. 609 639.

Козачок Анна
студентка магістратури
фак-ту фізичного виховання здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

ОСОБЛИВОСТІ ФІТБОЛ-ГІМНАСТИКИ ЯК ЗАСОБУ ПРОФІЛАКТИКИ І КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ У ДІТЕЙ

Актуальність. У сучасному світі, порушення опорно-рухового апарату (ОРА) посідають третє місце після серцево-судинних та онкологічних захворювань. Було проведено багато досліджень і таке питання, як фізична реабілітація осіб з порушенням опорно-рухового апарату детально описані в працях вітчизняних і закордонних учених. Однак проблема не втрачає своєї актуальності, тому що постава має велике значення, особливо в період росту й формування скелету дітей, а неправильні звичні положення тіла призводять до деформації хребта, грудної клітки, поперекового відділу, нижніх кінцівок, стопи, що сприяє прояву сколіотичної хвороби й плоскостопості [1].

Мета роботи – дослідити особливості фітбол-гімнастики у профілактиці і корекції порушень постави.

При аналізі літературних джерел було з'ясовано, що вкрай важливо правильно підібрати фітбол для занять. Для цього треба знати, що м'яч вважається підібраним правильно, якщо при посадці на нього кут між стегном і гомілкою дорівнює 90°, голова підведена, спина випрямлена, руками фіксують фітбол спереду або ззаду, ноги на ширині плечей, ступні паралельні одна одній. Фітбол гімнастика – форма роботи з дітьми. Ефективність фітбол-гімнастики зумовлена тим, що фітбол має певні особливості, а саме: колір, пружність, діаметр та форму. Всі ці параметри грають важливу роль при виборі м'яча. Наприклад, теплі кольори, такі як жовтий, червоний, оранжевий підвищують активність симпатичного відділу вегетативної нервової системи та посилюють збудження центральної нервової системи. А холодні кольори – синій, голубий, фіолетовий підвищують активність парасимпатичного відділу вегетативної нервової системи, тим самим знижується артеріальний тиск та частота серцевих скорочень [2].

Окрім цього фітбол впливає на організм за допомогою вібрацій. Механічна вібрація низької частоти використовується після різних травм та захворювань опорно-рухового апарату адже чинить знеболюючу дію та активізує регенеративні процеси. Також легкі вібрації покращують відтік лімфи та збільшують скоротливу здатність м'язів. Методично правильно побудоване

та оптимальне навантаження сприяють зміцненню м'язового корсету та формуванню нового рефлексу пози [2].

Також важлива пружність м'яча, адже чим сильніше надутий м'яч, тим складніше на ньому займатись. Для занять при порушеннях ОРА краще використовувати менш пружний м'яч. М'яч за своїми властивостями багатofункціональний і тому може використовуватися в комплексах вправ фітбол-гімнастики як предмет, обтяження, амортизатор або опора. Вправи, що виконуються на великих м'ячах, мають різну спрямованість впливу:

- для зміцнення м'язів рук і плечового пояса;
- для зміцнення м'язів черевного преса;
- для зміцнення м'язів спини і тазу;
- для зміцнення м'язів ніг і склепіння стопи;
- для збільшення гнучкості і рухливості в суглобах;
- для розвитку функції рівноваги і вестибулярного апарату;
- для формування постави;
- для розвитку спритності і координації рухів [2].

Таким чином, правильно підібраний м'яч для фітбол-гімнастики та його використання як предмету, обтяження, амортизатору або опори, дозволяє складати різноманітні комплекси оптимальних вправ при порушенні постави у дітей або для її профілактики шляхом зміцнення м'язового корсету та формування нового рефлексу пози.

Література

1. Альошина А.І. Профілактика й корекція функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей та молоді у процесі фізичного виховання/А.І. Альошина//Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора наук з фізичного виховання та спорту «Профілактика й корекція функціональних порушень опорно-рухового апарату дітей та молоді у процесі фізичного виховання» Луцьк. 2015. С.80-83.
2. Славік М. Постава як фактор відображення здоров'я людини / М. Славік // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки (т. 3) Луцьк, 2008. С. 138–141.

Красильникова Тетяна
студентка 4 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: ст. викладач Іванська О.В.

САНАТОРНО-КУРОРТНЕ ЛІКУВАННЯ ХВОРИХ НА БРОНХІАЛЬНУ АСТМУ

Актуальність роботи. На сьогодні від бронхіальної астми страждають до 300 мільйонів мешканців планети. Показники захворюваності на бронхіальну астму складають від 1-18 %. У дітей цей показник коливається в межах 5-10%. Встановлено, що у віковому аспекті найбільша поширеність бронхіальної астми реєструється в шкільному віці. Висока захворюваність бронхіальною астмою у дітей характерна для промислових регіонів з несприятливою екологією.

Так, у мешканців міста частіше реєструється бронхіальна астма, ніж у мешканців сільської місцевості (7,1 % та 5,7 % відповідно). В Україні за статистичними даними МОЗ України розповсюдженість бронхіальної астми серед дітей коливається в межах від 0,60 % до 0,56 %, що свідчить про проблему діагностики захворювання [1].

Мета роботи – визначити перспективи застосування санаторно-курортного лікування для людей страждаючих від бронхіальної астми.

Аналіз останніх публікацій та досліджень. Проаналізувавши наукову літературу ми визначили, що санаторно-курортне лікування показане хворим на бронхіальну астму у період неповної ремісії при відсутності вираженої дихальної, серцевої недостатності, або суттєвих порушень з боку інших органів і систем, в теплу пору року в місцевих профільних санаторіях та приморських і середньо гірських кліматичних курортах (південний берег Криму, Закарпаття, Кисловодськ).

Завдання санаторного та поліклінічного етапів збігаються, хоча є і деякі особливості. Так санаторно-курортне лікування обмежене терміном путівки, поєднується з організованим відпочинком, базується на використанні природних лікувальних факторів, значною мірою залежить від адаптації хворого до нових умов середовища [3].

Кліматотерапія є основою курортного лікування на бронхіальну астму. Основна форма кліматотерапії - перебування хворого на відкритому повітрі, тривалі прогулянки (аеротерапія). Повітряні ванни сприяють загартуванню організму, знижують сенсibiliзацію. Гіпосенсибілізуючу дію мають і сонячні промені (геліотерапія). Сонячні ванни розсіяної радіації слабого променевого навантаження, доцільно проводити лише хворим з легким і помірним перебігом бронхіальної астми. Хворим на бронхіальну астму без вираженого запального процесу в бронхах, показане лікування мікроклімату соляних шахт з їх чистим, без алергенів та бактеріальної флори повітря, насиченими іонами кам'яної солі, або галокамери.

Значне місце в системі комплексу лікувально-профілактичних заходів при бронхіальній астмі займає ЛФК. Проводять ЛФК в умовах мікроклімату

соляних шахт, на свіжому повітрі, або в спеціальних залах. Основні завдання при бронхіальній астмі є: нормалізація тонуусу ЦНС і зниження загальної напруженості; ліквідація патологічних кортико-вісцеральних рефлексів і відновлення стереотипу регуляції дихання; ліквідація, або зменшення спазму бронхів і бронхіол, зниження тонуусу інспіраторних м'язів; відновлення функції дихальної системи шляхом навчання хворих регулювати своє дихання і розвитку навички ритмічного дихання з переважним тренуванням видиху; зміцнення дихальної мускулатури, збільшення рухливості діафрагми та грудної клітини; активізація трофічних процесів і запобігання розвитку емфіземи легень.

Тому, на фоні загально розвиваючи вправ застосовують спеціалізовані статичні та динамічні дихальні вправи, до яких належать вправи з повільним повноцінним і подовженим видихом повітря, звукова гімнастика, яка сприяє ослабленню спазмованих бронхів і бронхіол, вправи з більш рідким диханням, дренажні вправи.

Окрім базисного медикаментозного лікування, яке хворі на БА продовжують отримувати на етапі реабілітаційного лікування, широко використовується фізіотерапія.

- Аероіонотерапія (високо іонізоване повітря) 10-15хв.
- Електрофорез на грудну клітину з еуфіліном.
- Електрофорез ендонозальний CaCl_2 .
- Масаж спини і передніх відділів грудної клітини.
- Інгаляції (індивідуальні, групові, небулайзерні, з вентоліном, муколваном, із гідрокарбонатнатрієвою мінеральною водою типу «Поляна квасова», «Лужанська-7»).
- Голкорексфлексотерапія.
- Ароматерапія при відсутності алергічних реакцій [2].

Висновки. Опираючись на вище наведений матеріал, ми можемо дійти висновків що, санаторно-курортне лікування є одним з важливих аспектів лікування бронхіальної астми. Використання санаторно-курортного лікування сприяє покращенню стану хворих, та поверненню працездатності.

Література

1. Фадєєв П.О. Бронхіальна астма, Навчальна книга – Богдан, Тернопіль 2011. 136 с.
2. Курортологія та курорти України, Навч. Посібник ЗДМУ, Запоріжжя 2019. 105 с.
3. Кравець О.М., Рябєв А.А. Курортологія Навч. підручник. ХНУМГ ім . О. М. Бекєтова, Харків 2017. 167 с.
4. Сухан В.С. Методичні вказівки до лекцій з курсу «Лікувальна фізкультура та спортивна медицина». 2014, Ужгородський національний університет. С.177.

Красильникова Тетяна
студентка 4 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

ОСНОВНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ГІПЕРТОНІЧНІЙ ХВОРОБИ

Актуальність роботи. Гіпертонічна хвороба є одним із поширених захворювань. Чим вищий артеріальний тиск, тим вищий ризик мозкового інсульту, ішемічної хвороби серця та передчасної смерті. Від гіпертонічної хвороби страждає близько 15% населення, та майже половина осіб старше 50 років.

Мета роботи – визначити основні підходи до фізичної терапії при гіпертонічній хворобі.

При аналізі наукової літератури [1,2] було з'ясовано, що лікування гіпертонічної хвороби вимагає комплексного підходу та повинно включати дієтотерапію, медикаментозну терапію, фітотерапію та фізичну терапію. Найбільш ефективними засобами фізичної терапії є лікувальна фізична культура (ЛФК), лікувальний масаж та фізіотерапія. У науковій літературі зустрічаються суперечливі дані про дозування, інтенсивність та вибір засобів лікувальної фізичної культури у фізичній реабілітації хворих на гіпертонічну хворобу [1].

Основними завданнями ЛФК при фізичній терапії пацієнта з гіпертонічною хворобою є: нормалізація процесів збудження та гальмування в центральній нервовій системі (ЦНС); нормалізація судинного тону та моторно судинних рефлексів; поліпшення периферичного кровообігу та артеріального тиску; стимуляція обміну речовин; зменшення реакції організму на несприятливі зовнішні впливи; зменшення дози медикаментозних препаратів; підтримання працездатності хворого. Основними методами ЛФК є: ранкова гігієнічна та лікувальна гімнастика, дозована ходьба, теренкур, гідрокінезотерапія та дозоване плавання, самостійні заняття фізичними вправами, а також дихальна гімнастика. Методика лікувальної фізичної культури при гіпертонічній хворобі будується відносно стадій захворювання, а також в залежності від наявних у даного хворого клінічних синдромів [2].

Застосування лікувального масажу при гіпертонічній хворобі спрямовано на нормалізацію діяльності центральної нервової системи і апарату кровообігу, зниження тону судин і артеріального тиску, поліпшення обміну речовин і загального стану пацієнта. Як правило, проводиться масаж шийно-комірцевої зони, ділянки надпліччя, верхньої частини спини до рівня 4-го грудного хребця і грудей до рівня 2-го ребра. Крім масажу шийно-комірцевої зони може також проводитись масаж спини, волосистої частини голови, обличчя, живота. Застосовуються в основному такі прийоми: погладження, розтирання, розминання. Дуже обережно повинен проводитись масаж задньої поверхні шиї,

особливо у осіб похилого і старечого віку із супутньою патологією з боку серця [2].

З фізіотерапевтичних засобів при гіпертонічній хворобі найчастіше використовують електросон, сірководневі, йодо-бромні і радонові ванни, УФО.

Висновки. Аналіз сучасної наукової літератури свідчить про те, що комплексний підхід до лікування артеріальної гіпертензії із застосуванням засобів фізичної терапії вимагає знання особливостей перебігу гіпертонічної хвороби, етапу реабілітації, вихідного рівня фізичної підготовленості хворих [3].

Література

1. Рацун, М., Пешкова, О.В., Калмиков, С.А. Комплексна фізична реабілітація при гіпертонічній хворобі I стадії на санаторному етапі реабілітації: матеріали I Міжнар. наук.-практ. інтернетконф., 2015 р., ХДАФК, Харків, С. 127-130.
2. Коваленко В.М. Серцево-судинні хвороби - Матеріали XVII Національного конгресу кардіологів України Київ, 2016 р. – С. 5-14.

Красильникова Тетяна

студентка 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Кальонова І.В.

ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДИКИ КІНЕЗІОТЕЙПУВАННЯ В ПАЦІЄНТІВ НЕВРОЛОГІЧНОГО ПРОФІЛЮ

За останні роки в неврологічній практиці з'явилося досить багато перспективних немедикаментозних методів відновлення. Один з них – метод кінезіотейпування, який застосовується при міофасціальних больових синдромах, тунельних нейропатіях, в постінсультній реабілітації, у пацієнтів з хворобою Паркінсона та ряді інших захворювань.

Кінезіологічний тейп – еластична бавовняна стрічка, покрита гіпоалергенним клейким шаром на акриловій основі, який активізується при контакті з шкірними покривами. Вважається, що за еластичністю стрічка практично аналогічна еластичності шкіри.

Методика накладання тейпу. Залежно від ураженої ділянки тейп можна накладати в нерозтягнутій та розтягнутій формі (з натягом). У першому випадку перед накладенням тейпа уражений м'яз і шкіру над ним розтягують. Після накладення нерозтягнутого тейпа шкіра, м'язи і зв'язки скорочуються і повертають вихідну форму. Таким чином, шкіра як би припідіймається над м'язами і зв'язками, що створює додатковий внутрішньо-тканинний простір, полегшує лімфодренажну функцію і роботу м'язів. Якщо м'язи і зв'язки не здатні до розтягування, використовується другий спосіб накладення з попереднім розтягуванням тейпу [1].

Завдяки волокнистій структурі кінезіотейп не перешкоджає дихальній функції шкіри і вільному відведенню секрету потових і сальних залоз. Кінезіотейп може перебувати на шкірі протягом 3-5 днів, що дозволяє використовувати його з безперервним терапевтичним ефектом [1].

Механізми дії. Кінезіотейп впливає на шкірно-кінетичну чутливість, збуджуючи рецептори, що знаходяться в шкірі, м'язах, сухожиллях, суглобах. Регуляція тону м'язів здійснюється через тонічний або міотонічний рефлекс, який, у свою чергу, включається через м'язово-сухожильний орган Гольджі. Подається сигнал на гальмівні вставні нейрони спинного мозку, що інгібують активність альфа-мотонейронів. Таким чином, стимуляція механорецепторів шкіри над м'язом, сухожиллям, суглобом зменшує міжімпульсний інтервал рухової одиниці м'язу і збільшує кількість рухових одиниць під час скорочення. Використання м'язових технік дозволяє або посилити, або послабити м'язовий тонус [2].

Прикладом практичного застосування методу є кінезіотейпування при міофасціальному больовому синдромі. Основне терапевтичне завдання в таких пацієнтів полягає в усуненні локального болю і м'язової напруги. Залежно від конкретної зони міофасціальної дисфункції та виду патобіомеханічних порушень дана проблема коригується індивідуальним комплексним тейпуванням згідно сформованим патологічним паттернам. Як правило, застосовуються лімфатичні техніки у вигляді віялових або циркулярних аплікацій над зоною локально оточених м'язів. Для корекції тону м'язу і впливу на тригерні міофасціальні точки використовують І-образні тейпи, які накладаються відповідно до техніки м'язового розслаблення. В якості допоміжних аплікацій в різних комбінаціях можливо тейпування суміжних регіонів або м'язових сегментів, в яких спостерігаються патологічні зміни [2].

Таким чином, кінезіотейпування є ефективним і практично безпечним методом відновлення, який доповнює комплексну реабілітацію і може успішно комбінуватися як з медикаментозним лікуванням, так і з фізіотерапевтичними процедурами, мануальною терапією, фізичними вправами тощо.

Література

1. Субботин Ф. А. Кинезиотейпирование. Мануальная терапия. 2014. № 3(55). С. 86-93.
2. Королик С. В. Кінезіотейпінг як метод профілактики і лікування в спортивній і відновній медицині. Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології. 2016. № 1. С. 45-48.

Красна Надія
студентка 2 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ ПОЧУТТЯ ГНІВУ У ПРОЦЕСІ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПІСЛЯ ІНСУЛЬТУ

Актуальність. Ішемічний інсульт – одна із вагомих соціально-медичних проблем як у цілому світі, так і в Україні зокрема. У 80% хворих після інсульту спостерігається той чи інший ступінь обмежень у повсякденному житті, що зумовлено не тільки розладами рухів та мовлення, а ще і порушенням когнітивної функції, розвитком депресивних станів. До кінця року після перенесеного інсульту у 20% пацієнтів розвивається деменція [1].

Всі наслідки інсульту можуть викликати у людини зміну поведінки, емоційного стану, роздратування та навіть гнів. Гнів – сильна негативна емоція, яка може заважати реабілітації пацієнта після інсульту, тому фахівцям з фізичної терапії та ерготерапії важливо знати якими методами можна з ним боротися. Гнівні реакції на дію різноманітних незначних подразників згубні для пацієнта і людей, що його оточують [2].

Мета – ознайомитися з методиками діагностики почуття гніву та шляхами його подолання під час реабілітації після інсульту.

При аналізі літературних джерел було з'ясовано, що перш за все пацієнту, який зіткнувся з почуттям гніву після інсульту потрібно навчитися оцінити свій гнів за шкалою від 1 до 10. Для цього використовують короткий тест, який складається з 4 питань:

Часте відчуття, що все набридає, викликає роздратування, злість виникає в ситуації в якій раніше такої реакції не викликали?

Яскраве світло, гучні звуки, голосна розмова — заважають і викликають роздратування?

Чи відчуваєте ви роздратування і злість, зміну настрою на нікчемне щодня?

У вас є бажання часто сперечатися, кричати, кидати речі і когось вдарити?

Кожне питання тесту оцінюється в 1-4 бали. Далі підсумовуємо бали: 5 – відсутність підвищеної дратівливості; 20 – максимальна дратівливість; більше 10 балів – необхідно звернутися за допомогою [1].

Наступним кроком є визначення ознак гніву – як ви розумієте що ви гнівайтесь, та визначення причин гніву. Після розпізнавання почуття гніву пацієнта потрібно стимулювати адекватно проявляти емоції, щоб він говорив та пояснював, що його бентежить. Можна використовувати прийоми емоційної розрядки. Для цього навіть існують прийоми тайм-ауту – прийом води, читання в розумі, дихальні вправи [2].

Висновки. Гнів, який виникає після інсульту, зазвичай виникає, як несприйняття людиною реальності – обмеження рухливості, повторне

оволодіння навичками, небажання миритися з наслідками перенесеного інсульту. Важливо навчитися зупиняти гнів на ранніх стадіях, коли він ще має форму роздратування, для цього використовуються спеціальні тести. Для боротьби з проявами гніву застосовуються прийоми тайм-ауту. Якщо не вдається впоратися самотійно до процесу реабілітації залучається психолог або психіатр.

Література

1. Негрич Т.І., Боженко Н.Л., Матвієнко Ю.О. Ішемічний інсульт: вторинна стаціонарна допомога: навч. посіб. Львів: ЛНМУ ім. Данила Галицького, 2019. 160 с.
2. Хилюк Галина. Гнів (злість). Когнітивно-поведінкова терапія гніву. Львів, 2017. 48 с.

Крейдич Ярослав

студент 2 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Бессарабова О.В.

УШКОДЖЕННЯ КІСТОК ТАЗУ ТА МЕТОДИ ЛІКУВАННЯ

Актуальність. Незважаючи на те, що переломи кісток тазу дуже рідкі і зустрічаються у відношенні 2-3% від загальної кількості переломів, їх лікування та вміння оказувати першу медичну допомогу надзвичайно важливо. Такі травми дуже часто можуть спричинити летальні наслідки, бо навіть невелике ушкодження тазового кільця може спричинити тяжкі наслідки як при не наданні допомоги, так і при не правильній медичній допомозі. Через це, знання о тім, як правильно класифікувати та визначати переломи тазу, та правильно діяти при переломах надзвичайно важливо.

Мета роботи: Дослідити класифікацію переломів кісток тазу методи сучасного фізіотерапевтичного лікування при їх переломах.

Пошкодження таза (переломи кісток, розриви тазових зчленувань) можна віднести до категорії важких травм опорно-рухового апарату, оскільки вони супроводжуються високим рівнем летальності, тривалою непрацездатністю та інвалідністю. Причиною цього є специфіка анатомічної будови таза та наявність у цій ділянці важливих структур внутрішніх органів (великі судини, нервові сплетення, кишки, сечовивідні та статеві органи), які можуть бути пошкоджені при травмах цієї локалізації. Тяжкість травми таза визначається вираженим больовим синдромом, масивною крововтратою, травматичним шоком, ушкодженням внутрішніх органів. Серед пошкоджень тазових кісток особливе місце займають переломи вертлюгової западини з вивихом або без вивиху стегна, коли до негативних факторів, пов'язаних безпосередньо з травмою таза, додаються можливі наслідки пошкодження кульшового суглоба

(асептичний некроз головки стегна, післятравматичний коксартроз та ін.) з відповідними ортопедичними порушенням [1].

Пошкодження таза і тазових органів. Механізми травми на прямий (удар по тазу, удар тазом о сторонній предмет), **та непрямий** (стискання таза в сагітальній чи фронтальній площинах, різке скорочення м'язів, що прикріплюються до кісток таза (відривні переломи), навантаження на нижні кінцівки по повздожній осі (переломи вертлюгової западини).

Класифікація пошкоджень таза і тазових органів:

I група. Переломи кісток, які не входять до складу тазового кільця – крайові переломи (крила клубових гребенів, куприк і крижової кістки нижче крижово-клубового суглоба, горби і горбки сідничних, лобкових і клубових кісток).

II група. Переломи кісток, які входять до складу тазового кільця, але без порушень його безперервності (ізолювані переломи однієї гілки сідничної чи однієї гілки лобкової кісток, а також одночасні переломи цих кісток, але в різних половинах таза).

III група. Пошкодження (переломи, розриви) з порушенням безперервності тазового кільця (в передньому відділі – переломи обох гілок лобкових чи лобкової і сідничної кісток з однієї чи двох сторін таза, розрив лобкового симфізу; у задньому відділі – вертикальний перелом клубової кістки; розрив крижово-клубового суглоба; перелом крижі по лінії тазових крижових отворів, вертикальні переломи крижі; в обох відділах – одночасний односторонній вертикальний перелом переднього і заднього напівкільця – перелом Мальгєня, аналогічний перелом, але з обох сторін; перелом заднього напівкільця з одного боку, а переднього – з іншого і навпаки – діагональні переломи Вуаллемьє).

IV група. Переломи вертлюгової западини ("даху", "дна", центральний вивих).

V група. Переломи кісток таза з пошкодженням (забій, повний і неповний розрив) тазових органів (сечовий міхур, уретра, пряма кишка, внутрішні статеві органи) [2].

Перша медична допомога. По-перше перевіряється наявність ознак життя, далі якщо наявна кровотеча, то треба її зупинити. Потім постраждалого треба покласти на спину на тверду поверхню та іммобілізувати його в горизонтальному положенні, підклавши під коліна або валик з одягу, або подушку та розвести ноги трохи в сторони. Після цього вже треба викликати швидку та слідкувати за станом потерпілого до її приїзду [3].

Клініка, діагностика. Часто спостерігається клініка шоку. Скарги на біль в місці перелому стегна, локально біль, крепітація уламків, деформація, патологічна рухомість, поширений набряк, гематома, зовнішня ротація периферійного відділу кінцівки. Обов'язковий контроль стану периферійної іннервації і кровообігу. Рентгенографія уточнює локалізацію перелому і характер зміщення уламків. При косих і багатоуламкових переломах стегнової кістки показано лікування екстензійним методом. При переломах в верхній

третині стегна – скелетне витягнення за виросткову ділянку здійснюється в положенні згинання в кульшовому суглобі до 140° і відведення до 110° [4]

Висновок: Травми кісток тазу надзвичайно небезпечні для організму, але якщо знати особливості надання допомоги та класифікації та лікування, то навіть такі тяжкі травми можна спокійно вилікувати без тяжких наслідків для організму в майбутньому.

Література

1. Склярєнко Т.Є. Травматологія і ортопедія. Київ: Здоров'я, 2005. С. 170-199.
2. Ушкодження хребта та тазу. URL: <http://medstudia.com/medviva/ushkodzhennya-hrebt-ta-taza/5>. (Дата звернення 28.02.21).
3. Ушкодження таза URL: https://pidru4niki.com/71540/meditsina/poshkodzhennya_taza. (Звертався 28.02.21).
4. Анкін М. Л. Традиційний та малоінвазивний остеосинтез у травматології. Клініко-експериментальне дослідження : автореф. дис... д-ра мед. наук : 14.01.21 /; Укр. НДІ травматології та ортопедії. Київ, 2000. 35 с.

Круковська Маргарита

студентка магістратури

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: д-р біол. наук, проф. Богдановська Н.В.

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ПОЧАТКОВИХ СТАДІЯХ ГІПЕРТОНІЧНОЇ ХВОРОБИ

Актуальність. Гіпертонічна хвороба є однією з основних патологій серцево-судинної системи, яка займає першорядне місце в структурі непрацездатності, інвалідизації та смертності населення. У пацієнтів з високим артеріальним тиском в 3-4 рази частіше виникає ішемічна хвороба серця, в 7 разів - порушення мозкового кровообігу. Отже, з метою профілактики і боротьби доцільне проведення комплексних реабілітаційних заходів (ЛФК, лікувального масажу, фізіотерапії, дієтотерапії тощо), що є важливим загальнодержавним заходом, спрямованим на поліпшення здоров'я населення [1].

Мета – визначити особливості фізичної терапії при гіпертонічній хворобі.

При аналізі літературних джерел було з'ясовано, що гіпертонічна хвороба – хронічне захворювання, при якому головною діагностичною ознакою (симптомом) є стійке підвищення тиску в артеріальних судинах великого кола кровообігу. Підвищення артеріального тиску примушує серце працювати з більшим навантаженням через підвищений загальний периферичний судинний опір для забезпечення нормальної циркуляції крові в кровеносних судинах

великого кола кровообігу. Кров'яний тиск вважається високим, якщо він постійно перебуває на рівні 140/90 мм рт. ст. або вище.

Методика занять фізичними вправами на початкових стадіях гіпертонічної хвороби передбачає розподіл фізичного навантаження на помірний, щадно-тренувальний і тренувальний режими [2].

Помірний режим призначається при частих (але не інтенсивних) нападах стенокардії, періодичному підвищенні артеріального тиску на 30-40 мм рт. ст., у нетренованих осіб, які ведуть малорухливий спосіб життя. Інтенсивність фізичного навантаження має бути нижча від функціональних можливостей серцево-судинної і дихальної систем хворого та не повинне допускати перевантаження. При помірному режимі рекомендується застосовувати такі види рухової активності: ранкову гігієнічну гімнастику, оздоровчу / лікувальну гімнастику з включенням рухливо-ігрових елементів, дозовану ходьбу. Під час виконання фізичних вправ необхідно стежити за правильним поєднанням рухів і дихання (плавний і спокійний характер рухів без затримування дихання). Треба уникати проявів гіпервентиляції та регулювати паузи для відпочинку (кількість вправ – 6-10, тривалість занять – 10-15 хв) та стежити за температурним режимом (при переохолодженні можуть починатися приступи стенокардії). Можна виконувати вправи під музичний супровід, але строго дозувати інтенсивність і об'єм навантажень. Вони повинні переноситися легко і не викликати перевтоми або відчуття дискомфорту: вправи, пов'язані зі зміною положення голови і тулуба, особливо для хворих з підвищеним артеріальним тиском, потрібно обмежувати в амплітуді; не слід виконувати або починати вправи з глибокого дихання; ритм виконання вправ і дихання для кожного індивідуальний та не повинен приводити до втомлюваності [2].

Щадно - тренувальний режим фізичної рухливості використовується при відсутності приступів стенокардії; тенденції до нормалізації артеріального тиску та реакції дихальної і серцево-судинної систем на фізичне навантаження. Можна проводити додаткові заняття з обтяженнями при цьому регулювати інтенсивність і обсяг, збільшувати паузи для відпочинку (між підходами, після окремих вправ). Допускаються вправи з обтяженням (гантелі масою 0,5-2 кг, медицинболами до 2 кг), однак кидання і ловля протипоказані, згинання і розгинання рук в упорі від опори (обмежено), висота якої регулюється з урахуванням стану здоров'я, віку, ваги тіла, функціональних можливостей організму, рівня підготовленості студентів (хворих) та їх самопочуття. Між підходами слід виконувати вправи для розслаблення працюючих груп м'язів. У процесі заняття рекомендується декілька разів (2-3) змінювати положення виконання вправ (стоячи, сидячи і лежачи). Можна використовувати окремі елементи зі спортивних ігор, наприклад волейболу (кидання і ловля м'яча), бадмінтону. Особливу увагу приділяти правильному диханню. Тривалість заняття – 30-45 хв. [2].

Таким чином, фізична терапія є невід'ємною частиною лікувального процесу при гіпертонічній хворобі. Володіючи інформацією щодо протипоказань при гіпертонії, користуючись наведеними методичними

рекомендаціями, можна скласти комплекс вправ для покращення стану хворих на початкових стадіях гіпертонічної хвороби.

Література

1. Коваленко В.М., Дорогой А.П. Хвороби системи кровообігу в Україні: проблеми і резерви збереження здоров'я населення. Серце і судини. 2015. № 2. С. 4-10.
2. Козубенко Ю.Л. Особливості проведення занять з лікувальної фізичної культури при гіпертонічній хворобі. «Молодий вчений» № 5 (32) травень, 2016. С. 340-344.

Круковська Маргарита

студентка магістратури

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р біол. наук, проф. Богдановська Н.В.

ОПТИМАЛЬНІ ЗАСОБИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ФІЗІОТЕРАПІЇ В КОРЕКЦІЇ ВЕГЕТАТИВНОЇ ДИСФУНКЦІЇ

Актуальність: На сучасному етапі в Україні спостерігається негативна тенденція до підвищення захворюваності на вегето-судинну дисфункцію (ВСД). Проведене епідеміологічне обстеження хворих в Україні виявило, що поширеність ВСД становить 39,7 %. При всіх суперечливих думках фахівців з приводу діагнозу ВСД, усі вони сходяться в одному — цим пацієнтам показані реабілітаційні заходи. [1].

Мета — визначити особливості підбору засобів фізичної терапії та фізіотерапії з урахуванням вегетативного статусу організму.

При аналізі літературних джерел [1,2] було з'ясовано, що дисвегетативний синдром — умовний термін, що об'єднує різноманітні за походженням і проявами порушення вегетативних функцій організму, обумовлені розладом їх регуляції.

Природжена щільність адренорецепторів в тканинах, переважання трофотропної (ацетилхолінової) або ерготропної (адреналінової) вегетативної регуляції формує ваго-інсуліновий або симпатоадреналовий тип дисвегетативного синдрому. 30% населення перебуває за сигмальними відхиленнями щодо розподілу щільності адренорецепторів. Цей контингент характеризується вираженими порушеннями вегетативного тону, що надає право клініцистам називати їх «інвалідами з вегетатики». Їм часто встановлюють суперечливий діагноз ВСД. Інші 2/3 населення нормотоніки. Нормотоніків розділяють на схильних до ваготонії і схильних до симпатотонії. Спеціального лікування вони не вимагають, але проводити профілактичну роботу з приводу попередження реалізації схильності до «сімейних захворювань» необхідно.

Програма В.М. Сокрута «Вегетативний паспорт» включає визначення схильності хворого до домінуючої ваготонії (трофотропність) або симпатотонії (ерготропність), які обумовлюють розвиток різних форм захворювань. «Вегетативний паспорт» характеризується генним поліморфізмом, передається частіше по материнській лінії і дозволяє розділити людей на ваготоніків («сова», «вампір», «стайєр») або симпатотоніків («жайворонок», «донор», «спринтер»). Ці люди мають якісні відмінності за когнацією, емоціям, поведінкою і вегетативним проявам. Ці відмінності відображені в тестовому опитувальнику. Об'єктивним критерієм, що розділяє людей на ці категорії, є лабораторний метод визначення чутливості рецепторів тромбоцитів до ацетилхоліну і норадреналіну. Вегетативна дисфункція викликає обмінні, імунні і гормональні зрушення в організмі, обумовлюючи порушення гомеостазу. Усунення або полегшення дисвегетативних проявів представляє для фізичного терпевта самостійне завдання в загальній тактиці медичної реабілітації [2].

Ваготонікам рекомендується тонізуюча кінезітерапія в поєднанні з гіпоксикацією, поверхневим частим диханням по Бутейко. Симпатотонікам показана релаксаційна глибоким гіпервентиляційним диханням. [2].

Фізіотерапію проводять диференційовано залежно від «вегетативного паспорта хворого». При вагоінсуліновій трофотропній формі порушень вегетативної регуляції призначають адаптаційну тонізуючу терапію: електростимуляцію, загальну франклінізацію, місцеву дарсонвалізацію, ультразвук, ударно-хвильову терапію, КВЧ, магнітотерапію, аероіонізацію, електрофорез антидепресантів, психостимуляторів, вазоконстрикторів, місцево анестезуючих препаратів; лікувальний масаж, механічний масаж, лімфопрес, контрастні ванни, підводний душ-масаж, таласотерапію, душі середнього тиску, аерофітотерапію тонізуючих препаратів, загальне УФО, лазерне випромінювання, кріосауну, неселективну хромотерапію теплими тонами, перлинні, кисневі ванни, геліотерапію, холодні компреси, кріообдуб, соляну кімнату, проколювання CO₂ [2].

При симпатoadреналовому типі вегетативної дисфункції показані електросон, центральна електроаналгезія, магнітотерапія (змінна форма), електрофорез (анод) седативних препаратів, УВЧ, ДМВ, солюкс, Пайлер-терапія, вакуум-масаж, сухо-повітряна сауна, озокерит, вуглекислі, хвойні, йодобромні ванни, гідроклон. Проводиться хромотерапія холодним кольором і фонотерапія басовими тонами з частотою менше 72 Гц за хвилину. Дані методи надають симпатолітичний ефект або активують парасимпатику.

Таким чином, визначення вегетативного паспорта дозволяє з'ясувати основні причини, патогенетичні механізми, форми ВСД, а також визначити оптимальні засоби фізичної терапії і методи оздоровлення пацієнтів з ВСД.

Література

1. Молчанова О. А. Вплив та значимість занять фізичною культурою при вегето-судинній дистонії / О. А. Молчанова // Фізична культура і здоров'я

людини: історія, сьогодення, майбутнє (до 100-річчя першого київського диплома вчителя фізичної культури) : матер. Міжнар. наук.-практ. конфер., 18-19 жовт. 2012 р.. С. 180-189.

2. Фізична, реабілітаційна та спортивна медицина: підручник для студентів і лікарів / За заг. ред. В.М. Сокрута. Краматорськ: Каштан, 2019. 480 с.

Ленда Андрій

студент 1 курсу магістратури

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Сидорук А.В.

СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ТУРИСТИЧНОЇ ГАЛУЗІ В УКРАЇНІ

Для багатьох країн світу туристична індустрія є найбільш прибутковою, такою, що динамічно розвивається та є основним джерелом доходів до бюджету. За даними прогнозів Всесвітньої туристичної організації, туристична сфера вже в найближче десятиліття вийде на перше місце в обсязі світового експорту. Туризм стимулює розвиток майже всіх галузей економіки, а саме: промисловості, торгівлі, будівництва, транспорту, сільського господарства, побутового обслуговування, малого і середнього бізнесу, виступаючи каталізатором соціально-економічного розвитку країни [1].

Дослідженню проблем досягнення ефективності туристичної діяльності, оцінки туристичних ресурсів і розвитку міжнародної туристичної діяльності присвячено значну кількість наукових праць. Різні аспекти цієї проблематики розглядали в своїх роботах вітчизняні і зарубіжні вчені-економісти, такі як Л. І. Антошкіна, В. К. Євдокименко, О. М. Ігнатенко, В. І. Куценко, О. А. Сарапіна, Г. П. Скляр, В. С. Пазенок, В. К. Федорченко, В. Г. Шкарупа, та ін.

Метою статті є дослідження стану та перспектив розвитку туристичної сфери в Україні.

Туризм є одним з пріоритетних напрямків розвитку національної культури і економіки, але складна політична та економічна ситуація в Україні стримує розвиток туристичної індустрії. Невизначеність ситуації відлякує потенційних іноземних туристів, тому з метою покращення ситуації, в першу чергу, необхідно проводити грамотну інформаційну політику, спрямовану на створення позитивного іміджу країни.

Європейська інтеграція України є найважливішою сучасною тенденцією, що має потужний вплив на процеси реформування туристичної галузі. Не менш важливим є процес глобалізації. Сучасний етап розвитку туристичної сфери позначається прагненням політичних сил відповідати образу провідників євроінтеграції, що позначається і на діяльності органів державної влади. Проте нерідко показує позитивне ставлення до євроінтеграційних тенденцій супроводжується відсутністю реальних реформ, зокрема спостерігається збереження перешкод і ускладнень ведення бізнесу, практична відсутність

позитивних змін у залученні інвестицій і бюджетному фінансуванні соціальних програм, пов'язаних із розвитком туризму [2].

Основними факторами, що стримують розвиток туристичної сфери в Україні є:

- нестабільність політичної ситуації в країні та наявність військового конфлікту на Сході;
- недоліки регіонального регулювання галузі туризму;
- недостатність рекламної інформації щодо України за кордоном;
- велике податкове навантаження, що є перешкодою для потенційних інвесторів у сферу туризму;
- недостатній рівень кваліфікації персоналу туристичної сфери;
- невелика кількість готелів, які відповідають світовим стандартам.

Однією з головних перешкод ефективного розвитку туристичної галузі в Україні протягом останніх років залишається слабка туристична інфраструктура [3]. Створення нових залізничних та авіарейсів стане стимулом для розвитку важливих туристичних локацій.

Також важливою проблемою є технологічна відсталість галузі. В Україні практично не застосовуються туристичні технології, які в розвинених країнах стали повсякденними: електронні інформаційні довідники щодо готелів, транспортних маршрутів з переліком і зазначенням вартості послуг, які ними надаються. Однак останнім часом в сфері інформаційних технологій України спостерігається значне пошквдження, тому слід активно використовувати цю можливість для наближення до виходу на світовий рівень обслуговування клієнтів.

Незважаючи на існуючі труднощі, ситуація в українському туризмі поступово змінюється на краще. Стратегія розвитку сфери туризму і курортів України на період до 2022 року спрямована на вирішення проблем комплексного розвитку сфери туризму, готельного господарства, курортів, санаторно-курортного обслуговування, підтримку створення та модернізації туристичної інфраструктури, забезпечення належної якості туристичних і курортних послуг, ефективного використання видимого туристичного потенціалу.

Україна має багатий природно-рекреаційний потенціал і історико-культурні ресурси, країна має всі можливості стати туристичною країною світового рівня, де індустрія туризму складатиме значну частку бюджетних надходжень. Для формування стратегії розвитку туристичних регіонів необхідно сконцентруватися на розробці таких пунктів:

- збереження туристичних ресурсів;
- вдосконалення нормативно-правової бази;
- створення економічних умов для стимулювання розвитку туризму;
- надання пільг для організації туристичної роботи;
- залучення інвестицій в розвиток туристичної індустрії; сприяння розвитку конкуренції;
- забезпечення безпеки туристів;
- участь у міжнародних програмах розвитку туризму.

Для того, щоб зробити туристичний бізнес в Україні більш привабливим, необхідно надавати державні податкові пільги для власників об'єктів туристичної інфраструктури. Так, у багатьох розвинених країнах Європи існують знижені ставки ПДВ саме для цього бізнесу. Інвестиційна привабливість українських об'єктів сильно зросте, якщо ставка ПДВ становитиме близько 5-10%. Така зміна податкового законодавства призведе не до збитку для бюджету, а до його наповнення за рахунок залучення коштів інвесторів [3].

Також, з метою отримання інформації про найпопулярніші серед туристів країни, області, регіони, необхідно проводити постійний моніторинг туристичних потоків.

В результаті проведеного аналізу проблем туристичної сфери України, можна зробити висновок, що сьогодні для розвитку цієї галузі необхідно покращити державне регулювання цієї сфери, раціонально використовувати туристично-рекреаційний потенціал регіонів, активізувати та удосконалити маркетингове і рекламно-інформаційне забезпечення на регіональному, державному, міжнародному рівнях. Для стимулювання підприємств туристичної галузі необхідно здійснити економіко-фінансову підтримку їх розвитку, покращити їх кадрове забезпечення, створити ефективні партнерські зв'язки між державою та бізнесом, задля впровадження інновацій в туристичні продукти та розвиток інфраструктури. Тільки ефективна державна політика в туристичній галузі дозволить сформувати привабливий інвестиційний клімат для розвитку туристичної сфери в Україні.

Література

1. Бартощук О.В. Оцінка розвитку туризму в Україні. *Інвестиції: практика та досвід*. 2012. № 7. С. 82-86.
2. Зікеєва С.Г. Туристична галузь України в період євроінтеграції: соціально-економічний аспект. *Економіка і менеджмент культури*. 2013. № 1. С. 74-82.
3. Кравцова А.В. Модель державно-приватного партнерства в сфері українського туризму. *Науковий вісник Полтавського університету економіки і торгівлі (серія «Економічні науки»*. 2016. № 1 (72). С. 70-76.

Лукіна Крістіна
студентка 4 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. фіз. виховання, доц. Сердюк Д.Г.

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ У ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ

Сучасні реалії розвитку світової художньої гімнастики характеризуються значним ускладненням елементів та композицій, що, в свою чергу, вимагає від гімнасток постійного вдосконалення та технічної підготовленості, що не можливо без достатнього рівня розвитку координаційних здібностей. У зв'язку з цим, особливого значення набувають питання пошуку сучасних засобів та методів підвищення ефективності процесу оволодіння юними гімнастками раціональної структури техніки виконання елементів.

Згідно з визначенням, координація – це вміння узгоджувати рухи різних частин тіла. Окремі елементи руху з'єднуються в єдину рухову дію, яка проводиться злітно, чітко, без зайвих рухів та м'язових зусиль.

У сучасній науково-методичній літературі досі не існує єдиної думки щодо категорійного апарату проблеми координаційних здібностей. Існує думка, що розвиток спритності, як одного з проявів координаційних здібностей, безпосередньо пов'язаний з удосконаленням просторово-часових орієнтувань та інших здібностей, тому що спритність визначається умінням швидко перебудовувати рухову діяльність відповідно до обставин, які раптово змінюються. При виконанні таких вправ висуваються високі вимоги до розвитку уваги, кмітливості, швидкості реакції [1]. У художній гімнастиці це проявляється під час виконання вправ з предметами, які мають різний розмір, форму, вагу, структуру.

Вправам для розвитку координаційних здібностей слід приділяти увагу на кожному тренувальному занятті впродовж усіх етапів багаторічної підготовки. Особливої уваги потребує розвиток координаційних здібностей на етапі початкової підготовки, коли у гімнасток формується базовий набір вправ та основи техніки роботи з предметами (скакалка, м'яч, обруч, булави, стрічка).

У процесі виконання вправ необхідно поступово збільшувати рівень їх складності, виконувати вправи ізольовано руками, ногами, тулубом, а потім поступово з'єднувати рухи у єдине ціле та у комбінації рухів, додавати предмети.

Провідні фахівці зазначають, що розвиток координаційних здібностей залежить від пластичності нервової системи, здібностей співвідносити власні рухи та зусилля з зовнішнім середовищем. Точність просторових, силових компонентів рухової дії відображаються успішністю виконання всього елемента.

Для виховання координаційних здібностей дитини використовують загальнорозвивальні вправи у різних комбінаціях, спеціальні вправи та рухливі ігри. В процесі тренувальних занять необхідно систематично змінювати вправи,

додаючи нові елементи та поступово підвищуючи їх координаційну складність. Велика кількість рухових навичок дитини сприяє кращому та більш швидкому засвоєнню нових елементів.

У сучасній художній гімнастиці спортсменка повинна виконувати у змагальній композиції велику кількість елементів, техніка виконання яких залежить від рівня розвитку функції рівноваги. Функція рівноваги залежить від багатьох факторів, серед яких сили інерції попереднього руху, особливо, якщо далі настає статична пауза. Наприклад, після виконання поворотів необхідно зафіксувати рівновагу, а потім виконати стрибок і всі ці елементи зі складною роботою предмета. Функція рівноваги залежить від вестибулярного аналізатора, нервово-м'язового апарату і розташування центру ваги. У дітей центр ваги розташований високо, і тому їм важче зберегти стійкість положення [1]. Тому вдосконалення функції рівноваги відбувається на кожному тренувальному занятті з використанням самих різноманітних засобів: комбінації стрибків, рівноваг, поворотів, акробатичних вправ, виконання цих вправ у комбінаціях, за сигналом тренера, у складних умовах (нерівна, рухлива поверхня, на висоті, на одній нозі, на носках, використання предметів, виконання із закритими очима).

Таким чином, на етапі початкової підготовки слід велику увагу приділити розвитку різних проявів координаційних здібностей для подальшого вдалого оволодіння технікою виконання елементів художньої гімнастики.

Література

1. Дейнеко А.Х., Муллагільдїна А.Я., Красова І.В. Вдосконалення координаційних здібностей гімнасток на етапі початкової підготовки в художній гімнастиці. *Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту*, 2016. С. 86-89.

Марусенко Дарія

студентка 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: ст. викладач Іванська О.В.

РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ЗАХОДИ ДЛЯ ПОСТІНСУЛЬТНИХ ХВОРИХ НА САНАТОРНО-КУРОРТНОМУ ЕТАПІ

Актуальність. Судинно-мозкові захворювання посідають одне з провідних місць у структурі серцево-судинної патології в Україні [1]. Згідно з офіційною статистикою МОЗ України, щороку у країні відбувається до 100 000 інсультів, з яких 33% - населення працездатного віку [2]. В Україні рівень інвалідизації через 1 рік після перенесеного інсульту становить від 76 до 85%, тоді як у країнах Західної Європи – 25-30%, що свідчить про недостатній рівень організації лікувального та реабілітаційного процесу [3].

Реабілітація неврологічних хворих є одним з актуальних напрямків в

охороні здоров'я. Це пов'язано як із частотою нервових захворювань, так і важкістю їх наслідків, що зумовлює високі показники інвалідності серед осіб працездатного віку.

Мета роботи – визначити реабілітаційні методи в постінсультних хворих при санаторно-курортному етапі.

Аналіз останніх публікацій та досліджень. Перебіг інсульту має декілька періодів: найгостріший (тривалість 1-3 дні); гострий (до 21 дня); ранній відновний (до 6 місяців); пізній відновний (1-2 роки); резидуальний (період наслідків – пожиттєво). Залежно від періоду інсульту визначають етап реабілітації. У гострі періоди стабілізують гемодинамічні показники [5]. Після стаціонару відновне лікування продовжується в амбулаторних реабілітаційних відділеннях або центрах, нейрореабілітаційних відділеннях санаторіїв.

Важливим етапом відновлення постінсультних хворих є санаторно-курортний етап. Мета терапії включає закріплення та покращення досягнутих навиків; профілактика повторного мозкового горюшення; відновлення порушених функцій; соціальна адаптація. Було доведено, що саме за рахунок таких реабілітаційних засобів і методів як: природні лікувальні фактори, бальнео- і магнітотерапія, гіпобаротерапія, гідрокінезіотерапія, відбувається зменшення відсотку інвалідизації [5].

Одним із прикладів такого етапу відновлення є санаторій «Жовтень» [6]. Санаторно-курортне лікування має програму реабілітації, яка включає: кліматотерапію; дієтичне харчування; фізичну реабілітацію (дозована ходьба, кінезіотерапія в залі та басейні, масаж); бальнеотерапію (різні лікувальні ванни, підводний душ-масаж) і гідротерапію (лікувальні душі); озокеритотерапію; грязелікування; фізіотерапевтичні методи (магніто-і лазеротерапія, електрофорез лікарських речовин; дарсонвалізація, електростимуляція м'язів, центральна електроанальгезія та ін.); психотерапію; фіто- й ароматерапію.

Висновки. Отже, після аналізу літературних джерел можна сказати, що санаторно-курортний етап має важливу роль в відновленні постінсультних хворих. Реабілітація сприяє зменшенню мовленнєвих порушень; збільшує рухову активність; покращує чутливість, координацію рухів; нормалізує сон; підвищує розумову і фізичну працездатність.

Література

1. Реабілітація, профілактика і лікування ускладнень та планування виписки при ішемічному інсульті: рек. наказом МОЗ України від 03 серп. 2012 р. №602. 166 с.
2. Запитай у лікаря про інсульт URL: <https://moz.gov.ua/article/news/zapitaj-u-likarja-pro-insult-na-najposhirenishi-zapitannja-vidpoviv-fahivec-jurij-flomin> (дата звернення 27.02.2021)
3. Магулка І.В. Медична, соціально-трудова та професійна реабілітація хворих працездатного віку, які перенесли геморагічний інсульт: автореферат дисертації. Київ: НМАПО, 2017. 26 с.
4. Малахова С.В., Черепок О.О., Волох Н.Г. Фізіотерапевтичні та курортні

фактори лікування в кардіології та неврології: навч. посіб. Запоріжжя: ЗДМУ, 2019. 99 с.

5. Кукса Н.В., Копитіна Я.М., Ткаченко К.О. Реабілітація постінсультних хворих: Сучасні тенденції та програмне забезпечення в умовах санаторію. Суми. 134-142 с.
6. Клінічний санаторій «Жовтень» Офіційний сайт. URL: <http://www.zhovten.org/departments/braindep/> (дата звернення 27.02.2021)

Марусенко Дарія

студентка 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

РОЛЬ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ У ПОПЕРЕДЖЕННІ ГІПОДИНАМІЇ У ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ ПІД ЧАС КАРАНТИННИХ ОБМЕЖЕНЬ

Рухова активність - це не тільки засіб загальної стимуляції організму, але й фактор регулювання функцій старіючого організму [1]. Особливо гостро проблема гіподинамії у осіб похилого віку постала під час карантину, коли їм було заборонено виходити з дому та відвідувати парки, сквери, фітнес зали [3].

Мета роботи - розглянути роль та особливості фізичних вправ щодо попередження гіподинамії, які можна виконувати в домашніх умовах на регулярній основі особам похилого віку.

Аналіз останніх публікацій та досліджень. Проаналізувавши літературу, можемо визначити, що з віком у людини зменшується екскурсія грудної клітки внаслідок окостеніння реберних хрящових з'єднань, ригідності і атрофічних змін в м'язах діафрагми й черевної стінки. На фоні фізичних тренувань усувається спазм дихальної мускулатури, відновлюється рухливість грудної клітки й діафрагми, підвищується еластичність легеневої тканини, активується крово- і лімфоток [1].

Люди похилого віку особливо чутливі до зниженої рухової активності. Атрофія м'язів, втрата м'язової маси знижує працездатність і порушує координацію рухів, сприяє розвитку атеросклерозу, гіпертонічної хвороби, інфаркту міокарда, зниженню опірності до простудних захворювань, нагромадженню надлишкової маси тіла [2].

За даними ВООЗ гіподинамія є одним із факторів появи дегенеративно-дистрофічних захворювань хребта, які несуть незворотні процеси та, повноцінне одужання, становиться майже неможливим.

Одним з найбільш поширених захворювань суглобів у пацієнтів старших вікових груп є остеоартроз. Фізичні вправи при остеоартрозі спрямовані на збільшення обсягу рухів в суглобі і стимуляцію навколосуглобових м'язів. У проведених дослідженнях пацієнти, які виконували комплекс вправ, відзначали зменшення болю і поліпшення функціональної рухливості колінного суглоба, а також підвищення активності при повсякденній діяльності [1].

Саме для того щоб запобігти появі усіх цих захворювань та профілактики інших, було проведено дослідження у результаті якого було доведено ефективність виконання фізичних вправ в домашніх умовах:

- покращують мобільність, рівновагу, м'язову силу;
- знижують ризик падінь на 22%;
- запобігають втраті фізичної сили.

Види вправ, які необхідно виконувати:

- силові вправи для розвитку сили м'язів рук і ніг - «присідання зі стулом», «віджимання від стіни стоячи»);
- функціональні вправи - «ходьба з перешкодами», «кроки в сторони»;
- вправи на рівновагу - «ходьба боком», «ходьба зі схрещуванням ніг»;
- вправи на аеробну витривалість – «базові кроки аеробіки».

Протягом виконання усього комплексу фізичних вправ потрібно здійснювати самоконтроль ЧСС, АТ у спокої та під час тренувань.

Таким чином, правильне і систематичне виконання фізичних вправ направлених на м'язову силу, рівновагу в домашніх умовах можна розглядати як один із ефективних засобів зниження рівня гіподинамії і попередження ризику падінь та ускладнень хронічних захворювань у осіб похилого віку.

Література

1. Актуальні питання геронтології і геріатрії у практиці сімейного лікаря: навч. посіб./ Л.А. Стаднюк та ін. Київ, 2015. 378 с.
2. Журнал НАМН України: Гіподинамія - ворог номер 1 URL: <http://amnu.gov.ua/gipodynamiya-vorog-dytyny-nomer-1/> (дата звернення 27.02.2021)
3. Гіподинамія – хвороба 21 століття. URL: <https://clubleva.ua/gipodynamiya-hvoroba-21-stolittya/> (дата звернення 27.02.2021)

Марусенко Дарія

студентка 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Кальонова І.В.

МЕНЕДЖМЕНТ СПАСТИЧНОСТІ В ПОСТІНСУЛЬТНОМУ ПЕРІОДІ

Спастичність м'язів являє собою один з провідних симптомів у пацієнтів з ураженням верхнього мотонейрона в зв'язку з процесами функціональної реорганізації, що лежать в основі відновлення порушених функцій, визначаючи і ступінь інвалідизації, і якість життя пацієнта. Тому поряд з вираженим руховим дефіцитом у пацієнтів, які перенесли інсульт, на перший план виступає спастичність, яка розвивається через 3-12 місяців у 20-40 % пацієнтів, які вижили після інсульту [1]. Спостереження показують, що у більшості пацієнтів спастичність розвивається на 3-4 тижні від початку клінічних проявів

інсульту, посилює функціональні порушення в уражених кінцівках та сповільнює процес реабілітації.

Ступінь спастичності залежить від локалізації осередку ураження, виразності рухового дефіциту, рівня збереженості пропріоцептивної чутливості. Спастичність в пацієнтів, що перенесли інсульт, розподілена нерівномірно та переважає в антигравітаційних м'язах: згиначах руки і розгиначах ніг, в привідних м'язах плеча, пронаторах передпліччя. Спастичність погіршує ходьбу, ускладнює гігієну, одягання, сексуальну активність. У пацієнтів знижується самооцінка і мотивація, посилюється депресія, значно знижується якість життя [1].

Метою терапії постінсультної спастичності є: покращення функціональних можливостей пацієнта, профілактика суглобових деформацій та контрактур, збільшення можливостей реабілітаційних втручань. Провідну роль у реабілітації постінсультної спастичності мають засоби фізичної терапії, а саме позиціонування, пасивні та активні фізичні вправи, вправи для розслаблення спастичних м'язів, методи мобілізації суглобів. Цілий ряд авторів, проводили дослідження щодо ефективності застосування фіксованого розтягування м'язів як засобу зменшення спастичності. Проведення таких процедур повинно бути розпочато максимально рано, практично в перші дні гострого періоду інсульту [2].

Водночас немає однозначної думки щодо кількості і тривалості занять з фізичної терапії. Так, за даними окремих досліджень, заняття можуть проводитися 2-3 рази в тиждень декілька місяців. Аналіз інших даних вказує на більшу оптимальність занять 2 рази в день 5 разів на тиждень з фізичним терапевтом і самостійно.

Нині існують високотехнологічні роботизовані пристрої, обладнані системою біологічного зворотного зв'язку для тренування моторних функцій, які в ігровій формі дозволяють формувати й закріплювати рухові навички. Шляхом множинного повторення в центральній нервовій системі формується і закріплюється нова програма управління функцією, яка і забезпечує закріплення досвіду. Однак наявність вираженої спастичності й відсутність м'язової сили в руці можуть ускладнювати і перешкоджати заняттям на таких тренажерах[2].

Важливою умовою використання ерготерапії є пристосування пацієнта до самостійності та незалежності. Метою роботи ерготерапевта є соціальна та побутова адаптація хворого. Пацієнта навчають одягання, проведенню гігієнічних процедур, користуванню ручкою, ходьбі з допоміжними пристроями. Раніше вважалося, що однією з реабілітаційних цілей у постінсультного пацієнта є адаптація до максимального використання здорової кінцівки. Зараз доведено, що активізація ураженої кінцівки впливає на процеси нейропластичності та сприяє кращому відновленню функції [3]. Слід пам'ятати, що спастичність не завжди викликає незручність, вона також може бути компенсаторним явищем. Тому фізичному терапевту слід ретельно обирати заходи щодо постінсультної спастичності.

Література

1. Сухан В. С. Дичка Л. В. Блага О. С. Лікувальна фізична культура при захворюваннях і травмах нервової системи: метод. рекомендації. Ужгород : УНУ, 2014. С. 25-30.
2. Хасанова Д. Р., Агафонова Н. В. Постінсультна спастичність. *Consilium Medicine*. 2016. № 18(2). С. 31-36.
3. Козьолкін О. А. Візір І. В. Сікорська М. В. Лапонов О. В. Реабілітація пацієнтів з захворюваннями нервової системи : навчально-методичний посібник. Запоріжжя : ЗДМУ, 2019. С. 43-75.

Марусенко Дарія

студентка 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: викладач Потапова О.В.

ВПЛИВ АВТОРСЬКОЇ МЕТОДИКИ КОЗЯВКІНА НА ДІТЕЙ З ДЦП

Зростання хронічної та поєднаної патології призвело до поглиблення процесу інвалідизації дитячого населення. На сьогодні проблема дітей-інвалідів в Україні набуває особливого значення у зв'язку з постійним зростанням їх частки в структурі дитячого населення. Діагноз ДЦП зазвичай встановлюється в кінці першого – третього року життя дитини за умови сформованого дефекту в руховій системі. Частота ДЦП коливається в доволі широкому діапазоні, головним чином в залежності від вікових груп, в яких ведеться підрахунок (в середньому від 0,9 до 3,3 на 1000 дитячого населення[1]. Частіше такий діагноз реєструється у дітей, які народились недоношеними.

Аналіз літератури свідчить, що одним з актуальних і не до кінця вирішеною проблемою нині, залишається дитячий церебральний параліч. Існує безліч авторських методик, які відомі світові, але важливим проривом в українській реабілітації стало створення системи інтенсивної нейрофізіологічної реабілітації професора Козьявкіна. У процесі здійснення реабілітації за цією системою було доведено, що після біомеханічного коригування хребта та великих суглобів у хворих поступово оптимізується тонус м'язів, покращується мікроциркулювання, трофіка та вегетатика в напрямі від центру до периферії.

Основою системи інтенсивної нейрореабілітації є оригінальна методика полісегментарної біомеханічної корекції хребта. Методика заключається у виявленні функціонального блокування хребцево-рухових сегментів шляхом пальпаторної діагностики м'язів уздовж усього хребта в ділянках міжхребцевих суглобів та периартикулярних тканин. Визначають зони напружених, спазмованих тканин, больові точки на різних рівнях біомеханічної системи[2].

Методики мобілізації суглобів кінцівок застосовують для відновлення рухливості суглобів, корекції м'язово-суглобового дисбалансу, покращання трофіки та створення передумов до формування нових рухів.

Рефлексотерапія. Вплив на біологічно активні точки проводять без пошкодження цілісності шкірних покривів, завдяки цьому у пацієнта не з'являються больові реакції.

Мобілізуюча гімнастика базується на основі класичних методик кінезотерапії з урахуванням індивідуальних особливостей пацієнта. Основою її є принцип «від центру до периферії», що передбачає переважний вплив спочатку на формування рухів тулуба та проксимальних суглобів із поступовим залученням дистальних дрібних суглобів.

У рамках реабілітаційної програми за СІНР для підготовки до проведення біомеханічного коригування хребта, розслаблення спастичних м'язів та впливу на міофасціальні тригерні точки нами застосовується спеціальна система масажу.

З метою розвитку рухових можливостей, покращання емоційної сфери, інтелектуальних та комунікативних функцій у реабілітаційному центрі проводяться групові заняття з ритмічної гімнастики. Заняття базуються на ігрових методах із використанням музики і танців.

Апітерапія. Для стимуляції захисних сил організму, локального покращання кровообігу, трофіки та метаболічних процесів застосовуються воскопарафінові аплікації.

Інструменти механотерапії використовуються для розвитку сили м'язів, поліпшення координації рухів та створення правильної схеми рухів. М'язи нижніх кінцівок тренуються за допомогою приладів важільного типу. Пристрої блочного типу в основному використовуються для поліпшення сили та витривалості м'язів верхніх кінцівок.

Метод Козьяквіна демонструє позитивні зміни в рухових та психічних функціях у дітей з ДЦП протягом двох тижнів лікування за системою інтенсивної нейрофізіологічної реабілітації. Ці дані складають основу для подальших досліджень системи реабілітації, насамперед рандомізованих, контрольованих досліджень.

Багаторічний досвід інтенсивної нейрофізіологічної реабілітації (СІНР) показує, що в перші дні лікування люди стають активнішими, мають заохочення до участі у реабілітаційних заходах, більше цікавляться навколишнім та психологічно «прокидаються».

Література

1. Церебральний параліч та інші органічні ураження головного мозку у дітей, які супроводжуються руховими порушеннями: URL: https://www.dec.gov.ua/wp-content/uploads/2019/11/2013_286_akn_tserpar_dity.pdf (дата звернення 21.03.2021)

2. Козявкін В.І. Метод Козявкіна – система інтенсивної нейрофізіологічної реабілітації: посіб. реабілітолога. Львів – Трускавець, 2011. 121с.

Мацола Валерія

студентка 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НЕДОНОШЕНИХ ДІТЕЙ З ОЗНАКАМИ РАХІТУ

Одним з найбільш поширених уражень опорно-рухового апарату у новонароджених дітей є рахіт, особливо це стосується недоношених дітей. Частота захворювання рахітом у недоношених дітей в кілька разів перевищує показники дітей, які народилися в строк, і становить 75%. Небезпека рахіту полягає в тому, що при відсутності своєчасного лікування у дитини розвиваються деформації кісткової тканини, затримка психомоторного розвитку, слабкість м'язів, підвищена рухливість в суглобах, зниження імунітету, а в більш важкій формі наступні захворювання - порушення функцій печінки, легень, серця, шлунково-кишкового тракту. Саме небезпека захворювання надає особливої актуальності проблемі ранньої діагностики і профілактики рахіту у недоношених дітей [1].

Мета роботи: систематизація і узагальнення науково-методичних знань та практичного досвіду з питання профілактики та фізичної терапії недоношених дітей при захворюванні на рахіт.

Аналіз останніх публікацій та досліджень. Рахіт – це захворювання, яке відноситься до категорії порушень обміну речовин, що призводить до ураження опорно-рухового апарату і патологічним проявам з боку інших органів і систем через дефіцит вітаміну D в організмі. Для клінічної картини характерним є повільний і прихований розвиток захворювання, а також підгострий його перебіг. Другим по частоті симптомом є рахітичні чотки, що виникають на другому місяці життя. Третя ознака рахіту – деформація грудної клітки. На 3-5 місяці життя з'являються пітливість, облісіння, жаб'ячий живіт, тім'яні і лобні бугри.

Велика роль приділяється відсутності навантаження на кісткову тканину. Руховий режим істотно впливає на формування нормальної кісткової тканини. Загальновідомо, що розвивається та кістка, яка рухається. Це відбувається тому, що при механічному навантаженні на кістку відбувається активація функції остеобластів. При цьому кальцій і фосфор надходять в ту ділянку кістки, на який діє навантаження. При відсутності останньої, навпаки, активізуються остеокласти, що призводить до остеопенії [2].

Програми реабілітації з проблематики рахіту обумовлені важкими ураженнями опорно-рухового апарату, які характерні для даного захворювання і можуть зберігатися протягом усього життя людини надаючи вплив на його якість[2].

Умовно програми з реабілітації можна розділити на три етапи:

1. Профілактичний: пренатальний період;
2. Виникнення захворювання: період грудного віку (4 тиж. - 1 рік);
3. Залишкові явища ураження кісток: раннє дитинство (1- 3 роки).

Реабілітаційні заходи включають в себе вітамінотерапію, лікувальну гімнастику, коригуючий і сегментарно-рефлекторний масаж, лікувальні ванни, фізіотерапевтичні процедури. При цьому обов'язково враховують ступінь недоношеності, ступінь захворювання і супутні захворювання матері і дитини [2].

Слід зазначити, що більшість авторів надають свої рекомендації щодо лікування і профілактики рахіту ґрунтуючись на основних класичних причинах виникнення рахіту: дефіциту вітаміну D і низької рухової активності. Найпоширенішими рекомендаціями є введення вітаміну D в терапевтичних дозах, організація правильного режиму харчування дитини і дотримання дієти, збільшення перебування дитини на свіжому повітрі, Програми фізичної терапії обумовлені важкими ураженнями ОРА, які характерні для даного захворювання і можуть зберігатися протягом усього життя. Умовно реабілітацію можна поділити на 3 етапи: профілактичний (пренатальний період), виникнення захворювання (період грудного віку), залишкові явища ураження кісток (раннє дитинство). Фізична терапія проводиться з урахуванням етапу реабілітації та ступеня ураження опорно-рухового апарату та включає в себе лікувальну гімнастику, коригуючий і сегментарно-рефлекторний масаж, лікувальні ванни, фізіотерапію.

Література

1. Василенко Е. Физическая реабилитация при поражениях опорно-двигательного аппарата у недоношенных детей, заболевших рахитом. Спортивний вісник Придніпров'я. 2015. № 3. С. 205-208.
2. Корицький Г.І. Частота та структура захворюваності дітей у Тернопільській області та шляхи її зниження. Ліки України плюс. № 3-4 (1). 2012. С. 46–49.

Мацола Валерія

студентка 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Кальонова І.В.

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПАЦІЄНТІВ З НЕВРОПАТІЄЮ ЛИЦЬОВОГО НЕРВУ

Невропатія лицьового нерву (ЛН) проявляється парезом або плегією м'язової мускулатури з розвитком важких функціональних, естетичних і психологічних порушень. Клінічна картина зазвичай характеризується асиметрією обличчя з порушенням вираження емоцій, артикуляції й мовлення,

неможливістю повністю закрити око, сльозоточивістю або сухістю слизової ока з формуванням виразок рогівки, неспроможністю носових клапанів, можливі порушення смаку, слуху та інші симптоми. Пізніше можуть формуватися контрактури та синкінезії м'язів, больовий синдром тощо. Таким чином, захворювання має безліч проявів від естетичних незручностей до важких ускладнень з втратою функції зору, які погіршують якість життя і призводять пацієнта до соціальної дезадаптації і ізоляції [1].

Одним з найбільш ефективних методів реабілітації визнані засоби фізичної терапії, зокрема нейром'язове перенавчання (НМП). Метою даного методу є нормалізація м'язового тону і профілактика розвитку синкінезій. Пацієнту пояснюють анатомію м'язів, механізми їх роботи, причини патологічних рухів, які можна корегувати за допомогою біологічного зворотного зв'язку (БЗЗ) – пропріоцептивного, сенсорного, візуального. За допомогою НМП з використанням БЗЗ формуються оптимальні рухові паттерни. Найпростішим видом БЗЗ є візуальний – дзеркальна терапія. Для запобігання перевтоми рекомендується виконувати вправи по 5-10 повторень три рази на день, намагатися при цьому зберігати симетрію паретичних та здорових м'язів, тобто обмежувати амплітуду довільних рухів з неураженого боку [2].

Терапевтичні вправи з виконанням рухів з максимальною амплітудою називаються «грубими вправами». Даний метод реабілітації, особливо в гострому періоді, є спірним, оскільки може призводити до збільшення патологічних паттернів. Крім того, були описані випадки розвитку синкінезій після тривалого застосування таких вправ. До спірних методів лікування також відноситься електростимуляція м'язів на стороні невropатії з метою профілактики атрофії м'язів. Автори теорії вважають основною причиною нерухомості не млявість, а підвищення тону м'язів-антагоністів [3].

У пацієнтів з невropатією ЛН і синкінезіями з часом розвивається високий м'язовий тонус, який може привести до болю і зменшити функціональний обсяг рухів. Гіпертонус традиційно спостерігається в області носо-губних складок і підшкірного м'язу шиї. Для зниження тону м'язів може використовуватися мобілізація м'якої тканини, теплові чинники, масаж або комбінація методів [2].

Невropатія ЛН є поширеною проблемою, яка призводить до серйозних функціональних, естетичних, соціальних проблем, значимо погіршує якість життя. При визначенні плану ведення пацієнта повинні розглядатися всі методи консервативного лікування, в тому числі комплексне застосування засобів фізичної терапії.

Література

1. Рибалов О. В., Аветіков Д. С., Іваницька О. С. Сучасний погляд на виникнення та розвиток периферичних уражень лицевого нерва. Вісник української медичної стоматологічної академії. 2014. № 4 (48). С. 286-290.
2. Бісмак О. В. Фізична реабілітація у комплексному відновленні хворих на

неврит лицевого нерва. Молодий вчений. 2017. № 10 (50). С. 211-214.

3. Неведомська Є. О., Пендрак, Я. В. Фізична реабілітація хворих на неврит лицевого нерва. Молодий вчений. 2018. № 6 (58). С. 273-277.

Меснянкін Дмитро

студент 1 курсу магістратури

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Гальченко Л.В.

ОСОБЛИВОСТІ ВІДНОВЛЕННЯ ПІСЛЯ НАВАНТАЖЕННЯ СПОРТСМЕНІВ З АКАДЕМІЧНОГО ВЕСЛУВАННЯ

Актуальність. В наш час відновлення грає дуже велику роль в підготовці спортсменів до змагань. Це важлива частина у навчально-тренувальному процесі, зокрема у спортсменів з академічного веслування. Вдосконалення цих процесів збільшує ефективність тренувального процесу і змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів.

Мета: визначити за допомогою яких засобів можна відновити стан організму спортсмена після тренування з академічного веслування.

Засоби відновлення поділяють на три основні групи – це педагогічні, медико-біологічні, та психологічні. О.А. Шинкарук, Р.В. Кропта, В.І. Довгодько виділяють, що головна проблема відновлювання лежить у педагогічних засобах, які допускають управління відновлювальними процесами та працездатністю спортсмена шляхом організованої м'язової діяльності. Є декілька шляхів педагогічних засобів відновлення: вибір, варіативність та особливості сполучення методів і засобів які будують програму тренувальних занять; багатоманітність й особливості сполучення навантажень під час побудови мікроциклів; вживати засоби для побудови відновлювальних мікроциклів при плануванні мезоциклів. Під час психологічних засобів відновлення можна швидко знизити нервово-психічну напруженість, психічне пригнічення, швидше відновити нервову енергію, сформувані та підготувати свій організм та стан нервової системи на ефективне виконання тренувальних і змагальних програм, довести до межі індивідуальну норму напруження функціональних систем організму, що беруть участь у навантаженні. Після фізичного та психологічного навантаження на спортсмена для того щоб прискорити процеси відновлення функцій систем організму треба виконувати методи вільного м'язового розслаблення побудований на послідовному розслабленні найбільших м'язових груп [3, с. 30-31].

Зараз дуже важливу роль в житті спортсмена займає тренер-викладач, він повинен приймати участь в управлінні вільним часом вихованця та зняті емоційного навантаження.

Медико-біологічні засоби відновлення можуть бути дуже впливовими на підвищення стійкості організму до навантажень, швидкому зняттю гострих форм загального та місцевого стомлення, ефективному поповненню

енергетичних ресурсів, прискоренню адаптаційних процесів, підвищенню стійкості до специфічних і неспецифічних стресових впливів [2, с. 3]

У веслуванні академічному в процесі підготовки в осінньо-зимовий період показані масаж з розігрівальними мазями та використання спеціального пояса для профілактики переохолодження. Після тренувань на воді показане використання таких засобів: гіпертермічні ванни (для дівчат і жінок – сидячі ванни); масаж з прогріванням лампою солюкс; електрофорез поперекової частини із сіркою, ферментами; ультразвук з мобілатом (атросенекс, фіналгон, нікофлекс); ультрафіолетове опромінення за швидкою схемою (два курси: один – в листопаді, один – в січні). У змагальному періоді після перегонів показані ароматична ванна, гідромасаж, вакуум-масаж, сауна; при порушенні сну – електрофорез з бромідами або масаж з аероіонізацією, музична терапія, кисневий коктейль [1, с.148].

Висновки. Усі перераховані засоби відновлення дуже важливі, щоб досягти найвищих результатів та почувати себе у гарній формі треба підходити до цих типів відновлення дуже серйозно та вміти їх використовувати в потрібний час, в академічному веслуванні треба дотримуватися всіх типів відновлення.

Література

1. Костюкевич В.М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації : навч. посібник. Вінниця : «Планер», 2007. 147 с.
2. Овчарук В.Г. Засоби відновлення та підвищення працездатності в процесі підготовки кваліфікаційних спортсменів-легкоатлетів. Вінницький національний технічний університет. URL: <https://conferences.vntu.edu.ua/paper/download>
3. Шинкарук О.А, Кропта Р.В., Очеретько Б.Є.,Мазуренко П.В, Довгодько В.І. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та навчальних закладів спортивного профілю. Київ. 2011. 31 с.

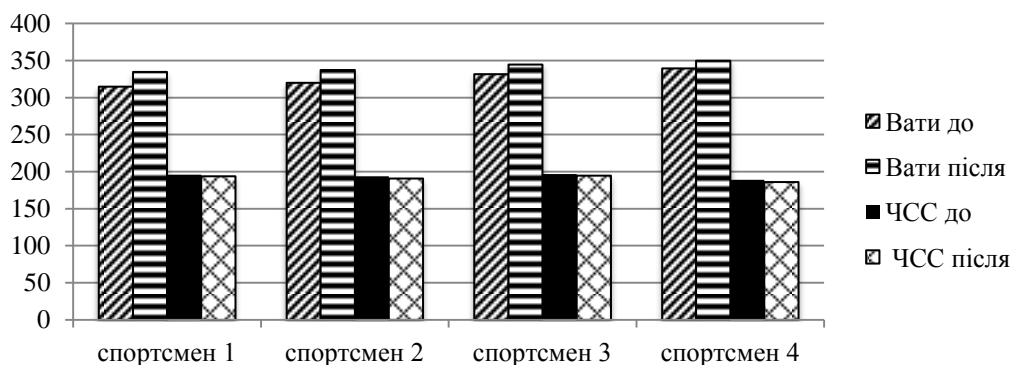
Меснянкін Дмитро
студент 1 курсу магістратури
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Клопов Р.В.

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ВЕСЛУВАЛЬНИКІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ У ПІДГОТОВЧІЙ ПЕРІОД СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ

На сьогоднішній день, аналізуючи виступи спортсменів на міжнародній арені, показують що розвиток рухових якостей грає велику роль для підвищення рівня змагальної діяльності. Фізична підготовка в академічному веслуванні є домінуючою складовою успіху для досягання максимально можливих результатів та виступу на змаганнях. Все більше уваги приділяється фізичній підготовці у тренувальних планах тренерів для спортсменів високого класу. Підготовчий період в академічному веслуванні зазвичай становить 4-7 місяців наприкінці осені, всю зиму, та на початку весни. У цей період веслувальники підвищують свої рухові якості у тренажерному залі та функціональні можливості на веслувальному ергометрі «Concept 2». Веслувальник повинен вдосконалювати найбільш значущі для академічного веслування рухові якості: витривалість, швидкість, сила. Це три основні якості які повинні ефективно вплинути на розвиток функціональних можливостей і досягання максимально можливого результату[1].

Для досягання мети, була розроблена експериментальна програма на розвиток загальної та спеціальної фізичної підготовленості, в якій взяли участь 4 спортсмени веслувальника високої кваліфікації (кандидати у майстри спорту та майстри спорту). Використовувалися пульсометр «Polar» для отримання показників ЧСС, та веслувальний ергометр «Concept 2». Перед та після впровадження програми було проведено тест на ергометрі (моделювання змагальної дистанції 2000м) для оцінки роботоздатності у вигляді середнього показника потужності на 2000 м [2, 3].

Оцінка працездатності



Після впровадження розробленої нами експериментальної програми спрямованої на вдосконалення загальної та спеціальної фізичної підготовленості, довела свою ефективність у підвищенні функціональних можливостей спортсмена та результату на веслувальному ергометрі. Проходження змагальної дистанції в 2000м показує, що всі спортсмени які приймали участь у цьому дослідженні підвищили рівень своєї спеціальної анаеробної роботоздатності у вигляді показників потужності, які вище ніж перед впровадженням програми, та частоти серцевих скорочень, яка при вищих показниках потужності, нижче, ніж перед впровадженням експериментальної програми.

Література

1. Платонов В.Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов. – М.: Спорт., 2019. – 656 с.
2. Дьяченко А., Лысенко Е., Виноградов В. Функциональное обеспечение специальной выносливости в циклических видах спорта (на материале академической гребли) // Наука в олимпийском спорте. – 2014. № 3. – С. 38-44.
3. Дьяченко А.Ю., Федотов А.С. Специализированная оценка работоспособности, как основополагающий фактор формирования специальной выносливости гребцов-акдемистов высокого класса // Сб. научн.тр. под ред. Ермакова С.С. - Харьков: ХГАДИ (ХХПИ). Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2002. №3. – С. 100с.

Меснянкiна Iлона
студентка 4 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р біол. наук, проф. Богдановська Н.В.

КОМПЛЕКСНА ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ДІТЕЙ ДО РОКУ ЖИТТЯ З ПЕРИНАТАЛЬНОЮ ПАТОЛОГІЄЮ

Актуальність. Фізична терапія застосовується з перших днів життя дитини з перинатальною патологією з метою максимально ранньої активізації нейропластичності головного мозку дитини. Обґрунтований вибір методів фізичної терапії дозволяє найбільш повно реалізувати збережений руховий потенціал дитини [1].

Мета роботи - визначити завдання та засоби фізичної терапії дітей першого року життя з перинатальною патологією.

При аналізі літературних джерел було з'ясовано, що метою фізичної терапії при неврологічних захворюваннях у дітей є: стабілізація положення голови, таза та формування вміння управляти рухом, розвинути вестибулярний апарат, сформувати навички управління і контролю положенням тіла в

просторі, розвинути природну рухливість суглобів, значущих для формування кроку, суглобах хребта, кульшових та ін., розвинути м'язи і нормалізувати їх тонус, розвинути рухливість пальців рук, підвищити фізичну силу, витривалість і активність [1].

Першим і одним з результативних засобів фізичної терапії дітей першого року життя з перинатальною патологією є масаж. Він застосовується з першого місяця життя дитини, сприяє нормалізації тонусу м'язів і готує організм до виконання фізіологічно правильного рухового акту. Місцеве, навіть короткочасне розслаблення м'язів при гіпертонусі, або збільшення їх тонусу при гіпотонії, перешкоджає закріпленню патологічного рухового стереотипу [2].

Гідрокінезіотерапія включається в процес комплексної реабілітації при досягненні дитиною віку 1 місяця. Цей метод забезпечує м'який вплив і підходить більшості дітей з наслідками ураження ЦНС, навіть тим, для кого реабілітація організовується в щадному режимі. Гідрокінезіотерапія забезпечує додаткову опору і підтримку скелетної мускулатури дитини, полегшує освоєння глобальних рухів. Сеанси гідрокінезіотерапії поєднують з хромотерапією. Кольоровий світловий потік стимулює рецептори шкіри і сітківку ока, зоровий нерв і кору головного мозку. Зелений колір використовується в першій половині процедури. Синій колір включають в другій половині процедури. Вважається, що це надає ефект загального розслаблення, регулює скорочення м'язів, впливає на стан зв'язок і інших тканин, зміцнює нервову систему, покращує сон. Комплекс вправ у воді в поєднанні з хромотерапією призводить до поліпшення мікроциркуляції тканин, приводить до нормалізації м'язового тонусу [2].

Для нормалізації тонусу м'язів дітей, які мають патологічні тонічні рефлекси, вже на першому місяці життя застосовується метод лікування положенням. Корекція патологічних установок в суглобах верхніх і нижніх кінцівок за допомогою їх фіксації в певних позиціях сприяє підвищенню кровообігу, нормалізації тонусу, формуванню правильного положення тіла, що є основою для розвитку рухів і збільшення довжини і маси м'язів.

Для відновлення природної моделі рухів використовується Войта-терапія. Методика включає формування трьох основних фаз руху: I і II фази - це рефлекторні повороти тіла, якими здорова дитина опановує в перші 6 місяців життя, III фаза - це засвоєння повзання. Фіксація дитини в певному положенні під час проведення процедури і одночасний вплив на рефлексогенні зони стимулює дитину до активного опору, відбувається залучення в роботу всіх м'язів, задіяних в реалізації конкретної фази руху. Войта-терапія ефективна також для формування правильної схеми руху у дітей перших двох років життя з хворобами нервової системи та опорно-рухового апарату в разі, якщо вони не можуть без додаткової стимуляції виконати перших глобальних рухів [1, 2].

Використання різних технік кінезіотейпування підвищує результативність реабілітації: механічна корекція з натягом кінезіотейпа 50-75% для відтворення фізіологічної біомеханічної осі суглобів (наприклад, кисті). Ця техніка успішно застосовується з 6-7 місяців для відведення великого пальця кисті.

Функціональна корекція з натягом 50-75% для часткового обмеження патологічного процесу і полегшення фізіологічного застосовується у дітей з патологічними установами верхніх і нижніх кінцівок, в тому числі при обмеженні тильного згинання кисті і патологічній пронації. М'язовий кінезіотейпінг з натягом 15-35% для стимуляції або розслаблення м'язів [2].

Таким чином, комплексний та диференційований підхід до програми фізичної терапії, заснований на онтогенетичній послідовності формування рухів дозволяє на будь-якому віковому етапі розвитку дитини підібрати оптимальний комплекс методів фізичного впливу і тактику реабілітації, здійснити максимально можливу функціональну компенсацію.

Література

1. Психомоторний розвиток дітей різного віку. URL: https://tdmuv.com/kafedra/internal/pediatrics/lectures_stud/uk/med/lik/ptn/пропедевтика%20педіатрії/04.%20Психомоторний%20розвиток%20дітей.htm (дата звернення 27.02.2021).
2. Розвиток рухів у дітей з перинатальною патологією з використанням сучасних методів фізичного впливу. URL: <https://alldef.ru/ru/articles/almanah-27/razvitie-dvizhenij-u-detej-s-perinatalnoj-patologiej-s-pomoshhyu-sovremennyix-metodov-fizicheskogo-vozdejstviya> (дата звернення 27.02.2021).

Меснянкіна Ілона

студентка 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Кальонова І.В.

КОГНІТИВНИЙ ТРЕНІНГ В ПАЦІЄНТІВ НЕВРОЛОГІЧНОГ ПРОФІЛЮ

Реабілітація пацієнтів з когнітивними порушеннями – одна з найбільш актуальних проблем сучасного суспільства, що пов'язано зі значною поширеністю когнітивних порушень в популяції. Згідно з результатами проведених епідеміологічних досліджень, в 2050 року кількість пацієнтів з когнітивними порушеннями, що досягають ступеня деменції, складе 115,4 млн осіб (в 2006 р. таких пацієнтів було 26,6 млн чоловік) [1]. Висока частота представленості когнітивних розладів диктує необхідність їх раннього виявлення з подальшим лікуванням та реабілітацією. Оптимальним є одночасне використання лікарських і нелікарських методів терапії.

До медичних засобів впливу в першу чергу відносяться патогенетичне лікування (усунення причини захворювання) і базисна симптоматична терапія. У число немедикаментозних методів профілактики і лікування когнітивних порушень входять:

- дієта;

- фізичні вправи;
- когнітивний тренінг (КТ), у тому числі когнітивна стимуляція;
- психологічні та поведінкові методи корекції (окрема увага приділяється нормалізації сну, духовних практик, арт-терапії, музикотерапії);
- психотерапевтичні підходи, медитація і йога [1].

Під КТ розуміють спеціальні програми і методики для тренування пам'яті, уваги та інших когнітивних функцій, спрямовані на підтримку оптимального інтелектуального стану, на розвиток конкретних когнітивних здібностей, які знаходяться на низькому рівні, а також на навчання стратегіям компенсації або відновлення. В основі даного підходу лежить ідея про те, що при тренуванні, спрямованому на вирішення конкретного завдання, будуть розвиватися когнітивні здібності, необхідні при виконанні подібних завдань.

Позитивний вплив на пізнавальні функції надають фізичні вправи. Перевага надається аеробному тренінгу, силовому і баланс-тренінгу, вправам на опір і розтягнення, навчанню з виконання подвійних завдань. Фізична активність добре впливає на стан головного мозку, серцево-судинну систему і когнітивні функції пацієнтів. Відзначено її сприятливий вплив на ангіо- і артеріогенез.

Психотерапевтичні підходи, медитація, йога зменшують вираженість тривожних порушень і депресії, що призводить до зменшення порушень пізнавальних функцій, і, можливо, зниження швидкості їх прогресії. Під час медитації посилюються функціональні зв'язки між основними відділами головного мозку, що визначають когнітивний статус, – корою задньої частини поясної звивини, префронтальною корою і лівим гіпокампом. Пацієнти, що регулярно виконували медитацію, мали достовірно нижчий рівень стресу та демонстрували тенденцію до меншої вираженості атрофії гіпокампу [2].

Набирає популярність арт-терапія – метод психотерапії, заснований на мистецтві і творчості. За даними фахівців, арт-терапія позитивно впливає на стан когнітивних функцій і поведінку у пацієнтів з деменцією, підвищує самооцінку, здатність до спілкування, зменшує тривогу і депресію [2].

У комплексній реабілітації пацієнтів з когнітивними розладами доцільно застосовувати дієту з низьким вмістом тваринних жирів і достатньою кількістю риби, овочів, фруктів і оливкового масла (так звана середземноморська дієта). Розглянуті різні механізми дії цієї дієти: антиоксидантний ефект, профілактика серцево-судинних захворювань та інсульту, позитивний вплив на амілоїдогенез тощо. При дотриманні відповідних дієтичних рекомендацій відбувається статистично значуще зниження ризику розвитку когнітивних порушень.

За допомогою функціональної нейровізуалізації, а також на біологічних моделях показано, що при використанні немедикаментозних методів реабілітації когнітивні функції можуть поліпшуватися, в тому числі внаслідок стимуляції нейропластичності – здатності головного мозку змінювати структурні зв'язки за рахунок реорганізації нейронних мереж залежно від умов зовнішнього середовища [2]. Нейропластичність у літніх людей активується при когнітивній діяльності, наприклад при плануванні і контролі виконуваних дій. Таким чином, повсякденна когнітивна діяльність, особливо навчання

новому, сприяє появі нових і збереженню вже існуючих нейронних мереж, що само по собі є захистом від розвитку когнітивних розладів [3].

Таким чином при комплексному підході до ведення пацієнтів з когнітивними порушеннями з використанням різноманітних методів корекції, роботи з родичами хворих, дає дуже хороший результат, сповільнює прогресування захворювання, а також покращує пізнавальні функції.

Література

1. Зозуля І. С., Сич Н. С., Боброва В. І. Когнітивні та емоційні порушення у хворих у гострий період інфаркту мозку. Український неврологічний журнал. 2010. № 2. С. 36-40.
2. Левин О. С., Дударова М. А., Усольцева Н. И. Диагностика и лечение постинсультных когнитивных нарушений. Consilium medicum. 2010. № 12 (2). С. 5-12.
3. Захаров В. В., Вахнина Н. В. Инсульт и когнитивные нарушения. Неврология, нейропсихиатрия, психосоматика. 2011. № 3 (2). С. 8-16.

Мосейчук Андрій

студент 1 курс магістратури

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Гальченко Л.В.

ЗВ'ЯЗОК МІЖ ФІЗИЧНОЮ ПІДГОТОВЛЕНІСТЮ ФУТБОЛЬНОГО АРБИТРА ТА ПРИЙНЯТТЯМ РІШЕНЬ ПІД ЧАС ГРИ

Актуальність. Футбол – найпопулярніший вид спорту на планеті. Усі захоплюються грою футболістів, які забивають голи, виграють матчі та роблять шоу. Проте, мало хто приділяє увагу у цій грі людині, без якої не можливий жодний матч. Ця людина – арбітр. Арбітри виконують об'єм фізичної та розумової роботи не менший за гравців, але саме від їх рішень інколи може залежати підсумок матчу. Тому, щоб завжди бути близько до ігрових моментів, обирати правильну позицію та приймати рішення, необхідно мати добру фізичну підготовленість, оскільки від неї залежить результат їхньої роботи.

Метою статті є визначення зв'язку між фізичною підготовленістю футбольного арбітра та прийняттям рішень під час гри.

У середньому арбітри приймають 245 рішень за гру, приблизно одне рішення кожні 22 секунди. Частіше, ніж будь-який з польових гравців торкається м'яча. Частіше, ніж це помічають глядачі, тому що тільки 35 з цих 245 рішень призводять до зупинки гри. Це дуже великий обсяг роботи і відповідальності для однієї людини. Неправильних рішень набагато менше, ніж нам здається: в середньому судді роблять лише 5 помилок за гру з 245 ситуацій і виявляються правими в 98% випадків [4]. До слова, за інформацією ФІФА,

VAR (відео асистент рефері) на чемпіонаті світу 2018 приводив до правильних рішень в 99,3% випадків - тобто судді відстали від технології не так сильно [5].

Погана новина в тому, що кількість рішень, які арбітру потрібно прийняти, неминуче зростає - за останні два сезони їх кількість вже зросла на 6%. Крім іншого, футбол став різкіше, тому суддям доводиться робити на 70% більше прискорень, ніж ще вісім сезонів тому. Цей процес не зупиниться, швидкість буде збільшуватися. Тут криється головна проблема суддів: вони не завжди встигають за розвитком гри і іноді приймають не зовсім правильні рішення, навіть маючи потрібну інформацію на руках [4].

На думку Брайана Холла, колишнього рефері, який судив ЧС-2002, зауважує: «Чим сильніше втомлюється тіло, тим гірше працює мозок. Не можна допустити, щоб втома впливала на здатність приймати рішення».

Відповідно до теорії функціональних систем, всі системи організму людини взаємопов'язані. Зокрема, як зазначає П.К. Анохін фізична і психічна працездатність людини взаємообумовлені, що необхідно враховувати під час підготовки, оскільки перерозподіл кровотоку в мозку людини, в залежності від фізичного навантаження впливає на розумову діяльність, наслідком чого є помилки в прийнятті рішень в процесі змагань [1].

На думку Чаплина Марка арбітру недостатньо просто вміти прийняти правильне рішення, і за прикладами далеко ходити не треба. Сучасний рефері повинен бути таким же атлетом, що і футболісти. По ходу матчу суддя пробігає від 10 до 13 кілометрів. Однак найбільша різниця, або ж суттєвий прогрес, полягає в кількості ривків за гру. Зараз суддя робить їх близько п'ятдесяти за матч, що можна порівняти з показниками футболістів [3].

Більшість найважливіших рішень арбітр приймає наприкінці матчу і для того, щоб правильно оцінити ситуацію, він повинен бути якомога ближче до ігрового моменту. Якщо арбітр вже втомився, то він буде думати перш за все як би йому встигнути за розвитком атаки, а прийняття рішення відходить на другий план. Саме у ці секунди й виникає найбільша вірогідність зробити помилку [2].

Здорове тіло, тверезий погляд і холодний розум - три невід'ємні якості, необхідних сучасному рефері.

Висновки. Для уникнення подібних ситуацій арбітр повинен мати високий рівень фізичної підготовленості і його мозок буде спрямований лише на прийняття вірного рішення. Тому, під час побудови тренувального процесу та підготовки до проведення матчу, обов'язково необхідно враховувати взаємозв'язок між фізичною підготовленістю та роботою мозку, яка у даному випадку виражається у вигляді прийняття рішень.

Література

1. Анохин П.К. Очерки по физиологии функциональных систем. Москва : Медицина, 1975. 448 с
2. Медвідь А.М. Фізична підготовка як важливий фактор підвищення рівня арбітражу у футзалі. Молодий вчений. 2017. № 3.1 (43.1). С. 206-209.

3. Чаплин Марк. Секреты успеха для арбитра. 2012. URL: <https://www.uefa.com/insideuefa/news/newsid=1747301.html>
4. Dutch Referee Blog. URL: <https://www.dutchreferee.com>
5. Fédération Internationale de Football Association. URL: <https://www.fifa.com>

Оніщук Вікторія
студентка 2 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Бессарабова О.В.

ВИКОРИСТАННЯ ПРОФІЛАКТОРА ЄВМІНОВА ПРИ МІЖХРЕБЦЕВИХ ГРИЖАХ

Актуальність. У сучасному світі захворювання хребта є однією з найсерйозніших проблем суспільства. Такі фактори, як малорухливий спосіб життя, сидяча робота і нерівномірний розподіл фізичних навантажень, викликають болі в області спини, а також серйозні порушення в роботі в різних відділах хребта. Хвороби, пов'язані з хребтом, вразили більше половини населення, що проживає на нашій планеті. Мабуть, однією з найбільш поширених з них є міжхребцева грижа, що приносить не тільки фізичні, але і душевні страждання.

Міжхребцева грижа – це одне з найнебезпечніших і складних захворювань опорно-рухового апарату. Причиною виникнення грижі диска можуть бути самі різні чинники і умови: неправильна постава, надмірні навантаження на хребетний стовп, травми, нерозвиненість м'язового корсету та також можуть впливати вікові зміни. Хвороба виникає в результаті розриву міжхребцевого диска. Утворена при цьому грижа, випинаючись назад і в сторону, тисне на корінець нерва в місці його виходу з спинномозкового каналу і викликає запалення, що супроводжується набряком [1]. Згідно статистичних даних міжхребцеві грижі є у 80% населення до 30 років, а після 40 років цей показник складає вже близько 90%, і у кожної п'ятої людини зі ста є джерелом болю.

Мета дослідження – на основі аналізу літературних даних визначити особливості використання профілактора Євмінова при міжхребцевих грижах в лікувально-профілактичних цілях.

Вправи для хребта на дошці Євмінова – це лікувально-профілактичний комплекс, спрямований на витягування хребців під вагою власного тіла. В основі методики лежить розвантаження хребта шляхом дозованого витягування та активного його живлення за допомогою навантаження коротких м'язів хребта.

Методика Євмінова – запатентована і затверджена Міністерством охорони здоров'я України методика лікувальної фізкультури (кінезотерапії) для лікування, відновлення і профілактики захворювань хребта в будь-якому віці, схвалена МОЗ, Академією медичних наук України та рекомендована для

використання в лувальнo-профiлактичних установах рiзного профiлю, спортивних i тренувальних залах, на виробництвi i в домашнiх умовах [2].

Для лiкування i профiлактики мiжхребцевої грижі застосовують комплекс гiмнастичних вправ. Бiльшiсть рухів виконують в лежачи на спинi i животi, а також при необхідностi крiплення стопами. При систематичних заняттях на тренажерi Євминова сполучна тканина мiжхребцевих дискiв з потоком кровi отримує кориснi речовини, вiтамiни, мiкроелементи, воду. Плавне i повiльне виконання призводить до розтягування скелетної мускулатури, полiпшуються регенеративнi функцiї органiзму.

Вправи проводяться на похилiй площинi, йде поступова витяжка хребта, i пiд вагою власного тiла відбувається розтяжка хребта. Хребцi вiдходять один вiд одного, збiльшуються мiжхребетнi промiжки i тим самим випрямляється проблемний диск. Для досягнення результату на дощцi слiд займатися вiд мiсяця до трьох.

Витягування хребта необхідно для розвантаження мiжхребцевих дискiв, внаслiдок чого буде відбуватися звiльнення затиснутих нервових закiнчень. В процесi розслаблення i витягнення поступово нормалiзується тонус спазмованих м'язiв. Процес розслаблення i витягнення стає максимально продуктивнiм за рахунок змiни кута нахилу дошки з урахуванням стану хребта, ваги людини i завдань, що вирiшуються в данiй вправi [3].

Висновки. Отже, за допомогою використання профiлактора Євминова в профiлактичних та лiкувальних цiлях відбувається витягування i розтягнення хребта, зняття компресiї з мiжхребцевих дискiв i усунення больових симптомiв, збiльшення i нормалiзацiя кровопостачання всiх вiддiлiв хребетного стовпа.

Лiтература

1. Фiзична реабiлітацiя пiсля мiнiнвазивного видалення мiжхребцевої грижі у грудному вiддiлу хребта. URL : <https://ela.kpi.ua/handle/123456789/26867>. (Дата звернення 22.02.2021)
2. Реабiлітацiя на профiлакторi Євминова. URL : <http://fitline-kh.com.ua/evminov/>. (Дата звернення 25.02.2021)
3. Методика Євминова – етапи вiдновлення хребта. URL : https://evminov-kudryashova.od.ua/o_metodike_evminova/. (Дата звернення 20.02.2021)

Осипчук Лілія
студентка 2 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Сидорук А.В.

АНАЛІЗ ОРГАНІЗАЦІЙНИХ ТА ЕКОНОМІЧНИХ ПРОБЛЕМ РОЗВИТКУ ЕКСКУРСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Сучасний ринок туристичних послуг включає великий спектр культурно-розважальних послуг, причому одним з найбільш поширених видів послуг як в українському, так і зарубіжному туризмі є екскурсійне обслуговування. Екскурсійна діяльність є однією з основних складових туристичного продукту. Сучасний туристський ринок вимагає нового підходу до організації екскурсійної діяльності, із застосуванням інноваційних технологій. Також, екскурсія, розкриваючи і ознайомлюючи з культурним потенціалом різноманітних екскурсійних об'єктів, забезпечує самореалізацію людини, сприяє розвитку соціально-активної, культурно освіченої, морально здорової особистості [2].

Мета – проаналізувати організаційні та економічні проблеми розвитку екскурсійної діяльності.

Сучасні цілі організації екскурсійної діяльності орієнтовані на удосконалення і розвиток в першу чергу внутрішнього та міжнародного туризму, що у свою чергу вимагає якості виробничих і управлінських процесів, які мають бути відображені у гармонізації стандартів із світовими вимогами, в першу чергу з ЄС [4].

На сьогодні, Україна являється туристично розвиненою країною, де попит на туристично-екскурсійний продукт росте все більше і більше. Туризм в Україні залишається перспективним напрямком розвитку національної економіки. Проте Україна, як туристична принада, залишається мало відомою, навіть для самих українців. Більшість унікальних місць відвідання пустує. Внутрішній туристичний потік зменшується. За даними Державної служби статистики України, починаючи з 2010 р. кількість внутрішніх туристів в Україні скоротилась з 649 тис. до 453 тис. в 2016 році. Причини занепаду внутрішніх туристичних потоків в Україні різні. Серед них можна виокремити: погіршення економічної ситуації в державі; збройний конфлікт через політичну нестабільність та, як наслідок, втрата туристичних об'єктів; неконкурентність інфраструктури; відставання експозиційної та виставкової діяльності українських музеїв від рівня світових. Це стає причиною скорочення не лише внутрішніх туристичних потоків, але й зовнішніх [5].

Відкидаючи економічні фактори (оскільки постійно зберігається група людей, що може дозволити, у фінансовому плані, мандрівки), військово-політичні (більшість території України перебуває у зоні стабільності), враховуючи тенденції до збільшення кількості короткострокових відпочинків, варто звернути увагу на стан екскурсійної справи та її роль в розвитку внутрішнього туризму в Україні. За даними соціологічних досліджень, при

плануванні відпочинку 52 % туристів світу, в тому числі й Україні, обирають метою своєї поїздки дозвілля. Відвідання музеїв, історичних пам'яток, парків, заповідників є обов'язковим пунктом відпустки більшості туристів. Основною формою виконання цього пункту є екскурсії. Для багатьох країн світу екскурсійна діяльність є однією з основних статей прибутку до бюджету. Проте останніми роками в Україні, на жаль, зберігається динаміка до зменшення кількості екскурсантів [3].

Характеристика ринку екскурсійних послуг для організації ЕД виражається в його функціях, ємності, виявленні суб'єктів ЕД, попиту та пропозиціях екскурсійних послуг, виробництві та споживанні екскурсійного продукту. Функції ринку екскурсійних послуг відображають форми здійснення ЕД і її призначення в суспільстві.

Розвиток туристичної галузі в Україні піддається впливу багатьох факторів, у тому числі екскурсійна діяльність. За останні роки ми маємо констатувати зниження активності екскурсійної роботи як у самих музеях, так і суб'єктах туристичної діяльності. Це призводить до зменшення кількості внутрішніх туристів та зростання чисельності виїзного туризму. Зниження рівня екскурсійного обслуговування музеїв відбувалося через низький рівень їхнього фінансування, застарілість підходів до організації експозицій, зменшення замовлень від турагентів, фінансових складнощів громадян. Існує прямий взаємозв'язок між кількістю музеїв, чисельністю музейних предметів у них та кількістю відвідувачів. Додавались до цього і фактори щільності заселення, рівня та можливостей самих музеїв – національні, обласні, міські та ін. Стрімкі темпи розвитку демонстрували музеї великих міст, що мали значний фондний запас та високу суспільну значимість музейних предметів.

Отже, головною причиною зниження цікавості екскурсантів до музеїв є застарілість їх форм роботи та відсутність нових цікавих експозицій. Сучасні музеї вже давно змінили свій вигляд, перетворились на центр не лише зберігання давніх артефактів, але й передових технологій, розваги, навчання, дозвілля. Домінування застарілих форм роботи роблять українські музеї нецікавими, одноманітними та незмінними. Сьогоднішній екскурсант хоче бачити щось більше, ніж традиційну оглядову чи музейну екскурсію [1].

Використання нових інноваційних видів і форм проведення екскурсії, впровадження сучасних технологій в екскурсійну діяльність – це ті вимоги, які висуває екскурсант ХХІ століття. Такі вимоги дають нові поштовхи для розвитку сучасної екскурсійної справи, змушують виробників туристично-екскурсійних послуг активно звертатись до інновацій у сфері екскурсійного обслуговування.

Література

1. Бабарицька В. Екскурсознавство і музеєзнавство. Київ : Альтерпрес РА, 2012. 444 с.
2. Король О. Організація екскурсійних послуг у туризмі URL : https://tourlib.net/books_ukr/korol-ekskurs1-1.htm.

3. Нездойминов С. Региональные проблемы развития экскурсионного туризма. URL : <http://dspace.oneu.edu.ua/jspui/bitstream/>.
4. Основні етапи розвитку екскурсійної діяльності. Виникнення і розвиток екскурсійної справи в Україні URL : <https://lektsii.org/13-55653.html>.
5. Слатвінська Л. Організація екскурсійної діяльності: економічний вектор URL : <http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=5596>.

Полозок Антон
студент 1 курсу магістратури
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Сидорук А.В.

СЕРВІСНА ДІЯЛЬНІСТЬ У РЕСТОРАННИХ ЗАКЛАДАХ

Останнім часом громадське харчування, як галузь у цілому, так і сфера ресторанної індустрії зокрема, відчуло на собі суворі вітри економічних реформ, приватизації та криз. Але, не зважаючи на усі економічні негаразди, сфера ресторанного бізнесу має тенденцію до зростання. Сьогодні українські ресторани заклади пропонують своїм відвідувачам страви кухонь понад 30 народів світу. За результатами досліджень виявлено, що у ресторанній індустрії намітилася тенденція до об'єднання страв різних етносів у рамках одного закладу, що дозволяє запропонувати гостям максимум гастрономічного розмаїття.

Фундаментальні аспекти сучасних форм організації і роботи у ресторанному бізнесі, розвитку ресторанної справи України знайшли своє відображення у працях таких вчених, як А.І. Усіна, Т.П. Кононенко, Н.В. Полстяна, І.В. Хваліна, О.Л. Іванік, Г.Б. Мунін, А.О. Змійов та ін.

Метою статті є аналіз сервісної діяльності у закладах ресторанного господарства.

Сучасний ресторанний бізнес, як ніколи раніше, пропонує широкую номенклатуру послуг. Стандартні вимоги до здійснення послуг задекларовано у ДСТУ 3279-95 «Стандарти послуг. Основні положення», ГОСТ 30335-95 «Услуги населению. Термины и определения», ГОСТ 30523-97 «Услуги общественного питания. Общие требования» (останні два є міждержавними стандартами, визнаними Україною як національні). У цих нормативно-технічних документах наведено стандартний перелік послуг для населення, що користується продукцією та послугами закладів (підприємств) громадського харчування. Але в ресторанній справі немає меж досконалості, тому й з'являються нові їх види : послуги сомельє, години фортуни та щасливі години для гостей; гастрономічні шоу; урочиста презентація страв; бар-шоу; рибалка та кулінарне приготування у присутності гостя; караоке; кімнати для паління; знижки постійним клієнтам; виїзний кейтерінг з організацією дозвілля та широким спектром різноманітних послуг; відпочинок та розваги на воді, землі та в повітрі тощо [2].

Ресторанні заклади України умовно можна поділити на три групи: національні (у повному обсязі представлена національна кухня народів світу; інтер'єр включає елементи національного декору, етнічні предмети вжитку); з предметною спеціалізацією; швидкого обслуговування; тематичні (або концептуальні, тому що створювалися «під ідею», за певною концепцією); без чіткого спрямування.

Зберігаючи кращі традиції національної кухні, ресторани є візиткою гостинності міста, певною формою проведення дозвілля і спілкування, ознакою престижу та фінансового достатку. Кожен ресторан відрізняється від інших власним стилем: національний, епохи лицарських турнірів і замків, сільський, мисливський, річковий, елітний, царський тощо. Серед атрибутів інтер'єру можна побачити картини, фонтани, каміни, акваріуми, композиції з декоративних квітів, ігрові автомати тощо. Але основне, що складає престиж, – смачні страви та широкий асортимент, кулінарна майстерність, професійний рівень обслуговування клієнтів, інфраструктура сервісу, гостинний прийом.

Незважаючи на те, що вибагливість ресторанної публіки останнім часом зросла, глибинна природа її очікувань незмінна. Гості хочуть від персоналу сервісу, а саме: ввічливості, вільної орієнтації в пропозиціях закладу, сумлінності, чесності, готовності допомогти. Високий рівень наданих послуг неможливий без дружелюбності, знання стандартів, професіоналізму персоналу. Очевидно, що питання культури обслуговування в ресторанных практиках є актуальним і доцільним. Перед службами сучасного сервісу стоїть завдання поєднання національних особливостей та міжнародних принципів сервісної культури. Безліч нових аспектів культури сервісу набувають у наші дні загального міжнародного характеру. Тому в першу чергу слід акцентувати увагу на раціональних вимогах до культури праці, пов'язаних із технічною та технологічною стороною сервісу, якістю і динамікою його розвитку, психологією та естетикою обслуговування [2].

Філософія обслуговування розкриває соціальне призначення сервісної діяльності в суспільстві та житті людей, обґрунтовує той внесок, який може бути зроблений в цьому напрямі персоналом закладу. Культуру обслуговування жодним чином не можна зводити до посадової інструкції або переліку етичних правил обслуговування. Розглядаючи виробників і споживачів послуг як рівноправних партнерів, визначаючи їх спільні цілі в сервісній діяльності, філософія здатна продукувати єдині духовні цінності (наприклад, «клієнт завжди правий»), тим самим узгоджуючи і гармонізуючи їх поведінку. У свою чергу, злагоджені дії і взаєморозуміння всіх учасників сервісної активності ведуть до того, що позитивний ефект обслуговування посилюється в рази. У цьому випадку на підприємстві (в ресторані, наприклад) панує дух доброзичливості та гарного настрою. Головне в тому, що цим настроєм заражаються клієнти, несучи його з собою. Подібний оптимістичний настрій здатний повернути їх до цього закладу гостинності ще не один раз [1].

Отже, використовуючи національні традиції обслуговування, що відповідають сучасним вимогам і підвищують ефективність сервісної діяльності, ресторатори ідентифікують підприємство на ринку, формуючи його

позитивний імідж. Належний сервіс є свідченням того, що послуга є якісною, а досконале обслуговування споживачів вигідне для всіх. Культура обслуговування спрямована на обслуговування гостей на основі вироблення певних правил, процедур, практичних умінь і навичок. У свою чергу, культура обслуговування диктується політикою підприємства, підтримується системою заохочень персоналу обслуговування і низкою інших заходів.

Література

1. Гарбар Г.А. Гостинність в соціокультурній сфері туризму як головний предмет філософського аналізу. URL: <http://tourlib.net>.
2. Толок Г.А. Сервісна діяльність як елемент культури в ресторанних практиках. УКРАЇНСЬКА КУЛЬТУРА: минуле, сучасне, шляхи розвитку. Наукові записки Рівненського державного гуманітарного університету. Випуск 18, 2012. URL: <https://cutt.ly/wc8W1c3>.
3. Яшина О.В. Особливості розвитку ресторанного господарства в Україні. Матеріали конференції «Наукова індустрія європейського континенту – 2010». URL: https://tourlib.net/statti_ukr/yashyna.htm.

Прокопенко Данило

студент 2 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: ст. викладач Іванська О.В.

БІОСОЦІАЛЬНА СУТНІСТЬ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Актуальність. Здоров'я – як особливе соціальне відношення все більшою мірою стає структуроутворюючим фактором соціального буття, що реалізується в суб'єктній життєдіяльності конкретних індивідів. Змінюються зміст, ємність, смислові показники фізичного, психічного, духовного здоров'я людини і змінюються вимоги до здоров'я. Розглядаючи здоров'я як особливий соціальний феномен, необхідно виділити наступні аспекти. Перший – це здоров'я як надіндивідуальний стан у співвідношенні до товариства як суб'єкта історії, другий – це особливе суб'єктне ставлення до здоров'я і здоров'я в суб'єктних відносинах індивідів, суспільства та індивідів в їх складній взаємодії та по третє – це здоров'я як підстава самовизначення і міра свободи індивіда як суб'єкта історії.

Мета дослідження – визначити здоров'я людини, як біосоціальна сутність.

Завдання дослідження – оцінити біосоціальну сутність людини.

Результати досліджень. В даний час здоров'я це цінність для індивіда не тільки збереження можливості своєї дієвості, та цінність здоров'я, але і як особистісно необхідний компонент, що забезпечує особисту представленість

людини в суспільстві. Здоров'я як особливої форми прояву природної сутності людини набуває реальну загальність. Не просто суспільно значущим стає здоров'я, коли людина піклуватися про нього, а суспільство про його здоров'я, а й об'єктивно вводиться такий напрямок, як вивчення здоров'я здорової людини. Здоров'я людини, визначання ВООЗ – це стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів [1].

Фізичне здоров'я визначається станом і функціонуванням організму. Якщо людина фізично здоровий, то вона може виконувати всі свої поточні обов'язки без зайвої втоми. У нього достатньо енергії, щоб успішно навчатися в школі і робити всі необхідні справи вдома. Душевне здоров'я визначається тим, наскільки людина задоволена собою і як успішно справляється зі своїми щоденними функціями. Якщо людина душевно здоровий, він задоволений своїми досягненнями і може робити висновки зі своїх помилок. Для підтримки душевного здоров'я необхідно приділяти достатньо часу відпочинку і захопленням, мати можливість отримувати новий досвід і ділитися своїми почуттями і переживаннями з іншими людьми, які можуть його зрозуміти. Соціальне здоров'я залежить від того, наскільки людина вміє контактувати з іншими людьми. Соціально здорова людина може встановлювати і підтримувати відносини в суспільстві, він поважає права людей, вміє надавати допомогу і здатний сам прийняти її, підтримує здорові відносини з родичами, вміє знаходити нових друзів, вміє висловити свої потреби і потреби так, щоб вони стали зрозумілі оточуючим [2].

Поза дихотомії «біологічне-соціальне» термін «соціальне» застосовується як антонім поняття «індивідуальне» так, в найавторитетніших виданнях по зоопсихології склалася практика вживання словосполучення «соціальна поведінка тварин». Не ставлячи під сумнів правомірність вживання терміна «Соціальне» в зазначеному сенсі, необхідно відзначити його суттєва розбіжність з поняттям. Важливо підкреслити, що це велика різниця в змісті поняття «соціальне» при його визначенні через дихотомію «тварина-людина» в порівнянні з визначенням через дихотомію «індивід-спільнота» ясно проявилось лише на сучасному етапі розвитку психологічної науки, в першу чергу завдяки досягненням біологічних наук.

Висновки. Таким чином, потреба в біосоціальних технологіях з'являється тоді, коли виникає необхідність управляти процесами розвитку людини, а також вибирати і використати найбільш раціональні з точки зору ефективності дії. При цьому може йтися як про множинність суб'єктів соціального управління, так і про полімодальності способів вирішення соціальних проблем, ґрунтованих не лише на інтелектуальній рефлексії, але і на реальній практичній діяльності людей. Біосоціальне здоров'я може бути розглянуті як один з видів соціальної діяльності, спрямований на встановлення певної впорядкованості діяльності через систему норм, правил, обмежень.

Література

1. Головатий С. Тріада європейських цінностей – верховенство права, демократія, права людини – як основа українського конституційного ладу. Частина третя: права людини (стаття 3 Конституції України) Право України. 2015. №1. С. 13–92.
2. Рабінович П. Соціально-природні права й обов'язки людини та інших суб'єктів як елемент загально-соціальної правової системи Правова система України: історія, стан та перспективи : у 5 т. Т. 1: Методологічні та історико-теоретичні проблеми формування і розвитку правової системи України Харків Право, 2008. С. 129–147.
3. Шевцов А. Г. Освітні основи реабілітології : [монографія] Київ МП «Леся», 2009. 483 с. 18.
4. Яхиел П. Социология и социальная практика. Київ Наука, 2000. 248 с.

Пучкова Анастасія

студентка 2 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: ст. викладач Іванська О.В.

СУЧАСНІ МЕТОДИ ОЦІНКИ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ

Актуальність. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) Україна є країною № 1 в Європі і № 2 в світі в рейтингу смертності від серцево-судинних захворювань. Серцево-судинні захворювання – клас захворювань, які пов'язані з патологією серця або кровоносних судин. Це перша причина смерті в світі: щорічно більше людей помирає від ССЗ, ніж від будь-якої іншої причини. За оцінками ВООЗ 17,9 мільйона людей загинули від ССЗ у 2016 році, що становить 31% від усіх смертей у світі. З них 85% смертей – через серцевий напад та інсульт. Люди з серцево-судинними захворюваннями або які мають високий серцево-судинний ризик (через наявність одного або декількох факторів ризику, таких як гіпертонія, діабет, гіперліпідемія тощо), потребують раннього виявлення та лікування, використовуючи консультації та ліки, якщо це необхідно. Більшості захворювань можна запобігти, враховуючи поведінкові фактори ризику, такі як: вживання тютюну, нездорове харчування та ожиріння, фізичну бездіяльність та надмірне вживання алкоголю, за допомогою загальнонаселених стратегій [2].

Мета дослідження – проаналізувати дані та визначити сучасні методи дослідження функціонального стану серцево-судинної системи.

Об'єкт – сучасні методи дослідження функціонального стану серцево-судинної системи.

Методи оцінки функціонування серцево-судинної системи – комплекс методів вивчення фізіологічного забезпечення психічних процесів по

показниках діяльності ССС. Серцево-судинна система виконує сумісні функції, забезпечуючи стабільність життєвого середовища організму. Серцевий м'яз і кровоносні судини діють узгоджено, щоб задовольняти постійні можливості всіх органів організму та служить мережею для постачання й зв'язку, оскільки із кровотоком надходять поживні речовини, кисень, продукти розпаду, гормони. Індикатори активності серцево-судинної системи включають:

- ритм серця (РС) – частоту серцевих скорочень (ЧСС);
- сила скорочень серця – чинність, з якої серце накачує кров;
- хвилинний об'єм серця – кількість крові, що проходить через серце за одну хвилину;
- артеріальний тиск (АТ) різні його види;
- регіональний кровоток – показники локального розподілу крові.

Для того, щоб оцінити функціональний стан ССС використовують певні методи, які поділяються на інвазивні та неінвазивні.

Неінвазивні – визначення стану не проводячи втручання у внутрішнє середовище організму.

1. Рентгеноскопія серця – променевої діагностики для виявлення патологічних змін анатомічних структур.

2. Ехокардіографія – діагностичний метод графічної реєстрації серцевих тонів і шумів, дозволяє записувати ультразвукові коливання відбиті від різних поверхонь серця, внутрішніх і зовнішніх стінок, клапанів а також дає морфологічну характеристику.

3. Кардіоінтервалографії (КІГ) або ритмограма – це метод вивчення тону вегетативної нервової системи за допомогою аналізу зміни серцевого ритму [4].

4. Полікардіографія – синхронна реєстрація ЕКГ, ФКГ і каротидної сфігмограми – метод дослідження серцевої діяльності, направлений на вивчення фазових компонентів серцевого циклу.

Інвазивні – методи внутрішньосудинних та внутрішньосерцевих вимірювань, в яких використовується спеціальні катетери. За допомогою них можна отримати дані про тиск в порожнинах серця і прилеглих судин, здійснити зняття проб крові і визначити вміст кисню в крові. Через катетер вводиться рентгеноконтрастна речовина для отримання рентгенівських показників: електричну активність різних відділів серця та тони серця, отримання рентгенівський результат різних судин та камер у різні фази серцевого тиску. Цей метод має назву ангіокардіографія [1].

Висновки. Отже з даної роботи можна зробити висновок, що серцево-судинними захворюваннями має кожен 2-й українець. За останні роки серцево-судинні захворювання забрали життя 392 тис. українців. Існують різні методи дослідження функціонального стану серцево-судинної системи, поділяються на інвазивні та неінвазивні. Тому на сьогоднішній день дуже важливо слідкувати

за станом здоров'я ССС, а також бути проінформованими щодо сучасних методів оцінки функціонального стану ССС та вести контроль.

Література

1. Вакуленко Л.О. Основи фізичної реабілітації : навчальний посібник Тернопіль : ТНПУ, 2010. 234 с.
2. Маліков М.В., Богдановська Н.В. Основи реабілітації : навчальний посібник. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2007. 308 с.
3. Магулка І.В. Медична, соціально-трудова та професійна реабілітація хворих працездатного віку, які перенесли геморагічний інсульт: автореферат дисертації. Київ: НМАПО, 2017. 26 с.
4. Кукса Н.В., Копитіна Я.М., Ткаченко К.О. Реабілітація постінсультних хворих: Сучасні тенденції та програмне забезпечення в умовах санаторію. Суми. 134-142 с.

Руленко Владислав

студент 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

ОСОБЛИВОСТІ МІМІЧНОЇ ГІМНАСТИКИ ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ КОГНІТИВНИХ РОЗЛАДІВ У ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ

Міміка – це мистецтво виявляти свої думки, почуття психічний та інші стани за допомогою виражальних рухів м'язів обличчя [1].

Людське спілкування – це не тільки мовлення і слухання, але і складний процес мимічних дій і рухів тіла. Ні слово, ні мова не може існувати поза рухової активності людини. Зрозуміло, що безпосередньо контактне спілкування здійснюється не тільки за допомогою мови, але й за допомогою невербальних засобів комунікації-жестів, міміки, пози, голосових, інтонаційних модуляцій мови [1].

Мета роботи – розглянути особливості мимічних вправ для людей похилого віку та визначити роль мимічної гімнастики для профілактики когнітивних порушень.

Аналіз останніх публікацій та досліджень. Когнітивні функції мозку - це здатність розуміти, пізнавати, вивчати, усвідомлювати, сприймати і переробляти зовнішню інформацію. Це функція центральної нервової системи. Гнозис - сприйняття інформації та її обробка, амнестичні функції - це пам'ять, праксис і мовлення - це передача інформації. При зниженні зазначених мнестіко-інтелектуальних функцій говорять про когнітивні порушення, когнітивний дефіцит.

Порушення когнітивних функцій є одним з найбільш частих неврологічних симптомів. Зниження концентрації уваги, погіршення пам'яті –

найчастіші скарги пацієнтів у невролога. Когнітивні порушення зустрічаються у постінсультному періоді, при розсіяному склерозі, як наслідок хронічної цереброваскулярної недостатності та при інших захворюваннях. По ступеню виразності когнітивні порушення поділяють на легкі, помірні і тяжкі.

Деменція – один з видів тяжких когнітивних порушень. Клінічна картина деменції складається з когнітивних, поведінкових, емоційних розладів і порушень у повсякденній діяльності. Для дослідження когнітивних функцій використовують клінічні методи (збір скарг, анамнезу хворого) і нейропсихологічні тести. Вибір терапевтичної тактики залежить від причини і вираженості когнітивних порушень. Поліетіологічність біологічної природи когнітивних розладів обмежує можливості їх фармакотерапії, тому для таких пацієнтів, в основному, проводяться програми поведінкової, психологічної, корекційно-педагогічної реабілітації [2].

Мімічна гімнастика передбачає ряд правил:

- Важливо стежити за тим, щоб при вправах були задіяні тільки ті м'язи, які роблять цей рух, інша мускулатура повинна бути розслаблена.
- Важливо робити вправи якісно, краще перед дзеркалом, допомагаючи собі «поправляти» обличчя руками і домагаючись його симетрії.
- Спочатку вправи можна робити подумки, а потім безпосередньо активно. Це дасть можливість зосередитися і зробити все правильно. Уявне виконання вправ додатково активізує нервову систему.
- Для відновлення посмішки можна спробувати розсмішити пацієнта, наприклад, шляхом розповідання йому якогось анекдоту. Здорова сторона особи повинна дотримуватися руками, щоб м'язи були розслаблені. Заздалегідь треба попередити, що буде смішно, і увага повинна бути сконцентрована саме на ураженій стороні [1].

Таким чином, основна мета мімічної гімнастики – поліпшення кровообігу в області голови і шиї, розслаблення м'язів на здоровій стороні і стимуляція м'язів на хворому боці, також вона розвиває мімічні м'язи та емоційний інтелект [2]. Систематичне і правильне виконання мімічної гімнастики допоможе здійснити профілактику прояву нових ускладнень когнітивних порушень та допоможе відновити мімічні м'язи обличчя.

Література

1. Мімічна гімнастика при невриті, парезі, нейропатії лицевого нерву – прибираємо недуг назавжди URL: <https://fitness.org.ua/mimichna-gimnastika-pri-nevriti-parezi-neiropatii-licevogo/> (дата звернення 28.02.2021)
2. Презентація на тему: "Картинки для мімічної гімнастики" URL: <https://vseosvita.ua/library/prezentacia-na-temu-kartinki-dla-mimicnoi-gimnastiki-283424.html> (дата звернення 28.02.2021)

Руленко Владислав
студент 4 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: викладач Потапова О.В.

БОБАТ-ТЕРАПІЯ, ЯК ВИД АДАПТИВНОЇ ГІМНАСТИКИ У НЕЙРОРЕАБІЛІТАЦІЇ

Серед актуальних питань дитячої неврології провідне місце займає проблема розвитку захворюваності на дитячий церебральний параліч (ДЦП), що досі залишається основною причиною дитячої інвалідності. Головним завданням фізичної реабілітації дітей з ДЦП є розвиток моторних можливостей та рухової функції, що проходить за тими ж етапами та у тій же послідовності, що і у здорової дитини, але за допомогою комплексного застосування методів фізичної реабілітації.

Серед безлічі невирішених на сьогодні питань у медичній сфері України однією з найгостріших проблем є проблема лікування і реабілітації дітей з органічними ураженнями центральної нервової системи. Дитяча інвалідність на 60-70% представлена саме патологією нервової системи. Головною ж патологією нервової системи є дцп. За приблизною оцінкою легкими формами дцп страждають до 10% населення.

Дитячий церебральний параліч – це збірний термін для групи захворювань, які проявляються, у першу чергу, через порушення рухів, рівноваги і положення тіла. Навіть простий рух є складним для виконання при дцп. Саме тому ФР таких пацієнтів є такою важливою для корекції порушень та формування у дитини елементарних рухових навичок.

Одним з важливих напрямів ФР при різних органічних ураженнях центральної нервової системи є Бобат-терапія.

Бобат-терапія (нейророзвиваюча терапія) – концепція ведення фізичної реабілітації пацієнтів з органічними ураженнями мозку (дитячим церебральним паралічем або інсультом), яка має наступні переваги:

- стабільний результат: сформовані навички і досягнутий в ході терапії обсяг рухової активності має незворотній характер, стає частиною особистості дитини;
- є неінвазивною, відсутність ризику травматизації і інфікування;
- є нетоксичною, що не передбачає медикаментозні навантаження;
- відсутність побічних ефектів;
- можливість поєднувати заняття з ігровими елементами дозволяє добре залучати дитину до процесу лікування.

Протипоказана при шизофренії, хронічних захворюваннях в стадії загострення, епілепсії та вираженій судомній патології.

Бобат-терапія успішно застосовується при ДЦП; порушеннях моторного розвитку (гіперкінези, спастика, порушення координації і керованості рухів); дефектах розвитку хребетного каналу; дитячих сколіозах; природжених

вивихах стегна; наслідках травм (в т.ч. післяпологових), операцій, які спричинили втрату контролю над своїм тілом.

Терапія базується на певних принципах:

- Використання еволюційного підходу до терапії відповідно етапам нормального рухового розвитку дитини.
- Спеціальні позиції – у лікуванні використовуються пози і положення тіла або його частин, які пригнічують розвиток патологічних рефлексів.
- Моделювання якісно правильних рухів дитини.
- Колективна робота з дитиною – члени сім'ї дитини, вихователі, логопеди, лікарі та фізичні терапевти, ерготерапевти, неврологи, ортопеди, психологи, педагоги – у реабілітації пацієнта повинні бути задіяні всі можливі напрямки розвитку нервової системи.
- Соціалізація хворого – метою лікування має бути адаптація дитини до повсякденного нормального життя.

Всі дії бобат-терапії орієнтовані на досягнення однієї з трьох цілей: інгібіція, фацілітація та стимуляція дитини на досягнення бажаного результату. Зазвичай всі заняття включають в себе звичні й улюблені дитиною гри або елементи обслуговування, які з часом переходять до самообслуговування.

Основою методики є пасивне переміщення в просторі одного із сегментів стимулює в тілі так звані реакції випрямлення (голови по відношенню до тіла або тіла по відношенню до голови і т.д.), реакції рівноваги або лабіринтові реакції. Все це неусвідомлювані рефлекси рівня проміжного мозку, які в нормі з'являються у віці 6-8 міс. (в найбільш простій формі в 1-6 місяць життя).

Вміла провокація рефлексів випрямлення допомагає провести дитину через всі природні позиції - від лежання, через положення упору стоячи на колінах, сидячи і до позиції стоячи, за допомогою багаторазового повторення навчити його всім необхідним рухам нормального рухового циклу розвиненого здоровою людиною.

Досвідчений терапевт грамотно спрямовуючи рух, контролює правильність його виконання, полегшує стабілізацію тіла при опорі на кінцівки і розвиває здатність утримувати досягнуте положення. В ході таких кінезіотерапевтичних вправ поступово бажані фізіологічні рефлекси починають переважати, а потім і зовсім витісняють небажані патологічні рефлекси.

Вправи підбираються з максимальною відповідністю нормальному фізіологічному руху і поступово формують правильну м'язову пам'ять. Багаторазове повторення закріплює рефлекси, перетворюючи їх в навички, наближені до нормальних, адаптуючи дитину з діагнозом ДЦП або іншими ураженнями рухової активності до самостійного життя.

Допоміжні рухи інструктора не є повністю пасивними. Філософія Бобат-терапії полягає в тому, щоб дочекатися активного співробітництва дитини в лікуванні і давати можливість проявитись його власним активним рухам. Найбільш віддалені від впливу інструктора частини тіла виявляються найбільш активні. В ході курсового лікування інструктор встигає міняти області впливу і всебічно стимулює дитину до розвитку. В результаті вдається домогтися

усвідомлених керованих волею дитини рухів без зовнішньої допомоги, оволодіти основними позиціями опору тіла і видами пересування: повзання та ходіння.

Бобат-терапія пропонує широку палітру прийомів і рекомендацій, які не формулюючи ніяких стійких норм і йдуть від стандартних схем. Це дозволяє реабілітологу, який володіє Бобат-терапією, оптимально пристосовувати відомі вправи до індивідуальних потреб конкретного пацієнта.

Метод спирається на принципах кінезіотерапії (лікування рухом). Методист управляє рухами пацієнта, контролюючи реакції і рухуна рівні голови, плечового поясу і тазового поясу.

Все повинно бути передбачено, щоб перебування батьків з дітьми було максимально комфортним і доброзичливим. Бобат-терапія проводиться з елементами схожої методики, Войта терапії, під керівництвом досвідчених інструкторів. Бобат терапія з елементами Войта терапії може призначатися дітям з першого місяця життя.

Базові рухи Бобат-терапії:

- Розгинання кінцівок і шиї в лежачому на спині положенні.
- У положенні лежачи на животі при зігнутих руках (задіяні всі суглоби) - підняття голови, висування вперед рук з попереднім їх погойдуванням і струшуванням. Під груди підкладається валик.
- Стимуляція перевертання: сегментарна ротація ніг, тазу і тулуба в цілому.
- Повзання рачки: переміщення рук і ніг в правильній послідовності, без проміжних зайвих рухів, з корекцією постановки рук і контролем твердості упору.
- Вироблення правильної посадки: валик між стегнами, притримування дитини за руки з дотриманням правильності посадки і укладання.
- Відпрацювання переходу з сидячого в стояче положення.

Таким чином, Бобат-терапія – це концепція ведення фізичної реабілітації пацієнтів з органічними ураженнями мозку (дитячим церебральним паралічем або інсультом), основним завданням є придушення патологічних рухових моделей, стимулювання більш правильних «нормальних рухів», нормалізація м'язового тону, стимулювання сприйняття власного тіла. Основним способом впливу є зміна взаєморозташування окремих частин тіла, так звана «маніпуляція ключовими точками». Основними ключовими точками є: голова, тулуб, плечовий і тазовий пояс. Застосовуються спеціальні техніки, які є комбінацією екстероцептивних і пропріоцептивних імпульсів, в результаті чого відбувається нормалізація напруги м'язів, а правильний сенсомоторний досвід дозволяє відчувати рух. За допомогою імпульсів з пропріоцептивної (м'язи, зв'язки, сухожилля), вестибулярної і тактильної систем відбувається поліпшення системи контролю, завдяки чому рух краще розуміється і відчувається, що безпосередньо впливає на поліпшення їх виконання дитиною. При систематичних заняттях (від 3 разів за добу, або кілька разів на тиждень) у

всіх спостерігаються позитивні зміни. Терапія не виліковує пацієнта, проте сприяє значному відновленню.

Література

1. URL <https://www.syl.ru/article/323935/bobat-terapiya-osobennosti-obuchenie-uprajneniya-effektivnost-i-otzyivyi>

Самойленко Дмитро

студент 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Гальченко Л.В.

ВІДБІР І ОРІЄНТАЦІЯ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ

Актуальність. Важлива роль у підготовці спортивних резервів належить ефективній системі відбору перспективних юних спортсменів. Аналіз виступів спортсменів на олімпійських іграх і інших крупних міжнародних змаганнях показав, що великих успіхів досягають ті з них, котрі наряду з яскраво вираженою рухливою обдарованістю володіють високим рівнем розвитку моральних і вольових якостей, значною працездатністю, вдосконалено володіють спортивною технікою і тактикою, а також володіють високим ступенем стійкості до збиваючих факторів у змаганнях.

Мета статті: узагальнити досвід провідних фахівців з питань відбору юних спортсменів до секцій на етапі початкової підготовки.

Л.П. Матвеев відмічає, що спортивний відбір і орієнтація – практично безперервний процес, який обіймає собою всю багаторічну підготовку спортсмена. Це обумовлено неможливістю чіткого вияву здібностей на окремому етапі вікового розвитку або багаторічної підготовки, складним характером взаємовідносин між спадковими факторами, які виявляються у вигляді задатків, і набутими, які є наслідком спеціально організованого тренування. Справжні здібності можуть бути виявленими лише в процесі навчання і виховання [2].

На думку Б.Б. Шаповалова необхідною умовою відбору дітей в ДЮСШ є обов'язкове попереднє навчання дітей різним видам спорту. Це забезпечує не тільки оволодіння дітьми корисними для життя навичками, але й значно підвищує ефективність оцінки перспективності дітей. Без масового навчання легко помилитись і прийняти тих, хто краще плаває, бігає або їздить на велосипеді в зв'язку з сімейним вихованням, а не за здібностями. Вже з першою оцінкою перспективності дітей необхідно опиратись на ті якості і здібності, які обумовлюють успіх у кваліфікованому спорті. Перш за все треба орієнтуватися на стабільні, мало змінні в ході розвитку фактори. Цим вимогам відповідають морфологічні ознаки [4].

Останнім часом при відборі перспективних спортсменів все більше використовують м'язову біопсію. Відомо, що від структури м'язової тканини значно залежить здатність спортсменів до досягнення високих результатів в швидко-силових видах спорту або в видах, які вимагають високого рівня витривалості. Тренування не впливає відчутно на скорочувальні властивості волокон різних видів, індивідуальні риси в структурі м'язової тканини загалом обумовлені генетично. Кількість швидкоскорочуваних м'язових волокон у спринтерів дуже велика, вони можуть займати понад 80% від загальної площі поперечного зрізу м'язів кістяка. У спортсменів, які спеціалізуються на середніх дистанціях, це співвідношення змінюється, і їх м'язи мають приблизно однакову кількість волокон різних типів. В структурі м'язової тканини стаєрів переважають м'язові волокна, які скорочуються повільно. Вони можуть займати до 80-90% площі поперечного зрізу м'яза [3].

В процесі початкового відбору, як зазначає Л.В. Волков слід застосовувати педагогічні тести для оцінки рухових здібностей дітей. Причому перевагу слід віддавати тим тестам, які характеризують рухові здібності, зумовлені вродженими задатками, а особливо тим, які дозволяють оцінити швидкісні якості, координаційні здібності, витривалість при аеробній і анаеробній роботі. Наприклад, рівень координаційних здібностей можна визначити з огляду на якість виконання складних вправ у процесі їх вивчення. Оцінка ставиться в залежності від амплітуди рухів, дотримання структурного і ритмічного малюнка вправи, вміння швидко міняти темп рухів у відповідності з завданням [1].

Важливим компонентом огляду дітей під час відбору для занять спортом є визначення їх біологічного віку. Відомо, що від темпів статевого розвитку залежить різниця у рівні розвитку дітей однакового паспортного віку. Досвід відбору дітей у дитячо-юнацькі спортивні школи свідчить, що дуже часто відбирають дітей з прискореним біологічним розвитком, які в подальшому інколи втрачають перевагу. Більших успіхів на подальших етапах спортивного вдосконалення досягають діти з нормальним ходом біологічного розвитку. У цих дітей у віці 16-17 років помічають різке зростання морфофункціональних можливостей організму. Тоді як в акселератів вони стабілізуються або й знижуються. Серед дітей і підлітків, які рано виконують нормативи I спортивного розряду – майстра спорту, більше половини мають ознаки прискореного статевого розвитку. А серед спортсменів, які виконали нормативи майстра спорту міжнародного класу, акселератів уже менше 20%. Істотне значення на початкових етапах відбору має також врахування психічних показників схильності до змагальної діяльності. Основними серед них є прагнення отримувати високі оцінки за виконання завдань, рішучість і наполегливість в ігрових ситуаціях, сміливість у виконанні незнайомих завдань, бажання займатися спортом. А от показники фізичної працездатності для первинного відбору є малоприсадибними, оскільки вони більше залежать від тренувальних впливів. Наприклад, у циклічних видах спорту це підтягування у висі, віджимання в упорі лежачи, стрибки в довжину з місця, станова і киснева

динамометрія. Оцінка результатів подібних тестів не може бути критерієм перспективності спортсмена. [1,3].

Висновки. Аналіз літературних джерел свідчить, що спортивний відбір і орієнтація – практично безперервний процес, який обіймає собою всю багаторічну підготовку спортсмена. Необхідною умовою відбору дітей в ДЮСШ є обов'язкове попереднє навчання дітей різним видам спорту. При відборі перспективних спортсменів все більше використовують м'язову біопсію. В процесі початкового відбору слід застосовувати педагогічні тести для оцінки рухових здібностей дітей. Важливим компонентом огляду дітей під час відбору для занять спортом є визначення їх біологічного віку.

Література

1. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта : учебник для вузов физической культуры и факультетов физического воспитания высших учебных заведений. Київ : Олимпийская литература, 2002. 295 с.
2. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. Київ : Олимпийская литература, 1999. 317 с.
3. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учебник для студ. высших учеб. заведений физ. воспитания и спорта. Київ : Олимпийская литература, 2004. 808 с.
4. Шаповалова Б.Б. Відбір талановитої молоді до спортивних секцій кікбоксингу як перша стадія розвитку спортивної обдарованості. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами.* С. 392-402. – URL: <http://ap.uu.edu.ua/article/349>

Свиридюк Дар`я

студентка 2 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров`я та туризму

Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Сидорук А.В.

ВИКОРИСТАННЯ РЕКЛАМИ В ЕКСКУРСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ЯК ЗАСОБУ ЗАЛУЧЕННЯ ТУРИСТІВ

Постанова проблеми. Сучасну екскурсійну діяльність неможливо уявити без реклами, так як вона є найдієвішим інструментом у спробах туристичного підприємства донести інформацію до своїх клієнтів, модифікувати їх поведінку, привернути увагу до пропонованих послуг, створити позитивний імідж самого підприємства, показати його суспільну значимість. Тому ефективна рекламна діяльність є найважливішим засобом досягнення цілей стратегії маркетингу в цілому і комунікаційної стратегії зокрема [3].

Як свідчить світова практика, сфера туризму є одним з найбільших рекламодавців. Досвід роботи зарубіжних туристичних підприємств показує,

що в середньому 5-6% доходів від своєї діяльності вони витрачають на рекламу туристичних поїздок [2].

Метою є виявлення ролі використання рекламних ресурсів у процесі просування екскурсійних послуг.

Реклама також є важливим чинником створення первинної клієнтури, оскільки постійне нарощування обсягів продажів і найбільш ефективно збільшення прибутку неможливо без створення постійної клієнтської бази.

У ході написання даної статті та вивчення відповідної літератури, були зроблені певні висновки.

Як стало зрозуміло в ході дослідження туризм складно уявити без реклами, яка, безсумнівно, є його невід'ємною частиною. Перш за все, реклама – це носій стислої інформації в художній формі, емоційно забарвленої і доводить до потенційного споживача найбільш ключові відомості про надання туристичних продуктів і, безпосередньо, самому туристичному підприємству.

Найважливішу роль у розвитку екскурсійної діяльності відіграють туристські фірми. У сучасних умовах велике значення для туристських підприємств придбала реклама. Реклама дозволяє збільшити обсяги продажів. Масштабний збут туристських послуг забезпечує туристській фірмі зростання доходів, гідну оплату праці персоналу.

Особливості реклами на туристичному ринку визначаються відмінними специфічними особливостями самих цих сфер, яким є перш за все робота з людьми і проведення ними відпочинку, з бажанням максимального комфорту і умов сервісу, так само, як це не парадоксально звучить, мінімально можливими затратами. Важливо відзначити, що точно визначити ефективність реклами в індустрії туризму, рекламної кампанії в більшості випадків не можливо. Не можна точно встановити який буде ефект від реклами. Тому, беручи психологічний вплив реклами на потенційного споживача, необхідно давати рекламу в підтримуючому режимі. Ніколи і ні за яких обставин не можна йти з рекламного ринку. Відмова від рекламної діяльності рівнозначна уходу з ринку [1].

Роль реклами реалізується в тому, що вона сприяє зростанню суспільного виробництва, обсягу капіталовкладень і числа робочих місць. Реклама також підтримує конкуренцію, розширює ринки збуту, сприяє прискоренню оборотності засобів, чим підвищує ефективність суспільного виробництва.

Література

1. Власова В.М. Основи підприємницької діяльності. Фінанси і статистика. 1997, 528 с.
2. Лебедев А.Н. Психология рекламы. СПб.: Пи тер, 2002. 386 с.
3. Матанцев А.Н. Эффективность рекламы. АТС-груп, 2012. 429 с.

Седікова Юлія
студентка магістратури
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р біол. наук, проф. Богдановська Н.В.

МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МАСАЖУ ДІТЕЙ ПЕРШОГО РОКУ ЖИТТЯ З ПОРУШЕННЯМ М'ЯЗОВОГО ТОНУСУ

Актуальність. Масаж – це сукупність прийомів механічного дозованого впливу на тіло людини за допомогою різних прийомів і маніпуляцій. При масажі відбувається роздратування нервових закінчень, екстерорецепторів, сухожилля, зв'язок, фасцій, ангіорецепторів, пропріорецепторів. Крім нормалізації м'язового тону масаж сприяє розумовому розвитку малюка, допомагає йому відчувати себе впевненіше, вирішує проблему неспокійного сну. При впливі масажними прийомами на шкіру, м'язи, зв'язки виникають відповідні реакції з боку різних органів і систем [1].

Мета – визначити методичні особливості масажу дітей з гіпо-, та гіпер- та дистонусом.

М'язовий тонус — це напруга м'язів, яка необхідна для підтримки пози тіла і забезпечення його руху. При аналізі літературних джерел було виявлено, що при застосуванні масажу у немовлят з порушенням м'язового тону відзначається зниження інтенсивності (до повного зникнення) тремору підборіддя і кінцівок у новонароджених, знижується рівень тривожності, як наслідок здригання при різких звуках становляться менш вираженими, поліпшується травлення, зменшується кількість відригувань, налагоджується процес засинання, сон стає спокійніше [2,3].

Гіпертонус – це перенапруження м'язів, яке спостерігається у більшості малюків при народженні. У немовлят у віці одного місяця підвищений тонус м'язів виражений дуже яскраво, при цьому вище напруга у м'язів розгиначів. Діти з гіпертонусом неспокійні, часто плачуть, погано сплять, при плачі у них тремтить підборіддя і вони постійно відригують. Масаж починається з погладжувальних. Цей прийом дозволяє м'язам ефективніше релаксувати напружені м'язи, знімає больові відчуття і покращує кровообіг. Головною метою призначеного при гіпертонусі лікувального масажу виступає розслаблення м'язів ніг у дітей. Техніка лікувального масажу складається з трьох видів впливу на м'язи дітей – погладжувальних, розтирання, похитування. При гіпертонусі м'язів ніг у дитини не можна робити глибокі розминаючі рухи. Всі дії необхідно виконувати м'яко, але ритмічно [2,3].

Гіпотонус – стан зниженого м'язового тону. У дітей з гіпотонусом через слабкість м'язів порушено смоктання і ковтання, часто відзначається затримка темпів моторного розвитку: такі малюки пізніше починають тримати голівку, перевертатися, сидіти, стояти. При гіпотонусі масаж проводиться більш інтенсивно, ніж при гіпертонусі, застосовується більш глибокі погладжувальні з

натисканням на масажовані ділянки м'язів, розтирання фалангами пальців при стислій в кулак кисті, биття, пощипування, постукування, а також збуджуючий стимулюючий точковий масаж біологічно активних точок. Стимулюючий масаж при зниженому тонусі м'язів «вчить» м'язи дитини краще працювати, робить їх більш міцними і, в результаті, позбавляє від патології [2,3].

Дистонус – поєднання підвищеного, зниженого і нормального тону у різних частинах тіла. При нерівномірному розподілі тону у дітей підвищена напруга одних м'язів при розслабленості інших, розворот кистей рук або стоп назовні або всередину, ходьба на носочках або на всій площині стопи «клишоногість», складнощі в засвоєнні рухових навичок. Якщо не лікувати дистонус відбувається формування порушень постави, особливо сколіозу, порушення ходи, кривошия або клишоногість. Можуть формуватися порушення психомоторного розвитку з його затримкою. Найтяжчим наслідком є дитячий церебральний параліч – важке неврологічне захворювання, що з'являється в перші місяці життя. При нерівномірному тонусі слід робити розслаблюючий масаж з посиленням на ту сторону, в якій тонус знижений. При дистонії відзначають осередки напружених м'язів і використовують тільки розслаблюючі прийоми масажу. Потім використовують прийоми спрямовані на розтягування напружених м'язів. Розтягування проводиться плавно і ніжно. Методика має накопичувальний ефект, тому потрібно прагнути зробити процедуру щоденною для дитини. Сеанси бажано проводити в один і той же час – вранці, після купання, або перед сном. Дитина не повинна відчувати голод, але не можна проводити сеанс на повний шлунок. Оптимальний варіант – 40-60хв. після їжі, або за півгодини до годування [2,3].

Висновок. За допомогою масажу можна значно поліпшити стан дітей.

Регулярні сеанси масажу допомагають домогтися нормалізації м'язового тону дитини. Дитячий масаж при гіпертонусі розслабляє напружені м'язи, а при гіпотонус – зміцнює, і на зміну м'язового дисбалансу приходять новий – максимально комфортний стан, що і є норма. Дітям, яким робили регулярні сеанси масажу мали кращі рухові навички і розумовий розвиток.

Література

1. И.Красикова. Детский массаж: От рождения до трёх лет. 2015. 320 с.
2. Л.Акопян, Т. Яшина, Н.Павлухина. Массаж в педиатрии. Теория и практика. Учебное пособие. 2019. 528с.
3. Правильний масаж для дитини перших місяців життя. URL: <https://razvitiie-krohi.ru/zdorove-rebenka/zakalivanie-i-massazh/>. (Дата звернення 30.03.2021).

Семешко Михайло

студент 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОМПЛЕКСНОЇ ГЕРІАТРИЧНОЇ ОЦІНКИ

Актуальність. Проблеми геріатрії вимагають широкої участі громадськості, органів охорони здоров'я та соціального забезпечення. Весь комплекс заходів при відповідній координації є важливим для організації обслуговування людей старших вікових груп. Усвідомлення, що основним принципом у відношенні до геріатричного пацієнта повинна бути повага, є актуальною проблемою адекватного догляду за хворими старечого віку [1].

Мета роботи - сформулювати систему уявлень про методичні особливості оцінки патологічного стану у геронтології, впевненість, що належний догляд і лікування можуть покращити стан хворого і продовжити його життя.

Аналіз останніх публікацій та досліджень. Комплексна геріатрична оцінка за міжнародною класифікацією функціонування складається з 4 доменів: фізичне здоров'я, функціональний статус, психічне здоров'я, соціальний статус і навколишні умови.

Фізичне здоров'я включає перелік хронічних захворювань, медикаментозних препаратів, які приймає літній пацієнт, а також антропометричні показники. У комплексній оцінці стану літньої людини антропометрія займає важливе місце і використовується на практиці головним чином для судження про фізичне здоров'я, стан харчування. Більш того, антропометричні показники мають навіть прогностичне значення. Це недорогий, неінвазивний і інформативний метод.

Функціональний статус дає важливу інформацію про здібності людини до самообслуговування і про незалежність від сторонньої допомоги. Оцінка функціонального статусу включає в себе такі розділи як функціональна активність, мобільність і здібність підтримувати рівновагу, а також визначення м'язової сили. Функціональна активність поділяється на базову і інструментальну активність. Для оцінки базової активності розраховується Індекс Бартел, який включає в себе такі пункти як можливість самостійно виконувати заходи особистої гігієни – вміння вмиватися, одягатися, приймати їжу, переміщатися на невеликі відстані, і контролювати функції тазових органів. Для оцінки інструментальної функціональної активності використовується індекс Лоутона, він включає: можливість користуватися телефоном, транспортом, здійснювати покупки, готувати їжу, виконання господарських справ, контроль над фінансами, можливість самостійно приймати лікарські препарати [2].

Мобільність пацієнта характеризує можливість безпечно пересуватися. Зниження мобільності асоціюється з підвищеним ризиком падінь,

госпіталізації, появою пролежнів, соціальної ізоляції та розвитку депресії. Найбільш поширеним тестом для оцінки мобільності є тест «Встань і йди».

Для оцінки м'язової сили використовується кистьовий динамометр і вимірюють силу кистей рук. Кистьова м'язова сила дає більше інформації про прогноз для життя і здоров'я пацієнта ніж його хронологічний вік.

Для оцінки когнітивного статусу існує великий набір шкал і опитувальників, найбільш поширеними з них є: коротка шкала оцінки психічних функцій, Монреальська шкала оцінки когнітивних функцій, батареї лобових тестів, тест запам'ятовування і відтворення 12 слів. При необхідності проведення швидкого опитування найчастіше використовується тест Міні-Ког. Першим його етапом ми просимо пацієнта запам'ятати і назвати три слова, другим етапом ми просимо пацієнта намалювати циферблат, розставити всі цифри на циферблаті і відзначити певний час, на третьому етапі ми просимо пацієнта відтворити 3 слова з кроку один. Оцінка тесту: за кожне правильно відтворене слово, ми даємо пацієнтові 1 бал, якщо годинник намальований правильно ми даємо 2 бали, якщо намальований з помилкою - не даємо 2 бали, таким чином максимально пацієнт може набрати 5 балів. Якщо пацієнт набирає менше 3 балів це говорить про високу ймовірність наявності важких когнітивних порушень або деменції [2].

Таким чином, проведення комплексної геріатричної оцінки дозволяє отримати і систематизувати інформацію про рівень здоров'я та функціонування людини похилого віку, що потрібно для оцінки ризику та попередження ускладнень захворювання шляхом розробки реабілітаційної програми з метою покращення стану хворого і продовження якості його життя.

Література

1. Болюх В. В. Роль комплексної геріатричної оцінки в реалізації стратегії здорового старіння // Тези доповідей 1-ї Міжнародної студентської наукової конференції «International medical students' conference in Poltava» (IMEDSCOP 2020), м. Полтава, 2–3 квітня 2020 р. Полтава, 2020. С. 9–10.
2. Котельников Г.П., Яковлев О.Г. Практическая гериатрия / Самара.: 1995. 614с.

Сергєєва Олена
студентка магістратури
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

РОЛЬ МАСАЖУ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ВПРАВ У ДІТЕЙ 6-7 РОКІВ З ВАРУСНОЮ ДЕФОРМАЦІЄЮ СТОП

Актуальність. Своєчасне виявлення відхилень у стані здоров'я, що не мають незворотного характеру, але знижують фізичну витривалість дітей, затримують розвиток їх організму, дуже важливе. Багато публікацій засвідчують тенденцію прогресивного погіршення стану здоров'я у дітей 6-7 років. Скелет дитини у цьому віці характеризується великою кількістю хрящової тканини. Нерівномірне та надлишкове навантаження (таке як довге стояння та ходіння, підняття та перенос вантажів) може негативно вплинути на розвиток кісткової системи, а саме змінити форму ніг, склепіння стопи, визвати порушення постави [1].

Мета. Теоретично обґрунтувати необхідність масажу та фізичних втручань для профілактики ускладнень варусної деформації стопи у дітей 6-7 років.

У віці 6-7 років дитина може вирости за рік на 7-10 см. Це пов'язано зі змінами в ендокринній системі, посиленням функції гіпофіза. У цей період відбуваються анатомічні та фізіологічні зміни, які впливають на процеси обміну речовин в організмі дитини. На цей час розвиток опорно-рухової системи ще не зупинився. Варусна деформація стопи являє собою такі патологічні зміни, при яких спотворюється вісь та склепіння стопи, а зони опори зміщуються на зовнішній край стопи. Вона не є вродженою вадою, тому добре піддається корекцію за допомогою масажу та спеціальних функціональних вправ [2].

Причинами варусної деформації стоп може стати: гіпертонус м'язів; порушення процесів обміну речовин з недоліком деяких мікроелементів (кальція, вітамін D); слабкість функції щитоподібної залози; загальна слабкість організму в наслідок родових травм або частих захворювань; захворювання кісткової системи; надлишкова вага; травми [2].

Наслідком варусної деформації стопи може бути порушення ресорної функції, що спричинить порушення функціонування гомілковостопного суглоба, а потім і колінного. Страждає функція балансування стопи, тому у дитини виникають труднощі з активними іграми, під час бігу та при виконанні стрибків. Наслідком обмеження фізичної активності може стати відставання у фізичному розвитку. Порушення постави виникає при прогресуванні деформаційного процесу. Суглоби, що надмірно навантажуються, швидше зношуються, неправильна і недостатня амортизація призводить до деформаційно-деструктивних змін хребта, міжхребцевих дисків [3].

Для корекції даного виду порушень пропонується наступна стратегія. Необхідно: проводити курс масажу, як мінімум раз на півроку; навчити дитину

виконувати прийому самомасажу; виконувати функціональні вправи для зміцнення і активізації атонічних м'язів та розслаблення гіпертонічних м'язів.

Дія розслаблюючого масажу повинна бути спрямована на м'язи вентральної-медіальної частини гомілки, триголового м'яза гомілки, що закінчується ахіловим сухожиллям та на довгий згинач пальців. Тонізуюча дія масажу повинна бути спрямована на передній великогомілковий м'яз, довгий розгинач пальців, латеральні м'язи гомілки (малогомілкові) та довгий розгинач великого пальця. Курс масажу становить приблизно 16 - 21 день [2,3].

Пасивна гімнастика повинна бути частиною процедури масажу. Потрібно виконувати згинання, розгинання стопи, кругові рухи в гомілковостопному суглобі. Функціональні вправи повинні бути підібрані з врахуванням того, що стопа повинна виконувати протилежні дії до її теперішнього стану. При корекції варусної деформації вправи виконуються на постановку стопи на внутрішню частину повздожнього склепіння, відведення стопи в сторону V пальця (мізинця), тильне розгинання стопи, подразнення та стимуляцію підошовних м'язів.

Отже, м'язова система у дитини не достатньо розвинута і необхідно враховувати, що сила м'язів-розгиначів менша ніж м'язів-згиначів. Цей фактор часто провокує неправильні пози дитини, а саме нахилену голову, зведені плечі, випираючий живіт, зігнуті в колінних суглобах ноги. Тому загальний масаж, функціональні вправи, особливо для постуральних м'язів та м'язів розгиначів, конче необхідні дітям.

Література

1. Борисова М.М. Організація занять фітнесом в системі дошкільного навчання : навч.-метод. посібник / М.М. Борисова. М.: Обруч, 2014. 256 с.
2. Степаненкова Е. Я. Теорія і методика фізичного виховання та розвитку дитини: навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / Е.Я. Степаненкова. - М.: Академія, 2006. 368 с.
3. Козирева О.В. Лікувальна фізкультура для дітей дошкільного віку при порушеннях опорно-рухового апарату/ О.В. Козирева: Посібник для інструкторів ЛФК, вихователів та батьків. М.: Просвещение, 2003. 96 с.

Соседко Майя
студентка 3 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: викладач кафедри Потапова О.В.

ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ БОБАТ-ТЕРАПІЇ У РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ З ДЦП

Останнім часом збільшується кількість дітей з наслідками дитячого церебрального паралічу (ДЦП), які викликають порушення опорно-рухового апарату. У підлітків з наслідками ДЦП страждає не тільки центральна нервова система й нервово-м'язовий апарат кінцівок, що призводить до різних за важкістю контрактур, деформацій кінцівок, інвалідності дитини, ускладнюючи її адаптацію до умов зовнішнього середовища, соціуму, негативно впливає на емоційну сферу та інтелект [2].

Принципи Бобат терапії були розроблені у 30–40-х роках двадцятого сторіччя чеським фізіотерапевтом-практиком Бертою та лікарем Карлом Бобат, основними засобами були лікування положенням та застосування фізичних вправ, направлених на блокування дії патологічних рефлексів на опорно-руховий апарат, які застосовувались у фізичній реабілітації хворих, які перенесли інсульт та черепно-мозкові травми [3].

За концепцією Бобатів фізична реабілітація дитини з ДЦП повинна проходити у такій послідовності, у якій протікає нормальний розвиток дитини: спочатку тримання голови, потім перевертання, далі сидіння, далі ходьба на чотирьох, далі стояння, далі ходьба, біг, стрибки... Відповідно до цієї концепції фізичний терапевт визначає рівень, на якому знаходиться дитина, і скеровує зусилля для досягнення наступного рівня (наприклад, дитина вміє ходити на чотирьох — тренувати м'язи спини, рівновагу та вчити сидіти).

В результаті аналізу літератури були виділені головні принципи Бобат-терапії:

1. Лікування має бути безболісним;
2. Дитину не можна підганяти, їй треба деякий час, щоб адаптуватися;
3. Важливо дотримуватися послідовності етапів нормального рухового розвитку пацієнта; процес реабілітації має бути різноманітним і комплексним;
4. Рухи треба виконувати якісно і правильно;
5. Важливо застосовувати спеціальні пози, що пригнічують розвиток патологічних рефлексів;
6. Пацієнт настільки повинен довіряти фізичному терапевту (лікарю), щоб під час занять був здатен повністю розслабляти свої м'язи;
7. Працювати колективно: займатися з дитиною повинні сім'я, вихователі і різні фахівці (логопеди, ортопеди, психологи, педагоги) щоб задіяти усі напрями розвитку ЦНС;
8. Треба реально оцінювати можливості дитини та інформувати про це батьків;

9. Регулярно проводити повторні огляди пацієнта з метою корекції системи лікування;

10. Хворого важливо адаптувати до життя в соціумі.

Терапевт протягом занять комбінує прийоми, які називаються сенсорної стимуляцією, інгібіцією і фасилітацією:

- інгібіція - це гальмування патологічних рухів, положень тіла і рефлексів, які перешкоджають розвитку нормальних рухів;

- фасилітація - це полегшення правильних (нормальних) рухів і положень тіла;

- стимуляція - це тактильні і кінестетичні стимули, необхідні для того, щоб дитина краще відчувала правильні рухи і положення власного тіла в просторі.

В результаті у дитини змінюються звичні відчуття від рухів і статичного утримання пози. А це дає можливість корекції поз і рухів [1].

Кабінет Бобат-терапії обладнаний як ігрова кімната і самі заняття виглядають як гра. Кожен предмет-іграшка в руках Бобат-терапевта є "стимулятором", який розкриває генетичний потенціал розвитку нервової системи і перешкоджає формуванню стійких патологічних стереотипів. Лікар чітко знає, який із предметів і яким чином запропонувати дитині в певний момент для досягнення цілей.

З першої хвилини перебування пацієнта в кабінеті відбувається процес Бобат-терапії, і переноситься батьками, рідними або самими пацієнтами в звичні для пацієнта домашні умови. Батьки і рідні повинні залишатися основними дійовими особами процесу реабілітації і соціальної адаптації пацієнта. Вони, як правило, обов'язково присутні на сеансах Бобат-терапії і беруть участь в процесі.

Бобат-терапія успішно використовується у нейрореабілітації дітей будь-якого віку і в основі має принципи кінезітерапії (лікування рухами). Вправи підбираються індивідуально згідно віку та ступеня ураження організму для максимального відтворення нормального фізіологічного руху, поступово формуючи м'язову пам'ять. У дітей з руховими порушеннями Бобат-терапія застосовується протягом всього життя і на кожному етапі дає певні результати та забезпечує ефективне втручання для адаптації дитини до самостійного життя.

Література

1. Е.В. Семёнова, Е.В. Клочкова, А.Е. Коршикова-Морозова, А.В. Трухачёва, Е.Ю. Заблоцкий Реабилитациядетей с ДЦП: обзор современных подходов в помощь реабилитационным центрам. М.:Лепта Книга, 2018. 584 с
2. Шипицына Л.М., Мамайчук И.И. Детский церебральный паралич. СПб. Дидактика Плюс, 2001. 272 с.
3. Буховець, Б. Моторна функція та рухові можливості дітей з дитячим церебральним паралічем при фізичній реабілітації з використанням методу

Сироп'ятова Світлана

студентка магістратури

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

ЕРГОТЕРАПІЯ У КОМПЛЕКСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ

Актуальність теми полягає в тому, що кожен наступний рік кількість дітей із розладами аутистичного спектра стає дедалі більшою. За останніми скринінговими даними в Україні на кожну тисячу дітей шестеро мають симптоми аутизму, тому вже сьогодні потрібно серйозно підійти до вивчення причин таких порушень і шукати шляхи корекційної допомоги [2].

Незважаючи на те, що причини дитячого аутизму ще не достатньо вивчені, варто зазначити, що у разі ранньої діагностики діагноз раннього дитячого аутизму може бути поставлений або спростований. Після проведення діагностики можна приступати до побудови індивідуальної комплексної корекційної роботи з дітьми-аутистами. При цьому варто враховувати клініко-психологічну класифікацію аутизму.

Мета – визначити роль ерготерапії у комплексній реабілітації дітей з розладами аутистичного спектру.

Розлади аутистичного спектру – це загальний розлад розвитку, що має неврологічну природу і характеризується такими групами порушень, як:

- стійкий дефіцит соціальної комунікації та соціальної взаємодії;
- обмежені повторювані дії, інтереси, діяльність (зокрема, стереотипні сенсорні дисфункції) тощо [1].

Дітей з розладами аутистичного спектру відрізняють вроджена відсутність соціальних якостей, несвідоме вибудовування захисних реакцій – м'язове напруження (своєрідний «панцир»), тілесний блок на рівні груднини та шиї), гіперфокус (виокремлення деталей предмета без взаємозв'язку з цілим та поза контекстом), стереотипні дії тощо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. При вивченні літератури, присвяченій різним методам терапії аутизму, було з'ясовано, що ерготерапія є одним із основних методів комплексної реабілітації при аутизмі, оскільки одним із важливих завдань батьків і фахівців є розвиток самостійності у дітей з аутизмом, більшість з яких мають несформовані навички дрібної моторики. Метод ерготерапії полягає в специфічному виконанні підібраних видів діяльності, відповідних технік і прийомів, спрямованих на набуття, відновлення або вдосконалення умінь і навичок [2,3].

Діяльність в ерготерапії підрозділяється на повсякденну активність (особиста гігієна, прийом їжі, одягання, спілкування, мобільність), продуктивну діяльність (домашні обов'язки, отримання освіти, професії), дозвілля (гра, хобі,

відпочинок) [3]. Вона може здійснюватися із застосуванням різних матеріалів, іграшок, предметів побуту і організована за допомогою гри або спеціальних вправ-завдань. В процесі ерготерапевтичного впливу необхідно пробудити зацікавленість дитини, створити умови для прояву її інтересу до об'єктів навколишнього світу і взаємодії з ними. Дуже важливо допомогти дитині побачити і реалізувати в цій діяльності власну мету, а не уявлення дорослих про те, до чого вона повинна прагнути в даній ситуації [2,3].

Отже, ерготерапія при дитячому аутизмі має бути спрямована на подолання рухового занепокоєння; порушення загальної та дрібної моторики, координації рухів; здатності до навчання; мовлення [1]. В процесі ерготерапії у дітей з аутизмом за допомогою самостійного виконання дій поліпшуються функціональні можливості (рухові, емоційні, когнітивні і психічні), що дозволяє людині жити повноцінним життям.

Література

1. Діти з розладами аутистичного спектра. План корекційно-розвиткової роботи/ авт. кол. : Л.О. Юрченко, Л.В. Олтаржевська, Т.А. Малюченко та ін.;. вид. 3-тє. Тернопіль: Мандрівець, 2019. 104с.
2. Шмонин А. А. Эрготерапия в реабилитации неврологических пациентов / А. А. Шмонин, Е. В. Мельникова, Г. Е. Иванова, М. Н. Мальцева // Consilium Medicum. 2016. № 02 С. 59-60.
3. Організаційно-методичні засади діяльності інклюзивно-ресурсних центрів: навчально-методичний посібник / За заг. ред. М.А. Порошенко та ін. Київ : 2018. 252 с.

Терновська Ксенія

студентка 2 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Сидорук А.В.

ЕКСКУРСІЇ ЯК ВИД МИСТЕЦТВА

Актуальність дослідження. Світове співтовариство визнало туризм ефективним способом індивідуального й колективного поліпшення, важливою частиною якого є послуга виключно інтелектуального характеру – екскурсія з її просвітительською, духовною й освітньою функціями. Невичерпні екскурсійні ресурси багатьох регіонів нашої країни разом із глибинним національним і духовним джерелами й традиціями українського народу дають підстави затверджувати, що саме екскурсії можуть стати активним і змістовним засобом гармонізації особистості, її духовного росту в новій демократичній Україні. Вони є джерелом нової інформації і нових відчуттів. Глобальний етичний Кодекс туриста, прийнятий ВТО на порозі нового тисячоріччя, акцентуючи на необхідності широкого доступу населення до культурних і релігійних пам'яток, визнає, що засоби, які одержують із видавництва об'єктів і пам'яток культури,

треба хоча-би частково використовувати для підтримки, охорони й реставрації цієї спадщини [1].

Мета роботи – систематизація знань щодо ролі екскурсій у туристичному бізнесі.

Екскурсія – наочний процес пізнання навколишнього навколишнього середовища учасниками екскурсійного процесу. Особливість якого полягає в тому, що він пов'язаний із заздалегідь підібраними об'єктами, які вивчають на місці їхнього розташування. Будь-яка оглядова або тематична екскурсія – це цілеспрямований, запрограмований процес сприйняття навколишньої нас дійсності, побудований на злитті зорових і значеннєвих вражень [2].

Організатори екскурсій і екскурсоводи мають чітке подання про те, що і як повинен побачити, почути й відчути учасник екскурсії, до яких висновків він повинен прийти у ході заходу.

Екскурсія – це результат двох найважливіших процесів: її підготовки й проведення, які зв'язані між собою. У процесі розробки нової екскурсії можна виділити два основні напрямки:

- розробка нової теми екскурсії (нової взагалі або нової тільки для даної екскурсійної установи);

- підготовка екскурсовода, що починає або вже працюючого, до проведення нової для нього, але вже раніше розробленої й екскурсії, які проводиться в даній установі [2].

Схема всіх екскурсій, незалежно від теми, виду й форми проведення, однакова: введення, основна частина, висновок.

Робота над будь-якою новою екскурсією починається із чіткого визначення її мети. Це допомагає авторам екскурсії більш організовано вести роботу надалі.

Ціль екскурсії – це те, заради чого показуються екскурсантам пам'ятники історії й культури та інші об'єкти. Розповідь екскурсовода підлегла тієї ж кінцевої мети. Завдання екскурсії – досягти мети, шляхом розкриття її теми.

Вибір теми. Вибір теми залежить від потенційного попиту, конкретного замовлення або цілеспрямованого створення певної тематики екскурсій. Кожна екскурсія повинна мати свою чітко певну тему. Тема є стрижнем, який поєднує всі об'єкти й підтеми екскурсії в єдине ціле. Відбір об'єктів при створенні екскурсії учасники творчої групи ведуть, постійно звіряючи свої матеріали з темою. Проте повинне було відібрати об'єкт по темі, необхідно знайти конкретний матеріал, на якому ця тема буде розкрита з найбільшою повнотою й переконливістю.

Необхідно відзначити залежність екскурсійного процесу в цілому, його зміст, методики надання матеріалу (показу й розповіді) від об'єктів, їхнього стану, розташування тощо. Саме тому таку важливу роль в організації екскурсійної діяльності відіграє зв'язок екскурсійних установ с тими організаціями, які ведуть роботу з виявлення, реставрації й охорони пам'ятників історії й культури. Активна участь екскурсійних працівників у діяльності цих організацій створює умови для подальшого розвитку екскурсійної справи в Україні.

Література

1. Глобальний етичний кодекс туризму: URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/983_001#Text.
2. Нездоймінов С.Г. Організація екскурсійних послуг. Одеса: Астропринт, 2011. 216 с.

Троїцький Євген
студент магістратури
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р біол. наук, проф. Богдановська Н.В.

ВИКОРИСТАННЯ «АКВАДЖЕТ ТІКСОТРЕНІНГУ» ЯК ЕЛЕМЕНТУ ГІДРОТЕРАПІЇ У ПЕДІАТРИЧНІЙ ПРАКТИЦІ

Актуальність. Дитина з особливостями розвитку з самого раннього віку потребує комплексної кваліфікованої допомоги. На першому році життя багато патологій можна виправити і скорегувати засобами фізичного впливу. Існує безліч методик і кожна з них вирішує певні завдання. Методика «Акваджет Тіксотренінг» – відносно нова методика і останній час почала використовуватися в оздоровленні дітей з різною патологією, у тому числі з дитячим церебральним паралічем (ДЦП) [1,2].

Мета – визначити роль Акваджет Тіксотренінгу як елемента гідротерапії у педіатричній практиці.

Автором «Акваджет Тіксотренінг» є фахівець-реабілітолог Олена Нурі. Акваджет Тіксотренінг здійснюється спеціальним приладом – струменевим тренажером «Душ Алексеєва». Душ Алексеєва здатний впоратися з проблемами здоров'я у особливих дітей з ДЦП, патологіями аутистичного спектру, синдромом Дауна та різними генетичними патологіями. Винятковою особливістю «Душа Алексеєва» є спеціальні сопла коноїдальної форми які є ідеальними перетворювачами енергії тиску води в кінетичну енергію. При зіткненні з поверхнею шкірного покриву створюється ефект багаторазового точкового впливу. Душ Алексеєва є душем високого тиску, майже повним аналогом душа Шарко за напором води. У цьому полягає унікальність гідромасажера Алексеєва [2].

В ході курсового застосування даного методу, шкіра зміцнюється, потовщується, наростає капілярна мережа, яка несе живильні речовини і кисень. Після процедури діти почувають себе добре, з'являються нові слова, зменшуються спастичні прояви, нормалізується робота шлунково-кишкового тракту. За допомогою душа Алексеєва можна також робити логопедичний масаж, використовуючи спеціальні насадки як зовні обличчя, так і всередині по яснах і по щоках. Існує методика впливу на мигдалини, горло і голосові зв'язки. Таким чином вирішуються проблеми порушення чутливості і зменшення гіперсаливації [1].

Протипоказання до застосування методики є: загострення хронічних захворювань, підвищена температура тіла, наявність гемофілії. Інших категоричних протипоказань немає. Дітям з епісиндромом і епілепсією потрібно займатися обережно, після дозволу лікаря.

Застосування насадок тіксотренажеру «Душ Алексеєва» має свої особливості в залежності від діагнозу [1]:

– від 1 до 3 міс. при: гіпертонусі, гіпотонусі, спастиці і ДЦП, настановній кривошії, неврологічних порушеннях, профілактиці плоскостопості;

– від 3 до 6 міс. при: гіпертонусі, гіпотонусі, спастиці і ДЦП, настановній кривошії, неврологічних порушеннях, профілактиці плоскостопості і нормотипічним дітям без вираженої патології;

– від 6 міс. до 1 року при: гіпертонусі, гіпотонусі, спастиці і ДЦП, настановній кривошії, неврологічних проблемах, профілактиці плоскостопості і нормотипічним дітям без вираженої патології;

– після 1 року, дошкільного та молодшого шкільного віку при: сколіозі, плоскостопості, неврологічних порушеннях, спастиці і ДЦП і нормотипічним дітям без вираженої патології.

Таким чином, «Акваджет Тіксотренінг» – це тренування тканин організму дитини легкими, безпечними, високошвидкісними струменями води комфортної температури, що супроводжується короткочасною гіперемією, прискоренням обміну речовин, поліпшенням стану мікроциркуляційного русла. Методика має потужний оздоровчий, загальнозміцнюючий, загартовуючий ефект. Тренує базові механізми організму дитини, підвищує адаптаційні можливості організму дитини, сприяє кращому сенсорному і інтелектуальному розвитку дитини. Гармонізує емоційно-психічний стан. Розкриває внутрішні оздоровчі резерви організму дитини [1,2].

Література

1. Новая косметология. Аппаратная косметология и физиотерапия: учебное пособие / Авт.кол.: А.И. Деев, А.А. Шарова, И.Ю. Брагина. М.: Косметика и Медицина, 2014. 552 с.
2. Оздоровлення та тренування дітей від 1 місяця струйним тренажером «Душ Алексеєва» за авторською методикою «Акваджет Тіксотренінг» Олени Нупі. URL: <http://www.grudnichkovoe-plavanie.ru/education/courses/aquajet/08082020>. (Дата звернення 26.03.21).

Тучинська Софія
студентка 2 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: доц. Сидорук А.В.

ОРГАНІЗАЦІЯ ЕКСКУРСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ТУРИЗМІ

Туризм на сьогоднішній день є показником розвитку цивілізації, методом пізнання навколишньої дійсності, способом підвищення культурного рівня та відновлення здоров'я людей. Сучасний туристський ринок потребує нового підходу до організації екскурсійної діяльності. Екскурсійні бюро та туроператори, при розробці нових пізнавальних маршрутів, повинні враховувати не лише попит на ринку, але й відштовхуватися від наявних місцевих екскурсійних об'єктів. При цьому всі маршрути мають розроблятися на науковій основі з урахуванням вимог сучасної екскурсійної методики.

Метою статті є дослідити основні принципи організації екскурсійної діяльності.

Екскурсія – прогулянка, вихід на пошук чогось, для збирання трав та ін. На цей час за поняттям «екскурсія» закріплюються такі характеристики, як цілеспрямованість, тобто відвідування певних місць з конкретною метою, та невіддалений і короткотривалий характер поїздки чи прогулянки. В англomовному середовищі замість слова «екскурсія» набуло поширення словосполучення «тур з гідом» (guided tour). В основному воно має такий самий зміст. Зокрема, в енциклопедичному словнику «Macmillan Dictionary» це поняття тлумачиться як короткочасна мандрівка до місць і споруд з особою, яка розповідає про побачене [2].

Сьогодні екскурсія – це процес пізнання людиною навколишнього світу, що передбачає ознайомлення з об'єктами «наживо», тобто в місцях їхнього розташування. При цьому огляд пам'яток відбувається під керівництвом кваліфікованого фахівця – екскурсовода та супроводжується його розповіддю.

Підготовка екскурсій проводиться в декілька етапів: вибір теми екскурсії, створення екскурсії під вибрану тему, підготовка екскурсовода для проведення екскурсії.

Вибір теми в екскурсії залежить від потенційного попиту, конкретного замовлення або цілеспрямованого створення «банку» екскурсій. Тема екскурсії повинна об'єднувати всі об'єкти відвідування в єдине смислове ціле.

Екскурсійна діяльність відбувається з двох сторін:

- з боку екскурсантів - це спостереження і зорове дослідження об'єктів, сприйняття та розуміння почутого. Однак варто розуміти, що ця діяльність, здебільшого, сприймається екскурсантами як активний відпочинок. Тому не можна їх перевантажувати та вимагати від них надмірних зусиль для засвоєння нових знань;

- з боку екскурсовода - це професійна діяльність, що передбачає взаємодію з аудиторією та організацію пізнавального процесу на екскурсії. Вона включає також підготовчий етап: вибір теми та

відповідних об'єктів, прокладання маршруту, укладання тексту та методичної розробки [1].

Успіх розповіді екскурсовода залежить від того, наскільки індивідуальний текст наближений до загальноповжитаної мови, як у ньому враховані особливості конкретної аудиторії. Наявність індивідуального тексту не означає, що він весь повинен заучуватися напам'ять і доноситися до аудиторії слово в слово. Екскурсовод, як і лектор, може під час екскурсії користуватися індивідуальним текстом.

Отже, екскурсія – методичне продуманий показ визначних місць, пам'ятників історії і культури, в основі якого лежить аналіз екскурсантів об'єктів, що знаходяться перед очима, а також уміла розповідь про події котрі пов'язані з ними. Важливим елементом екскурсійного забезпечення тур-продукту є надання екскурсійних послуг широкого тематичного асортименту. Кожна екскурсія має свою тему – основу, на якій будується показ та розповідь [3].

Література

1. Голубнича С.М. Основи екскурсійної справи. Донецьк, 2009. 27 с.
2. Емельянов Б.В. Экскурсоведение. Москва. Советский спорт, 2007. 128 с.
3. Сокол Т.Г. Основи туристичної діяльності. К.: Грамота, 2006. 264 с.

Харченко Тетяна

студентка 4 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Маковецька Н.В.

ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ГОТЕЛЬНОГО БРЕНДУ MARRIOTT

Актуальність вибраної теми обумовлена станом можливостей та проблем, які неодмінно торкаються кожного сегменту індустрії. Наразі ми розглянемо саме «готельні комплекси».

Marriott – це не просто готелі чи хостели, це готельні комплекси. Готельні комплекси більш популярні серед подорожуючих, тому що мають більшу кількість послуг, та вищий рівень обслуговування. Я вибрала саме історію розвитку готельного бренду Marriott, щоб показати як треба починати свій бізнес на прикладі великої людини Джона Уіларда Марриотта.

Метою статті є висвітлення основних етапів розвитку мережі готелів Marriott.

Аналіз останніх публікацій та досліджень. Головна Резиденція Marriott знаходиться в місті Бетесда, штат Меріленд, США.

Кількість готелів налічує близько 6 080 тис. В Україні до цієї мережі належить готель Renaissance Kiev Hotel.

Marriott один з найвідоміших брендів у світі. Початок історії появи готелів датується 1927 роком. Це рік, коли Джон Уїлард Марриотт та його дружина вирішили створити свій власний бізнес. Спочатку вони відкрили невеликий бар «Root Beer», пізніше почали робити готові обіди для американських авіакомпаній.

У 1957 році Марріотти відкривають свій перший готель в Арлінгтоні під назвою «Twin-Bridges Marriott Motor Hotel». Цей готель скоріше був мотелем, де могли переночувати подорожуючі на автівках. Створення цього готелю стало поштовхом до того, щоб вибратися на міжнародну арену.

Тоді, з 1969 року готелі почали з'являтися в Акапулько, Мексиці, пізніше - в Амстердамі. Саме це поклато початок будівництву готелів в Америці й по всьому світу.

Всі готелі мережі Marriott розподіляються на 4 рівні:

- 1) Готелі з повним спектром послуг;
- 2) Готелі з вибором опцій із запропонованими послугами;
- 3) Готелі для довготривалого проживання;
- 4) Occasion готелі для відпочинку на канікулах (вихідних).

Кожен готель має свій неповторний стиль декору. Від спокійного домашнього до ампіра, ренесансу тощо. У 1992 році, з метою подальшого розвитку бізнесу, компанію було розділено на Marriott International та Host Marriott Corporation.

Придбавши у 1995 році 49% акцій мережі готелів Ritz, вони збільшили популярність та прибуток мережі придбаних готелів.

Цікавий факт - із великої кількості готелів по всьому світу Марріотти мають повне право власності лише на 6 готелів. Інше - це франчайзинг.

Головними конкурентами мережі Marriott є Hilton та Starwood.

Marriott приваблює системою знижок та пропозиції які він пропонує в кожному із своїх готелів.

Не менш важливою датою в історії Marriott є 11 вересня 2001 року. Marriott був частиною торгівельного центру. Внаслідок теракту Південна вежа розділила готель навпіл, але падіння Північної вежі зруйнувало готель повністю. В результаті цього тракту загинуло 40 людей, які на той час відпочивали у готелі та персонал.

У 2015 р Марріотт провів операцію, в результаті якої Marriott стала найбільшою готельною мережею в світі за кількістю номерів: відбулося злиття Marriott International і Starwood Hotels & Resorts.

Отже, наразі мережа готелів Marriott досягла неймовірних успіхів. Це компанія, що розвивається найбільш динамічною світі, не дивлячись на світову кризу та епідеміологічну ситуацію.

Література

1. Готелі Marriott. Автор: команда www.city-of-hotels.ru: <http://www.city-of-hotels.ru/165/hotel-chains-ru/marriott-ru.html>

2. Історія мережі готелів Marriott. Автор: туристична компанія «АйТі-Тур»: <http://www.it-tours.com/articles/article.html?id=1801>
3. Наша історія. Автор: команда мережі готелів Marriott. <https://www.marriott.com/about/culture-and-values/history.mi>

Черняхівська Валерія

студентка 2 курсу

фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму

Наук. кер.: доц. Сидорук А.В.

НОРМАТИВНО-ПРАВОВІ ДОКУМЕНТИ ТУРИСТСЬКО-ЕКСКУРСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Актуальність дослідження. Екскурсійна діяльність – це надзвичайно складна і проблемна сфера сучасної туристської галузі України. Особливої актуальності цей напрямок наукових і практичних досліджень отримав у зв'язку із зростанням обсягу екскурсійних послуг на ринку організованого туризму, що викликано різними причинами: по-перше – це підвищення культурного й освітнього рівня суспільства в цілому; по-друге – розширення цілей самого туризму, так відправляючись у туристську поїздку не завжди на перший план ставляться тільки рекреаційні цілі. Сучасні споживачі перебуваючи на відпочинку бажають також задовольнити й інтереси пізнання, освіти і духовного розвитку; по-третє – це пов'язане із тлумаченням самого поняття «турпродукт» як комплексу послуг надаваного туристові в ході подорожі [3].

Мета роботи – аналіз основних документів туристско-екскурсійної діяльності.

Аналіз останніх джерел. Теоретичні розробки наведені в роботах засновника сучасної науки «екскурсознавство» – Б.В. Ємельянова, а також П.С. Пасечного, Р.О. Дьякової та українських дослідників І.М. Чагайди, С.В. Грибанової, Т.А. Дьорової, О.О. Каролоп, законодавчі аспекти неодноразово висвітлювалися на сторінках журналу «Новости турбизнеса» Т.М. Козловою [1].

Нормативна база, яка регулює надання екскурсійних послуг в Україні, далека від досконалості. Так, Закон України «Про туризм» визначає лише основні напрямки, а деталі прописуються у додаткових актах. Фактично в Законі визначені лише учасники відносин, що виникають при здійсненні туристської діяльності, положення про договір на екскурсійне обслуговування та вірогідна відповідальність за порушення законодавства в галузі туризму [2].

Виклад основного матеріалу. В прийнятому у вересні 1995 р. Законі України «Про туризм» подані окремі положення щодо екскурсійної термінології, у цьому ж році був прийнятий Міждержавний стандарт «Туристсько-екскурсійне обслуговування», згідно з яким затверджена необхідна методична документація щодо організації та проведенні екскурсійної діяльності. Важливе значення для екскурсійної справи мають й прийняті останнім часом Закон України «Про охорону культурної спадщини» (червень

2000 р.) і Постанова Кабінету Міністрів України № 789 від 10 червня 2002 р. «Про затвердження Програми розвитку краєзнавства на період до 2010 р.». Певні положення щодо екскурсійної діяльності містяться й у Державній програмі розвитку туризму. У 2004-2005 рр. на виконання вимог Закону України «Про внесення змін до Закону України «Про туризм» і з метою підвищення якості надання туристичних та екскурсійних послуг Держтурадміністрацією розроблено Положення «Про порядок отримання дозволу екскурсоводами / гідями-перекладачами на право надання туристичного супроводу» (наказ Держтурадміністрації від 24.09.04 № 50, зареєстрований в Міністерстві 20.10.04 за № 1344/9943). Екскурсійна діяльність потребує структурування та упорядкування (відповідно до ДСТУ 28681.1-95 «Проектування туристських послуг», ДСТУ 28681.2-95 «Загальні вимоги», ДСТУ 28681.3-95 «Вимоги з забезпечення безпеки туристів та екскурсантів», наказу Державної туристичної адміністрації України «Про затвердження Положення про порядок видачі дозволів на право здійснення туристичного супроводу фахівцями туристичного супроводу»), а саме формування корпусу екскурсоводів, що дасть змогу створити нові робочі місця. Вирішено питання підготовки та перепідготовки екскурсоводів разом з обласним центром зайнятості. Правову базу діяльності екскурсійної галузі країни закладено Законом України «Про туризм». Він є основоположним законодавчим актом, що визначає загальні правові, організаційні, виховні та соціально-економічні засади реалізації державної політики в екскурсійній діяльності, всебічно регламентує діяльність в Україні, забезпечує оптимальний рівень державного регулювання процесу розвитку вітчизняної екскурсійної діяльності. Закон України «Про туризм» став правовим підґрунтям для розробки цілого комплексу галузевих нормативно-інструктивних документів, що регламентують конкретні аспекти екскурсійної діяльності [1].

Отже, екскурсію необхідно планувати на комплексній основі, брати до уваги всі аспекти законодавства, що стосуються інших секторів, таких як транспорт, зайнятість, охорона здоров'я, сільське господарство, зв'язок та ін. Потрібно визнати, що реалізація цих рекомендацій повільно, але розпочинається і в Україні. Зроблено перші реальні кроки на шляху законодавчого забезпечення та комплексного планування розвитку вітчизняної екскурсійної діяльності [2].

Література

1. Закон України «Про туризм». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/324/95-%D0%B2%D1%80#Text>.
2. ДСТУ 28681.1-95 «Проектування туристських послуг». URL: <https://sdamzavas.net/1-9911.html>.
3. Нездоймінов С.Г. Організація екскурсійних послуг. Одеса: Астропринт, 2011. 216 с.

Чулков Олександр

Студент 5 курсу ф-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Короленко К.В.

БАЗОВА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ОСОБИСТОСТІ: ВИЗНАЧЕННЯ ПОНЯТТЯ

Роль і місце базової культури особистості досліджується різними науками, всі вони розглядають напрямки базової культури в контексті цілісного розвитку особистості. Базова культура особистості являє собою систему знань і умінь, включає культуру життєвого самовизначення і культуру праці; політичну та економіко-правову, духовну і фізичну культуру; культуру міжнародного і міжособистісного спілкування. Базова фізична культура - це основа загальнодержавного стандарту освітньої підготовки у сфері фізичної культури. Освоєння базових основ об'єктивно необхідно і обов'язково для кожного школяра, незалежно від того, чим би він хотів займатися в майбутньому, якої він національності, в якому регіоні живе, які його індивідуальні особливості. Базова частина є обов'язковою [1].

У загальноосвітній школі фізична культура є базовою областю освіти. Незважаючи на деякі розбіжності в застосуванні терміна «базовий», на наш погляд, всі підходи вірні. Саме сукупність цих підходів дозволяє простежити ланцюжок появи базових в теорії фізичної культури. Склад базових засобів та базових знань являє собою базову фізичну культуру. Однак базова фізична культура являє собою лиш складовий компонент фізичної культури, тому її вплив призводить не до формування особистісної фізичної культури, а лише до формування базових її складових.

Тут же слід зазначити ще одну, вже усталене, на наш погляд, істотне оману. Однією з найважливіших умов здійснення процесу фізичного виховання є диференціювання складу засобів, методів і завдань в залежності від віку і статевої приналежності.

Природні зміни, що відбуваються в організмі, викликають необхідність зміни складу засобів, формованих знань, навичок і вмінь. Отже, зміст базової фізичної культури змінюється, викликаючи зміни та базової особистісної культури. Виходячи з цього, вважаємо за можливе застосування терміна «базовий» не тільки щодо школярів, але і студентів, дорослих та ін категорій населення [2].

При визначенні змісту і ієрархії, складових базової фізичної культури особистості, важливим інтелектуальний компонент. Найважливішим директивним елементом концепції є формування інтелектуального компонента фізичної культури займаються як засобу пізнання себе як біологічного виду, неодмінної умови усвідомлення життєвої важливості занять фізичними вправами, оволодіння основами побудови власних технологій тілесно-рухового вдосконалення. Бо проголошуваний в якості головного чинника фізичного виховання спеціально організований процес адаптації до фізичних навантажень, заснований на закономірностях тренування, певною мірою

нівелює фактор освіченості індивідуума в галузі фізичної культури, ніж знижується його особиста, інтелектуальна роль у процесі тілесно-рухового вдосконалення. Ідея самовдосконалення, безумовно, прогресивна, але в органічному зв'язку з цілеспрямованим безперервним організованим процесом освіти в галузі фізичної культури. У наведеній цитаті підтверджується соціальна детермінованість і мінливість базової фізичної культури особистості, визначається цільова установка її формування і даються орієнтири змістовного наповнення процесу. В роботі одного з видатних учених-філософів в галузі педагогіки С.І. Гессена оскаржується приналежність теорії фізичного виховання до педагогіки на підставі недостатньої ролі, яку відіграють у цьому процесі знання. «Будучи відділом гігієни в широкому сенсі цього слова, фізичне виховання виходить за межі освіти як типового. Теорія рухового виховання, тому не тільки не є відділ педагогіки, що розуміється як теорія освіти, але, навпаки, вона вказує межі цієї останньої [3].

Фізичне виховання, оскільки воно не є моральне, художнє та господарське утворення тіла, але має свою самостійну задачу, а є предмет не стільки освіти, скільки гігієни в широкому сенсі цього слова. Теорія фізичного виховання відноситься, таким чином, до групи медичних дисциплін, складаючи частину широкого поняття теорії гігієни.

Література

1. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту]: у 2 ч. Т. Навчальна книга. Богдан, 2004. Ч. 1. 272 с. ; Ч. 2. 248 с.
2. Шиян Б. М. Методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту : навч. посіб. Х. : ОВС, 2005. 208 с. ISBN 966-7858-39-1.
3. Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 т. К. Олімпійська література, 2008. Т. 1. 391 с.; Т. 2. 366 с.

Шарантай Дарія
студентка 4 курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Маковецька Н.В.

ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ГОТЕЛІВ В УКРАЇНІ

На сьогодні готелі та готельне господарство є дуже популярним та затребуваним. Готелі - це один з основних факторів формування туризму в Україні, а також збільшення внутрішніх та міжнародних туристичних потоків, та створення іміджа України. Можна сказати, що головним завданням готельного господарства є покращення системи надання послуг, формування клієнтської бази, оновлення матеріально-технічної бази, досягнення

міжнародних стандартів обслуговування, використання інноваційних форм обслуговування.

Мета роботи - розглянути історію створення та розвитку готелів в Україні.

Аналіз останніх публікацій та досліджень. Проаналізувавши літературу, можна відстежити хід розвитку готелів від самого початку до сьогодні. Перші готелі на території України виникають у XII-XIII ст. у період економічного та політичного розвитку Київської Русі. Так, вдале географічне положення, торгові шляхи, культурні та релігійні зв'язки з країнами Балтики, Західної Європи, стають поштовхом для розбудови міст та появи спеціалізованих місць для розміщення [1].

Перші закладами розміщення, які виникли в Київській Русі, це постійні двори. Вони були розміщені один від одного на відстані кінного переходу, які називалися «ямами». Пізніше такі двори почали створюватися біля поштових станцій. У великих містах почали з'являтися гостинні двори, які від постійних дворів відрізнялися більш високим рівнем комфорту. Тут зупинялися в основному купці та державні службовці.

На чумацьких і торгових шляхах України готельні послуги надавали корчми, що було місцем зупинки для подорожніх та місцем розваг. Вони склалися з двох частин: приміщення для харчування та ночівлі. У містах та селах були корчми із заїздом [2].

Помітний розвиток готелів в Україні розпочинається тільки в другій половині XIX ст. і пов'язаний він насамперед з Києвом та іншими великими містами. Зокрема, поштовхом для побудови готелів було відкриття залізничного сполучення у 1889 р.. До 1880 р. у Києві було 15 готелів, але потім, упродовж 20 років, у центральній частині міста, було побудовано ще 64 нові готелі, це найбільша кількість за всю історію міста [1].

Готелі в Києві на початку XX ст. розділяють на чотири категорії: фешенебельні, готелі середнього класу, готелі поруч з вокзалом і мебльовані кімнати, постійні двори. Окрім Києва великий розвиток гостинності зафіксовано у таких містах України, як Одеса, Харків тощо.

Отже, готельна індустрія активно розвивалась лише в кінці XIX ст. На це вплинуло економічне зростання, розвиток транспорту, зв'язки з європейськими державами. У XIX ст. помітним є розподіл закладів на категорії щодо якості та ціни, також розвивались заклади, які орієнтовані на осіб різного матеріального достатку [1].

В період першої світової війни розвиток готельної справи уповільнюється. Лише у другій половині 30-х років XX ст. стаються позитивні зміни. Після другої світової війни, коли спостерігається поживлення туризму та міжнародних зв'язків з СРСР, темпи будівництва нових готелів, кемпінгів, мотелів збільшуються.

За рахунок державного фінансування наприкінці XX ст. в Україні було відкрито 25 готелів, 75 турбаз, 4 туристських комплекси, 11 притулків, 6 кемпінгів, 36 стоянок і наметових притулків.

Таким чином можна сказати що індустрія гостинності на сьогодні - це найпотужніша система господарства в Україні та важлива складова в економіки туризму.

Література

1. Індустрія гостинності: перспективи її розвитку в Україні URL: http://rev.kpu.zp.ua/journals/2020/2_19_ukr/12.pdf (дата звернення 25.03.2021)
2. Готельний бізнес: теорія та практика: підручник/ М.П. Мальська, І.Г. Пандяк,Київ,2012. 41-50 с.

ВІДОКРЕМЛЕНИЙ СТРУКТУРНИЙ ПІДРОЗДІЛ «ЕКОНОМІКО-ПРАВНИЧИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ ЗАПОРІЗЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ»

СЕКЦІЯ «ФІЛОЛОГІЧНІ ДИСЦИПЛІНИ»

Бланк Софія
студентка 1 курсу
ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач вищ. кат., ст. викладач Федючок І.З.

ПСИХОЛОГІЯ ЛЮДСЬКИХ ВЧИНКІВ ТА ДУШІ В КОНТЕКСТІ ФАНТАСТИЧНИХ ПОДІЙ РОМАНІВ ОНОРЕ ДЕ БАЛЬЗАКА «ШАГРЕНЕВА ШКІРА» ТА ОСКАРА УАЙЛЬДА «ПОРТРЕТ ДОРІАНА ГРЕЯ»

Мета: дослідити психологію взаємозв'язку внутрішнього світу людини з її зовнішньою оболонкою за допомогою фантастичних подій, що розкривають таємниці людської психіки, незрозумілі аспекти життя у творчості письменників.

Актуальність: розуміння почуттів та вчинків людини у стресових ситуаціях та вплив на них зовнішніх факторів з точки зору психології.

Чи можна стверджувати, що Оноре де Бальзак та Оскар Уайльд були фантастами?

Довідка: Фантастика (з грецької – здатність уявляти) – вид художньої літератури, в основі якої лежать нереальні, вигадані, чарівні, надприродні події.

Оноре де Бальзак – син селянина Бернара Франсуа Бальса, від якого успадкував світогляд і залізну волю, під час навчання у Вандомському коледжі із суворими, майже монастирськими традиціями захопився читанням та у 12 років написав свою першу трагедію.

Нагадую, що на зміст творів Бальзака дуже вплинули історичні події Франції, які відбувались у період його юності. Подібно до Наполеона, він змусив весь світ рухатися по орбіті рідної країни, центром якої є Париж.

Оноре де Бальзак прагнув продемонструвати читачам справжнє життя столиці, без прикрас. Але за допомогою поєднання реальності з фантастичними елементами митець зміг передати містичність людського серця та душі своїх героїв.

«Шагреневу шкіру» Бальзак називає «формулою нашого егоїзму». Фантастична річ, яку без особливих роздумів прийняв головний герой Рафаель де Валентен від старого антиквара, дала йому багатство, проте стала причиною великого горя.

В англійській літературі функціонування містичного компонента через культ краси намагався висвітлити Оскар Уайльд – нащадок інтелігентної ірландської сім'ї. На його життя та творчість, як не дивно, вплинуло оточення. Культ краси, що панував у батьківському домі, багато в чому визначив його особисті погляди на природу мистецтва. А формування його естетичних поглядів заклали університетські викладачі – Джон Рескін і Волтер Пейтер.

Письменник протиставляв світ краси світу буржуазного суспільства, тому й звертався до фантастики і вважав, що саме через парадокси можна зрозуміти глибину та правдивість життя, а щоб зрозуміти дійсність, потрібно побачити, як вона балансує на межі.

Герой Бальзака чимось схожий на самого письменника. Закохавшись, він витрачає всі свої кошти на залицяння, починає вести шикарне життя. А отримавши шагреня, він жартома просить 200 тис. франків доходу. Проте розуміючи, що це не жарти і що його життя висить на волосині, він живе у розкішному будинку, обмежує себе у всьому, як у фізичному, так і в психологічному плані. Все влаштовано так, щоб не вимовляти слів «бажаю», «хочу» і т.п. На стіні перед ним завжди висить шагреня в рамці, обведена чорнилом, щоб контролювати – чи не зменшиться вона раптом.

Доріан Грей, як і Оскар Уайльд, не обмежував себе і не відмовляв собі в щоденному задоволенні. Зрозумівши силу своєї краси, він почав користуватися нею, жити на широку ногу. Усвідомлюючи, що портрет – це його душа, Доріан ховає його людського ока. Наступні двадцять років він закохується у свою красу все сильніше і з великим інтересом спостерігає за розпадом своєї душі. Він шукає розради в дорогоцінних каміннях, в музиці, в наркотичних зіллях, в божевільній низці сумнівних зв'язків.

Тобто можна стверджувати, що Доріан Грей та Рафаель де Валентен є досить різними, бо поки один максимально обмежував себе у всьому, інший жив у своє задоволення та робив що хотів. Рафаель відмовив собі у будь-яких радощах, змарнів душею. А Доріан знищував свою душу з середини.

Що відчували головні герої, коли зрозуміли всю магічність отриманих ними предметів? Що було у них на душі?

Одне із визначень психології – науки про душу, свідчить, що внутрішня сутність людини зазвичай протиставляється тілу. Рафаель розуміє, що його життя залежить від маленького шматочка осяячої шкіри, яку спочатку

лякається, а потім вирішує скористатися спокусою. Позбавивши себе усіх радощів, він намагається контролювати кожну свою емоцію, живе у страху за своє життя, і від цього знаходиться у постійному стресі. А стрес, як відомо, впливає на емоції, настрої та поведінку людини.

Доріан Грей навпаки, дуже зрадів новому «придбанню». Він зрозумів, що може робити все що завгодно і залишатись завжди молодим та красивим. Шкода лише, що він не відчув, як знищує себе з середини. Доріан хоча і жив у задоволення, проте весь час відчував стрес. Питання про співвідношення краси зовнішньої та краси внутрішньої, тобто краси й моралі, хвилювало головного героя.

Як само відрізняюся внутрішній світ від зовнішнього у героїв Бальзака та Уайльда?

У той час, коли усі захоплювались будинком та життям Рафаеля, а перед гостями він усміхався, душа його була схожа на похмурий осінній день або ліс у ночі – темно, страшно та хочеться як можна скоріше вибратись звідти, звільнитись від душевного тягара.

Доріан не ніс відповідальність за свої вчинки, за своє життя. Пустих все на самоплив. Поки із зовні він залишався красенем, душа «загнивала» від його вчинків. Він сам вбивав себе постійним стресом, розгульним життям, яку закінчив жалюгідною смертю.

У двох романах великих письменників ХІХ ст. яскраво відображено те, як зовнішня оболонка може кардинально різнитись з серединою, внутрішнім станом і відчуттям. Це як купувати книжку із привабливою палітуркою, зовні – просто витвір мистецтва, а читати взагалі не цікаво – немає внутрішнього стрижня.

Внутрішній світ або психіка людини – не дзеркальне відображення, а активний багатоактний процес, в ході якого зовнішні впливи трансформуються відповідно до внутрішніх особливостей та сприйняттям людини. Тобто, людина може бути повністю розбита і подавлена всередині, але посміхатись усім, не видаючи стан своєї душі.

Дослідивши зв'язок між фантастикою та внутрішньою сутністю головних героїв, ми можемо впевнено сказати: фантастика – це не тільки химерні створіння, перетворення та події, які неможливі у звичайному житті, а й допомога митцеві відшукати «відповідності» між реальним і таємничим, зовнішнім і внутрішнім світами.

Оноре де Бальзак та Оскар Уайльд – дослідники людської душі, використали у своїх романах містичні або фантастичні елементи, щоб приховати людські пороки і вади, прагнули продемонструвати вплив спокуси на особистість, потяг згрішити під впливом порочної схильності або пристрасті.

Як правило, людям не подобається, коли висвітлюються їх не зовсім кращі сторони, і психологи мають на це наукове пояснення: мова йдеться про соціальну диспозицію (правила поведінки) і тривожний розлад (страх осуду).

Суспільство коригує вчинки героїв, чинить вплив на їх характер, диктує основні принципи, за якими треба жити. Саме суспільство, у якому жили Доріан та Рафаель, непомітно підштовхнуло їх на шлях насолоди та

марнотратства. Портрет і шкіра – це душевні кризи героїв, які привели їх до покарання, і тим самим, відбувся незворотній процес руйнації людської долі.

Твори «Шагренева шкіра» і «Портрет Доріана Грея» покликані відобразити сучасне життя в його найістотніших проявах і рисах, суперечностях і конфліктах. «Нищівна сила людської думки, яка переростає в пороки, знищують людину» – пише дослідниця Н. Муравйова [2]. Дослідник І. Жеміоніс [1] зазначає, що Оскар Уайльд відстоював право мистецтва відображати все і створювати досконале недосконалими засобами.

Література

1. Жемионис И. Оскар Уайльд «Портрет Дориана Грея». Рассуждения над текстом и подтекстом. Композиция деталей как главный фактор, раскрывающий идею //Зарубіжна література в навчальних закладах України. 2007. № 10. С. 23–32.
2. Муравьева Н.И. Оноре Бальзак : Очерк творчества. – М.: Учпедгиз, 1958, – 200 с.
3. Еволюція героя в романах «шагренева шкіра» Оноре де Бальзака та «Портрет Доріана Грея» Оскара Уайльда. URL: <https://vseosvita.ua/library/evolucia-geroa-v-romanah-sagreneva-skira-onore-de-balzaka-ta-portret-doriana-grea-oskara-uajlda-220138.html>

Медяник Анфіса

студентка 4 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: канд. філол. наук, викладач Доброскок С.О.

ЛІНГВІСТИЧНІ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНО-СТИЛЬОВІ ОСОБЛИВОСТІ INSTAGRAM ПОСТІВ УКРАЇНСЬКИХ БЛОГЕРІВ

У сучасному світі, де Інтернет захопив увагу абсолютної більшості людей, розвиток комунікації виходить на кардинально новий рівень. Наразі спілкування повністю переходить до соціальних мереж, які дозволяють швидко та зручно обмінюватись цікавою інформацією. Для науковців, наприклад, відкривається новий простір для вивчення та аналізу. Питання зміни звичного порядку комунікації розпочали досліджувати не так давно, але і зараз можна виділити науковців, праці яких зосереджені на цій проблемі: А. Белова, А. Войкуновського, С. Іщука, Г. Почепцова.

Сьогодні соціальні мережі об'єднують тисячі людей, що мають спільні інтереси, проте серед них виділяється саме Instagram. Саме у ньому поєднуються такі елементи як: текстовий контент і візуалізація, що й привертає увагу аудиторії. На жаль, більша частина контенту все ще публікується російською мовою, однак статистика україномовних блогерів стрімко змінюється. У 2021 році рідна мова стає трендом, який активно підтримують підлітки.

Блогерами стають звичайні люди, які висвітлюють своє життя. Вони створюють власний образ, за яким аудиторія і буде їх сприймати. Серед найпопулярніших україномовних блогерів для дослідження ми обрали Юлію Вербінець, Сергія Притулу, Олександру Пустовіт, Лесю Нікітюк та Олександра Авраменка. Досліджено наступні аспекти: зміст контенту (тематика та пости), стиль, образ героя, використані методи збільшення та зацікавлення аудиторії, вплив на підписників.

Пропонуємо розпочати із Юлії Вербінець – блогерки, яка на сьогодні має 3 млн підписників та потрапила до Forbes TOP 30. У 2019 році Юлія отримала нагороду за звання lifestyle blogger, а вже у 2020 була визнана блогером року. В Україні дівчина відома як «Верба», що є зручним скороченням від її прізвища. Дівчина народилась та живе у Івано-Франківську, тож українська мова є для неї звичною. На сторінці Юлії можна спостерігати образ дівчини, якій все дається з легкістю, саме через це блогерка отримує велику кількість так званого «хейту». Майже всі опубліковані пости дівчини – короткі фрази, які описують фото. Проте можна знайти декілька довгих текстів, в яких простежуються наступні мовні особливості:

- суржик («поступила в універ», «стрімко поправилась», «...на відстані, по телефоні», «така безобідна дівчинка»);
- сленг («зловила хвилю хейту», «просто тащусь», «колоборація», «...хочете більше двіжу...»);
- діалектизми («афігенні шкари»).

Вплив на підписників вважаємо не надто позитивним, адже показ того, що все дуже просто дається усім, змінює ставлення підлітків до роботи в цілому. Щодо привернення уваги аудиторії, у Юлії спостерігаємо наступні методи:

- велика кількість Stories. Це дає можливість блогерці постійно бути у полі зору своєї аудиторії;
- постійні конкурси. Так звані «гіви», під час яких дівчина розігрує техніку та інше;
- вдала рубрикація, що дозволяє реципієнту краще сприймати інформацію;
- питання у Stories. Цей метод дозволяє підняти охоплення сторінки, адже аудиторія починає жваво відповідати на задане питання.

Наступний блогер – Сергій Притула, який вже багато років є ведучим «Нового каналу». Багато років чоловік розробляв для себе образ «простого збаразького хлопця». Наразі чоловік має 814 тисяч підписників у Instagram, де активно просуває свою позицію та розповідає про власне життя. Однією з особливостей сторінки Сергія є те, що він часто відповідає на коментарі аудиторії, а також дає іскрометні відповіді «хейтерам». У постів блогера немає вирівнювання та специфічного оформлення, чоловік показує себе близьким до народу. На нашу думку, блогер впливає на свідомість українців, намагається закликати їх до волонтерства та патріотизму.

Олександра Пустовіт – дівчина, що має 2 млн підписників і вважається блогеркою-інфлюенсером №1 (за версією Cosmopolitan). Не так давно Олександра наважилась на втілення власної мрії та відкрила салон краси,

рекламу якого і робить у профілі. Її чоловік також є блогером, однак дівчина стала популярнішою. Тематика блогу обертається навколо пропагування материнства, краси та здоров'я. Для привернення уваги до власної персони Олександра порушує проблемні теми («чому людям важливо, як одягаються та що носять інші»), велика кількість Stories, оформлення сторінки в одному кольорі. Контент Олександри написаний без суржику, зайвого сленгу, красивою літературною мовою. На нашу думку, вплив на аудиторію цієї блогерки може бути лише позитивним.

Леся Нікітюк – відома колега вже розглянутого ведучого Сергія Притули за програмою «Хто зверху?». Сьогодні вона має 3,6 млн підписників і показує на своїй Instagram-сторінці власне життя та подорожі. Найчастіше у контенті блогерки бачимо жарти, які є невід'ємною частиною образу ведучої. У Stories Леся викладає відео від своїх підписників, піднімає актив запитаннями до них, а також часто проводить рубрику «питання-відповідь». Визначеного стилю профіль не має, тематики також. Більшість аудиторії приходить до блогерки після переглядів передач з її участю. Щодо контенту та аудиторії, можна сказати, що ми не виявили ані позитивного, ані негативного впливу.

Олександр Авраменко – сучасний «бог української мови та літератури» (за версією усіх підлітків, що складають ЗНО). Ікони із його обличчям з'являються у соціальних мережах щодня, а відповіді хейтерам та цікаві вислови можна зустріти не тільки у Instagram. За сторінкою блогера, ведучого та науковця стежать 111 тисяч підписників. Однією з особливостей сторінки є те, що чоловік допомагає готуватись до ЗНО незвичайними способами. Для прикладу можна навести наступний пост: «Урок 174. Запрацював, так що ніколи зайти в інстаграм. Це речення з підрядною частиною: а) міри і ступеня, б) способу дії, в) наслідку, г) допусту». На сторінці Олександра відсутня рубрикація, не часто з'являються Stories, а тексти написані літературною мовою. Блогер реагує на коментарі, публікує смішні картинки з власною участю, проте підтримує образ ділового чоловіка. Його вплив на аудиторію неможливо назвати негативним, адже завдяки йому тисячі дітей вивчають правила та готуються до незалежного оцінювання.

У висновку варто вказати на те, що українська мова стає все більше популярною серед молоді, вона поширюється в маси та процвітає. Користувачі використовують сленг, смайлики, Stories, рубрикацію та інші методи заради власного розвитку, вплив блогерів-мільйонників на молодь – збільшується. На нашу думку, блогосфера продовжить зростати, і надалі ми побачимо ще більше україномовних популярних особистостей.

Література

1. Акімова Н. Дослідження мови Інтернету: труднощі і перспективи. Нова філологія. Збірник наукових праць. Запоріжжя, 2012. №50. С.10–13.
2. Дзюбіна О. Комунікативний аспект соціальних мереж Facebook і Twitter. Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Серія: Філологічні науки. № 2 (12). Дніпропетровськ. 2016. С. 218–222.

3. Зайцева С. Інтернет-спілкування як нова форма між особистої комунікації.
URL: <http://ukrmova.com.ua/zmist-zhurnalu/vipusk-11/internet-spilkuvannya-yaak-novaforma-mizhosobistisno%D1%97-komunikaci%D1%97/>.
4. Ляховець Л.О., Лісневська А.О. Особливості само презентації юнаків-користувачів мережі Instagram
5. Маленкова Д.Г. Мова українських блогерів у соціальній мережі Instagram. ХДУ, 2020.

Руденко Анастасія
студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. філол. наук, викладач Доброскок С.О.

ДІДЖИТАЛ-ЕТИКЕТ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

Навесні 2020 року перед нами несподівано постало випробування, яке ми до сих пір, на жаль, не змогли подолати. Дистанційне навчання, карантин, пандемія, локдаун – всі ці обмеження вже стали звичними реаліями. Нам довелося в авральному порядку опанувати Zoom-конференції, Google-meeting, електронні журнали та щоденники, щоб організувати повноцінне дистанційне навчання. Закономірно, карантинні обмеження змусили нас частіше комунікувати онлайн, писати все більше повідомлень та переводити спілкування в діджитал режим. Однак не всім учасникам онлайн-спілкування вдалося організувати коректну комунікацію, тому доволі часто доводиться чути скарги як викладачів, так і студентів на недоліки такого спілкування. Ця тема наразі є надзвичайно актуальною, адже багато студентів не розуміють, що таке тайм-менеджмент, цифрова дистанція, особиста ідентифікація в зум, вайбер. Переконані, помилок припускаються як студенти, так і викладачі. Спробуємо розібратися.

В сучасних наукових джерелах можна знайти не так багато інформації щодо порушеної проблеми. Зазвичай вона зводиться до практичних рекомендацій поведінки в соціальних мережах. Відсутня і конкретизована дефініція поняття «діджитал-етикет», натомість воно ототожнюється з явищем цифрової дистанції. Отже, метою нашої наукової розвідки стало з'ясування поняття «діджитал-етикет» і розробка практичних порад щодо дотримання цих норм. Об'єктом дослідження стало листування студент – викладач, викладач – студент, студент – студент.

Основні помилки при спілкуванні в онлайн просторі:

- Ви не підписані своїм повним ім'ям в спільному з викладачем чаті;
- Ви надсилаєте домашнє завдання, ігноруючи дедлайн;
- Ви дзвоните викладачеві пізно ввечері;
- Викладач оголошує оцінки після 19.00-20.00, тим самим провокуючи у студентів додаткові питання, можливе занепокоєння перед сном;
- Ви пишете в меседжер студенту/викладачеві після 19:00;
- Ви не вітаєтесь перед тим, як щось запитати;
- Ви спеціально вимикаєте камеру під час пари;

– Ви підписуєтесь не своїм ім'ям в Зумі, тому викладач тримає вас в залі очікування;

– Ви надсилаєте конспект заняття пізно ввечері перед лекцією.

Доволі часто під діджитал-етикетом розуміють суцільні обмеження. Насправді це не так. Це сукупність практичних рекомендацій для комфортного та ефективного онлайн спілкування. Цифрова дистанція, відповідно, це те саме, що і соціальна, але в онлайн мережі. Спробуємо проаналізувати якою має бути ця дистанція у різних діджитал-локаціях.

Електронна пошта. Нею ми користуємося, якщо викладач не вказав свій мобільний або сторінку в соцмережі (час очікування в середньому – 2 доби).

Соціальна мережа (Інстаграм, Фейсбук). Для студентів така комунікація зручніша, але є тут свої недоліки. Найголовніший – порушення особистого простору, адже в процесі спілкування і студент, і викладач можуть дізнатися про одне одного значно більше. Далеко не завжди обидві учасники навчального процесу готові до подібного «оголення».

Месенджери (Телеграм, Вайбер, Меседжер) слід пам'ятати, що це вже більш приватна територія, ніж сторінка на Фейсбуці, адже тут вже задіяний особистий номер викладача/ студента.

Дзвінок – найкоротша цифрова дистанція. Подзвонити ви можете в разі відсутності зворотнього зв'язку на інших платформах. Також слід пам'ятати про час, в який ви телефонуєте (допустима година з 8-9 ранку до 19:00) в будні дні. Гн слід забувати, що викладач або студент може бути на парі, тому враховуйте і це.

Голосові повідомлення допустимі, якщо:

- 1) співрозмовнику зручно зараз їх прослухати;
- 2) вам потрібно терміново відповісти, а ви за кермом.

Характер і тональність листування. Завжди представляйтесь своїм повним ім'ям, якщо ви ні разу до цього не спілкувались з викладачем або студентом. Вкажіть номер групи або предмет, який викладаєте за потребою.

Отже, реалії сьогодення підказують нам, що форма змішаного навчання – перспективний напрямок, тому хочемо ми того чи ні, але норм діджитал-етикету мають дотримуватися усі. Це суттєво полегшить нам життя, вбереже від казусів і допоможе утвердитися як освіченій особистості.

Сізнцова Марія

студентка 2 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: канд. філол. наук, викладач Доброскок С.О.

«ПТАХ ДУШ» В.СТУСА: СПРОБА ДЕМІСТИФІКАЦІЇ ПОСТАТІ ВІДОМОГО ДИСИДЕНТА

Настав час розвіяти міфи про людину, яка провела майже все свідоме життя в тюрмах – Василя Стуса, відомого на весь світ дисидента. Своім життям він довів, що попри заборони, погрози, утиски можна залишатися вірним своїм

ідеалам. Але ж якою ціною? У запропонованій статті нами виділено основні моменти життя поета, які до сих пір трактуються неоднозначно. Спробували розібратися в них і ми.

Батько та син.

Батько з сином Дмитром бачилися вкрай мало. Причина нам усім відома – численні ув'язнення поета. Родина, на жаль, відходила на другий план. Дмитро, як він казав, не мав дитячої образи. Але у 1984 році, коли парубку вже було 18 років, він серйозно образився на батька. Проблема була в тому, що вони не бачились майже 3 роки. За словами сина, їм повинні були організувати зустріч. Та коли син і дружина приїхали, офіцери повідомили їм, що нібито батько не хоче їх бачити. Насправді ж Стус старший не витримав сьомого чи восьмого обшуку (до речі, вкрай ганебного) і тому відмовився від побачення. Беремося стверджувати, що цей випадок глибоко ранив сина.

Дмитро Стус та Віктор Медведчук.

27 березня 2013 року Дмитра запросили у якості судді на виступ літературознавців. Але виникає питання : Чи знав він, хто є спонсором цього заходу? Маємо сумніви. Якщо подивитись відео з цього вечора, Дмитро каже, що навіть не питав хто є спонсором. Можливо, але вірогідність цього дуже мала.

Цікавим є й те, що син став на бік Віктора Медведчука, адвоката, який фактично і не намагався захищати його батька. В одному з інтерв'ю він зазначив, що книга Вахтанга Кіпіані «Справа Василя Стуса» написана під вибори, це відверте політиканство. Не може

Нобелівська премія.

Чи було подано ім'я письменника на премію? Так. Але перед цим тривав дуже довгий процес. Експерти впродовж лютого-червня повинні обрати лише гідних і залишити від 20 до 30 персоналій. Взагалі, ця робота завершується у вересні. Імена подають на остаточний розгляд до Шведської Академії літератури. Також велику роль відіграє Міжнародний комітет. Він направляє роботу у 2 напрямках: переклад поетичних творів англійською та популяризація письменника у всьому світі. У випадку зі Стусом все затягнулося. 4 вересня 1985 року Стуса не стало. Премію посмертно не надають. Але тут з'являється ще одна новина про те, що комітет зробив повноцінне видання перекладів. Збірка була готова, але презентувати її змогли лише по смерті поета, 15 квітня 1989 року. Прикро, що зараз майже неможливо знайти документи, які б ще розповіли про діяльність Міжнародного комітету.

Наразі, є ще одна загадка не тільки для українців, а й для людей з усього світу. Що ж трапилось у той роковий день?

Серце, самогубство чи вбивство? Як загинув Василь Стус?

На той час важко було щось побачити у тюрмі. Тільки за звуками зможеш визначити, що відбувається. Співкамерники Стуса тільки так розуміли живий письменник чи ні. Правила ув'язнення були вкрай жорстокі. Наприклад, перебування на нарах лише 8 годин. У інший час ти не повинен навіть торкатися їх. Був випадок, коли Василь захотів просто прочитати книгу, він став спершись ліктем на горішні нари. І саме у цей момент заглянув офіцер та

зробив зауваження. Стус одразу зайняв дозволена позу. На думку наглядців, він все одно порушив правила. Тому вони склали рапорт, що поет не реагує на зауваження. Знову 25 днів карцеру. Коли настав час виходити звідти, письменник сказав, що оголошує голодування. До кінця. Через деякий час наглядці намагались зробити так, щоб усі повірили, що поет повісився. Друзі Стуса не повірили у цю версію. Потім вже їм сказали, що у Василя не витримало серце. Так, це цілком можливо. Однак в результаті ексгумації тіла були помічені пошкодження голови на потилиці. На жаль, чіткої відповіді ми не маємо. Як саме помер Василь Стус знають лише виконавці. Шкода, що саме так закінчилось його життя. Єдине, що він хотів зробити наостанок – дописати останню збірку. Але і це заборонили.

«*Птах душі*» – назва останньої, вилученої у концтаборі збірки віршів Василя Стуса. Відомо, що там було близько 300 перекладів віршів. Поет хотів залишити хоч щось після себе. Він був впевнений, що не вийде з концтабору живим і після його смерті знищать абсолютно все, що з ним пов'язано. Цей зошит насправді був, про це каже сам Василь Овсієнко (співкамерник Стуса). Але потім збірка зникла у руках тюремних наглядців. З цього випливає, що подальша її доля нам просто невідома. Може, вона була винищена, а може, до сих пір зберігається в секретних архівах КДБ. Дійсно, хотілося б побачити цю збірку. Це була б краща реабілітація поета-десидента. Поета, який помер не через хворобу або трагічний випадок. Його насамперед вбила СИСТЕМА.

Література

1. Кіпіані В. Справа Василя Стуса. Збірка документів з архіву колишнього КДБ УРСР. – К. : Виват, 2019. – 688 с.

СЕКЦІЯ «ІНОЗЕМНІ ДИСЦИПЛІНИ»

Болюта Владислава

студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер: викладач Бережко О.С.

HARRY POTTER FILM PRISONER OF AZKABAN

Slang is one of varieties of language in sociolinguistics. It means this language is used by society to interact each other. Slang is popular in our daily lives.

I chose part 3 of Harry Potter because there is a lot of slang in this part that I wanted you to hear.

Actuality of research: in the modern world it is necessary to know the slang language.

The practical value of research: to understand and speak slang.

The task of research: memorize slang conversation.

The object of research: movie and site.

Slang in the film

Muggle – this word was given to the world by J.K. Rowling with the release of the Harry Potter books into the world. Now this term is used not only in relation to people without magical abilities, but also when a person simply lacks any skills or abilities in a certain area.

Chuckle – loud, pretty laugh. Accio – In the world of Harry Potter, this is a summoning spell that has proven useful in the real world. For example, «I need to accio my keys, I can't find them».

Slytherin – this word is called cunning, «slippery» and insidious people. Hufflepuff – on the contrary, they call good-natured and harmless simpletons. You-Know-Who, He Who Must Not Be Named – means not only Voldemort – the villain from the world of Harry Potter, but also any influential and at the same time hated person.

Features of national slang: Britain vs USA

Britain:

<u>sloshed</u>	drunk
a <u>faff</u>	anything that takes a lot of time and effort
<u>hunky-dory</u>	first class, excellent
a <u>wobbler</u>	fit of anger

USA:

<u>cattywampus</u>	crooked, disorganized
a commode	restroom
to pack heat	carry a firearm

As a **conclusion we can say that** in the film about Harry Potter, just was used such interesting slang and it was the right decision because many people use it in life. Also we got acquainted with new words and their meanings.

Літэратура

1. Rowling J.K. Harry Potter and the Prisoner of Azkaban // Vancouver, British Columbia: Vancouver, BC: Raincoast Books, 1999. 251p.
2. «Slang». *Oxford English Dictionary*. Oxford University Press. Retrieved March 4, 2010.
3. «Slang». *Online Etymological Dictionary*. Retrieved March 4, 2010.
4. *A Dictionary of Slang, Jargon & Cant*, Albert Barrère and Charles Godfrey Leland. URL: <http://onlineslangdictionary.com>

GAMING TECHNOLOGIES IN DISTANCE LEARNING

The purpose of the report is to tell about modern methods of teaching to teachers and to encourage students to study. The actuality of the report is that due to the pandemic, which began in 2019 and then in March 2020, most students started distance learning and the topic of modern technologies and gaming in learning and entertainment is very relevant today and will be in trend for a long time.

What is the gaming method?

It provides for the definition of the goal aimed at mastering the content of education, the choice of the type of educational and cognitive activities and the form of interaction between a teacher and students.

The application of this method of teaching requires:

- clarification and awareness of its goals; without this, the activities of the subjects of the educational process can not be purposeful;
- choosing a method of activity to achieve the goal;
- the necessary means of intellectual, practical or substantive nature, as the activity is always associated with them;
- the presence of certain knowledge about the object of activity.

What is gaming technology for?

The main aim of games in education is to form in future professionals the ability to combine theoretical knowledge with practical activities. The student will be able to master the necessary professional content and skills just when he sufficiently shows the interest and makes certain efforts that combine theoretical knowledge, lectures, seminars, independently, to involve specific production tasks and create social situations.

Gaming activities perform the following functions: motivating (of interest to students); sociable (mastering the elements of communication culture of future professionals); self-realization (each participant of the game realizes his opportunities); developmental (development of attention, will and other mental qualities); entertaining (having fun); diagnostic (detection of deviations in knowledge, skills, behavior); corrective (making positive changes in the personality structure of future professionals).

Gaming methods are multifaceted, and each of them in one way or another contributes to the development of a certain skill. Thus, games-exercises, game discussions, game situations, role and business educational games, computer business games are distinguished.

The game is a new way of presenting and testing the knowledge by teachers.

Types of gaming activities:

- Exercise games. These include crossword puzzles, riddles, quizzes and more
- Game discussion. It involves a collective discussion of a controversial issue, the exchange of views and ideas between several participants

- Game situation. This method is based on a problematic situation. It activates the cognitive interest of students, directs their mental activity
- Role play. This allows you to recreate any situation in «roles». Role play encourages students to psychological reorientation.
- Business educational game. This is a training and practical lesson, which involves modeling the activities of specialists and production managers to solve a complex problem, decision-making related to the management of the production process.
- Computer business games. In recent years, the use of business games with the use of computers in the educational process has received considerable attention.
- There are collective and individual games. Several players or groups participate in a collective games. They play the role of decision makers. These games are closer to reality because the role of the decision maker belongs to living people, not imitators.

Today I want to tell you about some computer games that are interesting to students and most popular among teachers:

- Classtime;
- Naurok.ua;
- Kahoot;
- Word wall;
- Quizzes;
- Quizlet;
- Мій клас;
- Learningapps.c0m;
- Study-smile.

In conclusion it is important to note that, due to the situation in the world, we students and teachers, in general, each person had to face more and more modern technologies and master them, but as a result everyone works with pleasure, classes are more fun, everyone is interested in the learning process, especially IT specialists who develop something new and relevant every day, striving not only to make us happy, but also ourselves, u know). So, as a software engineering student, I am interested in all aspects of this topic.

Література

1. Сервіси дистанційного навчання для вчителів. URL: <https://thedigital.gov.ua/news/servisi-distantsiynogo-navchannya-dlya-vchiteliv>
2. Ігрові технології навчання. URL: https://pidru4niki.com/70163/pedagogika/igrovi_tehnologiyi_navchannya

Камєнєва Ірина
студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер: викладач Васільєва П.А.

NEOLOGISMS, WHICH APPEARED ON THE BASIS OF THE BLACK LIVES MATTER MOVEMENT

The problem of racial inequality has existed and still exists. However, with the development of technology, progress in science and politics this problem has not become less urgent. And we cannot stop talking about it. History teaches us a lot, but we live in the 21st century and we are most worried about the events that are happening now. As Mikhail Lomonosov said: «People who do not know their past have no future». However, we should be aware of what is happening in the world and have our own position in relation to issues and defend our own point of view.

The actuality of the report is also that new words (neologisms) appear in the language due to the ongoing political and social events, in this case the Black Lives Matter movement and it is important to study them and be able to understand them.

A race is a grouping of humans based on shared physical or social qualities into categories generally viewed as distinct by society. The term was first used to refer to speakers of a common language and then to denote national affiliations.

Systematic racism, structural racism, environmental racism, individual racism are the bright examples. Systemic racism shows avoidable and unfair inequalities through policies, conditions and protocols that set up an unfair playing ground. Systemic racism is system-wide discrimination and prejudice based on race. Example of systemic racism is slavery. Individual racism stems from personal prejudice. Environmental Racism is a policy that exposes minority groups to a disproportionate amount of environmental hazards is a form of environmental racism. Structural racism, which can be considered a type of systemic racism, studies the way history, culture and social psychology support racial divides in a society, according to the Aspen Institute.

Black Lives Matter (BLM) is a decentralized political and social movement protesting against incidents of police brutality and all racially motivated violence against black people. In July 2013, the movement began. #BlackLivesMatter hashtag on social media after the justification of George Zimmerman. The movement became nationally recognized for street demonstrations. The action returned to national headlines and gained further international attention.

George Perry Floyd Jr. was an African American man killed by the police officer. Because of his death, protests against police brutality, especially toward black people, quickly spread across the United States and internationally. An estimated 15 million to 26 million people participated in the 2020 Black Lives Matter protests in the United States, making it one of the largest movements in the country's history.

However, the colored people issues began much earlier than we might predict. The Queen's Gambit is a 2020 American coming-of-age period drama miniseries based on Walter Tavis's 1983 novel of the same name about 1950s and 1960s. In the movie we can clearly see that colored people weren't allowed to work or study

equally as a white community. Jolene is a best friend of the main hero. She became a paralegal after she graduated from Kentucky State University. When she found out that the school used to be called the State Normal School for Colored Persons, she decided to study history. Based on this example, I am confident that black people suffered humiliation even before this movement.

Kim Kardashian West Joins Other Celebrities in Demanding Justice for George Floyd. «I know I can use my own voice to help amplify the voices that have been muffled for too long». Kim Kardashian West is being called out for cultural appropriation (once again) for posting a photo wearing Fulani braids. She and her sisters have been accused of cultural appropriation for wearing traditionally Black hairstyles and misattributing them.

A neologism is a relatively recent or isolated term, word, or phrase that may be in the process of entering common use, but that has not yet been fully accepted into mainstream language. Neologisms are often driven by changes in culture and technology. Popular examples of neologisms can be found in science, fiction (notably science fiction), films and television, branding, literature, jargon, cant, linguistic and popular culture. Most frequently, neologism is explained and defined as 'a new word' which seems quite clear and simple.

Here is a list of some invented words which appeared due to BLM:

- Colorism – privileges or favorable treatment given on the basis of skin color.
- Microaggression – substance or indirect instances of racism. For example, colorblindness is a form of microaggression because it ignores a person's identity.
- Intersectionality – how race, gender and other social and political identities can produce different sets of privileges and disadvantages.
- «No justice, no peace» – a slogan used to emphasize that peace cannot be achieved as long as racial injustice exist.
- Defunding the police – the concept of reallocating funds and resources from law enforcement toward community-based programs such as education or health care.
- Performative activism – ingenuine activism to gain social clout. On the other hand, intense activism may cause mental, emotional and physical exhaustion in some, known as activism fatigue.
- Misogynoir the way gender and racial identity produce a different set of inequalities for Black women is called.
- Blackball, black mark: The terms both imply wrongdoing. If you bear a black mark, you've done something that people hold against you. If you've been blackballed, you've been banned from joining an organization because of something you've done.
- Solidarity – the support with people whom you have a common goal.

In general, society grants individuals different sets of privileges and disadvantages depending on their political and social identities. Kimberlé Crenshaw, a professor at the UCLA School of Law and Columbia School of Law, coined the term intersectionality to represent how society's treatment of individuals is influenced by the different ways someone's identity can be broken down.

Література

1. Ellis Cashmore «Kardashian Culture: How Celebrities Changed Life in the 21st Century». Emerald Publishing Limited, 2019.
2. The BLM Glossary: Hashtags and terms to know. URL: <https://dailybruin.com/2020/07/05/the-blm-glossary-hashtags-and-terms-to-know>

Остапець Анастасія

студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер: викладач Васільєва П.А.

FALSE FRIENDS OF A TRANSLATOR

False friends of a translator are words in a foreign language, most often of a common origin, which in their sound or spelling are similar to words in their native language, but have a different meaning. The actuality of the work is in the fact that both translators and students make a lot of mistakes while doing translations and it is necessary to study this phenomenon.

The aim of the work is to define the problems of the phenomenon «false friends of a translator». To reach the aim it is necessary to fulfill the following tasks:

- To define the categories of false friends of a translator;
- To define the essence and the sources of the origin of the phenomenon «false friends of a translator»;
- To carry out the comparative analysis of lexical units;

The reasons for the appearance of «false friends of the translator» are different. Most often they are due to the complex process of language development, which, at times, then they become objects of mutual influence on each other, then they develop completely on their own. We can call this the resulting phenomenon mutual influence of languages in the field of vocabulary. But since everyone is modern the language differs in its originality of traditions and writing, each has a unique history and culture, resulting in similar words take on different or completely opposite meanings.

There are several groups of false friends of the translator, depending on how much their meaning differs from the consonant words in the native language – absolutely false or 100% enemies.

The first type includes words that have a completely different meaning.

The most common examples of false translator friends from this series:

Accurate	Точный	Аккуратный	Tidy, smart
Balloon	Воздушный шар	Баллон	Cylinder, container
Brilliant	Отличный, блестящий	Бриллиант	Diamond
Cabinet	Шкафчик	Кабинет	Study, office
Camera	Фотоаппарат	Камера	Cell, chamber
Cartoon	Карикатура, мультфильм	Картон	Cardboard

A variation of the second type can be considered words that are very close, but have a slightly different spelling.

Affair	Дело, роман (любовный)	Афера	Affaire
Beacon	Маяк	Бекон	Bacon
Beckon	Кивок	Бекон	Bacon
Bucket	Ведро	Букет	Bouquet
Council	Собрание, совет	Консул	Consul
Data	Данные	Дата	Date
Desert	Пустыня	Десерт	Dessert

The third type includes words that coincide only in one sense.

Abstract	Абстрактный	Реферат, краткий обзор
Accent	Акцент	Ударение
Accessory	Аксессуар	Соучастник преступления
Activity	Активность	Занятие; деятельность
Aggressive	Агрессивный	Настойчивый, энергичный
Angina	Ангина	Стенокардия
Argument	Аргумент	Спор, ссора
Article	Артикль	Статья; вещь, изделие
Artist	Артист	Художник, скульптор
Authority	Авторитет	Власть

The fourth type includes words that belong to the same thematic group, so it is difficult to establish their discrepancy by context.

Here is the biggest risk that you will make mistakes when translating and mistake them for real friends.

These words are better to remember

Academic	Преподаватель или научный сотрудник вуза	Академик	Academician
Ammonia	Аммиак	Аммоний	Ammonium
Anecdote	Случай из жизни (особенно: из жизни знаменитостей); интересное происшествие	Анекдот	Joke; funnyincident
Antarctica	Антарктида	Антарктика	TheAntarctic(regions)

All in all, it should be noted that «false friends of a translator» are a problem not only for learners of foreign language but also for those whose command of foreign languages is excellent. Thus, it is quite natural because the first reaction of a person to a foreign word resembling his/her native word is to consider its meaning as coinciding with the meaning of a similar native word. «Unreliable friends» also appear when the word is pronounced (and sometimes spelled) the same in different languages. Unfortunately, there is no specific rule or law for distinguishing between «true» friend words. Just like in life, only intuition will help in recognition.

Література

1. «False Friends of the Translator» in the Terminology of the European Union. URL: <https://www.beta-iatefl.org/748/blog-publications/false-friends-translator-terminology-european-union/>
2. Триндяк І.М. «Хибні друзі перекладача» в текстах газетно-публіцистичного стилю // Закарпатські філологічні студії. Вип. 9. Т. 2. С. 69–74. URL: http://www.zfs-journal.uzhnu.uz.ua/archive/9/part_2/15.pdf
3. Хибні друзі перекладача при вивченні англійської мови URL: <https://kazatin.com/Podii/hibni-druzi-perekladacha-pri-vivchenni-angliyskoyi-movi-10615650.html>

Сімченко Анастасія
студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: викладач Яроцька Є.С.

PROBLEMS FACED BY AUTHORS TRANSLATING «ROMEO AND JULIET»

Often, when people translate from English, the authors often resort to distortion of the text. This is done for various reasons. First do it for the better sound of the text, second because it is impossible to translate literally, and third in order to circumvent censorship. The reasons are different, but the essence is the same – we often do not even understand that what we read is completely different from what it really is.

I want to consider the distortion of the translation on the example of the world-famous play by William Shakespeare «Romeo and Juliet». After all, we read it and did not even realize that the translation could be wrong.

Purpose: to convey to the reader the correct essence of the play and tell interesting facts from the original text of the work.

1. In fact, there was no balcony in the original text. Yes, the balcony is just an invention of the translators and the authorities of Verona. Archaeologists have found a beautiful building from the 13th century with the coat of arms of the Capello family and a legendary balcony. Because of the similarity with the Capulet name, a new tourist destination has appeared in Verona. In Shakespeare's play, there was no balcony, and Romeo climbed in the window for secret meetings with his beloved. In the original, the window was originally closed with shutters, but then, hearing Romeo sigh, Juliet opened the shutters, and their famous dialogue followed.

2. Most likely, the feud between the Montagues and the Capulets began because of an event in the past. In the translation, you will not see the reasons why this feud began, although it clearly arose for a reason. But in the original, the author gives us subtle and almost imperceptible hints about why the conflict arose. The fact is that in the past, Juliet's father had an affair with Romeo's mother. Consequently, the betrayal caused strife between the two families. In addition, there is a hint that Romeo and Juliet may be siblings. Perhaps it was for this reason that the girl's father was against their relationship.

3. In one of the scenes of the play, some of the words of Mercutio were removed. In Pasternak's translation, in the fourth scene, the words of one of the characters, to be more precise – Mercutio, were partially removed. His speech was shortened from 13 lines to 8 and the proverb «Chasing the wild goose» was lost, which means useless, meaningless work. During the translation, this remark was simply removed, thereby distorting the essence of the original.

4. One of the translations had an incorrect ending. During the scene when Juliet's father and fiance find her lifeless body, they shout out in a masculine way that they have been deceived. It would seem that there is nothing wrong with it, but it shows the selfishness of men. All their thoughts are only about their own reputation and their own person. In the original, these words were said in an indefinite way and, therefore, we can not say exactly what exactly was the reaction to the tragedy that

occurred. Perhaps they were in shock and mourned the poor girl, or talked transla about being cheated.

5. *In the Spanish translation, the translator changed the ending.* When ting the play into Spanish, the writer Lope de Vega completely changed the ending. He made a happy ending out of the sad ending, that is, Lope de Vega decided to leave the lovers together, in love and joy. Bottom line: we can conclude that each translator sees this work in his own way and that is why he tries to make his own interpretation. To understand the whole essence and tragedy of the work «Romeo and Juliet», you need to read it in the original. And maybe you decided to create your own translation, aren't you?

Література

1. Shakespeare W. *Romeo and Juliet* // Dover Publications, 1993. 96 p.
2. Пастернак Б. Вільям Шекспір Ромео та Джульєтта. / Пер. Б. Пастернак // Махаон. 2016. 144 с.
3. Лопе де Вега «Кастельвіні і Монтеси» / Лопе де Вега // П'єси пер. з ісп. Мистецтво. 1979. 294 с.
4. Григор'єв А. Вільям Шекспір «Ромео і Джульєтта» / Пер. А. Григор'єва – СПб : СЗКЕО. 2018. 240 с.

Суранович Дар'я

студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач Васільєва П.А.

AMERICAN SLANG ON THE BASIS IN TV SHOW «FRIENDS»

The relevance of this report is that slang does not stand still and is constantly changing, new words and expressions appear. For many students there are often so many unfamiliar slang words from American TV shows, songs, or native-speaker friends. Slang words learning is often excluded from formal English education, yet it helps students to understand American popular culture and better communication with their American friends.

The goal of this article is to describe the American slang, because American history is defined by an ongoing process of ethnic and social minorities assimilating into mainstream culture. And that is where slang appears. In the case of American slang in particular, to the first English-speaking settlers of America, any word not used in Britain was by definition «slang». Over time, those words became a part of the common language.

Slang is vocabulary that is used between people who belong to the same social group and who know each other well. Slang is very informal language. It can offend people if it is used about other people or outside a group of people who know each other well. We usually use slang in speaking rather than writing. Slang normally refers to particular words and meanings but can include longer expressions and idioms.

And so, there are several types of slang:

Theatrical slang

Journalistic slang

Computer slang

Game slang

Network slang

Youth slang

Series-based slang

«Friends» is an American comedy that tells about the life of 6 young people. The series was recognized as one of the best comedy series in the history of American television, and also became one of the most famous projects of the 1990s. The comedy and creator team has won many awards, including six Emmy Awards and a Golden Globe Award.

I want to give you examples of slang and slang expressions taken from the TV series «Friends»:

At some point, it's all gonna come together, and it's just gonna be...*unfloopy* – unfloopy - *чітко (все буде чітко; круто)*.

If he doesn't like you this is all a *moo point*... Yeah, it's like a cow's opinion. It just doesn't matter. It's moo. – *moo point* – *коров'ячі розмови (пусті розмови; розмови, що не мають сенсу)*.

She's your lobster. It's a known fact that lobsters fall in love and mate for life. – *she`s your lobster* – *автор має на увазі, що лобстери разом все своє життя*.

Anyway, people are *pushing back* deadlines to fit my schedule. - *pusing back* – *відкладати щось на потім*.

We are not just *messing around*, I love her. – *messing around* – *буми байдики; нічого не робити*.

We're using our *fancy china*, and it's very expensive, so please be careful. – *fancy china* – *модний, колекційний фарфор*.

In general, «Friends» series has given a lot of slang phrases that can be used anytime, anywhere. These phrases can always be relevant, even considering that new slang appears quite often.

Література

1. Slang. URL:
<https://dictionary.cambridge.org/ru/%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0/%D0%B1%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%B0%D0%BD%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F-%D0%B3%D1%80%D0%B0%D0%BC%D0%BC%D0%B0%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0/slang>
2. Друзья (телесериал). URL:
[https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D1%80%D1%83%D0%B7%D1%8C%D1%8F_\(%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%81%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%B0%D0%BB\)](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D1%80%D1%83%D0%B7%D1%8C%D1%8F_(%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%81%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%B0%D0%BB))

3. Сленг. URL:
https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B3#%D0%92%D0%B8%D0%B4%D1%8B_%D1%81%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B3%D0%B0
4. Друзья всегда рядом — о сериале Friends. URL:
<https://www.englishdom.com/blog/serial-druzya-vsegda-ryadom-o-seriale-friends/>
5. Разговорный английский. Английский по сериалу Друзья. URL:
<https://www.youtube.com/watch?v=RxnaHbkTmdM>

Чирва Марія

студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач Калашник Я.В.

NEOLOGISMS DURING THE PANDEMIC TIME

The events of 2020 shocked all humanity. Nowadays life won't be the same as before. The routine of wearing masks and disinfecting hands is the slogan of our days. The languages of the world also began to rebuild. Many new terms appeared here, namely neologisms. Neologisms have become slang for teenagers.

Actuality of research: The research of neologisms has got a great theoretical meaning for language world and are used all over the world, including Ukraine.

The practical value of research: On this basis, new words is relevant thanks to COVID-19, as well as to people for understanding each other in everyday life.

The task of research:

1. To examine and give definition of neologisms in modern dictionary;
2. To analyze and give examples of neologisms into pandemic period.

The object of research is neologisms that appeared during pandemic time in 2020 which speakers use in a certain way in a certain context.

Methods of research include the analysis of social networks communications on the subject, analysis of neologisms in newest articles on the Internet associated with the pandemic improve language skills and understanding of native speakers in different areas of use.

The purpose is to research the newest neologisms, which appeared during the pandemic time.

According to Cambridge Dictionary, neologism is a new word or expression, or a new meaning for an existing word [1]. Pandemic is a disease that exists in almost all of an area or in almost all of a group of people, animals or plants [2].

COVID-19 – an infectious disease caused by a coronavirus (= a type of virus), that usually causes fever, tiredness, and a cough, and can also cause breathing problems. Most often the disease is not serious but it can lead to severe illness in some people [3].

The world of the dictionary is changing every day. 2020 was about a pandemic. The period of isolation and quarantine influenced on all parts of life. The English

dictionary also had changed. Humanity began to use old words but in a new light. For instance, «lockdown» became the most often used around the world. In Ukraine everyone knows the meaning of this word.

Let's look at some examples of neologism in English due to some classification: «RELATIONSHIPS», «THE DECADE OF ZOOM» and «ROUTINE».

RELATIONSHIPS

In a matter of weeks, the global epidemic has transformed relationships, dating and communication. Weddings have been postponed, while divorce rates have reportedly soared in different counties as the crisis has eased. Friends and family members are suffering aching separations as borders have closed. Thanks to this point, *Covidivorce* and *Coronababies* as newest words [4].

Covidivorce – termination of the relationship due to the inability to be together for a long time in the same space. Word consists of two words – Covid + divorce.

Coronababies – the children born or conceived during the pandemic. Word consists of two words – Corona (Covid) + babies (baby).

THE DECADE OF ZOOM

The zoom platform became the most popular in 2020. Many companies, universities, schools and just people started using it. Thanks to the routine of living online, humanity has brought out new words such as *Covideo party*, *Zoombombing*, *Upperwear*, *Zumping*.

Covideo party – online party in zoom with friends. Here you can celebrate any holiday. Word «Covideo» consists of two words – Covid + video.

Zoombombing – intentionally connect to other people's video conferences and spoil them. Word consists of two words – Zoom + bombing.

Upperwear – the upper part of the clothes that is visible during video conference. Word is formed by combining words upper and wear.

Zumping (z + (ju)mping) – leave someone online.

ROUTINE

The Pandemic Has Changed Everything in Simple Things. If suddenly you do not know how to name the days during quarantine, the new dictionary offers you *Blursday*. When you've been sheltering in place for so long because of a global pandemic you have no idea what day it is as they all blur together [5].

If a person misses isolation then this phenomenon is called *Lockstalgia*, word consists of two words — lock (lockdown) + nostalgia.

If a person has a vacation but during it he stays at home then this is called *Staycation*, word consists of two words — stay + vacation.

The pandemic has affected the sets of things in our bags. Each person in 2020 knows and uses antiseptics, masks, disinfectants, etc. This phenomenon has spawned new words such as «Anti-masker» and «Sanny».

Anti-masker – An individual who does not believe in the effectiveness of masks to slow the spread of disease [6].

Sanny abbreviated from the word «hand sanitizer» [7].

Concluding all of the above, neologisms very quickly appear in modern English. Using of neologisms in the sphere of pandemic, we can say that neologisms

reflect all the changes and trends taking place in the modern developing world. This is how a global event of our day influenced the vocabulary of the English language. Every English learner is obliged to deepen his knowledge in the field of neologisms and increase his vocabulary.

Література

1. Cambridge dictionary «Neologism», «Pandemic», «COVID-19». URL: <https://dictionary.cambridge.org/ru/>
2. The New York Times «Of ‘Covidivoces’ and ‘Coronababies’: Life». URL: <https://www.nytimes.com/2020/03/27/world/coronavirus-lockdown-relationships.html>
3. Urban dictionary «Blursday», «Anti-masker», «Sanny». URL: <https://www.urbandictionary.com/>
4. Інстаграм сторінка greenforest.english [Електронний ресурс] <https://www.instagram.com/p/CJtPN9MFHui/>
5. Pandemic slang. URL: [Електронний ресурс] <https://rtd.rt.com/stories/do-you-speak-corona-learn-pandemic-slang/>

Чиховська Дарина

студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер: викладач Васільєва П.А.

AMERICAN SLANG

The aim of my work is to discuss and bring your attention to American slang, its origin and its use in our everyday life. We will discuss why it's important for all generations and English speaking countries.

The topic of slang will always be relevant as it's the most flexible part of any language which keeps evolving and changing. It should be always talked about and taught as a part of the educational program for those who desire to know English and be fluent in it.

Slang is an important part of any language. It is an informal part of a country's lexicon that is preferred over common vocabulary. New slang words occur in our everyday life without us even noticing. Slangs evolve over generations and reflect the culture and history of a certain country. Slangs have different span of life. While some words can live a very long life and cannot be replaced, others can barely live up to a month before they become outdated.

Even though slangs occur in many languages today's work will be focused on American English and its slang. Due to the influence of the United States on the world, American English has become an internationally important language. It has a unique status in forming an international English norm and is now considered a global language.

But where does American slang come from? It has a diverse history and it's quite hard to pinpoint where exactly it took its start from. American slang history is a process of ethnic and social minorities extending into the mainstream culture while the ethnic and social majorities appropriate things from them. Most of the American slang words come from the African American culture and gay culture. Some slangs like «snatched», «slay» or «drag her» are a part of the modern-day slang originated from queer people of color.

But not all slang words come from the process of assimilation and appropriation or take their start from a different culture. Some words and phrases simply appear in response to an event that created them.

For example, let's take such a commonly used phrase as «having a meltdown» which means to lose one's temper. It was created referring to atomic power but is now used to describe someone's mental state.

Another example of this origin is a synonym that was added due to a series of shootings in the 1980s that mean becoming extremely angry. This phrase is «going postal».

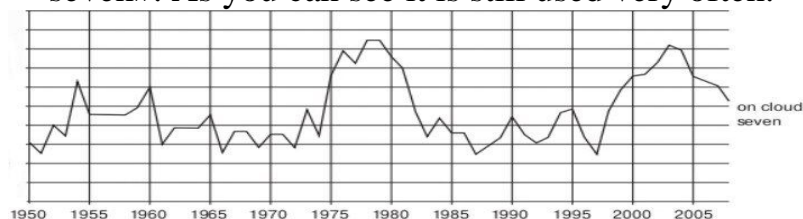
Another origin of American slang is artistic slang. Artistic slang is when a word enters English from fiction. The best examples of this are the phrase «warp speed» (extremely fast) by Star Trek, «grokking» (understanding something deeply) which came from Robert Heinlein's novel *Stranger in a Strange Land* and several words and phrases that were brought in by Shakespeare.

However, not all words stay the same over the years. Through the last century, many slangs have been transformed and changed. Let's analyze some of the changes and the slangs that could represent them.

Some words have changed their entire meaning or changed to a certain extent. A great example of this is to be up. In the 60th it meant «to be happy» but in the 80th it was transformed and changed its meaning to «to be late». Now though the term to be up with those meanings is barely used.

But there are cases when old slang words are revived or used even when they are outdated. Let's look at such slang as armpit. It originally means a human body part but in the 50th and the 60th, it gained a new meaning as a slang. People referred armpit as a bad or unpleasant place. Even though this slang is already outdated many authors still use it in its old slang meaning just as Cizmar Paula used it in her book «*Pretty Places*»: This is an armpit place. This is a nightmare place. This slang, despite being outdated, is still used as an idiom.

Many old slangs are still present in our life and are predicted to last a very long time. This graph shows us the frequency of usage of the slang idiom «on cloud seven». As you can see it is still used very often.



So we've already learned about the slangs that change their meaning entirely but that doesn't always happen. Some slang words change their meaning just slightly

to become more specific. Let's take the slang «nerd» and look at it. The original slang meaning appeared in the 50th and meant someone unattractive, unsociable, and with strange hobbies. But now it's associated with computers and people who spend a lot of their time on computers, learning about computers or just everything connected with computers in general.

Now that we know what slangs are and how they form and change, let's ask ourselves a question. Where do we use slang? Where can we find them? Not only can we hear it while speaking to a native speaker but also you can witness it in different professions. Let's have a look at some of the professions and their slang.

Computer technicians' slang

The use of slang by programmers, technicians, and other parts of the geek field takes the same origin as medical slang. It's used to explain a circumstance to others without your client's understanding. However, those slangs also exist to make suck a frustrating job a bit more entertaining. The computer tech's slang is one of those professional slangs that is rapidly changing as the technologies evolve and the idea of being “stuck in blue bar land” doesn't seem like a common problem anymore.

Restaurant's slang

While the medical workers are trying to stay away from slangs in fear of it being recorded and them having to explain it to the clueless patients or in the worst case explain their comments in court, one industry is having a blast with its slang. Restaurant slang is brought in by the need to convey ideas quickly. It's used to explain to somebody quickly that if they don't stay put they'll have boiling water spilled all over them. The slang in most US kitchens is a mix of Spanish and English that creates new and unique slang.

Slang in pop culture

Have you ever heard of RuPaul's Drag Race? Or maybe seen an episode or two of Keeping Up With The Kardashians? Have you noticed how they speak? Don't you think they speak funny? Well, the reason for that is in fact slang. Even though slang is an informal part of a language it's used very commonly in pop culture. But why do they use it? Well, 90% of US adults from age 18 to 29 use social networks every day. So modern-day artists try to spice up their creations and catch the attention of the youth not only in the US but also all around the world by using new and trendy slang. Let's take a look at some of the examples:

Slang in shows

Almost all modern shows use slang to catch the attention of the younger generations. Many shows had brought in some slangs that weren't known before. Have you ever heard someone say «yas queen»? Or maybe you have seen someone comment “slay” under someone's post! But do you know where those slangs are from? Those slangs were a part of the African American culture and the gay community but with the popular show RuPaul's Drag Race shining some light on those slangs it became a worldwide used slang used by young adults and adults on social media and in real life.

Slang in songs

Slangs can be found in many songs. It can be found in all genres of music: rap, rock, punk, pop, and many others. Many start learning slang from songs and many

educational programs have songs as their base of education. Some examples of songs that have slang in them are: «That's What I Like» by Bruno Mars, «White Iverson» by Post Malone, «Thrift Shop» by Macklemore & Ryan Lewis, and many more.

Slang in movies

Many of us use slang without even knowing that they are slangs from movies. When Bill Murray said «All right, this chick is toast!» in 1984's «Ghostbusters» he didn't know that he was making history right there. The movie «Clueless» introduced us to the Valley girl slang with its legendary «as if» and «whatever» but most importantly bringing in «my bad» after Manute Bol said it instead of «my fault». They didn't invent it but they brought it into the mainstream.

Slangs in tourism

So, we've already discussed where you can find slang and you saw some new words but here we've encountered a problem. Where can YOU use them? The first thing that comes to mind when talking about the usage of slang is to talk to native Americans. For tourists traveling to the US slang is very important for communication and to be fluent. Tourists, as well as workers of tourism, need all kind of slang, not only professional slang but also simple slangs for communication as well as slangs from different times to understand the history and the culture as well as to understand how the country's change in both language and culture was affected by other cultures and communities. They are used to shorten things so they are easier to say as well as combine two or more words to make it easier to remember. Here are some of the slangs that every tourist should know while traveling in the US or traveling with a native American:

- Hit the road- to start a journey;
- Red-eye- overnight or late night flight;
- Shotgun- the car seat in the front, next to the driver;
- Glamping- a glamorous type of camping;
- Staycation-stay at home vacation.

In conclusion I would like to say that slang should be known whether you are learning English, already fluent in it or even a native speaker. If you don't know slang you won't be able to communicate freely. That's exactly why it should be a part of the educational programs in schools, colleges and universities.

Література

1. Nardyuzhev V.I., Nardyuzhev I.V., Marfina V.E., Kurinin I.N. American slang: diachronic analysis. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/american-slang-diachronic-analysis/viewer>
2. Percentage of adults in the United States who use social networks as of February 2019, by age group. URL: <https://www.statista.com/statistics/471370/us-adults-who-use-social-networks-age>
3. 9 common words you probably didn't know came from movies. URL: <https://www.businessinsider.com/star-wars-ghostbusters-clueless-movie-words-2018-5>

4. Slang Expressions to Use When You Travel. URL: <https://engoo.com/app/daily-news/article/slang-expressions-to-use-when-you-travel/1HOhiAxeEemXTAcoHHp8PA>

СЕКЦІЯ «ІСТОРИЧНІ ДИСЦИПЛІНИ»

Грушевой Ростислав
студент 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: викладач вищ. кат.,
викладач-методист Мільчева А.О.

ГЕНЕРАЛ ПЕТРО ГРИГОРЕНКО: КОЛИ ЧЕСТЬ ВАЖЛИВІША ЗА ЖИТТЯ

В умовах декомунізації особливої важливості набувають теми пов'язані із радянським минулим нашої країни. З одного боку, з публічного простору прибираються символи тоталітарної держави. З іншого – Україна гостро потребує реабілітації несправедливо забутих особистостей (політиків, митців, науковців, воєнних тощо), які своїми вчинками наближали здобуття нашою країною незалежності. Саме до таких імен справедливо віднесений П. Григоренко. На його честь названі площа, проспекти, встановлено пам'ятники. Президенти РФ Б. Єльцин і України Л. Кучма [5] стали ініціаторами увіковічення пам'яті цієї особистості.

П. Григоренко народився у 1907 р. у селі Борисівка (тепер це село у Приморській міській громаді Бердянського району Запорізької обл.). З 1937 р. П. Григоренко розпочав навчання в Академії генштабу в радянській столиці. І вже з цього часу, відстежуючи його біографію, можемо побачити гостре відчуття несправедливості. Він – відданий радянській державі, вірить у проголошені гасла, намагається в усьому добиватися справедливості. Один випадок із життя П. Григоренка, згадує у своєму дослідженні український історик Ю. Шаповал. У 1938 р. до Москви із Запоріжжя приїхав брат П. Григоренка – Іван, якого напередодні було звільнено із Запорізької слідчої в'язниці НКВС. Він і розповів про всі жахи застінок НКВС. Після розмови Петро добився прийому у генерального прокурора СРСР Андрія Вишинського (!) і переказав ситуацію. На щастя тоді все розв'язалося благополучно [6].

Здібний військовий, П. Григоренко швидко проявив себе на ключових стратегічних посадах. У 1939 р. він приймав участь у боях на р. Халхин-Гол, із 1941 р. – бойових діях під час німецько-радянської війни. Мужність і здібності стратега П. Григоренка не залишилися непоміченими, він був нагороджений найвищими орденами (Леніна, Червоного Прапора, Червоної Зірки, Вітчизняної війни) і медалями та наприкінці війни отримав звання полковника.

Після війни він переїздить до Москви і займається викладацькою і науковою діяльністю. Результатом став захист кандидатської дисертації

(1948 р.) у галузі військових наук. Досліджуючи науковий доробок П. Григоренка, можна із здивуванням помітити, окрім робіт з воєнної історії і теорії, ще і роботи із кібернетики [3, с. 309–313]. Як відомо, кібернетика була оголошена «реакційною псевдонаукою» в СРСР у повоєнний період. Ось так проглядається дух бунтаря! Роботи у цьому науковому напрямку були певним викликом радянській ідеології і системі в цілому. У цей час П. Григоренко вже отримав звання генерал-майора. Ним була закінчена робота над докторською дисертацією (1961 р.), захист якої так і не відбувся. Бо наступний період життя цієї талановитої людини був ознаменований переслідуваннями з боку тоталітарної держави.

Період хрущовської «відлиги» пройшов під гаслами десталінізації, які радянська (і у тому числі українська) інтелігенція сприйняли як крок до лібералізації. Серед представників вкрай мало військової еліти. Безумовно, прояви непокори з боку воєнних карні органи карали безжально.

Треба відзначити певну еволюцію у поглядах українських дисидентів. Вони в умовах «відлиги» не намагалися відійти від ленінських принципів. Як правило, вимоги стосувалися необхідності дотримання декларованих у Конституції прав і свобод. Так вчинив і П. Григоренко, коли разом із сином організував нелегальний «Союз боротьби за відродження ленінізму» (1963 р.). Для карних органів це був виклик: борцем із партократією (за висловом історика дисидентського руху В. Овсієнка [4]) стала знакова фігура: ветеран, науковець, викладач військової академії, що була найважливішим науковим центром і оплотом з підготовки загальновійськових офіцерів в межах всього СРСР. Покарання бунтівника стало справою часу.

По-перше, Петра Григоровича було звільнено з академії з політичних мотивів. Пізніше П. Григоренко буде згадувати «комічність» і штучність звинувачень, які йому висували: «зажим критики», «відмова у дружі молодим вченим», навіть «націоналізм» [1]. По-друге, його було виключено з лав КПРС. По-третє, П. Григоренка позбавили військового звання і пенсії. Але найстрашніше було попереду. Репресивна машина, яка за радянських років ніколи не збавляла обертів, часів переслідування дисидентів випробувала нові методи покарання: залучила примусове психіатричне лікування (коли ставилися сфабриковані діагнози і відправляли людину у спеціальну закриту лікарню). Як правило, після такого «лікування» на волю виходила морально і фізично зламана людина. Так, у 1964 р. вже колишнього генерала було заарештовано і на довгих два роки відправлено на примусове лікування (діагноз психопатія).

Після виходу із лікарні Петро Григорович вимушений був працювати вантажником. Але свою правозахисну діяльність не припинив. Навпаки у цей час він розширює комунікацію із українськими і російськими дисидентами (В. Чорноволом, М. Руденком тощо). Вимоги непокірного генерала конкретизуються: він став активно виступати за права кримських татар. У 1969 р. Петра Григоровича заарештували саме за це. Знов тривали допити, і знов експертиза визнає його психічно хворим. У спеціальній психіатричній лікарні він буде знаходитися до 1974 р. [6].

Після всіх тортур Петро Григоренко, не зупинився: він входив одночасно до Московської і до Української Гельсінських груп [2, с. 136]. І продовжив правозахисну діяльність. За влучним висловом історика О. Шевченко у 1960-1980-х рр. правозахисний рух в Україні був елементом формування громадянського суспільства у тоталітарній державі [7, с. 376–384].

У 1977 р. П. Григоренко вимушено переїздить до США, де і проживає 10 років до своєї смерті. Аналіз життя і діяльності генерала П. Григоренко свідчить про неможливість одній людині протистояти тоталітарній системі. Але незламний характер дисидентів, спільність дій, наполегливість у бажанні досягти своєї мети принесли результати. Крах кривавої імперії – це, у тому числі, і їхня заслуга. Справедливо з публічного простору сьогодні прибираються імена катів українського народу. Місце серед українських героїв повинні зайняти ті, для кого честь була важливіша за життя.

Література

1. Григоренко П. В подполье можно встретить только крысы... Нью-Йорк : «Детинец», 1981, 845 с. URL: <http://www.lib.ru/POLITOLOG/GRIGORENKO/podpol.txt>
2. Данилюк Ю. Опозиція в Україні (друга половина 50-х - 80-ті рр. XX ст.). Київ : Рідний край, 2000. 389 с. URL: <http://history.org.ua/LiberUA/Book/opoz/TEXT.pdf>
3. Мысли сумасшедшего. Избранные мысли и выступления П. Григоренко. Амстердам : Фонд им. Герцена, 1973. URL : <https://diasporiana.org.ua/wp-content/uploads/books/21370/file.pdf>
4. Овсієнко В. Петро Григоренко – радянський генерал, який став дисидентом. Історична правда, 27 лютого 2021. URL: <https://www.istpravda.com.ua/articles/2012/02/21/74130/>
5. Про нагородження відзнакою Президента України – орденом «За мужність» генерал-майора Григоренка Петра Григоровича (посмертно). Указ Президента України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1155/97#Text>
6. Шаповал Ю. Нестандартний генерал. До 100-річчя від дня народження Петра Григоренка. День. №175, субота, 13 жовтня 2007. URL: <http://incognita.day.kyiv.ua/general-petro-grigorenko-spogadi-statti-materiali.html>
7. Шевченко О. Правозахисний рух в Україні 60-80-х років XX ст. як елемент формування громадянського суспільства у тоталітарній державі. Університетські наукові записки, 2012, №2. с. 376-384. URL: file:///C:/Users/user/AppData/Local/Temp/Unzap_2012_2_53.pdf

Котелевець Альона
студентка 2 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: викладач вищ. кат.,
викладач-методист Мільчева А.О.

«ПРОБЛЕМИ ЗБЕРЕЖЕННЯ УКРАЇНСЬКОЇ КУЛЬТУРНОЇ ТА НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ В УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ»

Тема збереження української культурної та національної ідентичності в умовах глобалізації стає актуальною в сучасних реаліях через те, що в молоді з'явився високий ризик втратити усвідомлення своєї унікальності й піддатися впливу інших культур. Саме глобалізація може перешкоджати або бути вигідною для модернізації української культури. Своєчасне вивчення складових та всіх проявів цього процесу надає можливість суспільству нашої країни отримати самоповагу, здатність переживати зміни, сприймати кордони інших людей, свободу вибору у формуванні власної ідентичності.

Метою даної роботи є визначення шляхів збереження української національної культурної ідентичності під час глобалізації.

Проаналізувавши особливості формування національно–культурних ідентичностей та їх побутування в сучасному глобалізованому світі, можна погодитися з висловом соціолога М. Арчер, що глобалізація це процес, який призводить до сполучення структур та культур, яке охоплює весь світ.

Зараз процес глобалізації став основним напрямом розвитку країн і охопив всі сфери людської діяльності. Глобалізація (англ. globalization) – трансформування певної події на планетарне. Сучасний процес всесвітньої економічної, політичної та культурної інтеграції та уніфікації. Існує чотири види глобалізації : економічна, політична, правова та культурна [2]. Культурна глобалізація — культурний обмін між суспільствами, який виникає у зв'язку з високими темпами розвитку засобів комунікації в сучасному світі. Ситуація зближення культурних діалогів, загострює потребу в поглибленні самосвідомості кожної культури.

До позитивних подій глобалізації можна віднести зближення різних культур, стандартизацію, яка полегшує культурний обмін між національними громадами. До нюансів процесу глобалізації належать культурна уніфікація, ментальний колоніалізм, примітивізація життя тощо. За таких умов у людини виникає страх втратити своє історичне коріння – національну ідентичність, мову, культурні та релігійні традиції [7].

Поняття «національна ідентичність» використовується в політології, етнології, психології та антропології. Термін означає приналежність людини до певної групи, яке дає їй змогу визначити своє місце в соціокультурному просторі та вільно орієнтуватися у світі. Питання національної ідентичності є справді важливим для суспільства, адже воно полягає в наступному: усвідомлення своєї унікальності, подібності та належності до інших груп людей в умовах глобалізації; пізнання власної ідентичності допомагає суспільству краще усвідомлювати ким людина є не лише як особистість, а і як частина

спільноти – сім'ї, мовного та культурного оточення. Це також вміння прийняти себе як індивіда незважаючи на певну суперечливість. Кожна людина має право вибирати, чи змінювати на свій розсуд різні спільноти, взаємодіяти з іншими групами, культурами тощо. Ми можемо знайти своє місце у світі та прийняти парадоксальність та інакшість інших людей. Саме це нам і потрібно для життя в єдності, хоч і не однаковості. Завдяки національній ідентичності людство отримує самоповагу, здатність переживати зміни, сприймати кордони інших людей та свободу вибору. Ситуація зближення культурних світів загострює потребу в поглибленні самосвідомості кожної культури. Культура нації постає єднальною ланкою між минулим і сучасністю, гарантом національного майбутнього. Внаслідок взаємодії в культурі старого та нового, власного і запозиченого, що здійснюється шляхом проникнення елементів інших культур до конкретної національної, відбувається модернізація культури.

Зараз українці намагаються зберігати національну ідентичність – рідну мову, звичаї та традиції. Процес культуротворення є важливою складовою українського культурного простору, особливо в умовах глобалізаційних викликів сучасності та загрози національній культурі як явищу. Нерозривне поєднання елементів різних культур світу до української культурної спадщини дозволить модернізувати українську національну традицію. Саме тому, досягнувши балансу закоренілих і нових творчих орієнтацій, українське суспільство може зберегти свою своєрідність та національну ідентичність й водночас пристосуватися до умов життя, які підлягають динамічним змінам.

Отже, процес глобалізації дуже складний та незворотній. Кожній країні потрібно адаптуватися під ці виклики сучасності, Україна – не виняток. Українському народу потрібно зберегти національну ідентичність та залишки пам'яток минулого, запустити процес окультурення свого народу та не допускати надмірного впливу зарубіжної культури і занепаду своєї культури.

Література

1. Григоренко П. В подполье можно встретить только крысы... Нью-Йорк : «Детинец», 1981, 845 с. URL: <http://www.lib.ru/POLITOLOG/GRIGORENKO/podpol.txt>
2. Данилюк Ю. Опозиція в Україні (друга половина 50-х - 80-ті рр. XX ст.). Київ : Рідний край, 2000. 389 с. URL: <http://history.org.ua/LiberUA/Book/opoz/TEXT.pdf>
3. Мысли сумасшедшего. Избранные мысли и выступления П. Григоренко. Амстердам : Фонд им. Герцена, 1973. URL : <https://diasporiana.org.ua/wp-content/uploads/books/21370/file.pdf>
4. Овсієнко В. Петро Григоренко – радянський генерал, який став дисидентом. Історична правда, 27 лютого 2021. URL: <https://www.istpravda.com.ua/articles/2012/02/21/74130/>
5. Про нагородження відзнакою Президента України – орденом «За мужність» генерал-майора Григоренка Петра Григоровича (помертньо).

Указ Президента України. URL :
<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1155/97#Text>

6. Шаповал Ю. Нестандартний генерал. До 100-річчя від дня народження Петра Григоренка. День. №175, субота, 13 жовтня 2007. URL:
<http://incognita.day.kyiv.ua/general-petro-grigorenko-spogadi-statti-materiali.html>
7. Шевченко О. Правозахисний рух в Україні 60-80-х років ХХ ст. як елемент формування громадянського суспільства у тоталітарній державі. Університетські наукові записки, 2012, №2. С. 376-384. URL:
file:///C:/Users/user/AppData/Local/Temp/Unzap_2012_2_53.pdf

Кулинич Ірина
студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. іст. наук, викладач вищ. кат.,
викладач-методист Носик М.О.

СВЯТО ІВАНА КУПАЛА: ТРАДИЦІЇ СВЯТКУВАННЯ ВІД НАЙДАВНІШИХ ЧАСІВ ДО СЬОГОДЕННЯ

Давні слов'яни за вірою були язичниками. Термін «язичництво» досить умовний і вживається щодо всіх політеїстичних (багатобожних) релігій. Загалом язичництво – це не просто релігія, а світогляд, тобто цілісна система уявлень про світ і місце людини у ньому. У віруваннях і культурах язичників відбивалися уявлення про навколишній світ, основні явища природи, стихії, про добрі і злі сили. На сьогодні нового народження зазнало неоязичництво – родовіство (або рідновіство), що надає даному дослідженню культурно-громадської актуальності. Одночасно з тим більшість українців, котрі позиціонують себе як православні, вважають частину язичницьких ритуалів як невід'ємну частину свого життя (інколи, однак, не уявляючи про язичницьке коріння певних обрядів).

Ще Прокопій Кесарійський вказує про язичництво у східних слов'ян, зокрема про культ Перуна [1]. Більш докладніше про пантеон язичницьких богів описує Нестор Літописець у своїй «Повісті минулих літ». Саме Нестор у Літописі Руському згадує про Перуна, Сварога, Хорса, Стрибога, Дажбога, Мокоша, Симаргла, Велеса [2]. Ідоли цих божеств стояли на пагорбі біля княжого палацу Володимира Великого.

У 988 р. після прийняття християнства з Візантії князь Володимир заборонив ідолопоклонство і неподалік цього місця почав будувати Собор св. Софії. Так починалася християнізація Русі. Проте, з приходом християнської релігії на українські землі язичництво повністю не було знищене. Воно було синкретизовано з християнством. Нова релігія утверджувалася запереченням старої. Але наші пращури не бажали добровільно відрікатися від своєї віри, тому християнська церква намагалася пристосуватися до традиційного

язичницького світогляду та підлаштувати язичницькі свята під християнські, щоб полегшити ідеологічне загарбання Русі [3, с. 16]. Так, новорічні свята віднесли до свят Різдва і Хрещення, а з християнською Трійцею було об'єднано день бога Ярила, день Перуна Громовержця – з днем Іллі Пророка.

Деякі язичницькі культу та обряди ще довго зберігалися та відправлялися потай, а деякі трансформувалися у християнські обряди з елементами язичества (коломийки, веснянки, колядки, щедрівки, корогоди, свято Івана Купала, масляна). Цей вимушений з боку православної церкви компроміс був зумовлений її намаганням послабити протидію широких народних мас утвердженню нової віри. Такі свята як «Водохреща», «Пасха», «Івана Купала» є шанованими навіть у наш час.

Обрядовіство є характерним для сучасних українців. Так, свято Івана Купала – одне з найдавніших та найбільш містичних слов'янських свят, про яке під час дослідження української міфології згадував Іван Нечуй-Левицький [4]. В Україні саме з цього дня до дня Петра святкували весілля.

Перші писемні згадки про свято Купала в Україні є у Волинському (1262 р.) і Густинському (приблизно 1620 р.) літописах, «Синописі» (1674 р.). У стародавні часи це свято, пов'язане з природним явищем – літнім сонцестоянням, після якого день починає скорочуватись. Існує версія, що Купала – бог земних плодів у першому ряді язичницьких богів, поступаючись лише Перуну. За іншою версією, Купала – це міфічна фігура, пов'язана зі святом бога сонця Ярила, тому люди поклонялися Сонцю та проводили різноманітні ритуали для щедрого урожаю, здоров'я та добробуту.

За традиціями Купала потрібно відзначати в місцях поблизу води, а головні атрибути свята – це Купало й Марена (Марена – зимова богиня чи русалка, що морить землю морозами, тоді як люди страждають від хвороб та голоду).

З ранку цього дня було прийнято купатись у річках та озерах, щоб очистити душу та тіло від усякого зла, зцілити та здобути міцне здоров'я. Напередодні свята хлопці розміщали на пасовищі ритуальне дерево, а дівчата прикрашали його вінками, стрічками та квітами. Біля обрядового дерева розпалювали вогнище, через яке було прийнято стрибати. Пізніше молоді люди почали стрибати через вогонь парами, тримаючись за руки, гадаючи: «якщо руки не роз'єднаються, хлопець та дівчина незабаром одружаться». До того ж, у купальську ніч не можна було засинати, адже вся нечисть вилазить зі своїх потаємних місць.

А ще наші предки вірили, що трави та квіти, зібрані до світанку в ніч купання, можуть мати магічну силу. Саме у ніч на Купала розквітає папороть і хто її знайде – стане багатим. Не дарма цвіт папороті, іменували «Перуновим цвітом» [5].

Після Хрещення Русі Руська Православна Церква свята Купала та Івана Хрестителя «об'єднала». Свято проводиться на згадку про хрещення Ісуса Христа у водах Йордану «купанням». Не зважаючи на це у XVIII ст. велася запекла боротьба церковної й світської влади з купальським обрядом. Так, у 1719 р. український гетьман І. Скоропадський видав указ «о вечерницах, кулачных боях, сборищах под Ивана Купала и прочее», який надавав право

фізично карати (в'язати, бити киями) та відлучати від церкви усіх учасників купальських ігрищ. У 1723 р. Перемишльський собор у Березові заборонив танці та розваги біля купальського вогню. У 1769-му Катерина II видала указ про заборону свята.

Один із найяскравіших прикладів ставлення українців до святкування Івана Купала є оповідання М. Гоголя «Вечір проти Івана Купала». Там яскраво описується традиції та звичаї святкування Івана Купала середини ХІХ ст.

На поч. ХХ ст. купальський ритуал поступово почав зникати. На сьогоднішній день він існує у «відродженій» формі. Хоча магічний зміст церемонії знівечений, а святкування має художній сенс, основна ритуальна діяльність язичників дійшла до сьогодні: розпалювання багаття та стрибками через нього, плетіння вінків та спускання їх на воду, обрядове спалювання Мареної.

В розпал боротьби з релігією мало місце і змішування надзвичайно відмінних ідеологічних елементів, скажімо офіційне святкування Купала відбувалося з портретом В. Леніна і гаслом: «Хай живе молодість, дружба, мир!». Метою подібних акцій було зробити народні традиції радянськими, перетворити їх в засіб поширення комуністичної ідеології.

Сучасні рідновірські уявлення українців описані Наталією Довгопол у фантастичному оповіданні «Карпатська казка, або за десять днів до Купала». Також завдяки народному обряду з'явилися такі мистецькі шедеври, як опера С. Писаревського «Купала на Івана», фольклористична праця Л. Українки «Купала на Волині», кінофільм Ю. Ілленка «Вечір на Івана Купала», фольк-опера Є. Станковича «Коли цвіте папороть».

Отже, язичницькі традиції і досі мають сильний вплив серед українців, попри всі намагання офіційної релігії (православного християнства) протягом багатьох століть витіснити їх з ужитку. Це призвело до появи такого духовного феномена, як двовір'я – паралельного вшанування християнських святих і поклоніння силам природи. При цьому, на сьогодні в свідомості українців водночас з їхньою православною натурою збереглися й культ предків, віра у відьом, русалок, водяників, домовиків, лісовиків та іншу «нечисть». Звісно, обряди часів язичництва вже здебільшого не виконують магічного призначення, а мають суто розважально-ігровий характер.

Підводячи підсумок, можна сказати, що деякі свята, обряди та традиції варто передавати від покоління до покоління, адже вони не лише згуртовують народ в одне ціле, а й дають можливість поринути у магічний світ природи та відволіктися від сучасної метушні та проблем.

Література

1. Прокопий Кесарийский. Война с готами. – М. : «Наука», 1950. – 516 с.
2. Літопис Руський / Переклад Л. Махновця. – К. : «Дніпро», 1989. – 591 с.
3. Воропай О. Звичаї нашого народу / О. Воропай : у 2-х т. Т. 1. – К. : «Оберіг», 1993. – 309 с. С. 16.

4. Нечуй-Левицький І. Світогляд українського народу / І. Нечуй-Левицький. – К. : «Оберіг», 1992. – 88 с.
5. Лозко Г. С. Українське народознавство / Г. С. Лозко. – Тернопіль : «Мандрівець», 2011. – 512 с

Носик Максим

канд. іст. наук, викладач вищ. кат.,
викладач-методист ВСП «ЕПФК ЗНУ»

ФОРМУВАННЯ ХРОНОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ КОЛЕДЖУ В КОНТЕКСТІ КОМПЛЕКСНОЇ ЛІНЕАРНО-ІСТОРІОСОФСЬКОЇ ПЕРІОДИЗАЦІЙНОЇ СИСТЕМИ УКРАЇНСЬКОЇ ІСТОРІЇ: ІСТОРІКО-ПЕДАГОГІЧНИЙ КОНЦЕПТ

*«Вчитися і не думати – марна трата часу,
думати і не вчитися – згубно...»
Конфуцій*

Наразі українська система освіти продовжує реформуватися. Увага педагогів зараз більше концентрується на формуванні у сучасної української молоді життєво-професійних компетентностей, що базуються на сукупності специфічних освітньо-предметних знань, умінь та навичок.

Не винятком є й історія. Викладання історії України як навчальної дисципліни повинно ґрунтуватися першочергово на словах французького історика А. Про «час – ось головний персонаж історії», що сьогодні буквально вказує на поглиблення у студентів коледжів у тому числі й *хронологічної компетентності*, формування якої у підлітка передбачає виховання вміння студентів орієнтуватися в історичному часі, розглядати суспільні явища в розвитку та в конкретно-історичних умовах певного часу, співвідносити історичні події, явища з періодами, орієнтуватися в науковій періодизації історії, використовувати періодизацію як спосіб пізнання історичного процесу, а також встановлювати тривалість події, її віддаленість від сьогодення [3, с. 82

При цьому сучасна педагогічна наука з приводу формування хронологічної компетентності пропонує наступні *прийоми формування хронологічної компетентності* (які базуються на наявних знаннях, вміннях та навичках): образне позначення дати (коли педагог описує важливі події максимально яскраво і образно, для чого використовує влучні цитати); робота з лінією (стрічкою) часу, складання хронологічних таблиць, розв'язування хронологічних прикладів та рівнянь тощо [3, с. 83-84].

Проте шановні колеги не акцентували увагу на нагальній необхідності застосування комплексної лінеарно-історіософської періодизаційної системи вітчизняної історії – формування у студентів цілісної системи історичних знань, умінь та навичок в контексті завершеної моделі періодизації історії України.

На нашу думку все багатоманіття періодизаційних підходів українських класиків-істориків (М. Грушевського, Н. Яковенко, Н. Полонська-Василенко, Д.

Дорошенка, О. Оглобліна, А. Синівського, І. Рибалка, І. Лисяка-Рудницького, О. Субтельного та І. Смоля) досить *україноцентричне* (державоцентричне, слов'янофільське), що пояснюється їх сприянням поглибленню феномену історичної пам'яті українського народу – «просторово-хронологічної самоідентифікації» українськості [6; 7; 8; 9].

На сьогодні існує декілька періодизаційних підходів, що намагаються хронологічно окреслити межі історичного процесу: археологічний, геологічний, антропологічний, генетичний, культурологічний та, звісно ж, історичний [1; 2; 4; 5].

При цьому історичні компетентності можуть бути цілісною системою лише за умови формування у студентів наочної цілісної часової шкали «від найдавніших часів та до сьогодні».

Так, на наш погляд, слід акцентувати увагу підлітків на небезперервності історичної «спіралі часу», для чого зі свого педагогічного досвіду та аналізу наявних на сьогодні періодизаційних моделей історії України, ми пропонуємо у Табл. 1. до вашої уваги *комплексну лінійно-історіософську періодизаційну систему української історії* (4 історичних епохи, кожна з яких, своєю чергою, також поділяється на 4 історичних періоди, які також фрагментуються кожен на 4 історичних етапи/підперіоди).

Табл. 1. Лінійна модель періодизації історії України

Епоха	Період		Етап (підперіод)	
1	Стародавня історія України (1 млн. рр. до н.е. – 882 р. н.е.)			
1	1.1	Кам'яна доба (1 млн. рр. до н.е. – 4 тис. рр. до н.е.)	1.1.1	Палеоліт (1 млн. рр. до н.е. – 11 тис. рр. до н.е.)
			1.1.2	Епіпалеоліт (11 – 9 тис. рр. до н.е.)
			1.1.3	Мезоліт (8 – 7-6 тис. рр. до н.е.)
			1.1.4	Неоліт (7-6 – 4 тис. рр. до н.е.)
	1.2	Мідно-кам'яна доба (Енеоліт або Халколіт) (4 – поч. 3 тис. до н.е.)	1.2.1	Кукутень / Доба Трипілля (сер. 6 – 5 тис. до н.е.)
			1.2.2	Середньостогівська доба (кін. 5 – сер. 4 тис. до н.е.)
			1.2.3	Ямна доба (сер. 4 – сер. 3 тис. до н.е.)
			1.2.4	Усатівська доба (сер. – кін. 3 тис. до н.е.)
	1.3	Доба бронзи (XXV – VIII ст. до н.е.)	1.3.1	Рання бронза (XXXII/XXX – XXV/XXIV ст. до н.е.)
			1.3.2	Середня бронза (XXV/XXIV – XIX/XVIII ст. до н.е.)
			1.3.3	Пізня бронза (XIX/XVIII – XII/XI ст. до н.е.)
			1.3.4	Зріла бронза (XI – IX ст. до н.е.)
	1.4	Доба Раннього заліза (VIII ст. до н.е. – VIII ст. н.е.)	1.4.1	Кіммерія (IX – VII ст. до н.е.)
			1.4.2	Скіфія (VII – III ст. до н.е.)
			1.4.3	Сарматія (III ст. до н.е. – III ст. н.е.)
			1.4.4	Докняжа доба / Антсько-Дулібська доба (IV – IX ст. н.е.)
2	Давня історія України / Україна середньовічна (882 – 1647 рр.)			
2	2.1	Доба Київської Русі (882 – 1199 рр.)	2.1.1.	Утворення (882 – 980 рр.)
			2.1.2	Розквіт (980 – 1054 рр.)
			2.1.3	Доба усобиць та децентралізації / «Війни Ярославичів» (1054 – 1132 рр.)
			2.1.4	Занепад / Доба поліцентризаци (1132 – 1199 рр.)
	2.2	Галицько-Волинська доба	2.2.1	Утворення (1199 – 1205 рр.)

		(1199 – 1340 pp.)	2.2.2	Боярська смута / Громадянська війна (1205 – 1238 pp.)
			2.2.3	Розквіт (1238 – 1264 pp.)
			2.2.4	Занепад (1264 – 1340 pp.)
	2.3	Русько-Литовська доба (1340 – 1569 pp.)	2.3.1	«Поєднання Русі» / «Оксамитове литовське проникнення» / Інкорпорація Русі Литвою ([1316] 1340 – 1362)
			2.3.2	«Ослов'янення Литви» (1362 – 1385 pp.)
			2.3.3	Доба «польсько-литовського протистояння» (1385 – 1480 pp.)
			2.3.4	«Збирання земель Русі» (1480 – 1569 pp.)
	2.4	Польська-Литовська доба (1569 – 1648 pp.)	2.4.1	Перше закріпачення України (1569 – 1591 pp.)
			2.4.2	«Козацько-селянські війни» (1591 – 1596 pp.)
			2.4.3	Козаччина / «Козацькі війни»(1596 – 1625 pp.)
			2.4.4	Передхмельниччина (1625 – 1648 pp.)
3	Україна Модерна / Нова історія України (1648 – 1914 pp.)			
	3.1	Хмельниччина (1648 – 1657 pp.)	3.1.1	Показання (1648 – 1649 pp.)
			3.1.2	Гетьманат (1649 – 1653 pp.)
			3.1.3	Переяславщина / Українсько-московське зближення (1654 – 1655 pp.)
			3.1.4	«Потоп» (1655 – 1657 pp.)
	3.2	Руїна (1657 – 1687 pp.)	3.2.1	Козацько-громадянська війна (1657 – 1663 pp.)
			3.2.2	«Розкол» / «Двогетьманщина» (1663 – 1669 pp.)
			3.2.3	Дорошенківщина / «Чигиринське спустошення» (1669 – 1678 pp.)
			3.2.4	Відродження Гетьманщини (1678 – 1687 pp.)
	3.3	Гетьманщина (1687 – 1764 pp.)	3.3.1	Мазепинщина (1687 – 1708 pp.)
			3.3.2	«Присмерк Гетьманщини» (1708 – 1722 pp.)
			3.3.3	Гетьманщина автономна (1722 – 1750 pp.)
			3.3.4	Уніфікація Гетьманщини Московією (1750 – 1764 pp.)
	3.4	Українське Національне Відродження (1764 – 1914 pp.)	3.4.1	«Збирання спадщини» (1764 – 1794 pp.)
			3.4.2	«Вільнодумство» (1794 – 1846 pp.)
			3.4.3	«Культурництво» (1846 – 1890 pp.)
			3.4.4	«Політична боротьба» (1890 – 1914 pp.)
4	Україна Постмодерна / Новітня історія України (1914 – 2016 pp.)			
	4.1	Українська Національна Революція (1914 – 1933 pp.)	4.1.1.	Велика війна (1914 – 1917 pp.)
			4.1.2	Національно-визвольні змагання (1917 – 1921 pp.)
			4.1.3	Радянізація–Пацифікація (1921 – 1928 pp.)
			4.1.4	«Культурна революція» (1929 – 1933 pp.)
	4.2	Сталінізм на Україні (1933 – 1953 pp.)	4.2.1	«Розстріляне Відродження» (1933 – 1939 pp.)
			4.2.2	«Війна на три фронти» / Друга світова війна (1939 – 1944 pp.)
			4.2.3	«Повоєнна відбудова» (1944 – 1950 pp.)
			4.2.4	Криза сталінського тоталітаризму (1950 – 1953 pp.)
	4.3	Криза радянської системи / Доба радянського волюнтаризму (1953 – 1991 pp.)	4.3.1	Десталінізація (1953 – 1964 pp.)
			4.3.2	Косигінщина (1964 – 1973 pp.)
			4.3.3	«Застій» радянського тоталітаризму (1973 – 1985 pp.)
			4.3.4	«Перебудова» радянщини» (1985 – 1991 pp.)
	4.4	Україна незалежна / Сучасна Українська Держава (1991 – 2021 pp.)	4.4.1	Пострадянська доба (1991 – 2004 pp.)
			4.4.2	Помаранчева доба (2004 – 2010 pp.)
			4.4.3	«Олігархат» (2010 – 2014 pp.)
			4.4.4	Боротьба за територіальну цілісність (2014 – 2021)

Таким чином, цілісному баченню студентів коледжів, особливо в контексті складання ДПА–ЗНО з історії України, вітчизняного історичного

процесу, сприятиме їхнє навчання правильності та ефективності локалізації історичних подій, фактів, діячів на *«періодизаційній лінійній прямій»* (лінійність говорить про те, що кожен історичний період якісно-кількісно неповторний, хоча, одночасно з тим і є копією попереднього та наступного), що є можливим лише за умови навчально-патріотичної вмотивованості здобувачів освіти.

Література

1. Green W.A. Periodizing World History / W.A. Green // History and Theory: Studies in the Philosophy of History. Theme Issue : World Historians and Their Critics, vol. 34. Middletown, 1995. – P. 99-111.
2. The Course of Human History : Economic Growth, Social Process and Civilization / By Johan Goudsblom, David M. Jones, Stephen Mennell. – New York : 1st Edition , 1996. – 160 p.
3. Десятов Д. Л. Формування хронологічної компетентності учнів у процесі навчання історії / Л. Д. Десятов // Наукові записки НДУ ім. М. Гоголя : Психолого-педагогічні науки. – 2012. – №2. – С. 82–86.
4. Дьяконов И. М. Пути истории : От древнейшего человека до наших дней / Дьяконов И. М., 2-е изд., испр. – М. : КомКнига, 2007. – 384 с.
5. Зашкільняк Л. О. Періодизація в історії / Зашкільняк Л. О. // Енциклопедія історії України : у 10 т. / редкол. : В. А. Смолій (голова) та ін. ; Інститут історії України НАН України. — К. : Наукова думка, 2011. – Т. 8 : Па – Прик. – С. 152.
6. Кульчицький С. В. Періодизація історії України / Кульчицький С. В. // Енциклопедія історії України : у 10 т. / редкол. : В. А. Смолій (голова) та ін. ; Інститут історії України НАН України. — К. : Наук. думка, 2011. – Т. 8 : Па–Прик. – С. 155.
7. Лисяк-Рудницький І. Проблеми термінології та періодизації в українській історії / Іван Лисяк-Рудницький // Історичні есе, Т.1. – К. : «Основи», 1994. – 554 с.
8. Носик М.О. Київська Русь та Русь Московська у хронологічно-періодизаційному концепті української історії: сучасна схема вітчизняної історії і геополітичні виклики сьогодення (науково-педагогічний аспект) / М. О. Носик // Засоби діагностики якості освіти : матеріали регіональної науково-практичної конференції ВНЗ I-II рівнів акредитації. – Запоріжжя : Вид-во ЗНУ, 2017. – С. 33–39.
9. Потульницький В. Схеми періодизації історії України в українській історіографії 19–20 ст. : проблеми теорії та методології / Потульницький В. // Спеціальні історичні дисципліни : питання теорії та методики (Число 5) / Історіографічні дослідження в Україні [Вип.10] // Об'єднаний випуск збірки наукових праць на пошану академіка НАН України В.А. Смолія : У 2-х ч. – К. : Інститут історії України НАН України, 2000. – Ч. 2. – С. 434–460.

ЗАРОДЖЕННЯ РЕЛІГІЙНИХ УЯВЛЕНЬ У ЛЮДЕЙ КАМ'ЯНОГО ВІКУ

Цю тему я обрав тому, що питання про зародження релігійних уявлень у людини кам'яної доби являється дуже дискусійним. Така невизначеність полягає у відсутності писемних джерел.

Метою роботи є дослідження можливих сценаріїв зародження релігійних уявлень у людей кам'яного віку, визначення поняття релігійних уявлень та висвітлення видів і форм релігійних уявлень.

Тема актуальна зараз, бо до сих пір науковці не дійшли до кінцевої відповіді на це питання. Проблема зародження релігійних вірувань являється важливим питання не тільки історії, а й релігієзнавства.

На початку розберемось з поняттям релігія, в основному під релігією розуміють систему поглядів, яка проявляється у вірі в надприродні сили, включає в себе збір моральних правил, обрядів [1].

Релігійні вірування давніх людей поділяють на: фетишизм, анімізм, шаманізм, тотемізм і магію. Анімізм – це віра в наявність духа чи душі у об'єктів природи, на думку дослідника Е. Тайлора первісна людина задумуючись над хворобами, смертю та сном прийшла до висновку, що в тілі є душа, яка може покидати його на деякий час, потім почали розвиватися уявлення про існування душі після смерті. [2] За іншими гіпотезами релігія виникла після того, як люди почали обдумувати природу небесних явищ, уособлювати їх. Таких поглядів дотримувалися: брати Грімм, М. Мюллер, О. Афанасьєв, О. Потебня. [3] Шмідт та Ленг були прихильниками версії, за якої першою формою релігії був монотеїзм, а політеїзм з'явився після. Прихильники преанімістичної концепції вважають, що першими уявленнями була віра в магічну силу самої людини. [3] Згідно з еволюційною теорією релігія з'явилась через неможливість людини пояснити природні явища, в цій концепції релігія розвивалась поступово від простого до складного. [4]

В підсумках можна зазначити, що це питання дуже важливе для більшого розуміння історії та культури стародавнього світу. Досі на нього немає однозначної відповіді.

Література

1. Новая философская энциклопедия в 4-х томах / Научно.-ред. совет : В. С. Стёпин, А. А. Гусейнов, Г. Ю. Семигин, А. П. Огурцов. – М.: Мысль, 2000. — Т. 1–4. – 2659 с.
2. Тайлор Э.Б. Первобытная культура. – Москва : Издательство политической литературы, 1989.

3. Українська релігієзнавча енциклопедія. URL: <https://ure-online.info/encyclopedia/teoriyi-pohodzhennya-religiyi/>
4. Мисливці та збиральники та витоки релігії. URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4958132/>

Чумак Данило
студент 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. іст. наук, доц.,
викладач -методист Денисенко В.В.

СВІТОВЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННОСТЕЙ Р.ІНГЛХАРТА: РЕЗУЛЬТАТИ І ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ УКРАЇНИ

Постановка проблеми. У 1981 році американський політолог Рональд Інглхарт разом із Крістіаном Вельцелем створили соціологічний проєкт – Всесвітній Огляд Цінностей (World Values Surevey), відомий сьогодні як Карта Інглхарта [1, 2]. Це праця, яка досліджує цінності всіх народів з різних країн світу. Серед них є і Україна. Ціль дослідження – проаналізувати взаємозв'язок між цінностями громадян і їх впливом на соціальні та культурні процеси.

У 2020 р. були опубліковані результати сьомої хвилі досліджень, які показали суттєві зрушення і нові тенденції розвитку суспільно-політичних і культурних процесів в Україні за 9 років, що минули з шостої хвилі, впродовж яких відбулася Революція гідності і окупація частини Донбасу та АР Крим. Значення результатів дослідження: дозволяють проаналізувати взаємозв'язок між еволюцією цінностей громадян і соціально-культурними процесами в суспільстві, а також порівняти цінності жителів країн світу на проміжку часу.

Це не є карта менталітету. Менталітет, зазвичай, розглядають як незмінну систему. Цінності людини постійно змінюються під впливом економічних, безпекових, культурних чинників. А отже змінюється і соціальна оцінка і сприйняття процесів в різних державах. Цінності можуть формувати потреби, що в свою чергу впливає на соціальну, економічну, політичну поведінку індивідів у суспільстві.

Мета дослідження – аналіз результатів Сьомої хвилі Світового дослідження цінностей в контексті розвитку суспільно-політичних і культурних процесів в Україні сьогодні.

Виклад основного матеріалу. Анатомія карти Р.Інглхарта складається з двох вісей: горизонтальної та вертикальної.

Горизонтальна вісь – цінності від виживання до самовираження. Цінності виживання передбачають економічну і фізичну безпеку. В такому суспільстві наявна ксенофобія, консервативність, занижена оцінка прав і свобод людини, відсторонення від суспільно-політичних справ (атомізація), схильність до авторитаризму, аполітичність. «Не довіряй, не бійся, не проси» – такий лозунг цінностей виживання.

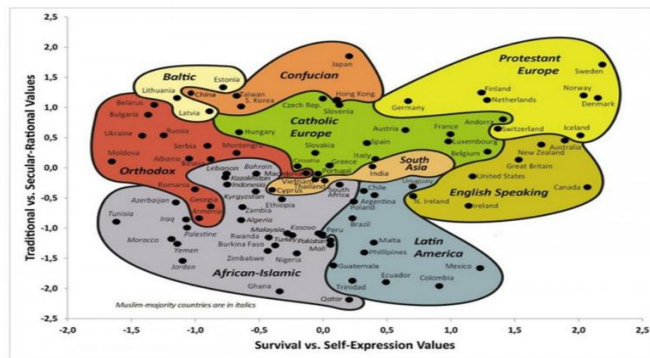
Цінності самовираження складаються з іншого: громадянське суспільство, висока оцінка прав і свобод людини, повага до її гідності і бажань, високий рівень довіри, участь в політичному процесі.

Вертикальна вісь – від традиційних до секулярно-раціональних цінностей. Традиційними є ті цінності, які мали сенс у минулому: релігійність, традиційні сімейні та соціальні ролі, патріархат, стандартизація, сильна позиція «ми», ієрархічність, але разом і з тим колективність і високий рівень взаємодопомоги, а ще й національна самоідентифікація.

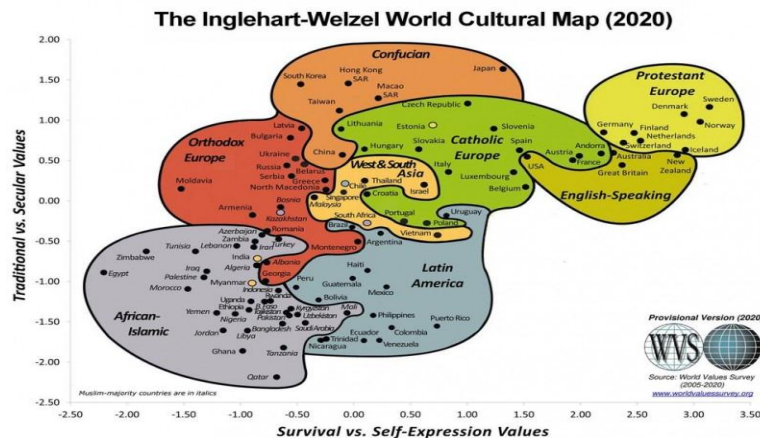
Раціональні цінності – рівність статей, нерелігійність, різноманітність самовираження, нестандартизовані соціальні ролі, перехід від «ми» до «я», бюрократичність, але й схильність до атомізації.

Для науки найбільше значення мають тенденції. Тому наведемо результати дослідження, опубліковані в 2015 та 2020 р.

Результати дослідження 2015 р. [1].



Результати дослідження 2020 р. [1].



Дослідження показали наступні тенденції [3].

Зростання частки щасливих людей з 68% до 78,3%;

Зростання частки людей з гарним здоров'ям за самооцінкою з 37% до 45,4%.

Зниження частки незадоволених фінансовим становищем з 48% до 38,9%.

Зростання частки тих, хто за останній рік ніколи не відчував себе у небезпеці у своєму домі/квартирі, з 69% до 73,8%.

Зниження частки людей, що часто стикаються з розпиванням алкогольних напоїв на вулиці з 51,2% до 39,2%.

Зниження частки тих, хто вважає Бога важливим в своєму житті з 64% до 56,3%.

Зниження частки тих, хто вважає, що в дітях треба виховувати релігійність (з 22% до 14,9%) та слухняність (з 58% до 33,1%). Зростання частки тих, хто вважає, що в дітях треба виховувати рішучість з 39% до 45,8%.

Зростання толерантності до людей з ВІЛ (частка тих, хто не хотів би жити поряд з ними, знизилась з 52% до 36,4%) і до гомосексуалів (відповідна частка знизилась з 62% до 44,8%).

Зростання громадської активності як фактичної, так і потенційної: зростання частоти підписання петицій, участі в громадських організаціях, готовності брати участь в демонстраціях, страйках, бойкотах.

Зростання частки тих, хто вважає, що більшості людей можна довіряти: з 23,1% до 30,1%.

Зростання частки тих, хто вважає, що важливо жити в демократичній країні, що Україна управляється демократично і що в ній поважаються права людини.

Зростання частки респондентів, які не згодні з тим, що чоловіки є кращими політичними лідерами, ніж жінки (з 48% до 55,1%).

Зростання кількості осіб, що пишаються українським громадянством (з 67% до 82,2%). В 2011 році цей показник для України був нижчим, ніж для більшості країн ЄС, тоді як зараз він приблизно відповідає середньому рівню тих країн ЄС, для яких доступні дані сьомої хвили дослідження.

На жаль, є також і зміни, скоріше негативні для демократичного розвитку, які можуть вказувати на посилення певних аспектів традиційних цінностей і цінностей виживання.

Зниження частки тих, хто вважає, що в дітях потрібно виховувати незалежність, з 43% до 35%.

Зростання ксенофобії. Частка тих, хто не бажає жити по сусідству з іммігрантами, зросла з 19% до 27,1%, з людьми іншої національності – з 17% до 24,8%.

Зниження частоти засудження ситуацій, коли чоловік б'є дружину, батьки б'ють дітей, насильства загалом.

Зниження частоти засудження отримання державної допомоги, на які людина не має права, крадіжки, несплати податків, отримання хабаря.

Зниження довіри до більшості державних інституцій (суди, уряд, Верховна Рада, освітні заклади, державні установи і служби загалом).

Можна зробити такі *висновки*:

а) Для України характерна доволі схожа позиція з країнами-сусідами православної групи країн: Росією та Білоруссю.

б) Наше суспільство більш схильне до цінностей виживання. Порівнюючи з 2015 роком, бачимо, що Україна дуже сильно просунулась в бік цінностей самовираження.

в) Українське суспільство характерне розвиненими секулярними цінностями. Тут ми майже не змінили своєї позиції.

Втім, позитивних змін значно більше, ніж негативних, що відображає розвиток України та поступове прийняття секулярно-раціональних цінностей і цінностей самовираження. При порівнянні України з іншими країнами вона залишається найближчою до групи православних європейських країн, таких як Болгарія та Румунія. Разом з тим Україна випереджає ці країни за багатьма показниками секулярно-раціональних цінностей і цінностей самовираження. Можна сподіватися на те, що на новій «культурній мапі світу» вона стане ближчою до більшості країн ЄС.

Література

1. World Values Surevey. URL: <https://www.worldvaluessurvey.org/wvs.jsp>
2. Инглхарт Р., Вельцель К. Модернизация, культурные изменения и демократия: Последовательность человеческого развития. – М.: Новое издательство, 2011. – 464 с.
3. Результати сьомої хвилі Світового дослідження цінностей в Україні. URL: <https://sapiens.com.ua/ua/publication-single-page?id=140>

Шелудько Катерина

студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: канд. іст. наук, викладач вищ. кат.,

викладач -методист Носик М.О.

ДИНАМІЧНИЙ ЗВ'ЯЗОК МІЖ УКРАЇНСЬКИМ НАЦІОНАЛЬНИМ ВІДРОДЖЕННЯМ ТА АНТИУКРАЇНСЬКИМИ РЕПРЕСІЯМИ (НА ПРИКЛАДІ ДОБИ «ЗБИРАННЯ СПАДЩИНИ»)

Ще у XIX ст. почали розповсюджуватися російські кліше про «малоросійське непорозуміння» та про старшобратськість росіян. При цьому українська мова зазнавала значних утисків та принижень від російського царату.

Боротьба за відродження української мови розпочалася у др. пол. XVII ст., а за початок руху можна взяти заборону у 1690 р. Києво-Печерській лаврі без узгодження з Москвою видавати богословські книги Петра Могили та Кирила Ставровецького. Надалі, у XVIII ст. наступ на українську мову посилювався: 1720 р. відбулася заборона друкування будь-яких книг (окрім церковних), 1721 р. – затвердження на території України мовної цензури, а 1731 р. – вимога вилучати книги старого українського друку, та заміна їх російськими аналогами, а у 1769 р було заборонено друк української абетки [1].

Проте на тому етапі українська мова все ще домінувала в селах та містах України. Але у першій половині XIX ст. ситуація змінюється – школи переводять на російську мову викладання. В той же час церква почала насаджувати своїм мірянам «нову мовну свідомість». Культурно-освітній рівень українського народу, на жаль, почав занепадати.

На думку Зенона Когути, наприк. XVIII – поч. XIX ст. українців можна було поділити на два типи: промосковський (малоросійський) та українофільський. Саме у цей час в європейських країнах розпочалося поширення ідей німецького гуманіста Йогана-Готфріда Гердера, котрий вважав, що люди є членами певної національної спільноти, і лише так вони можуть бути корисними суспільству. У «Щоденнику моєї подорожі» (1769 р.) Й.-Г. Гердер написав, що Україна стане новою Грецією [1].

Його теорія швидко знайшла прихильників, та, здійснивши революцію в мовознавстві європейських країн, навідалася й на українські землі. Як результат – поява перших україномовних творів. Особливу активність вона проявляла серед слов'янського світу, де у першій половині XIX ст. гостро постало питання визначення через мовний аспект ідентичності, самотності народів.

Мовна революція прийшла й на українські землі. Результатом стала поява перших українських творів «Вергілієві пастухи» О. Лобисевича (1794), а також «Енеїди» І. Котляревського (1798), що започаткували українську літературну мову [1].

Потужним освітнім та науковим центром України на початку XIX ст. став Харківський університет, який був відкритий «на бажання місцевого населення та його пожертви». Університет був російськомовним, але усупереч царату став центром розвитку української мови. Тому у 1819 р. царизм увів нові цензурні правила університетів та передав цензуру до рук спеціальних цензурних комітетів. Після цього «Український Весник» було ліквідовано [2].

Наступні кроки щодо розвитку української мови були пов'язані з діяльністю О. Павловського («Граматику малороссийского наречия», 1818) і М. Цертелева («Опыт собрания истенных малороссийских песней», 1819). Можна сказати, що саме з цих праць і розпочалась фольклорно-лінгвістична робота відродження української мови. Надалі, у 1827 р. М. Максимович видав збірник «Малороссийские песни», у передмові до якого закликав вивчати мову рідного краю [2].

З 1830 р., на думку Сетона-Уотсона, розпочалася «шевченківська епоха українського слова», що формуванням української національної свідомості. Саме тоді центр розвитку української мови змінився на Київський університет на чолі з ректором М. Максимовичем, котрий видав альманах «Київлянин». Після цього військовим губернатором Рєпіним докладав, що «малоросіяни непохитні у вірі..., віддані престолу...». У зв'язку з цим після друку у 1840 р. «Кобзаря» образ християнської малоросійської культури стає неблагонадійним (міністр народної освіти С. Уваров сформулював головну ідеологічну доктрину Російської імперії – «самодержавство – православ'я – народність»). Після викриття кирило-мефодіївців 29 травня 1847 р. С. Уваров зобов'язав Київський університет та його викладачів викладати російською мовою [1].

З 50-х рр. XIX ст. до дискусії щодо української мови долучилася РПЦ, через що дискусія вийшла за межі філологічно-лінгвістичної та перейшла у історично-політичну площину. Мова стала політикою. З'явилася «погодінська теорія» історії Малоросії. М. Ще далі пішов слов'янофіл В. Ламанський, який

заявив, що для Малоросії та Великоросії вироблена єдина спільно літературна мова – російська.

М. Максимович активно виступив з критикою («Филологические письма к М.П. Погодину»). Українська ідея набуває науково-історичних обрисів. Проте саме П. Куліш став головним стовпом культурного відсепарування української мови від загальноросійського стовбура, намагаючись поставити українську мову на службу українському рухові. Протягом 1860–1862 рр. у серії «Сільська бібліотека» було надруковано 39 брошур українською. Результат – на початку 1862 р. у С.-Петербурзі і Москві можна було купити шість українських букварів різних авторів.

За підрахунками української дослідниці Л. Іванової, за 1861 – 1862 рр. видавництво «Основа» надрукувало близько 40 праць українських письменників, учених, громадських і культурних діячів. Проте майже відразу російські «День», «Русский вестник», «Современная летопись», провінційний «Вестник Юго-Западной и Западной России», завдяки московському публіцисту М. Каткову, розкритикували «Основу», виступивши проти освіти українською [2].

Паралельно з цим у 1862 р. Комітет з розгляду статутів вирішив замінити слова «рідна мова» на «російська мова».

У 1863 р. професор Київського університету С. Гогоцький і вчитель ніжинської гімназії І. Кульжинський опублікували спеціальні брошури, текстом яких активно заперечували використання української мови у викладанні. Після цього журнал «Основа» було закрито.

Осторонь не залишилась і РПЦ, обер-прокурор якої вважав, що до творення української мови підштовхують поляки. У березні 1863 р. начальник III жандармського відділення В. Долгоруков отримав анонімного листа з Києва, в якому звучав заклик «захистити нашу святиню від наруги, а вітчизну від розпаду і небезпечного розколу».

Як свідчить аналіз джерел, українська мовна проблема стала на початку 60-х рр. XIX ст. важливим питанням для С.-Петербургу, бо вона тягнула за собою проблему ідентичності, а зрештою – політичної самоорганізації українського народу. Тому, щоб запобігти небажаному розвитку подій, імперська влада взяла мовне питання під пильний контроль.

Особливий опір у XIX ст. викликало прагнення української передової інтелігенції не лише відродити свою національну мову, а й застосувати її у всіх культурних, соціальних контекстах, для всіх комунікабельних завдань. Це прагнення, на той час, було провідною рисою усіх національних рухів того часу проведених на територіях Центральної та Східної Європи.

Література

1. Поліщук Ю. Мовна політика російської влади в Україні (кінець XVIII – середина XIX ст.) / Юрій Поліщук // Наукові записки ІПіЕНД ім. І. Ф. Кураса НАН України. – Вип. 4 (78). – С. 218–240.

2. Лопата О. Становлення та розповсюдження української преси (XVIII – початок XX століття) / Ольга Лопата // Вісник книжкової палати. – 2013. – № 9. – С. 1–7.

СЕКЦІЯ «ЖУРНАЛІСТИКА ТА ВИДАВНИЧА СПРАВА»

Бондаренко Тетяна
студентка 4 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. філол. наук, доц.,
викладач-методист Тяпкіна Н.І.

РЕАЛІЗАЦІЯ МОВНОГО СТЬОБУ В УКРАЇНСЬКІЙ БЛОГОСФЕРІ

За останні роки блогосфера стала настільки популярною, що телебачення відійшло на другий план. Не викликає сумніву, що блогінг має достатній вплив на суспільство, особливо на його молодше покоління. Покоління Z, можна сказати, виховується інтернетом. І це автоматично вимагає великої відповідальності від блогерів. Вони повинні «фільтрувати» своє мовлення та відповідально ставитися до формування власного контенту, форми його викладу та мовлення.

Метою дослідження є вивчення тематичної палітри мовного стьобу блогерів як головного чинника творення гумористичного ефекту для популяризації та привернення уваги користувачів соціальних мереж вітчизняного сегменту Instagram та YouTube. На мережевих платформах використовується ціла низка мовних засобів, а саме суржикізми, сленгізми, жаргонізми, елементи іронічності, стьобу, гумору, сарказму, пародії, розмовна лексика, просторіччя, вульгаризми, вигуки, мовні кліше, стійкі сполуки, слова з емоційно-експресивною конотацією, стилістичні засоби (метафора, метонімія, порівняння, евфемізм). Ці всі засоби і роблять інтернет мову такою унікальною, простою, але такою привабливою. Під мовним стьобом ми розуміємо наголошення «на пародії, глузуванні, власне гуморі, блазнюванні, дотепності, інтелектуалізмі, грі словом, парадоксальності, епатажності, сарказмі, подвійному смислі, знущальній іронії тощо [3, с.68]

Через опитування, проведене серед друзів та знайомих (загалом 30 осіб), було виявлено, що найбільше дивляться таких блогерів: Альона Венум (5,34 млн підписників), Антон Мурафа (367 тис підписників), «Телебачення Торонто» (372 тис підписників).

Почнемо з найпопулярнішої у вітчизняній блогосфері на сьогодні блогерки Альони Венум. Її можна трактувати і як Instagram-блогерку, і як YouTube-блогерку. Але її творчість більш зосереджена на YouTube каналі. Аудиторія Альони становить вже більше п'яти мільйонів користувачів. Контент її каналу зосереджений на гумористичних відео, які називаються – скетчі. Як

Альона зазначала в одному зі своїх інтерв'ю, вона робить саме той контент, який в першу чергу цікавий її глядачам. Наприклад:

– *Алена, привет! А можно будет у тебя собаку одолжить?*

– *Что? А тебе зачем? Собака не гречка, на нее дефицита нет. Заведи себе такую же.*

– *Да не хочу я собаку. Я погулять хочу! А выходит можно только с собакой.*

– *Ну так позвони бывшему, позови погулять.*

Тут відбувається стьоб над колишніми відносинами та ситуацією з карантинном. Для творення мовного стьобу авторка використовує порівняння. Також мовний стьоб блогерки стосується повсякдення кожної дівчини – критичні дні, стосунки з подругами, догляд за тілом, жіноче здоров'я тощо.

Вербалізація тексту оздоблена мовною грою, алюзіями, гіперболізацією, емоційними висловлюваннями тощо. Наприклад: *Ну шо, ребята, грызть гранит науки сложно конечно. Но как же вам повезло, шо я в соавторстве с антикоррупционной дружиной университета написала методичку, в которой есть все, шо вам нужно.* Як бачимо у прикладі, ще однією темою для стьобу є навчальний процес в університеті. В уривку критикується хабарництво, більше того, мовлення героїні з відхиленням від літературної вимови, з використанням суржику (шо). Через такий текст акцентується увага на людині, яка може бути хабарником.

Канал Мурафи складається переважно з пранків (розіграшів) та реакцій (на інші відео чи якийсь явище). Наприклад, спостерігаємо творення комічного ефекту через конфлікт поколінь:

– *Поможешь мне тоже установить это приложение?*

– *А то что ты мама в браке, тебя это не смущает?*

– *Ну 60 лет – это не конец жизни!*

– *Но и не начало!*

Антон не соромиться жартувати і над собою, торкаючись і тематики ЛГБТ. Продивляючись його канал, ми знайшли його відео з колишньою дівчиною, а тепер вже подругою – Алевтиною. Вона теж блогерка, і звичайно протягом усього відео вони жартують на тему колишніх відносин:

– *У меня есть парень.*

– *У меня нет девушки. Но это не значит, что я все еще люблю Алю и жду ее. Аля будешь со мной навсегда?*

– *Ну все подумают, что ты сейчас серьезно.*

– *Хорошо. Я не серьезно. Я люблю тебя!*

Мовна гра блогера, натяки, плутанина у висловлюваннях творять гумористичний ефект. Насправді стьоб цього блогера більш показаний не у мовленні, а в поєднанні тексту з фото- чи відеоматеріалом. Отже, мовний стьоб не є пріоритетним для формування гумористичного ефекту.

Ну і останній блогер, а точніше канал на YouTube – «Телебачення Торонто». Це по суті як класичне телебачення, а точніше програма новин, але зі стьобом. У відео беруть участь двоє ведучих, які протягом пів години саркастично розповідають останні новини України та взагалі світу. Матеріалу цього каналу для аналізу тематики було більш ніж достатньо, тому ми

вирішили проаналізувати тільки останні два відео. Тематика каналу переважно зачіпає глобальні проблеми, а саме: коронавірус, політика, економіка, карантин, курс валют. Мовною грою, порівняннями та натяками один з ведучих посміявся над так званими «спеціалістами» теми корона вірусу: *«Термін «Чорний лебідь» належить самопроголошеному інтелектуалу Насіму Талебу, який взяв загальновідомі факти, збовтав їх у шейкері власної фантазії, а потім написав книгу на 400 сторінок, суть яких можна звести до двох слів – лайно трапляється».*

Говорячи про актуальні новини, ми не можемо не згадати новини про економіку, адже коронавірус зараз вбиває не тільки людей. Використовуючи мовну гру та гіперболізацію, телеведуча видає таку дотепну фразу, на що інший не менш дотепний телеведучий відповідає з сарказмом;

– *Зараз ми не дуже відчуваємо наслідки кризи, адже перелякані сидимо у карантині. Але зовсім скоро кожного з нас додадуть у групу в Viber «Нарізаємо зі штори ковбасу».*

– *Мене захистить держава! (а далі обидва ведучі дуже гучно засміялися)*

До речі, стьоб над курсом валют – завжди є актуальним. Тут використовується мовна гра слів та гіперболізація:

– *І з нами наш інсайдер з 1998 року Майкл Щур.*

– *Долар по 4 гривні!*

– *Страшне...*

– *Яку фінансову пораду можеш дати наступним поколінням?*

– *Коли з'являються кредити на нерухомість беріть всі!*

З аналізу тем української блогосфери ми дійшли висновку, що мовний стьоб може бути тільки на актуальну тему. До речі, ми помітили, що ці актуальні теми діляться на підвиди, а саме – актуальні зараз та актуальні в усі часи. Актуальні зараз – пандемія коронавірусу, карантин, економічна ситуація. Завжди актуальні – питання гендеру (у тому числі ЛГБТ), відмінностей жінок від чоловіків, романтичні стосунки, колишні хлопці та дівчата, політики, вік людини, курс валют, навчання тощо.

Мовний стьоб реалізується через бажання автора зробити текст смішним, іронічним чи просто привернути увагу. Сьогодні цей термін поширився взагалі на сатирично-гумористичне мовлення і є характерною ознакою мовлення блогосфери. Вдалий жартівливий текст робить блогера популярним, а мовний стьоб наближує до молодіжної аудиторії.

Література

1. Євграфова А. О. Стьоб як мовна практика сучасного деідеологізованого суспільства. *Філологічні трактати*. 2009. Т. 1, № 1. С. 42–50. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Filtr_2009_1_1_9
2. Лобас М. Стилiстичнi засоби увиразнення мови блогу. *Мовний простiр слов'янського свiту : тези доповiдей V Всеукраїнської наукової конференції студентiв, аспiрантiв i молодих учених*. Національний університет «Києво-Могилянська академія». Київ, 2019. С. 8-10. URL:

http://ekmair.ukma.edu.ua/bitstream/handle/123456789/16355/Lobas_Stylistychni_zasoby_uvyraznennia_movy_blohu.pdf?sequence=1&isAllowed=y

3. Поліщук О. «Стьоб» в українській сьогочасній літературі. *Слово і час*. 2009. № 11. С. 68-74. URL: <http://dspace.nbuv.gov.ua/bitstream/handle/123456789/133601/08-Polischuk.pdf?sequence=1>

Горбань Луїза
студентка 4 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: ст. викладач,
викладач -методист Микитів Г.В.

ФОРМАЛЬНО-ЗМІСТОВА ПАРАДИГМА ФОТОАЛЬБОМУ ЯК ЗАСІБ РЕПРЕЗЕНТАЦІЇ ЙОГО КОНЦЕПЦІЇ

Фотовидання сьогодні – це результат взаємодії сучасних досягнень фотомистецтва, видавничої справи та поліграфії. Фотоальбоми і фотокниги стали свого роду віддзеркаленням часу і розглядаються фотохудожниками і фотопубліцистами як засіб встановлення контакту з читачем. Із появою перших фотовидань усвідомлювалася сама сутність фотозображення. Фотографи бачили перспективу в розвитку художніх якостей фотознімків, намагалися створити особливий творчий твір, об'єднавши фотографічні знімки в серії. Цей особливий предмет називається фотоальбомом. Згідно з ДСТУ 3017:2015 фотоальбом – «це образотворче видання з пояснювальним текстом чи без нього» [1].

Метою роботи є дослідження засобів, які репрезентують формально-змістову парадигму фотоальбому як типу видання. Завданнями дослідження є створення концепції фотоальбому, з'ясування особливостей його оформлення та моделювання власного фотоальбому.

У теоретичних джерелах [3] зазначено, що в розробку дизайну фотоальбому входять: відбір серії фотографій, додавання елементів, добірка фонів, вибір стилю всього оформлення для того, щоб він виглядав єдиним і закінченим. Виділяють простий і складний дизайн.

Фотограф-практик А. Вартанов [2] виділяє такі стилі оформлення:

- класичний – працюючи в цьому стилі, фотограф застосовує для фотовидання тільки серію спеціально відібраних і підготовлених фотографій;
- художній – при використанні цього стилю для оформлення застосовуються додаткові елементи і художні фони.

При оформленні фотоальбому необхідно враховувати те, що стилістичне рішення теж є важливим елементом, тому необхідно обрати відповідний шрифт. Згідно з джерелом [3], шрифт характеризується такими параметрами: розміром, стилем, кольором, застосованими до нього ефектами. Не рекомендується поєднувати розбіжність стилів макета і шрифту тексту. В одному виданні не бажане використання двох видів шрифтів: друкованого,

статичного типу Courier або Anal; курсивного – типу Annabelle. Але головне правило – текст повинен бути читабельним, адже загалом концепція фотоальбому – це, перш за все, бачення автора-фотохудожника.

Зважаючи на ці рекомендації, текст у фотоальбомі «LUISA GORBAN» розміщували так, щоб не порушити загальну композицію макета та його ритм. Пастельний тон сторінок фотовидання гармонійно поєднується із загальною кольоровою концепцією альбому.

Наступний елемент – це композиція. При верстці розворотів треба пам'ятати, що зображення можна поміщати не тільки на половинці розвороту, але і на всій площі розвороту фотоальбому. Розміщення на весь розворот, зняті ширококутним об'єктивом панорамні фотографії виглядають досить ефектно [4].

Для підготовки макета фотовидання допускаються файли в форматах TIFF (RGB, без пластів, альфа-каналів, можна з LZW-компресією) і JPEG (RGB). Для назв файлів допускаються символи: цифри, латинські літери, дефіс і символ нижнього підкреслення. Обкладинку потрібно створювати в окремому файлі. Для верстки фотовидання «LUISA GORBAN» використовувалася програма AdobePhotoshop.

Фотографії у фотовиданні, згідно із вимогами, пов'язані між собою і з композицією видання загалом, знімки утворюють пластичний сюжет, що наділяє фотоальбом характером образотворчої розповіді. На обкладинці подана назва видання та елементи, які презентують концепцію видання. На першому розвороті фотоальбому розміщений текст-девіз автора фотоальбому: «У КОЖНІЙ ФОТОГРАФІЇ Є ЧАСТИНА МОЄЇ ДУШІ». На наступних розворотах фотовидання читач знайомиться з жанрами, з якими працює фотографиня, а саме: портретна, рекламна, дитяча, love story, репортажна, еротична і вулична зйомки та натюрморт. Кожний фотожанр розташований на окремій сторінці та презентує змістову модель видання.

Внутрішня структура фотоальбому представлена у двох основних формах: у вигляді послідовної низки фотозображень (текст при цьому займає лише незначне місце) й у вигляді поєднання зображення і тексту (в однаковому співвідношенні). У фотоальбомі «LUISA GORBAN» особливу роль відіграє послідовна низка знімків, які репрезентують певний фотожанр.

Ілюстрації в авторському фотоальбомі відповідають характеру візуальної інформації, вдало поєднані фотозображення і текст, які формують описовий сюжет, відображають порядок їх розташування та зовнішній вигляд, і репрезентують авторський задум.

Фотоальбом «LUISA GORBAN» скріплений у блок, який укладений у палітурну кришку, містить зовнішні та внутрішні елементи блоку.

При оформленні фотоальбому особлива увага була приділена такому зовнішньому елементу блоку, як прямий корінець. Концептуально задум автора відображає і форзац – два чотиристорінкові аркуші паперу, за допомогою яких з'єднується перший аркуш блоку із передньою стороною кришки, а другий поєднує останній аркуш блоку із задньою стороною кришки. Обкладинка

складається з твердого ламінованого паперу, що робить її міцною і призначеною для тривалого використання.

До внутрішніх елементів книжкового блоку відносяться основні сторінки. Особливість оформлення внутрішніх елементів альбомного блоку полягає в тому, що всі сторінки виконані з дотриманням такої властивості композиції, як єдність стилю, що сприяє їх гармонійному поєднанню. Зокрема, фотоальбом оформлений у єдиному стильовому дизайні: сторінки блідо-рожевого кольору, чорний текст і кольорові фотографії створюють ефектний контраст, привертаючи увагу до структурних елементів видання. Найбільше значення приділяється смисловим навантаженням. На кожній сторінці фотоальбому головним складником є фотозображення. Оформлення фотографій пов'язане із характером інформації, зображеної на них. Розташовані знімки в прямій послідовності для полегшення перегляду. Текстовий матеріал оформлений одноманітно – однією гарнітурою шрифту.

Також у видавничій практиці важливу роль відіграє розмірна ознака. Формат представленого фотоальбому – 20х30 см, що зумовлено особливостями роботи над виданням і сприяє розкриттю авторського задуму. Більшість зображень мають вертикальну форму, але є також і горизонтальні фотографії, які відображають формат видання, доповнюють і розкривають образ зображуваного об'єкта, динамізують композицію сторінки.

Фотоальбом «LUISA GORBAN» реалізує функції, властиві фотоальбому: ідеологічну, пізнавальну, естетичну та етичну. Характер інформації у фотовиданні «LUISA GORBAN» відповідає змісту інформації, характерній для фотоальбому загалом. Видання розкривається на 180 градусів, що не псує фото на згині.

Отже, можна зробити висновок, що матеріальна структура й особливості оформлення тексту і зображення у фотоальбомі «LUISA GORBAN» формують формально-змістову парадигму видання і репрезентують його концептуальну модель. А жанрова палітра репрезентує змістову концепцію фотоальбому.

Література

1. ДСТУ 3017:2015. Видання. Основні види. Терміни та визначення понять. Київ : ДП «УкрНДНЦ», 2016. 8 с.
2. Вартанов А. С. Фотография: документ и образ. Москва : Планета, 1983. 271 с.
3. Довідник видавця. URL: <http://www.lit100.ru>.
4. Каминская Е. А. Скарпбукинг. Искусство оформления фотографий и фотоальбомов. Киев : Рипол Классик, 2012. 256 с.

Дмитренко Катерина
студентка 4 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. філол. наук, доц.,
викладач-методист Горбенко І.Ф.

БУКТРЕЙЛЕРИ ЯК СПОСІБ ПРОМОЦІЇ КНИЖКОВИХ ВИДАНЬ

Перспективним засобом промоції книги є буктрейлер, особливістю якого є поєднання візуального мистецтва, сучасних технологій та літератури. Вивченням буктрейлера займалися такі дослідники як А. Філатова, яка детально розглянула етапи створення буктрейлера, О. Косачова сформулювала вимоги щодо його якості. Роль фестивалю буктрейлерів у популяризації видавничих новинок вивчала Т. Єжанська, а М. Єгорова дослідила функціонування буктрейлерів на сучасному книговидавничому ринку. На нашу думку, найповніше визначення поняття буктрейлера подала А. Бессараб – «відеоролик тривалістю, як правило, 2–5 хвилин, що розповідає в довільній художній формі про яку-небудь книгу, візуалізуючи її зміст з метою популяризації або просування» [1, с. 160].

Мета дослідження – визначити типологічні та функціональні особливості буктрейлерів як способу промоції книжкових видань.

Існують різні типології буктрейлерів. За способом візуального втілення тексту: ігрові, неігрові та анімаційні [1, с. 160-161]. Ігрові буктрейлери можна назвати коротким фільмом за сюжетом певної книги, в той час, як неігрові містять слайд-шоу з ілюстраціями, цитатами і т.д. Анімаційні буктрейлери можна описати як мультфільм за книгою. За змістом буктрейлери класифікують на атмосферні (передають основний настрій та атмосферу книги), концептуальні (трансляють ключові ідеї тексту) та розповідні (презентують сюжетну основу твору). За жанром виділяють : анонс і відгук [2, с. 1]; залежно від поставленої мети: видавничі та бібліотечні; за способом виконання: повноцінний відеоролик і слайд-шоу [4].

Для максимальної ефективності у видавничій промоції буктрейлер має виконувати чотири основні функції: інформаційну, естетичну, комунікативну та культурно-просвітницьку [5, с. 292]. Завдання інформаційної функції – коротко розкривати сюжет книги, комунікативна полягає у перетворенні вербальної мови твору у візуальну мову відеоролику, естетична функція розкривається у передачі через буктрейлер художнього виконання книги, вплив на світогляд читача – головне завдання культурно-просвітницької функції.

Для ефективного впливу на реципієнта якісний буктрейлер повинен реалізовувати чотири базові функції: враховувати інтереси цільової аудиторії; надавати перевагу образу перед словом; виконуватися в креативній, незвичній для реципієнта формі; не перевищувати хронометраж у три хвилини; не містити спойлерів [3, с. 3].

Проте не всі буктрейлери відповідають наведеним вище вимогам. Наприклад, буктрейлер до книги Л. Костенко «Річка Геракліта», який зовсім не

передає настрою, сюжету та загальної атмосфери книги, а лише використовує доволі недоречні фрагменти із голлівудських блокбастерів.

Буктрейлер «Видавництва Старого Лева» на книгу «Це Далі», що являє собою стильне та незвичайне відео, узгоджене із дизайном друкованої книги. За типологією ролик належить до неігрового буктрейлера, адже в ньому використовуються слайди із цитатами та рухливі зображення. Складніше визначити його типологію за змістом, адже буктрейлер одночасно передає основний настрій книги та її ключові ідеї за допомогою цитат, тобто за типологією він є як атмосферним, так і концептуальним. Аналізований відеоролик, на нашу думку, відповідає усім вимогам та є прикладом якісного українського буктрейлера.

Буктрейлер видавництва «Грані-Т» на дитячу книгу «Солька і кухар тарапата» С. Луцевської за типологією є видавничим, неігровим та атмосферним. На нашу думку, відеоролик добре виконує естетичну та комунікаційну функцію, чого не можна сказати про інформаційну, адже після його перегляду доволі складно уявити сюжет книги. Вимоги, сформульовані О. Косачовою, у буктрейлері також дотримані: в ньому не перевищено хронометраж, використовуються якісні візуальні образи, ролик не містить спойлерів та враховує інтереси цільової аудиторії книги.

Буктрейлер видавництва «Клуб сімейного дозвілля», знятий за сюжетом книги «Голова Якова» Л. Дереша містить інтерв'ю автора, яке чергується з відеовставками із програм та кінофільмів. За типологією ролик можна класифікувати як видавничий, ігровий та розповідний. Буктрейлер виконує інформаційну та культурно-просвітницьку функцію, проте естетична розкрита в ньому, на нашу думку, недостатньо. У відеоролику дотримані не всі зазначені вимоги: хронометраж перевищує три хвилини, не вистачає цікавої, креативної графіки, ідеї книги недостатньо візуалізовані.

Отже, буктрейлер здатний покращити імідж української книги та є ефективним способом промоції видавничої продукції.

Література

1. Бессараб А. Буктрейлер як нове явище у сфері соціальних комунікацій. *Держава та регіони. Соціальні комунікації*. 2014. № 1-2. С. 159–163. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/drsk_2014_1-2_33
2. Заїченко Т. Бібліотечний буктрейлер. *Вісник Книжкової палати*. 2014. №4. С. 52. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vkp_2014_4_18
3. Косачова О. Буктрейлер як ефективний медіаресурс сучасної бібліотеки. *Вісник Книжкової палати*. 2014. №10. С. 15-18. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vkp_2014_10_7
4. Патра С. Буктрейлер як засіб реклами книговидавничої продукції. URL: <https://uu.edu.ua/buktreileri>
5. Санатарчук В., Горбенко І. Буктрейлер як сучасний метод популяризації читання. Суспільство і особистість у сучасному комунікаційному дискурсі : зб. наук-практ. праць II Всеукр. наук-практ. конф., Запоріжжя, 2020.

Драчова Анна

студентка 4 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: канд. філол. наук, доц.,

викладач-методист Романюк Н.В.

СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ПРОМОЦІЇ БРЕНДУ ЖУРНАЛУ «VOGUE»

Мультиканальність і адаптація медіабренду в епоху соцмереж є важливою складовою підтримки та просування його «імені», зв'язку зі своєю аудиторією та її збільшенням. Але серед юних «тіктокерів», що набирають мільйони переглядів і вподобань, нести ідею свого медіабренду необхідно не менш привабливо та цікаво. Для цього потрібне контент-планування, до якого можемо віднести й рекламні креативи, що зазвичай використовують формулу звернення як AIDA. Це аббревіатура англійських слів – «увага», «цікавість», «бажання», «дія» [4]. За цим принципом загалом медіабренди і заповнюють свої сторінки в соцмережах, що нині є їхньою візитівкою, де унікальність контенту є важливим фактором ефективності.

У соціальних мережах також важливим є і рекламний креатив із таргетованою рекламою, що демонструється тільки конкретній цільовій аудиторії технологією точних виборів критеріїв. Найчастіше редактори послуговуються методом хайпу (емоційного привернення уваги). Психологічно реципієнт не встигає повністю проаналізувати ситуацію, тому й швидко виконує до трьох цільових дій [3]. Так, у випадку з таргетованою рекламою в соцмережах це або уподобати/прокоментувати запис, або перейти за посиланням, або підписатися. Тому *метою* нашого дослідження є вивчення технологій поширення медіабренду в просторах соцмереж. У межах нашої роботи *об'єктом* дослідження обрано Instagram-сторінки головного штабу відомого журналу про моду «Vogue» (1,4 млн підписників) та українську версію «Vogue Ukraine» (278 тис. підписників).

«Vogue» – найпопулярніший журнал про моду, який має 28 видань, серед яких 20 – різними мовами світу. Був заснований у 1892 році.

Користуючись вільним доступом до частини відкритих даних рекламних компаній таргетованої реклами Instagram-сторінок «Vogue» і «Vogue Ukraine», порівняємо їхні технології промоції бренду журналу. Так, на 8 березня 2021 року в головного штабу в мережі «Instagram» були активні 77 рекламних оголошень на території Америки, в українського – 3 у кордонах країни. Це свідчить про відмінність у пріоритетах і різницю в бюджеті просування в соцмережах.

Усі рекламні креативи оформлені у вигляді *постів* чи *Stories* із посиланнями на матеріали із сайтів журналів чи офіційні сторінки в Instagram.

Така методика подачі реклами є органічною і суттєво не відрізняється від звичайної новинної стрічки.

Також одним із популярних методів просування бренду в Instagram є створення й поширення «AR-Маски» (доповнена реальність) із власними фільтрами та логотипом [1]. Це допомагає залучити аудиторію до інтерактивних дій. Так, читачі роблять свої фотознімки зі спецефектами AR-маски від «Vogue» та поширюють їх серед друзів, які повторюють цю ж дію.

Наступним кроком є зацікавлення цільової аудиторії та мотивування виконати потрібну дію. На цьому етапі важливу роль відіграє *якість контенту* та його відповідність стилю медіабренду. Це і формує позиціонування бренду журналу.

Критеріями якості контенту, за твердженням І. Тонкіх, є унікальність змісту, корисність для аудиторії, зручність у сприйнятті та його інформативність [2]. Контент сторінок «Vogue» у соцмережах виховує в цільової аудиторії естетичний смак, задовольняє її потреби в знанні тенденцій і новин у світі моди. Наприклад, публікації про нові колекції, інтерв'ю із зірками, фотозвіти з показів, новинки кіно й мистецтва. Легкість стилю написання матеріалів дозволяє охопити більшу частину користувачів мережі. Під час роботи із фотоматеріалами акцентується увага і на основній ідеї медіабренду, і на загальній картині профілю, зокрема на композицію (образ, ідейність, світло, контрастність, кольори, тонування, чіткість).

Окрім яскравих, неординарних і епатажних світлин у постах, офіційні сторінки використовують *інструменти формату IGTV* (телебачення в Instagram). Саме за його допомогою є можливість публікувати відео без обмеження в часі, адже у звичайному пості – до одної хвилини. Користуючись цим, офіційні сторінки активно створюють колаборації з популярними зірками, забезпечуючи один одному PR. Так, в IGTV «Vogue» відома співачка та акторка Вікторія Бекхем презентує свою нову колекцію жіночого одягу, а у «Vogue Ukraine» – ексклюзивні кадри з бекстейджу зі знаменитим українським співаком Дмитром Монатіком.

Отже, медіабренд «Vogue» при створенні якісного контенту в Instagram для просування свого «імені», збільшення цільової аудиторії успішно використовує такі методи та інструменти промоції: унікальна інформація, професійні фотознімки, створення нових форматів колаборацій разом із відомими особами, розробка власних брендних AR-масок і застосування засобів таргетованої реклами.

Література

1. Кушнір Н. В. Особливості створення іміджу сучасного фахівця (на прикладі блогерки мережі Instagram). 2020. URL: <file:///D:/Downloads/3028-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%80%D0%BE%D0%B1%D0%BE%D1%82%D0%B8-5308-1-10-20200525.pdf>.

2. Тонкіх І. Ю. Критерії якості контенту Інтернет-медіа. *Обрії друкарства*. 2018. URL: https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/34247/1/OD-2018-6_209-217.pdf.
3. Ефанов А. А. «Хайпы» в сучасному полі медіа. *Оренбургський державний університет*. 2017. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/haipy-v-sovremennom-pole-media/viewer>.
4. Тулупов В. В. Журналістика, реклама, зв'язи з суспільністю. 2010. URL: http://jour.vsu.ru/izdaniya-uchebno-metodicheskie-posobiya/edition/methods/slovar_Tulupov.pdf.

Медяник Анфіса

студентка 4 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: канд. філол. наук, доц.,

викладач-методист Романюк Н.В.

ВИДАВНИЦТВО «А-БА-БА-ГА-ЛА-МА-ГА» ЯК БРЕНД НА РИНКУ КНИЖКОВОЇ ПРОДУКЦІЇ

Сьогодні брендинг книжкової продукції є не тільки можливим, але й необхідним для будь-якого видавництва. Саме створення бренду сприяє розвитку підприємства, приверненню уваги своїх потенційних споживачів-читачів, а також робить видавництво конкурентоспроможним. У сучасних реаліях головна боротьба ведеться не між книгами, а між брендами видавництва. Саме цим і зумовлена мета дослідження – виявлення особливостей бренду видавництва «А-БА-БА-ГА-ЛА-МА-ГА» на ринку друкованої книжкової продукції.

Поняття «бренд» було в центрі уваги багатьох науковців. Так, С. Фірсова видавничим брендом називає певну видавничу марку, завдяки якій виникають позитивні асоціації [1]. Н. Королюк тлумачить видавничий брендинг як «різновиди реклами, який передбачає процес управління видавничим брендом, включаючи його створення і просування, адаптацію на ринку та контроль, з урахуванням особливостей видавничої діяльності» [1]. Отже, бренд – це засіб привернення уваги споживача, який залучає цільову аудиторію видавництва не тільки вдало підібраними елементами, а й тим, що за його допомогою розповсюджується актуальна та важлива інформація. Головними складовими бренду є унікальне ім'я, малюнки або самостійно створені символи, мова, традиції компанії, позиціонування, обрана література та інформаційні приводи.

Детальніше розглянемо їх на прикладі відомого українського видавництва «А-БА-БА-ГА-ЛА-МА-ГА». Засноване поетом І. Малковичем, воно розпочало свою роботу у 1992 році і до сьогодні залишається провідним у країні.

Назва, за словами її творця І. Малоковича, з дитячої мови означає «абетка» і взяте з твору І. Франка «Грицева шкільна наука» [3].

Логотип видавництва – лінгвістичний (друкований), тобто він повністю складається з букв. Він є достатньо простим у виконанні, легким для

сприйняття та розуміння. Використано шрифт Quiky Regular, 12 кегль. Повністю відображає назву видавництва і не має скорочень. Завдяки такому логотипу швидше були сформовані асоціації реципієнтів та виникли певні позитивні емоції. Логотип характеризується такими ознаками:

- має постійний шрифт, який є доволі впізнаваним серед аудиторії;
- колір заливки переважно червоний, проте він змінюється залежно від фону (прозорий, оранжевий);
- рамка логотипу теж не є стабільною. Вона може бути із чіткими кутами, або заокруглена, що залежить від зовнішнього оформлення палітурки книжки;
- логотип у окремих випадках подано в абсолютно новому оформленні (наприклад, зі зміненим шрифтом, кольором і рамкою одночасно) на сторінках твору.

Слоган доволі цікавий – «Для малят від 2 до 102», оскільки своєрідно виділені вікові межі читачів – малята від 2 і до 102 років. Публікується на звороті титулу. Зауважимо, що кожна буква в реченні різного кольору, подібне оформлення зберігається у всіх книжках. Можемо стверджувати про формування корпоративного стилю графічної концепції.

Ілюстрації книг видавництва є одними з найяскравіших на сучасному ринку друкованої продукції. За естетичність, образи героїв і вдалість картинки відповідає команда іменитих митців, що є незмінними. Про обрамлення дбає штат із 33 художників, серед яких є такі відомі, як Євгенія Гапчинська, Віктор Гаркуша, Харченко Володимир та Ус Софія. Видавництво працює лише з провідними фахівцями у сфері художньої графіки. Деякі книжки мають суперобкладинку з тисненням («Ніч перед Різдом», «Снігова королева»). Ілюстрації «А-БА-БА-ГА-ЛА-МА-Ги» відрізняються від інших своєю деталізованістю. Подарункові видання мають цупкий папір і більшу кількість картинок. У творах, що орієнтовані на більш дорослу аудиторію, малюнки не такі яскраві, а іноді вони чорно-білі.

Для формування бренду свого видавництва Іван Малкович написав *віршований текст*, який розміщували на останніх сторінках книжок у період 1997-2005 років: «Із мамцею і татком в крамничку я зайшов, І дуже дивну книжечку в крамничці цій знайшов...». Ці слова легко запам'ятовувалися і були своєрідною візитівкою видавництва, за якою він ставав упізнаваним. До тексту додавались ноти, за допомогою яких можна було зіграти мелодію відповідно до тексту. Наразі пісня не друкується, адже «А-БА-БА-ГА-ЛА-МА-ГА» вже сформувалася як видавництво та є доволі відомим, тому подібні рекламні ходи втратили свою актуальність.

За результатами опитування Т. Єжанської, видавництво впізнає 56% респондентів, а це означає, що всі елементи бренду є вдало підібраними, унікальними.

Отже, основними складовими бренду є впізнаваність, відбір авторів та естетичність продукції. Прихильність читача отримують ті, хто найбільше дбає про власний бренд і намагається розвивати його. Видавництво «А-БА-БА-ГА-ЛА-МА-ГА» – один із найвдаліших прикладів розвиненого бренду, який не

стоїть на місці і все більше приваблює свою аудиторію. Вони продовжують популяризувати українську книгу та стежать за сучасними тенденціями.

Література

1. Королюк Н. Я. Особливості формування та просування видавничого бренду. *Наукові записки Української академії друкарства. Економічні науки*. 2015. № 2. С. 78–86.
2. Фірсова С. Г. Особливості бренд-менеджменту видавничої галузі України. *Проблеми інноваційного розвитку економіки України*. 2014. Ч. 2. С. 257–266.
3. Сайт видавництва «А-БА-БА-ГА-ЛА-МА-ГА». URL: <http://ababahalamaha.com.ua/>

Мельнікова Маргарита
студентка 4 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. філол. наук, доц.,
викладач-методист Тяпкіна Н.І.

РЕАЛІЗАЦІЯ СТАНДАРТІВ ЖУРНАЛІСТИКИ В УКРАЇНСЬКІЙ БЛОГОСФЕРІ

Журналіст повинен дотримуватися стандартів журналістики, а ось на блогерів ці стандарти не поширюються. Виникає питання: чи дотримуються стандартів журналістики – баланс думок (точок зору), оперативність, достовірність, відокремлення фактів від коментарів, точність, повнота – журналісти, які одночасно є блогерами і поширюють свої медіатексти на широку аудиторію. Метою нашої роботи є характеристика дотримання стандартів блогерами-журналістами.

За змістом контенту окреслюються два класи блогів: особисті блоги, їх краще називати електронними щоденниками, і тематичні блоги. Є блоги-самітники, що не прив'язані ні до яких блогерських об'єднань, а є блогерські мережі. Як пише С. М. Квіт, – «Одна з основних сьогоденних тенденцій у розвитку тематичних блогів – об'єднання у блогерські мережі для спільного просування. Під єдиним брендом легше збільшити читацьку аудиторію, прибутки, індекс цитування тощо» [1].

Блоги є помічниками журналістів, часто допомагають їм, зокрема здійснюють функцію контролю за ЗМІ, коли останні оприлюднюють дезінформацію.

Проаналізувавши рейтинги блогерів України за версією каналу ICTV, можна помітити, що більшу частину персоналій блогосфери складають журналісти, наприклад, П. Казарін, В. Портніков, Р. Скрипін, Я. Соколова, Р. Цимбалюк та інші, громадські діячі, наприклад, С. Стерненко, чи взагалі відомі люди, як приклад, Уляна Супрун. У фокусі нашого дослідження

діяльність журналістів-блогерів, трансформація їх професійних навичок та компетентностей на блогерських майданчиках.

Яніна Соколова журналістка, що має великий досвід роботи на телебаченні. Блогеркою вона стала нещодавно. Глядачі, які встигла її полюбити на ТБ, перейшли за нею на YouTube. Наразі її аудиторія нараховує 286 тис. користувачів. Для підвищення ефективності викладу матеріалу, Яніна використовує сарказм та стьоб. Ми проаналізували контент каналу на дотримання стандартів журналістики [4]. Контент на цьому каналі дотримується свободи слова й базується на критиці політиків Росії та України. Нами не помічено за цим каналом прихильності до будь-якої політичної сили.

Щодо етичних норм, то цей канал іноді порушує стандарт, який забороняє неповажне ставлення до приватного життя інших людей. Яніна відкрито критикує деяких політичних діячів та втручається у приватне життя, використовуючи ненормативну лексику. Під її «гострий язик» потрапило чимало українських та російських політиків, таких як: Ілля Кива, Володимир Жириновський та інші.

За Яніною не було помічено оприлюднення джерел інформації. Тексти промов емоційні із лайливою лексикою, перекручуванням інформації, що повністю відповідає стилістиці програми, але водночас є порушенням стандартів журналістики. Зауважимо, що така поведінка ведучої є привабливою для споживачів інформації – епатажна, яскрава Яніна веде себе брутально та непрогнозовано. Серед коментарів до її роликів можна прочитати як схвалення їх поведінки, так і засудження.

Порушується право громадянина на повну та об'єктивну інформацію, адже більшість тверджень є особистим ставленням до події, хоча вони найчастіше аргументовані фактами. Інформація дуже часто подається з однієї сторони. Рекламні вставки чітко відокремлені від ролику, що і потрібно за нормами. Фото і відео доповнення відповідають змісту, але заголовки часто є клікбейтними: «Россия в шоке: популярная телеведущая рубанула правду (смотрите до конца!)» (https://www.youtube.com/watch?v=Vz-q_oA8czw).

Межа між фактами, припущеннями та судженнями часто стирається. Точки зору опонентів не завжди є збалансованими, адже коментарів Яніна майже не бере у людей, яких критикує та які є об'єктом її тролінгу.

Ті соціологічні опитування, які ми аналізували не були вибірковою. Журналістка не використовує незаконних методів збору інформації. На плагіаті авторка також не була помічена – у вітчизняному інформаційному просторі вона має свій оригінальний формат програми. Дискримінації у відео Яніни теж не було виявлено. Яніна не пише тексти, які суперечать її власним поняттям. Блогерка свідомо порушує поняття журналістської етики, адже використовує нецензурну лексику, що є стилістичним прийомом в її проекті. Мовлення Яніни Соколової на YouTube переважно російське, що дозволяє долучити до аудиторії не лише українську аудиторію, а й увесь пострадянський простір. Серед споживачів інформації через коментування помічені і чеченці, й росіяни, й білоруси та інші народи колишнього Радянського Союзу.

«Телебачення Торонто» – це також проект платформи YouTube, який користується попитом серед української аудиторії. Їх ролики набирають у середньому пів мільйона переглядів, що досить непогано для аналітичного контенту.

Головною людиною на цьому каналі є Майкл Щур. Він володіє цим проектом та є ідейним натхненником. Канал позиціонує себе як незалежне та незаангажоване медіа. На каналі присутні медіакритичні матеріали та новинний контент, мовлення – українське. Вони активно пропагують цінність та самобутність українського народу, його історію та традиції. Основним інструментом у поданні інформації використовується гумор та сарказм «Та давайте вже перетворимо це все на телевізійне реаліті-шоу (щеплення від коронавірусу); «А оскільки щеплень на всіх не вистачить, хай глядачі смс голосуванням вирішують кому ж дістанеться вакцина (<https://www.youtube.com/watch?v=xsNCwQOpR70> 14.03.2021).

Контент на цьому каналі дотримується свободи слова. Ми не помітили за цим каналом симпатій до будь-якої політичної сили. Цей канал не порушує стандарт, який свідчить про невторчання до особистого життя. Журналісти використовують відкриті джерела інформації. Інформація подається об'єктивно, наскільки це можливо, адже критикуються політики та ЗМІ різних партій та господарів. Рекламні вставки чітко відокремлені від ролику, як це і потрібно за нормами. Фото- і відео-доповнення відповідають змісту, але заголовки часто є клікбейтними наприклад: «*The Simpsons — це Вангу?*» (<https://www.youtube.com/watch?v=MOI2R1P13as>).

На цьому каналі дотримуються межі між фактами та судженнями. Точки зору опонентів не завжди є збалансованими, адже не беруть коментарів у людей, яких критикують. Ті соціологічні опитування, які ми аналізували не були вибіркоvim. На «Телебаченні Торонто» не використовують незаконних методів здобуття інформації. На плагіаті контент також не був поміченим. Дискримінації в відео ми не помітили. Журналісти не пишуть тексти, які суперечать їх власним поняттям. Поняття журналістської етики не порушують.

Розглянуті нами журналісти-блогери загалом дотримуються стандартів журналістики. Можемо спостерігати потужну актуальність текстів. Платформа YouTube дала можливість у розвитку незалежної журналістики, де немає чітких рамок і канонів, редакційної політики власників ЗМІ та панує свобода слова. Більшість порушень журналістських стандартів пов'язуються, передовсім, із форматом програм – сатирично-гумористичним викладом та свідомим приверненням уваги реципієнтів через клікбейтові заголовки.

Література

1. Квіт С. М. Нові медіа. Масові комунікації. URL: http://libfree.com/199901197_zhurnalistikanovi_mediya.htmlhttp://libfree.com/199901197_zhurnalistikanovi_mediya.html
2. Партико З. Загальне редагування: нормативні основи : навчальний посібник. Львів : Афіша, 2006. 416 с.

3. Холод О. М. Комунікаційні технології : підручник. Київ : Центр учбової літератури. 2013. 2013 с.
4. Чоповський Д. Журналістські стандарти : інформаційна довідка. *Інститут масової інформації*. URL: <https://imi.org.ua/monitorings/jurnalistiski-standarti-informatsiyna-dovidka-i28623>

Пугач Анна

студентка 4 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: канд. філол. наук, доц.,
викладач-методист Горбенко І.Ф.

КНИЖКОВІ БЛОГИ ЯК СПОСІБ ПРОМОЦІЇ ВИДАВНИЧОГО ПРОДУКТУ

Однією з причин зменшення числа «тих що читають» став розвиток інтернет-технологій. Більшість громадян України відмовилися пізнавати світ через книгу і надають перевагу перегляду новин, фільмів, блогів. Але видавці пристосувались і до таких умов. Тому одним із найефективніших засобів популяризації видавничої продукції в умовах всесвітньої глобалізації є промоція видань саме через інтернет.

Мета дослідження – визначити особливості та роль книжкового блогу у промоції видавничої продукції.

Як зазначає Г. Ключковська видавнича промоція – «це сукупність правил та механізмів боротьби за читача, що регламентує стратегію поведінки видавця на книжковому ринку на якісно новому рівні» [1, с. 40-50]. Деякі фахівці називають промоцію маркетинговою комунікацією, завдання якої полягає в переданні певної інформації, створенні образу видавництва, переконанні покупця та підштовхування його до придбання продукції [3].

В еру інформаційно-комунікаційних технологій стала досить популярною блогосфера. Враховуючи те, що основний обсяг продажу видавничої продукції зосереджений саме в інтернеті, блогінг став новим ефективним засобом популяризації у видавничій справі.

За В. Теремком блоги це – «це періодично оновлювані, присвячені певній темі ресурси, що розкривають коло інтересів автора, створюють можливості для спілкування з прихильниками, опонентами тощо» [4, с. 228].

Сьогодні існує велика кількість класифікацій блогів, авторами яких є як науковці, так і самі блогери. Зокрема І. Гудінова виділяє такі види блогів:

- 1) за авторської приналежністю: особисті, групові та загальні;
- 2) за змістом: тематичні та загальні.

Блоги або ж, як їх ще називають, електронні щоденники традиційно розраховані на те, щоб висвітлювати особисті інтереси, роздуми, історії. Так і створюються окремо блоги присвячені саме книжкам, головна мета яких просто ділитися враженням про прочитане. Та навпаки, спеціально робити огляди книжок, надісланих певним видавництвом. Це є одним із способів промоції

книжкової продукції, де встановлюється вигідний взаємозв'язок між видавництвом та автором блогу. Видавець отримує відгуки та прибуток, а автор книжкового щоденника у свою чергу має «обнову» у своїй стрічці.

Такі блоги вже є у мережах «Instagram» та «Facebook» і видавництва співпрацюють з деякими в рамках семплінгу та книжкових розіграшів. В. Теремко дає визначення семплінгу як «безплатне роздавання, надсилання зразків, примірників видань, використання їх у цільовій аудиторії з метою стимулювання продажів» [4, с. 247]. Особливо це стосується блогерів, які мають великі аудиторії: видавці зацікавлені в тому, щоби автор написав відгук на їхню книжку [2].

Щоб переконатися в тому, що видавнича промоція може відбуватися завдяки електронним щоденникам, ми створили у мережі «Instagram» власний книжковий блог. Він має назву @f.airbook. Ми вважаємо, що книжкові блоги в першу чергу – це персональні щоденники їх авторів, а вже в другу чергу – це блог про книжки. Тож цільова аудиторія складається з рідних та друзів автора блогу та «живих» підписників, яким цікава думка автора стосовно прочитаних книжок. Наразі @f.airbook. має 50 підписників, серед них, окрім знайомих, вже є ті, кого зацікавив наш блог. Майже всі публікації збережені та мають вподобання. Видова приналежність нашого блогу характеризується такими параметрами: за формою – мікроблог, за тематикою – розважальний блог, за характером – відкритий блог.

Отже, видавці намагаються йти «нога в ногу» з сучасністю, щоб утримувати своїх споживачів та шукати нових, адже книжковий продукт завжди сприяв формуванню моральних цінностей суспільства. Саме книжкові блоги стали одним із способів популяризації книги та її автора не рекламними засобами, що допомагає підвищувати попит у видавничій справі.

Література

1. Ключковська Г. Продукт культури як предмет виробництва в ринкових умовах: аргументи «за» і «проти» реклами книги засобами мас-медіа. *Реалії та перспективи українського книжкового ринку (Про інформаційний маркетинг. І не лише про нього...)*. Львів : Аз-Арт, 1997. С. 40-50.
2. Скочинець О. Електронні медіа в контексті їх залучення до реалізації акцій книжкової промоції: спроба типологічного аналізу. URL: http://irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?C21COM=2&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&IMAGE_FILE_DOWNLOAD=1&Image_file_name=PDF/Nz_2011_4_23.pdf
3. Скочинець О. Роль електронних медіа у здійсненні акцій книжкової промоції. URL: http://old.journ.lnu.edu.ua/vypusk7/n9/tele-and_radio_journalism-9-39.pdf
4. Теремко В. Видавничий маркетинг. Київ : Академвидав, 2009. 272 с.

СЕКЦІЯ «ЮРИДИЧНІ ДИСЦИПЛІНИ»

Кириленко Олександр
студент 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. іст. наук, доц.,
викладач вищ. кат. Денисенко В.В.

ГІБРИДНІ ПОЛІТИЧНІ РЕЖИМИ: ТРАНСФОРМАЦІЇ ДЕМОКРАТІЙ І АВТОКРАТІЙ У СУЧАСНОМУ СВІТІ

Постановка проблеми. Державні (політичні) режими як предмет дослідження знаходиться в полі зору декількох суспільних наук, в першу чергу, політології, державного управління, теорії держави і права. Це обумовило різні підходи до визначення основних понять та класифікації державних (політичних) режимів сучасності. В теорії держави і права державний (політичний) режим розглядається як сукупність прийомів, засобів та методів здійснення державної влади. Основними складовими, що визначають форму державного (політичного) режиму є:

- ступінь реальності забезпечення прав і свобод громадян;
- роль права в житті суспільства й вирішенні державних справ;
- місце та роль у державному житті апарату примусу;
- участь громадян і їхніх об'єднань у політичному житті держави;
- основні способи розв'язання конфліктів, що виникають у суспільстві.

Традиційно наука поділяє політичні режими на демократичні і недемократичні [1, с. 125-127]. Проте, на нашу думку, такий підхід має той недолік, що за базу дослідження беруться політичні режими, що існували у ХХ-ХХІ ст. демонструє зовсім іншу картину, що не відповідає усталеній в науці теорії держави і права класифікації. У зв'язку із цим, в зарубіжній науці з'явилися нові підходи і поняття – «weak states», «failed states», «collapsed states», «hybrid political orders», «hybrid regimes» [2, р. 3; 3, р. 33] неліберальні демократії, імітаційні демократії, електоральний авторитаризм, нетиранична автократія [4; 5] тощо. Вони дозволяють більш точно охарактеризувати складну картину політичної мапи світу ХХІ ст., коли більшість державно-політичних режимів не можна вже однозначно визначити як демократії чи автократії. В цьому контексті, підходи у вітчизняній науці теорії держави і права щодо визначення і характеристики державно-політичних режимів безперечно, на нашу думку, потребують модернізації, а тема представленого наукового дослідження актуальною.

Мета дослідження – аналіз наукових підходів до поняття гібридних режимів, визначення особливостей їх функціонування.

Виклад основного матеріалу. Вперше термін «гібридний режим» був використаний у статті американського політолога Карла Террі в 1995 році [6]. Консенсусу між дослідниками про застосування терміну не склалося. Альтернативні гібридному режиму поняття – імітаційні демократії,

електоральні диктатури, неліберальні демократії, конкурентний авторитаризм – також часто застосовуються дослідниками.

Головна мета гібридизації політичного режиму – забезпечення легітимізації державної (політичної) влади в умовах відсутності реальної демократії, а відповідно – забезпечення визнання такого режиму як на міжнародній арені, так і з боку власного населення, як наслідок – підвищення стабільності цього державного (політичного) режиму.

Основні риси гібридних режимів:

- високий рівень корупції, особливо в судовій системі і на виборах;
- відсутність незалежної судової системи;
- невідповідність уряду парламенту;
- прагнення влади керувати ЗМІ при наявності різноманітних медіа-джерел (гібрид ніколи не контролює медіасферу повністю – його пропагандистська влада будується на інших, більш складних принципах, ніж тотальний прямий контроль);
- обмеження громадянських свобод, особливо прав громадян на колективні дії (публічні збори і громадські організації);
- гібридні режими погано прогресують, але легко пристосовуються. Свідомі реформи їм не даються: пасивна адаптація – їх коник;
- гібридні режими прагнуть вижити за всяку ціну: декларуючи культ стабільності, готові на будь-які «повороти курсу», особливо риторичні;
- гібридні режими користуються свободою слова – ідеологічних обмежень у них немає, зате вони перші бенефіціари нової інформаційної реальності, в якій немає фактів і пам'яті про те, хто що говорив вчора;
- гібридні режими антигуманні (їх цінність не людина, а ресурс), але не ставлять цілей, що вимагають масштабних жертв;
- диктатури минулого склалися на 80% з насильства і на 20% з пропаганди, а гібриди – на 80% з пропаганди і на 20% з насильства; вони формують простір фейку, в якому багато в чому і існують [7, р. 21-22].
- їх економічна основа – розподіл обмеженого ресурсу. Всі гібриди припускають ринкову економіку, немає повного монополізму та повного одержавлення;
- основна риса законотворчості в гібридних режимах – легізм, культ писаного права. Продукт законотворчості містить навмисну невизначеність і забезпечує появу корупції;
- відсутність ідеологічної основи режиму, мета гібридного режиму – не завоювання світу, а всього лише власне виживання;
- такі режими ніколи не обмежують виїзд за кордон, ізоляціонізм, впровадження «залізної завіси», обмеження виїзду громадян за кордон не є рисою гібридних режимів;
- відсутність масових репресій, великих людських жертв, поодинокі показові судові процеси проти окремих представників опозиції;
- відсутність легального механізму передачі влади

Кількість гібридних режимів у світі – у Левицькі і Вея їх 35, у американського політолога Барбара Геддес 128, у деяких вчених їх взагалі під

150. Зразковими гібридами вважаються Росія і Венесуела. Також гібридами вважаються Єгипет, Туреччина, Індонезія, Туніс, Малайзія, Танзанія, Уганда, Мексика, Сербія [5].

Таким чином, гібридні режими знаходяться в більшості країн, що розвиваються, особливо після закінчення «холодної війни». Вони називаються гібридом, оскільки вони поєднують демократичні риси (наприклад, регулярні та прямі вибори) з авторитарними (наприклад, політичними репресіями). Щоб краще зрозуміти цю величезну сіру зону політичної мапи світу, перед вченими постає нагальна потреба типології для визначення різних інституційних механізмів гібридних режимів та їх відмінності від інших типів режимів. Подальші дослідження мають зосередитись на питаннях причини виникнення, умови стабільності та переходу від гібридності.

Література

1. Скакун О.Ф. Теорія держави і права (Енциклопедичний курс) : Підручник. – Харків: Еспада, 2009. – 752 с.
2. Boege V., Brown A., Clements K. Nolan A. On Hybrid Political Orders and Emerging States: State Formation in the Context of ‘Fragility’ // Berghof Handbook Dialogue: Berghof Research Center for Constructive Conflict Management, 2008. – № 8.
3. Hale H. E. Eurasian Politics as Hybrid Regimes: The Case of Putin’s Russia // Journal of Eurasian Studies. – 2010. – №1. – P. 33-41.
4. Шульман Е. Царство политической имитации. URL: <https://www.vedomosti.ru/opinion/articles/2014/08/15/carstvo-imitacii>
5. Шульман Е. Гибридные режимы. URL: <https://esquire.ru/articles/14422-hybrid-regime/>
6. Terry Lynn Karl. The Hybrid Regimes of Central America // Journal of Democracy. –1995. – P. 72-86. URL: <https://muse.jhu.edu/article/16690>
7. Gagné Jean-François. Hybrid Regimes. – Oxford: Oxford University Press, 2015.

Кривошей Ганна

студентка 4 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач вищ. кат. Кравченко О.В.

РОЛЬ ОРГАНУ ОПІКИ І ПІКЛУВАННЯ В ЗАБЕЗПЕЧЕННІ МАЙНОВИХ ПРАВ НЕПОВНОЛІТНІХ

Пріоритетним завданням кожної держави є охорона дитинства та материнства за допомогою різних інструментів державної влади.

Одним з таких інструментів є діяльність органів опіки та піклування, яка полягає в захисті прав дітей, зокрема й майнових. Від того, наскільки якісно дані органи виконуватимуть покладені на них функції, залежить матеріальний стан, а в подальшому – якісний розвиток неповнолітніх та їх повноцінне

функціонування у суспільстві. Саме цим й обумовлена *актуальність* даної теми дослідження.

Питаннями захисту майнових прав неповнолітніх та ролі органів опіки та піклування у цьому займалися такі українські вчені, як В.І. Борисова, І.П. Васильківська, В.С. Гопанчук, О.В. Дзера, В.А. Другова, Н.М. Єршова, Ю.О. Заїка, С.О. Карпенко тощо.

Наведемо основні *дефініції* дослідженої теми, які допоможуть при опрацюванні даної теми:

Опіка встановлюється над малолітніми особами, які є сиротами або позбавлені батьківського піклування, та фізичними особами, які визнані недієздатними [2].

Піклування встановлюється над неповнолітніми особами, які є сиротами або позбавлені батьківського піклування, та фізичними особами, цивільна дієздатність яких обмежена [2].

Отже, перш за все варто сказати, що державне регулювання діяльності інституту опіки та піклування стосується практично всіх сторін діяльності уповноважених органів і призначених осіб на роль опікунів і піклувальників.

Майнові права неповнолітніх, в свою чергу, представляють собою забезпечену законом міру можливої поведінки неповнолітніх зі здійснення належних їм прав щодо власного майна, обмежених участю в даних правовідносинах опікунів (піклувальників), що діють в інтересах підопічних.

Майнові права неповнолітніх слід розглядати в двох аспектах: по-перше, як суб'єктивні цивільні сімейні права, що входять до складу цивільної та сімейної правоздатності та реалізовані як самими неповнолітніми суб'єктами цивільних і сімейних правовідносин, так і їх законними представниками або спільно; по-друге, як один з об'єктів цивільного та сімейного права, тобто як «безтілесні», «нематеріальні речі».

Однак основна проблема полягає в тому, що на законодавчому рівні відсутня законодавча регламентація порядку надання згоди (дозволу) органу опіки та піклування на укладення угод, які зачіпають майнові права неповнолітніх. Немає ні чітких норм, які б вказували, що саме може служити підставою для надання згоди органом опіки та піклування на вчинення правочину з майном, ні критеріїв або правил, які дозволяли б органу опіки та піклування обґрунтовувати своє рішення щодо можливого порушення прав неповнолітніх при здійсненні угоди з його майном.

Отже, повноваження будь-якого органу опіки та піклування поділяються на дві групи:

- 1) захист прав і інтересів неповнолітніх, які проживають в біологічній сім'ї;
- 2) захист прав та інтересів неповнолітніх, які залишилися без піклування батьків.

При цьому в кожній групі можна виділити діяльність щодо захисту особистих немайнових і майнових прав неповнолітніх. При здійсненні повноважень щодо захисту майнових прав неповнолітніх, орган опіки та піклування:

- 1) дає згоду:

- на вчинення правочинів щодо відчуження майна неповнолітніх, в тому числі обміну або дарування, здавання під найм (в оренду), у безоплатне користування або в заставу, угод, що тягнуть за собою відмову від належних неповнолітньому прав, розділ його майна або виділ з нього частки, а також будь-яких інших угод, що тягнуть за собою зменшення кількості майна у неповнолітнього;
 - відчуження житлових приміщень, в яких проживають неповнолітні, що залишилися без піклування батьків;
 - обмін житловими приміщеннями, які надані за договорами соціального найму і в яких проживають неповнолітні;
- 2) вживає необхідних заходів до охорони майнових прав неповнолітніх у випадках, передбачених законодавством;
 - 3) представляє в установленому порядку відомості до органу, який здійснює державну реєстрацію прав на нерухоме майно та угод з ним, про які проживають в житловому приміщенні членів сім'ї власника даного житлового приміщення, що знаходяться під опікою чи піклуванням, або неповнолітніх членів сім'ї власника даного житлового приміщення, що залишилися без батьківського піклування;
 - 4) готує письмові висновки, представляє інтереси неповнолітніх в суді з питань захисту прав і законних інтересів дітей [2].

Єдиною підставою для відмови у видачі дозволу на здійснення угоди є порушення прав неповнолітнього. При розгляді звернень громадян з проханням дати згоду на вчинення правочину з майном неповнолітнього орган опіки та піклування в першу чергу керується принципом найкращого забезпечення прав дитини, закріпленим законодавством.

При цьому деякі науковці вважають, що чинному законодавству не вистачає критеріїв або правил, які дозволяли б органу опіки та піклування обґрунтовувати своє рішення щодо можливого порушення прав неповнолітніх при здійсненні угоди з його майном. Такі правила, натомість, були встановлені у деяких європейських країнах (зокрема, у Данії, Франції, Люксембурзі), що безумовно є досягненням даних країн. На мою думку, Україні також бракує більш детального встановлення даних критеріїв.

Підводячи підсумок, можна сказати, що органи опіки та піклування грають важливу роль в забезпеченні прав неповнолітніх громадян і є основним елементом комплексного правового механізму захисту їх майнових прав.

Таким чином, пріоритетним завданням кожної держави є охорона дитинства та материнства за допомогою різних інструментів влади. Від законодавства країни, яке забезпечує якість життя, залежить і «якість» сім'ї, яка буде здатна виконувати властиві їй функції.

Література

1. Сімейний кодекс України від 10.01.2002 р. № 2947-III. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2947-14> (дата звернення 28.02.2021)

2. Цивільний кодекс України від 16.01.2003 № 435-IV. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/card/435-15> (дата звернення 28.02.2021)
3. Посполітак В.В. Цивільний кодекс України. Постатейний коментар : У 2ч. Ч. 2. / Керівники авт. кол. та відп. ред. проф. А.С. Довгерт, проф. Н.С. Кузнєцова. – К.: Юстиніан, 2006. – 680 с.
4. Носкова А. В., Титова М. А., Васильєв А. А., Кишкин М. І. Діти поза сім'єю: фостерні практики // Соціологічні дослідження. 2016. – № 8. – С. 54–56.
5. Аблятипова Н.А., Інститут опіки і піклування як засіб захисту прав малолітніх та неповнолітніх осіб при укладенні підприємницьких договорів // Актуальні проблеми держави і права. – 2006. – № 28. – С. 158–163.
6. Прутян Д.С. Характерні риси опіки за цивільним законодавством України // Правове життя сучасної України: Тези доповідей 9-ї звітної наукової конференції професорсько-викладацького і аспірантського складу // ОНЮА. – Одеса: Фенікс, 2006. – 352 с.
7. Котова Ю. В. Форми влаштування дітей, які залишилися без піклування батьків. Зарубіжний досвід // Актуальні проблеми історії політики і права. – 2015. – С. 52–58.

Масюк Олександр
студент 2 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. іст. наук, доц.,
викладач вищ. кат. Денисенко В.В.

ОСОБЛИВОСТІ ПРАВОВОГО СТАТУСУ НЕПОВНОЛІТНЬОЇ ОСОБИ

Постановка проблеми. Стаття 1 Конвенції про права дитини 1989 року визначено, що дитиною є кожна людська істота до досягнення 18-річного віку, якщо за законом, застосовуваним до даної особи, вона не досягає повноліття раніше [1]. Українське законодавство для осіб до 18 років встановлює такі види правового статусу:

а) малолітня особа – особа до 14 років, має часткову дієздатність (ст. 31 Цивільного кодексу України) [2];

б) неповнолітня особа – особа 14-18 років, має неповну дієздатність (ст. 32 Цивільного кодексу України).

Розвиток права досягнув того рівня, що неповнолітні не сприймаються виключно як особи, що потребують державного захисту та охорони, вони також виступають суб'єктами права і їх статус повинен бути центром правової системи у правовій і соціальній державі. Однак неповнолітні є спеціальними суб'єктами права. Вони володіють спеціальним правовим статусом [3, с. 100]. Тому необхідним є дослідження його особливих рис. Більшість підлітків навіть не замислюються, який широкий потенціал прав для осіб віком від 14 до 18

років передбачено законодавством нашої держави. Необізнаність неповнолітніх щодо своїх прав може призвести до негативних наслідків.

Інший важливий аспект досліджуваної проблеми полягає в тому, що на сьогодні в українському законодавстві відсутній єдиний нормативний акт, який би регламентував всі особливості правового статусу неповнолітніх осіб. Окремі положення містяться в Цивільному кодексі, Господарському кодексі, Сімейному кодексі, Законі України «Про Громадянство» тощо. Це суттєво ускладнює завдання визначення правового статусу неповнолітньої особи.

Мета дослідження – аналіз особливостей правового статусу неповнолітніх осіб.

Виклад основного матеріалу. Під правовим статусом у науці прийнято розуміти юридично закріплене положення особи в суспільстві. Аналіз правового статусу особи дозволяє отримати уявлення про значення і роль, яку особа відіграє у суспільстві, про ті можливості, якими вона може реально скористатися для реалізації своїх інтересів. Крім того, категорія правового статусу відображає характер взаємин між особою та іншими індивідами, між особою і державою [4, с. 580].

Правовий статус дитини є одним з різновидів спеціального статусу. Об'єднуючи в собі набір специфічних ознак, він характеризує правове становище неповнолітніх дітей.

1. В сфері цивільного права. Цивільний кодекс України (ст. 31–32) закріплює такі права неповнолітньої особи:

1) самостійно вчиняти дрібні побутові правочини (якщо він задовольняє побутові потреби особи і має невисоку вартість);

2) самостійно розпоряджатися своїм заробітком, стипендією або іншими доходами;

3) самостійно здійснювати права на результати інтелектуальної, творчої діяльності, що охороняються законом;

4) бути учасником (засновником) юридичних осіб, якщо це не заборонено законом або установчими документами юридичної особи;

5) самостійно укладати договір банківського вкладу (рахунку) та розпоряджатися вкладом, внесеним нею на своє ім'я (грошовими коштами на рахунку);

6) особа, яка досягла шістнадцяти років, має право на власний розсуд змінити своє прізвище та (або) власне ім'я, та (або) по батькові; особа, яка досягла чотирнадцяти років, має право змінити своє прізвище та (або) власне ім'я, та (або) по батькові за згодою батьків (ст. 295 ЦК);

7) особа, яка досягла чотирнадцяти років і яка звернулася за наданням їй медичної допомоги, має право на вибір лікаря та вибір методів лікування відповідно до його рекомендацій; надання медичної допомоги особі, яка досягла чотирнадцяти років, провадиться за її згодою (ст. 284 ЦК).

Всі інші правочини неповнолітня особа вчиняє за згодою батьків (усиновлювачів) або піклувальників.

2. В сфері сімейного права:

1) дитина, яка досягла шістнадцяти років, має право на власний розсуд змінити своє прізвище та (або) власне ім'я, та (або) по батькові. Дитина, яка досягла чотирнадцяти років, має право змінити своє по батькові за згодою батьків (ст. 149 Сімейного кодексу) [5];

2) дитина має право звернутися за захистом своїх прав та інтересів безпосередньо до суду, якщо вона досягла чотирнадцяти років (ст. 152 СК);

3) якщо батьки проживають окремо, місце проживання дитини, яка досягла чотирнадцяти років, визначається нею самою (ст. 160 СК);

4) неповнолітня дитина має право на самостійне одержання аліментів та розпорядження ними (ст. 179 СК), розпоряджається доходом від свого майна (ст. 178 СК).

3. В сфері конституційного права.

Набуття громадянства України дітьми віком від 14 до 18 років може відбуватися лише за їхньою згодою (ст. 16 Закону України «Про громадянство») [6].

4. В сфері трудового права.

За загальними нормами прийом на роботу здійснюється з 16 років, однак, за згодою батьків, неповнолітні віком від 14 років у вільний від навчання час можуть бути прийняті на роботу. Трудове законодавство також встановлює особливі гарантії трудових прав неповнолітніх, які працюють.

5. Юридична відповідальність.

Кримінальний кодекс України і Кодекс України про адміністративні правопорушення встановлюють, що неповнолітня особа набуває деліктоздатності, тобто здатності нести юридичну відповідальність:

а) з 14 років – кримінальна відповідальність;

б) з 16 років – адміністративна відповідальність.

Висновки. 1. На нашу думку, особливості правового статусу неповнолітньої особи полягають в наступному:

а) наявність спеціальних прав і обов'язків;

б) особливі гарантії захисту прав неповнолітніх;

в) сфера суб'єктивних обов'язків неповнолітніх є вузькою, ніж у загальних суб'єктів права;

г) особливості відповідальності, можливість притягнення до відповідальності щодо вузьких категорій правопорушень.

2. Враховуючі розпорошеність норм щодо правового статусу неповнолітньої особи у різних актах, відсутність в Україні комплексного закону щодо статусу дитини (аналогічного Конвенції про права дитини), вважаємо необхідним прийняття відповідного спеціального законодавчого нормативно-правового акту.

Література

1. Конвенція про права дитини від 20.11.1989 р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_021#Text

2. Цивільний кодекс України від 16.01.2003 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/435-15/conv#n187>
3. Ортинська Н.В. Особливості правового статусу неповнолітніх у сучасних умовах розвитку державності // Часопис Київського університету права. – 2016. – № 3. – С.100–104.
4. Кривенко Ю.В. Цивільно-правовий статус неповнолітніх осіб URL: <http://dspace.onua.edu.ua/bitstream/handle/11300/8008>.
5. Сімейний кодекс України від 10.01.2002 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2947-14/conv#n673>
6. Про громадянство: Закон України від 18 січня 2001 року № 2235-III URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2235-14/conv#n186>

Новікова Крістіна
студентка 4 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: викладач вищ. кат. Кравченко О.В.

РЕЄСТРАЦІЯ ШЛЮБУ З ІНОЗЕМНИМИ ГРОМАДЯНАМИ

У зв'язку з розвитком міжнародних відносин, швидким збільшенням тимчасового перебування на території України іноземців та осіб без громадянства, *актуальним* є питання сфери шлюбно-сімейних відносин між громадянами України та іноземними громадянами.

Метою дослідження є аналіз сфери шлюбно-сімейних відносин та інспектування легалізації документів, їх визнання на території України та на території іноземних держав.

Положення Сімейного кодексу України дозволяють визначити *шлюб* як добровільний сімейний союз жінки та чоловіка, укладений з дотриманням встановленого законом порядку, який породжує між подружжям взаємні особисті та майнові права і обов'язки[1]. **НОРМАТИВНЕ ВИЗНАЧЕННЯ Є.**

Науковці, що досліджували питання аспекту шлюбно-сімейних відносин: Л.П. Ануфрієва, А.С. Довгерт, О.М. Жильцов, В.П. Звеків, В.І. Кисіль, С.Б. Крилов, Л.А. Лунц, О.І. Муранов, З.В. Ромовська, І.В. Жилінкова.

На сьогоднішній день, відповідно до статті 18 Закону України «Про правовий статус іноземців та осіб без громадянства», іноземці та особи без громадянства можуть укладати шлюби з громадянами України та іншими особами відповідно до законодавства України. Іноземці та особи без громадянства мають рівні з громадянами України права і обов'язки у шлюбних і сімейних відносинах [2].

Нормами права, які регулюють вказані правові відносини є норми Конституції України, Сімейного кодексу України, Законів України «Про міжнародне приватне право», «Про правовий статус іноземців», «Про біженців», «Про свободу пересування та вільний вибір місця проживання в Україні», міжнародними договорами України та іншими законодавчими актами.

Форма і порядок укладення шлюбу в Україні між громадянином України та іноземцем або особою без громадянства, а також між іноземцями або особами без громадянства визначаються правом України, що передбачено ст. 55-56 Закону України «Про міжнародне приватне право» [3].

Порядок реєстрації шлюбу визначено Сімейним кодексом України. Законодавством передбачено, що жінка та чоловік, які бажають зареєструвати шлюб, подають особисто письмову заяву за встановленою формою до будь-якого органу державної реєстрації актів цивільного стану на їх вибір, або для зручності та уникнення черг у відділах державної реєстрації актів цивільного стану існує можливість записатися через Інтернет на прийом до відділів ДРАЦС.

Нормативне регулювання процедури подачі заяви на реєстрацію шлюбу та порядок реєстрації визначені Законом України «Про державну реєстрацію актів цивільного стану», Сімейним кодексом України та Правилами державної реєстрації актів цивільного стану в Україні, затвердженими наказом Міністерства юстиції України від 18 жовтня 2000 року (в редакції наказу Міністерства юстиції України від 24 грудня 2010 року за № 3307/5), зареєстрованим в Міністерстві юстиції України 18 жовтня 2000 року за № 719/4940.

Іноземці та особи без громадянства для реєстрації шлюбу в Україні повинні пред'явити національний паспорт або паспортний документ з відміткою про реєстрацію уповноваженого органу щодо законності їх перебування в Україні, якщо інше не передбачене чинним законодавством України.

– якщо в паспортах або паспортних документах іноземців та осіб без громадянства відсутні відомості про сімейний стан їх власників, то вони повинні одночасно подати документ про те, що не перебувають у шлюбі, виданий компетентним органом країни свого громадянства або країни постійного проживання, та легалізований належним чином.

– якщо в паспортах або паспортних документах є відмітка про припинення шлюбу вищезазначених осіб, документ про те, що особа не перебуває в шлюбі, повинен бути пред'явлений за період після розірвання шлюбу. [4].

Документами, що підтверджують припинення попереднього шлюбу або визнання його недійсним, можуть бути:

- свідоцтво про розірвання шлюбу;
- рішення суду про розірвання шлюбу;
- рішення суду про визнання шлюбу недійсним, яке набрало законної сили;
- свідоцтво про смерть одного з подружжя;
- висновок відділу державної реєстрації актів цивільного стану про анулювання актового запису про шлюб, який є недійсним тощо [1].

Автор дослідив переваги та недоліки шлюбно-сімейних відносин не тільки з юридичної точки зору, а й психологічної. Якщо дивитись на переваги шлюбно-сімейних відносин з іноземцями з психологічної точки зору, то це:

- можливість вивчити мову – занадто важко вивчити іноземну мову, якщо у тебе немає стимулу, але коли поряд з тобою носій мови – вивчити мову легше.

– можливість дізнатися щось нове. Іноземець – це представник іншої культури, а інша культура – це щось нове та дуже цікаве для кожної людини.

Щодо недоліків шлюбно-сімейних відносин з іноземцями:

– «розділення» дітей. Укладаючи шлюб, майже ніхто не думає про розірвання шлюбу. Це дуже важливий фактор у стосунках між подружжям. Крім того, може раптом виявитися, що за законами країни, родом з якої ваш чоловік, дитина повинна жити з ним і тільки з ним.

– періодичне нерозуміння. Все ж ви вирости в різних країнах, в різній обстановці і з різними звичаями. Так що періодично у вас можуть виникати через це сварки і розбіжності.

Таким чином, на підставі викладеного, можна констатувати, що питання укладення шлюбів з іноземними громадянами в Україні є актуальними як з теоретичної, так і з практичної точки зору. Питання шлюбно-сімейних відносин можна розглядати як з юридичної точки зору, так і з психологічної. Відповідаючи на питання: «Чи актуальне питання щодо шлюбно-сімейних відносин в Україні?» можна відповісти, що питання на думку автора є досить актуальним. Законодавство України та відповідні джерела (нормативно-правові акти) дають багато можливостей укладення шлюбу з іноземними громадянами, але є дуже багато нюансів, які законодавець може провести адаптацію щодо сімейного законодавства.

Література

1. Сімейний кодекс України від 10.01.2002 №2947-III. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2947-14> (дата звернення 21.02.2021.)
2. Закон України “Про правовий статус іноземців та осіб без громадянства” від 22.09.2011 № 3773-VI. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3773-17> (дата звернення 21.02.2021.)
3. Закон України “Про міжнародне приватне право” від 23.06.2005 № 2709-IV. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2709-15> (дата звернення 21.02.2021.)
4. Закон України «Про державну реєстрацію актів цивільного стану» від 01.07.2010 №2398-VI. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2398-17> (дата звернення 21.02.2021.)

Россол Ольга
студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. іст. наук, викладач Денисенко В.В.

БЕЗУМОВНИЙ БАЗОВИЙ (СОЦІАЛЬНИЙ) ДОХІД В КОНТЕКСТІ ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМ СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ НАСЕЛЕННЯ

Постановка проблеми. Соціальна політика – уособлення соціальної функції держави, її можна визначити як захисну діяльність держави щодо забезпечення населення від негативних наслідків соціальних ризиків. Декларація прав людини наголошує: «Кожна людина, як член суспільства, має право на соціальне забезпечення і на здійснення необхідних для підтримання її гідності і для вільного розвитку її особи прав у економічній, соціальній і культурній галузях за допомогою національних зусиль і міжнародного співробітництва та відповідно до структури і ресурсів кожної держави» (ст. 22, 25) [1].

Захисна діяльність держави щодо забезпечення населення від негативних наслідків соціальних ризиків може провадитися за допомогою різних інструментів. В останні десятиріччя за кордоном активно обговорюється концепція базового доходу (безумовного доходу, гарантованого мінімуму) як форми соціального забезпечення, згідно з якою кожен громадянин отримує гарантований мінімум грошового забезпечення, що виплачується державою або органом місцевого самоврядування. Хоча у наукових дискурсах тема базового доходу фігурує із різним ступенем інтенсивності починаючи із XVI ст., особливої актуальності вона набула саме у XX – початку XXI ст., оскільки саме в цей період були проведені перші експерименти її запровадження із різним ступенем успіху [2, с. 32-39]. Але в той же час сутність цієї концепції та можливість її практичної реалізації у вітчизняних умовах до сьогодні розглядалися лише в окремих публікаціях [2; 3; 4], що робить дослідження актуальним та таким, що має практичну значущість.

Мета дослідження є критичний аналіз аргументів на захист впровадження безумовного базового (соціального) доходу як інструменту соціальної політики, ідентифікувати основні проблеми практичної реалізації цього інституту у національних умовах.

Безумовний базовий (соціальний) дохід (далі – ББД) (unconditional basic income або universal basic income – UBI) можна визначити як «дохід, що виплачується урядом країни в уніфікованому розмірі та у визначені часові інтервали кожному дорослому члену суспільства незалежно від: рівня його добробуту; сімейного стану; місця проживання; (не)бажання працювати». Фактично ББД є формою соціальної безпеки, завдяки якій усі громадяни чи резиденти країни регулярно отримують фіксовану суму грошей з публічних фондів на додаток до будь-якого іншого джерела доходу. Слід однак зазначити, що сума базового доходу повинна виплачуватися на рівні прожиткового мінімуму, властивого тій чи іншій країні, оскільки якщо виплата ББД здійснюється у менших обсягах, то його можна вважати частковим основним доходом (partial basic income – PBI) [2, с. 33].

Ознаки ББД: універсальність, індивідуальність, безумовність, достатність.

ББД покликаний вирішити декілька проблем, що сьогодні постають як перед усім світовим співтовариством, так і перед окремими державами світу.

1. Проблема бідності. Неможливість забезпечувати найпростіші та доступні для більшості людей в даній країні умови проживання. Найважливішим фактором вирішення проблеми бідності є економічне зростання. Введення ББ(С)Д дозволить забезпечити доходи всіх членів суспільства на рівні, який перевищує прожитковий мінімум, і потенційно повністю подолати матеріальну бідність.

2. Проблема гендерної дискримінації. Подібне становище є прямим мотивуванням системи нерівності та родинного насильства по відношенню до жінки, а ідея базового доходу здатна нівелювати вказану нерівність.

3. Проблема справедливого розподілу доходів.

4. Проблема техногенного безробіття. Четверта промислова революція. Відповідно до досліджень компанії McKinsey & Company, у найближчі двадцять років 45% існуючих зараз робочих місць будуть автоматизовані з використанням таких технологій, як машинне навчання, штучний інтелект, робототехніка і 3D-друк [4, с. 99].

5. Проблема витрат на адміністрування соціального захисту.

Проблеми запровадження ББ(С)Д

1. На тлі зростання матеріальної допомоги з боку держави може зростати так звана застійна бідність тієї частини працездатного населення, яка зневірилася знайти роботу і тому психологічно орієнтована лише на допомогу держави. Як наслідок, адресні виплати допомоги бідним повинні супроводжуватися комплексом соціально-економічних заходів, націлених на їх залучення в трудову діяльність (програми професійної підготовки і перепідготовки, сприяння в пошуку робочих місць і ін.).

2. Практичний перехід до ББ(С)Д потребуватиме значних бюджетних ресурсів. Заміна існуючих заходів соціальної підтримки єдиною базовою виплатою і доведення її до рівня, що забезпечує поліпшення добробуту малозабезпечених категорій, можуть зажадати до 50% ВВП – такі попередні результати дослідження Світового банку щодо оцінки можливості введення безумовного доходу в країнах, що розвиваються [5].

3. Забезпечення громадян мінімальним прожитковим доходом може запустити «спіраль інфляції». Введення базового доходу може призвести до зростання цін на основні види товарів, а відповідно до виникнення гонки між розміром соціальних гарантій і рівнем прожиткового мінімуму.

Загалом з 1970 було анонсовано проведення понад 250 експериментів з введення ББД. У 1986 р. заснована Європейська мережа основного доходу (The Basic Income European Network – BIEN), покликана сприяти інформованому обговоренню концепції базового доходу в Європі [3, с. 143]. Експерименти по ББД проводилися в різних країнах: Фінляндія, США, ФРН, Кенія, Нідерланди, Індія, Франція та інші.

Сьогодні система соціального захисту в Україні вкрай фрагментована і не забезпечує повного охоплення всіх громадян, хто її потребує. Існує велика

кількість різних форм соціальної допомоги, які роблять одне і те ж: платять дуже маленькі гроші і використовують дуже складні механізми оцінки потреб. Істотна частина малозабезпечених громадян не включені в систему соціалізації. Введення ББ(С)Д могло б привести до значного скорочення бідності в країні.

В Україні сьогодні немає умов для ефективної реалізації ідеї базового доходу.

1. ББД може бути введений тільки в демократичній державі, де влада децентралізована, а значна частина податкових доходів надходить до муніципальних бюджетів. Адмініструванням ББД повинні займатися саме органи місцевого самоврядування, а саме введення ББД повинно відбуватися поступово і спершу для окремих категорій населення. Впровадження ББД не вийде без системи контролю та коригування з боку парламенту, суспільства і ЗМІ. Якщо в країні немає сильної законодавчої влади і поділу влади, то базовий дохід вводити не варто.

2. Перехід до безумовного доходу потребуватиме значних бюджетних ресурсів: в країнах, що розвиваються витрати по базовому доходу, встановленого на рівні 25% від медіанного доходу, становитимуть близько 3,75% ВВП.

3. Для впровадження в країні ББД необхідний консенсус в суспільстві, що люди мають право на базовий рівень добробуту. У нас сьогодні консенсусу немає ні з якого питання, тому що немає способу його досягти. ББД – це не «подачка біднякам», яку можна «кинути, а при необхідності відібрати». Несприйняття даної концепції суспільством, на наш погляд, є найбільш серйозною проблемою.

Таким чином, слід відзначити безумовний зв'язок моделі ББД із концепцією забезпечення прав людини: на достатній життєвий рівень, гендерну рівність, право на справедливий розподіл ресурсів, право на гідну оплату за працю тощо. Загалом, ББД є перспективною формою публічного управління в сфері соціального захисту населення, але його запровадження потребує дотримання певних умов, зокрема: високий рівень свідомості та економічної освіченості населення, стабільна та ефективна податкова система. Введення ББД при врахуванні реального, а не офіційного прожиткового мінімуму в якості гарантованої суми може стати механізмом дійсного соціального захисту населення і, одночасно, інструментом оптимізації видатків бюджету.

Література

1. Загальна декларація прав людини від 10.12.1948. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_015
2. Длугопольський О. В., Длугопольська Т. І. Концепція безумовного базового доходу як альтернатива Бісмарківській моделі держави добробуту: від теоретичних студій до експериментальних практик. *Економіка : реалії часу*. 2017. №2(30). С. 32–46.

3. Гевлич І. Г., Гевлич Л. Л. Базовий дохід в контексті вирішення проблем соціального захисту населення України. *Економіка і організація управління*. 2016. № 2 (22). С. 142–150.
4. Корчинська О. О. Безумовний базовий дохід як інструмент управління бідністю. *Національна економіка. Інтелект XXI*. 2018. № 2. С. 98–101.
5. Старостина Ю. Деньги для всех: возможен ли в России безусловный доход. URL: <https://www.rbc.ru/economics/14/11/2018/5bebf2bb9a7947cf80454c73>.

Севериненко Катерина
студентка 4 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: викладач вищ. кат. Іщенко М.Ю.

ЧЕСТЬ, ГІДНІСТЬ ТА ДІЛОВА РЕПУТАЦІЯ: РЕАЛІЗАЦІЯ ТА ЗАХИСТ ОСОБИСТИХ НЕМАЙНОВИХ ПРАВ В УМОВАХ ЦИФРОВІЗАЦІЇ

Широкий спектр можливостей реалізації особистих немайнових прав надає нам сьогодення. Через багатоманітність засобів вільного вираження своїх думок, поглядів та переконань, малоконтрольованими стають способи здійснення цих прав. Як наслідок, – це стає підґрунтям для зловживання в інформаційній сфері, а також зростання ризику посягань на немайнові блага особи під впливом значного інформаційного тиску. Тому важливою складовою є забезпечення захисту цих благ.

Метою роботи є аналіз особливостей реалізації і специфіки захисту особистих немайнових прав (честь, гідність та ділова репутация) в умовах цифровізації, на основі судових рішень та життєвих ситуацій.

Об'єктом дослідження є суспільні відносини, пов'язані з реалізацією та захистом конституційних прав і свобод людини і громадянина.

Предмет дослідження становлять закріплені Конституцією України право на свободу думки і слова, вільне вираження своїх поглядів і переконань а також закріплене Цивільним кодексом України право на захист свого цивільного права у разі його порушення.

Науковці, які у своїх працях приділяли увагу особистим немайновим правам: М. Кравчук, Е. Тітко, О. Жуковська, Є. Захарова, О. Нестеренко, Ш. Голдман, С. Шевчук, Т. Емерсон, М. Л. Ентін та інші.

Інформація – будь-які відомості та/або дані, які можуть бути збережені на матеріальних носіях або відображені в електронному вигляді [1].

Честь – це позитивна соціальна оцінка особи в очах оточуючих, яка ґрунтується на відповідності її діянь (поведінки) загальноприйнятим уявленням про добро і зло [2].

Гідність – це визнання цінності кожної фізичної особи як унікальної біопсихосоціальної цінності [2].

Ділова репутація – це набута особою суспільна оцінка її ділових і професійних якостей при виконанні нею трудових, службових, громадських чи інших обов'язків [2].

Цифровізація – це насичення фізичного світу електронно-цифровими пристроями, засобами, системами та налагодження електронно-комунікаційного обміну між ними, що фактично уможливило інтегральну взаємодію віртуального та фізичного, тобто створює кіберфізичний простір [3].

Проблематикою даної теми є швидке поширення інформації в кіберфізичному просторі, яка подекуди не відповідає дійсності та на думку постраждалої особи, порушує її право на повагу до гідності, честі чи ділової репутації.

Більша частина інформації розміщується в мережі Інтернет, яка в деяких випадках, є джерелом розповсюдження образливих, негативних та неправдивих висловів проти окремих осіб, з найменшим використанням ресурсів при її поширенні. Тобто, в декілька дій, знаходячись на відстані від потенційно скривдженої особи, можна безпідставно звинуватити останню в причетності до злочинної організації, корупційних махінаціях або аморальних вчинках, що призведе до порушення особистих немайнових прав цієї особи.

Особа яку звинуватили в тих чи інших діях має гарантовані Конституцією України та Цивільним кодексом України право на судовий захист, який полягає у спростуванні недостовірної інформації, право на відповідь та право на відшкодування моральної чи матеріальної шкоди.

Задля здійснення судового захисту вказаних порушених особистих немайнових прав, Верховний суд України в Постанові від 2009 року, висловив свою позицію, щодо необхідності наявності юридичного складу правопорушення, який в подальшому слугуватиме підставою для задоволення позову зазначеної категорії справ: 1) поширення інформації (доведення її до відома хоча б одній особі у будь-який спосіб); 2) поширена інформація повинна стосуватись особи позивача (фізичної або юридичної особи); 3) поширена інформація є такою, що не відповідає дійсності та порушує особисті немайнові права особи [2].

Необхідно, перед тим як спожити інформацію, піддати її первинній оцінці та з'ясувати: чи є вона суб'єктивним судженням, чи істинним фактом. Для цього законодавцем наведене розмежування інформації на ту, яка є значущою для даної категорії справ та є належним доказом в межах судового розгляду і ту, яка не підтверджена фактами, які можна перевірити, а відтак, – є оціночним судженням.

Оціночними судженнями про особу є вираження суб'єктивної думки та наперед невизначеності щодо їх істинності та правдивості. Істинні факти (фактичні твердження) – це фактичні дані, існування яких може бути доведено в судовому порядку, які можна перевірити на предмет їх відповідності дійсності та спростувати [2].

Важливим аспектом при розгляді даної категорії справ є ідентифікація особи, що стала розповсюджувачем тієї чи іншої інформації. Звичайно, якщо особистість її встановлена, то перешкоди для розгляду справи в судовому

засіданні майже відсутні. Іншою є ситуація, коли недостовірною інформацією була поширена, наприклад, в мережі Інтернет, через фейкову сторінку чи анонімно. Постає питання: «Як може постраждала особа реалізувати право на захист в умовах невизначеності?!».

Фактор анонімності та неможливості ідентифікації особи з використанням національних засобів захисту є одним з ризиків даної категорії справ. В цьому випадку анонімність постає як знаряддя, яким можна вплинути на внутрішню та зовнішню оцінку особи, тобто піддати сумніву добропорядність та відповідність її поведінки морально-етичним нормам, при цьому не ідентифікувавши себе.

Але навіть якщо особа, що поширила недостовірну інформацію, залишиться невідомою, суд вправі за заявою заінтересованої особи встановити факт неправдивості цієї інформації та спростувати її в порядку окремого провадження [2].

Отже, зважаючи на те, що життя і здоров'я людини, її честь і гідність, недоторканність і безпека визнаються найвищою соціальною цінністю; враховуючи також те, що в умовах цифровізації поширюються випадки маніпулювання та зловживання способами здійснення особистих немайнових прав, приходимо до висновку, що в незалежності від можливості ідентифікації та притягнення до відповідальності особи, яка поширила неправдиву інформацію, у звинуваченої особи є гарантоване законодавством України право на судовий захист та спростування такої інформації, навіть якщо особа-поширювач невідома.

Література

1. Про інформацію: Закон України від 02.10.1992 р. № 2657-XII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-12#Text> (дата звернення 04.03.2021)
2. Про судову практику у справах про захист гідності та честі фізичної особи, а також ділової репутації фізичної та юридичної особи: Постанова Пленуму Верховного Суду України від 27.02.2009 р. № 1. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/v_001700-09#Text (дата звернення 04.03.2021)
3. Про схвалення Концепції розвитку цифрової економіки та суспільства України на 2018-2020 роки та затвердження плану заходів щодо її реалізації: Розпорядження Кабінету Міністрів України від 17 січня 2018 р. № 67-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/67-2018-p#Text> (дата звернення 05.03.2021)

Шинкаренко Катерина
студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: викладач вищ. кат. Іщенко М.Ю.

«БУЛІНГ» ТА «МОБІНГ»: ОСОБЛИВОСТІ ЮРИДИЧНОЇ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ ТА ПРОБЛЕМИ ВПРОВАДЖЕННЯ

Актуальність. У зв'язку з поширенням проявів агресії як у підлітковому віці, так і у зрілому, за останні роки такі явища як «Булінг» та «Мобінг» стали одним з найбільш проблемних питань в Україні та світі загалом.

Актуальність теми помітно зросла за останні роки. Так, за даними BBC NEWS UKRAINE 20.07.2017:

- 24% українських школярів які вважають себе жертвами булінгу;
- 40% жертв ні з ким не ділиться проблемою, навіть з батьками;
- 44% жертв булінгу ігнорують проблему, оскільки бояться за себе [1].

В умовах сучасності, дослідженням загальних питань «Булінгу» та «Мобінгу» займалися такі відомі вчені, як Пітер-Пауль Хайнеманн, Н. Leymann, Е.Л. Доценко та інші.

У книзі «Насильство на роботі», виданою Міжнародною організацією праці (ООН) в 1998 р. мобінг наводиться в одному переліку зі вбивствами, згвалтуваннями й пограбуваннями. Пояснення цьому таке: необразливий на перший погляд у порівнянні з іншими видами фізичного насильства мобінг іноді закінчується для жертви зведенням рахунків з життям.

Нормативно-правовою базою, що регламентує питання є: Конституція України, Кодекс України про адміністративні правопорушення, Кодекс законів про працю України, ЗУ «Про освіту» та «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькування)», ЗУ «Про охорону дитинства».

Відповідно до ч.4 ст.173 Кодексу України про адміністративні правопорушення, *булінг* – діяння учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному, насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняється стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи та такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого [2].

Мобінг – це соціальне явище, яке має безпосереднє відношення до трудової діяльності людини і застосовується в контексті морального і психологічного переслідування [3, с.248].

Суб'єкт адміністративного правопорушення – це особа, яка вчинила адміністративне правопорушення.

Суб'єктом адміністративного правопорушення може бути фізична особа, яка досягла 16-річного віку, та юридична особа незалежно від форми власності [2].

Адміністративна відповідальність за правопорушення, передбачені Кодексом про адміністративні правопорушення, настає, якщо ці порушення за

своїм характером не тягнуть за собою відповідно до закону кримінальної відповідальності.

У 70-хх роках ХХ ст., швед Пітер-Пауль Хейнеманн, який працював шкільним лікарем, написав книгу «Мобінг. Групове насильство серед дітей та дорослих», матеріалом для якої стали його спостереження за школярами. Цей термін він використав для позначення феномену нападу групи людей на особу, чим своєю поведінкою порушує соціальні норми.

У кінці 90-хх років у Франції розгорнулися дискусії з питань доцільності внесення до Трудового кодексу Франції поняття «психічне здоров'я». У цьому контексті навіть було запропоновано два законопроекти: Джоржа Хейджса у 1999 році та Роланда Музе у 2000 році. Прийнятий 17 січня 2002р. Закон «Про соціальну модернізацію», започаткував формування правового підґрунтя у боротьбі з психологічним тиском на роботі. Законом було запроваджено низку законодавчих положень щодо «психологічного» або «морального» тиску. Він став правовою основою для забезпечення звернення для працівників, які постраждали від психологічного тиску з боку роботодавців.

Потрібно зазначити, що 19 січня 2019 року набув чинності закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу» [4], яким, серед іншого, було встановлено адміністративну відповідальність за вчинення булінгу учасником освітнього процесу.

Насамперед, з'явилося юридичне визначення поняття булінгу в українському законодавстві. Закон передбачає відповідальність не тільки за вчинення, але й за приховування випадків булінгу. Законом передбачено здійснення контролю з боку директорів шкіл за виконанням заходів щодо протидії цькуванню, розгляд заяв про випадки цькуванню від учнів та їх батьків. До кривдників та педагогів, які приховують випадки цькуванню, будуть застосовуватися штрафні санкції.

Водночас, після внесення змін до законодавства, питання не вдалося вирішити. Запровадження адміністративної відповідальності за булінг передбачає складний механізм притягнення до такої відповідальності.

По-перше, складно довести вину особи в низці форм булінгу. Зокрема, під час бойкоту чи то невербального цькуванню (мова тіла, наприклад, косі погляди).

По-друге, складність самого визначення булінгу (треба довести і факт насилля з боку булера і нанесену шкоду психічному чи фізичному здоров'ю жертви, і найголовніше – зв'язок між цими проявами).

Дослідивши наведені факти, можна стверджувати, що вирішити наявну проблему лише одним фактом прийняття закону не уявляється можливим. Насправді штрафи за булінг – лише засіб попередження, навряд чи вони «працюватимуть» повноцінно.

Судова практика. Зазначеним законом, зокрема, передбачено систему штрафів за цькуванню. Наприклад, якщо особа піддала іншу особу булінгу вперше, вона зобов'язана буде сплатити від двадцяти (340 гривень) до п'ятдесяти (850 гривень) неоподаткованих мінімумів доходів громадян. Якщо такі дії вчинив неповнолітній від 14 до 16 років, штраф мають сплатити батьки.

За повторне цькування винуватець повинен буде сплатити від ста (1700,00 грн) до двохсот (3400,00 грн) неоподаткованих мінімумів доходів громадян. Приховування випадків булінгу педагогами тягне за собою накладення штрафу в розмірі від п'ятдесяти (850 гривень) до ста (1700 гривень) неоподаткованих мінімумів доходів громадян.

Наразі вже оприлюднені перші судові рішення про притягнення до адміністративної відповідальності за булінг.

Бориспільській районний суд Київської області, вірогідно, став першим судом в Україні, який застосував новітнє законодавство про протидію булінгу. Так, постановою від 05.02.2019 у справі №359/933/19 [5] цей суд визнав матір школярки винною у скоєнні правопорушення, передбаченого ч. 3 ст. 173-4 КУпАП, та наклав на неї штраф у розмірі 50 неоподаткованих мінімумів доходів громадян, що становить 850 грн. У цьому випадку булінг полягав у тому, що школярка, знаходячись в приміщенні школи, вчинила булінг, тобто дії психологічного та сексуального насильства із застосуванням засобів електронних комунікацій щодо іншої неповнолітньої школярки, що проявилось у висвітленні непристойних фото у мережі «Інстаграм», в результаті чого була завдана шкода психічному здоров'ю потерпілої.

Отже, проблема мобінгу та булінгу потребує більш детального правового регулювання. Досконала законодавча регламентація та чіткий механізм щодо фіксації та доведення фактів булінгу, мобінгу належним чином забезпечить:

- реалізацію прав та дотримання певних обов'язків в освітніх та робочих процесах їх учасниками.
- затвердження окремих правил щодо проведення виховних робіт, тренінгів та інших профілактичних заходів з метою протистояння насиллю.
- створення спеціальних освітніх програм виправлень кривдника, якого в разі відмови від програми, або повторного порушення, буде притягнуто до кримінальної відповідальності.
- надання більш дієвої допомоги жертві насилля.

Література

1. 67% дітей в Україні стикалися з цькуванням. *BBC NEWS UKRAINE*. URL: <https://www.bbc.com/ukrainian/news-40672444> (дата звернення: 27.02.2021).
2. Кодекс України про адміністративні правопорушення від 07.12.1984 р. № 8073-1-X. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80731-10#Text> (дата звернення: 27.02.2021).
3. Л. Ю. Тимофєєва Мобінг у контексті євроінтеграційної кримінально-правової політики. *Держава та регіони. Право*, 2019 р., № 3 (65). С. 248. URL: http://www.law.stateandregions.zp.ua/archive/3_2019/42.pdf (дата звернення: 27.02.2021).
4. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу: Закон України від 18.12.2018 р. № 2657-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text> (дата звернення: 27.02.2021).

5. Постанова Бориспільського міськрайонного суду Київської області від 05.02.2019 р., справа №359/933/19. Єдиний державний реєстр судових рішень. URL: <https://reyestr.court.gov.ua/Review/79641598> (дата звернення: 27.02.2021).

СЕКЦІЯ «МАТЕМАТИЧНІ ДИСЦИПЛІНИ ТА ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ»

Базилевський Олексій

студент 4 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: канд. тех. наук, викладач Твердохліб Ю.В.

РОЗРОБКА ІНФОРМАЦІЙНОГО ВЕБ ЗАСТОСУНКУ ДЛЯ ПЕРЕГЛЯДУ ІНФОРМАЦІЇ ПРО ПІСНІ ТА ГУРТИ

Інтерфейс – це сукупність засобів, методів і правил, призначених для взаємодії елементів системи між собою.

Користувацький інтерфейс – призначений для взаємодії користувача з програмно-апаратними компонентами комп'ютерної системи [1].

Інтерфейс прикладного програмування (Application Programming Interfaces, APIs) – це готові конструкції мови програмування, що дозволяють розробнику будувати складну функціональність з меншими зусиллями. Вони "приховують" складніший код від програміста, забезпечуючи простоту використання. Їх можна розділити на дві категорії [2]:

– API браузера вбудовані в веб-браузер і здатні використовувати дані браузера і комп'ютерного середовища для здійснення більш складних дій з цими даними.

– Сторонні API не вбудовані в браузер за замовчуванням. Такі API і інформацію про них зазвичай необхідно шукати в інтернеті.

MongoDB [3] реалізує новий підхід до побудови баз даних, де немає таблиць, схем, запитів SQL, зовнішніх ключів і багатьох інших речей, які притаманні об'єктно-реляційних баз даних. На відміну від реляційних баз даних MongoDB пропонує документо-орієнтовану модель даних, завдяки чому MongoDB працює швидше, має кращу масштабованість, її легше використовувати. Але, навіть враховуючи всі недоліки традиційних баз даних і гідності MongoDB, важливо розуміти, що завдання бувають різні і методи їх вирішення теж різні

React JavaScript – бібліотека для створення користувацьких інтерфейсів. React може використовуватися для розробки односторінкових і мобільних додатків [4]. Його мета – надати високу швидкість, простоту і масштабованість. React використовує компонентний підхід розробки. Компоненти дозволяють розбити інтерфейс на незалежні частини, про які легко думати окремо. Їх можна скласти разом і використовувати кілька разів [5].

Висновок: основною ідеєю створення цього сайту було те, щоб при розробці упор був направлений на логічну частину, а саме продумування моделі даних, відправка запиту з клієнтської частини і отримання його на стороні сервера, тощо. На практиці найлегше зрозуміти коли і як використовувати той або інший інструмент.

Література

1. Інтерфейс. URL: <https://www.russianpromo.ru/wiki/interface/> (дата звернення: 10.02.2021).
2. Introduction to web APIs. URL: https://developer.mozilla.org/ru/docs/Learn/JavaScript/Client-side_web_APIs/Introduction (дата звернення: 10.02.2021).
3. MongoDB. URL: <https://metanit.com/nosql/mongodb/> (дата звернення: 10.02.2021).
4. React документація. URL: <https://ru.reactjs.org/docs> (дата звернення: 10.02.2021).
5. React. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki/React> (дата звернення: 10.02.2021).

Коваленко Владислав
студент 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: викладач вищ. кат.,
викладач-методист Ситніцька М.В.

БЕЗПЕКА ФІНАНСОВИХ ОПЕРАЦІЙ

Нині постає дуже велика проблема безпеки фінансових операцій. Щоденно лише за перше півріччя 2020 року в Україні зареєстрували більш ніж 47 тисяч випадків фінансових крадіжок в онлайн середовищі. Розуміючи це, держава, банки щоденно проводять комплексні заходи, аби передбачити та не допустити шахрайства. *Метою* нашого дослідження є вивчення питання протидії здійснення фінансових крадіжок у онлайні, надання практичних порад користувачам.

Згідно зі статтею 61 Закону України «Про банки і банківську діяльність», банки зобов'язані забезпечити збереження банківської таємниці. Тобто, організація зобов'язана забезпечити безпеку ваших даних шляхом банківської таємниці. Ті особи, що займаються шахрайством та крадіжкою, несуть відповідальність перед державою та суспільством відповідно до ст. 185 Кримінального кодексу України. «Крадіжка»: таємне викрадення чужого майна, передбачає покарання – штраф до 50 неоподаткованих мінімумів доходів громадян, виправні роботи на термін до двох років, або позбавлення волі до трьох років, якщо ж відбувся рецидив, або злочин за попередньою змовою групи осіб, покарання – обмеження волі до п'яти років. Покарання є, вони передбачені законодавством, але правоохоронці на жаль не завжди

знаходять зловмисників, які коять злочини в онлайні тому вони залишаються безкарними.

Служби безпеки фінансових установ постійно вивчають методи шахрайства, а іноді й співпрацюють з ними, використовуючи їх знання та вміння задля того, аби банківські рахунки клієнтів були в повній безпеці. В наш час, коли все більше фінансових операцій громадяни здійснюють в онлайні, необхідно постійно удосконалювати системи захисту та швидкого реагування на нові загрози, нових шахраїв.

Здійснивши дослідження, ми встановили, що у нас в країні на рівні держави здійснюється відстеження сайтів, на яких здійснюються шахрайські дії. Серед них Департамент Кіберполіції України та Українська міжбанківська Асоціація членів платіжних систем ЕМА.

Департаментом Кіберполіції України створено базу даних шахрайських сайтів STOP FRAUD, саме на цьому сайті можна перевірити інформацію за такими параметрами як номер банківської картки, телефон або посилання на сайт.

Ще одна база шахрайських сайтів є результатом щоденного моніторингу, проведеного експертами Асоціації ЕМА, а також завдяки інформації, що надходить від Єслужб безпеки банків, платіжних сервісів, Кіберполіції та перевіреної інформації, залишеної користувачами через функціонал сайту «Заявити про інцидент».

У ході дослідження нами проаналізовано базу даних шахрайських сайтів, яка створена Асоціацією ЕМА та встановлено, що з 1 січня 2021 року впродовж трьох місяців до бази було додано 43 шахрайських сайти. Здійснивши моніторинг цих сайтів, було встановлено що 9,3% з них – інтернет-магазини, 25,6% – онлайн сервіси, які надають послуги замовлення квитків у кінотеатр, служби доставки, покупка авіаквитків. Найбільша кількість шахрайських сайтів 65,1% для ніби то переказу коштів онлайн.

Все зазначене настановує на необхідності пошуку механізмів недопущення здійснення фінансових операцій в онлайні через шахрайські сервіси. Серед цих механізмів можна відмітити найдієвіші:

1. Встановіть складний пароль, який ви ще не використовували. Але, тримайте його так, щоб його більше ніхто крім вас не побачив. Хоч пароль Вас не вбереже повністю від всіх шахраїв, але є шанс що пароль стане їм на заваді.

2. Регулярно оновлюйте антивірус на Вашому пристрої. Це допоможе вберегтися від небажаних вірусів які можуть автоматично надіслати Ваші кошти.

3. Вводити данні від своєї картки лише в надійних перевірених магазинах. Запам'ятайте, вводити особисті дані потрібно тільки на перевірених інтернет-магазинах, адже можна запросто створити фішинговий сайт і викрасти дані Вашої карти.

Крім того, більшість фахівців радять користувачам смартфонів використовувати мобільний антивірус з функцією захисту онлайн платежів.

Усі зазначені механізми з часом стануть не актуальними, адже шахраї не сидять на місці, а шукають ту помилку, яка допоможе викрасти дані в набагато легший спосіб ніж зараз.

На даний час в Україні здійснюються спроби побороти фінансове шахрайство в онлайні, але досвід світових банків у цьому питанні більш досконалий.

Реалії сьогодення дозволяють зробити прогноз щодо кількості фінансових операцій в онлайні – вона буде зростати. Тому, найближчий часом, країні потрібно якомога більше розумних, талановитих розробників, які готові підвищувати безпеку здійснення фінансових операцій, здатних протистояти фінансовим кіберзлочинцям.

Чим вища безпека онлайн банкінгу, тим вища довіра клієнтів, а чим більша довіра – тим більше клієнтів.

Література

1. Верховна Рада України. Закон про Банки і банківську діяльність. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2121-14#Text> (дата звернення: 17.02.2021).
2. «Протокол» юридичний інтернет-ресурс. Стаття 185. Крадіжка. URL: https://protocol.ua/ru/kriminalniy_kodeks_ukraini_stattya_185/ (дата звернення: 17.02.2021).

Зейналова Амалія

студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач Смолянкова Т.М.

#ZNOa200

Кожного студента коледжу чи то звичайного одинадцятикласника з 2021 року в кінці чекає обов'язкове ЗНО з математики. І чесно кажучи, ми, студенти, цим дуже стурбовані.

Як правило, студенти стикаються із складнощами, як фізичними, так і психологічними. Звичайно ж це перевтома, виснаження, завелике навантаження стає причиною стресу та психічних розладів.

Під час процесу підготовки до екзаменів, можуть зустрітися такі проблеми:

- неякісне викладання матеріалу, або невірні дані;
- нерозуміння важливості екзаменів;
- неправильне планування підготовки;
- відсутність оптимістичного налаштування;

Перед таким важливим кроком студентів дуже наполегливо та успішно готують. Але студенти, які переймаються за власне майбутнє, та бажають скласти ЗНО як найкраще, займаються також самопідготовкою. В основному

вони наймають приватних вчителів – репетиторів. Та значна частина надають перевагу онлайн підготовкам, з інтернет джерел.

Провівши невеликий пошук в інтернет-ресурсах, було з'ясовано, що найбільшою популярністю користуються такі соціальні мережі:

- Instagram;
- you tube;
- Tik Tok;
- Телеграм.

На даний момент найбільш розвиненою мережею для підготовки до ЗНО є You Tube, на цій платформі педагоги, або люди які гарно володіють предметом, дають безкоштовні відео-уроки з різноманітних тем, які включені до екзамену. У своїх відео, блогери які допомагають готуватися до математики, розглядають різні приклади задач та математичних виразів, які точно будуть на самому тестуванні.

Найвідомішими «математичними» блогерами є Сергій Ткаченко [1], який своїй аудиторії пояснює все максимально доступно, зрозуміло, та цікавими способами; об'єднання викладачів EdEra [2], які займаються не лише математичним напрямом; онлайн-школи Наурок [3] та zno.ua [4]. Дві останні школи, є багатопрофільними, багатогалузевими об'єднаннями, дії яких напрямлені на вдосконалення знань учнів і студентів, та максимально комфортної і зручної підготовки до зовнішнього незалежного оцінювання.

В такій мережі, як Тік Ток, блогери також безкоштовно записують короткі відео, які розкривають суть теми, або конкретний математичний вираз. В Тік Ток таких блогерів дуже багато.

В Instagram також є контент з підготовкою до ЗНО, але там менше інформації ніж в попередніх джерелах, в основному в Instagram викладають текстові пости з фотографіями та описом.

Також популярними є Телеграм-канали. В них не лише викладають відео, тексти, фотографії, а й опитування для перевірки знань.

Проводити час в Інтернеті потрібно із користю, тим паче, коли на порозі ЗНО. Окрім відео-уроків існує багато різноманітних платформ, які лише за одну просту реєстрацію, відкривають доступ до цілих курсів, із повним списком матеріалу, завданнями до кожної з тем, тестами для оцінки та моніторингу рівня знань засвоєного матеріалу.

Безкоштовними та найбільш популярними платформами для таких курсів є:

- 1) Prometheus [5] – платформа безоплатних онлайн-курсів. Тут можна обрати будь-який курс підготовки до ЗНО (і не тільки!), переглянути відео із поясненнями авторитетних викладачів та зробити тести після кожного модулю. У кінці курсу можеш отримати навіть сертифікат;
- 2) Zno osvita.ua [6] – тести з усіх років ЗНО, до кожного завдання є розлогий коментар;
- 3) Pearn.org [7] – це безкоштовна гейміфікована платформа з навчальними онлайн-курсами, тестами та вебінарами для всіх, хто бажає навчатися та успішно скласти ЗНО та ін.

Всі вище наведені платформи – це сучасний та актуальний спосіб підготуватися до екзаменів, та бути впевненим у своїх можливостях.

Отже, з вище сказаного можна зробити такі висновки:

- ЗНО – це дуже серйозний та відповідальний крок для студента, до якого слід готуватися якомога раніше.
- Для безпосередньо математики існує велика кількість сайтів і платформ, з допомогою яких людина закріплює свої знання;
- Сучасні методи підготовки дуже зручні, та потребують уваги і зосередженості.
- У наполегливих, цілеспрямованих студентів, обов'язково всі ЗНО будуть складені на найвищій бал!

Література

1. YouTube. URL: https://www.youtube.com/channel/UCpnN7n9ewUs1e33_kFYsnFg (дата звернення: 05.03.2021).
2. YouTube. URL: <https://www.youtube.com/channel/UCBJx3fpN2SY9W9zY3e2R1RA> (дата звернення: 05.03.2021).
3. Онлайн-платформа «НаУрок». Онлайн курс підготовки до ЗНО-2021. URL: <https://naurok.ua/course/zno> (дата звернення: 06.03.2021).
4. Онлайн-платформа «ZNO.UA». Онлайн курс підготовки до ЗНО. URL: <https://zno.ua/> (дата звернення: 06.03.2021).
5. Онлайн-платформа «Prometheus». Prometheus – найкращі онлайн-курси курси України та світу. URL: <https://prometheus.org.ua/zno/> (дата звернення: 05.03.2021).
6. Онлайн-платформа «ЗНО.Освіта.UA». Тести ЗНО онлайн – пробне Зовнішнє незалежне оцінювання. URL: <https://zno.osvita.ua/> (дата звернення: 04.03.2021).
7. Онлайн-платформа «Ilearn». Безкоштовні вебінари для підготовки до ЗНО – Ilearn. URL: <https://ilearn.org.ua/> (дата звернення: 04.03.2021).

Матвієнко Єлизавета

студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач Фоменко Г.М.

СПОСОБИ РОЗМІЩЕННЯ РОБОТИ У СЕЗН ЕПФК ЗНУ MOODLE

Напевно, у кожного виникала проблема необхідності передати файл великого розміру. Іноді доводиться відправляти їх в Telegram, Viber, або надсилати на пошту. Головна складність при передачі файлу – його розмір. У більшості випадків, сервіси та додатки обмежують об'єм певною велечиною, перебільшувати яку не можна. У даній роботі розглянуто проблему розміщення файлів у СЕЗН ЕПФК ЗНУ Moodle, так як це основна навчальна платформа

коледжу. Розмір документів, які можна додати, обмежено 1 Мб.

Нашою метою було провести аналіз найпопулярніших серед студентів способів надання робіт в Moodle, а також запропонувати нові варіанти хмарних середовищ, архіватори або онлайн-сервіси для зменшення об'ємів файлу. Під час дослідження було проведено анкетування серед студентів 1-2-х курсів різних спеціальностей. Проводячи опитування серед студентської молоді, з'ясували, що з перевищенням розмірів файлу стикаються часто (середня оцінка – 4 з 5-ти). При цьому, студенти 2-го курсу більш обізнані зі способами вирішення проблеми. Студенти ж 1-го курсу зазвичай надсилають роботу на електронну скриньку або месенджери викладача, що є не досить зручним та надійним.

Результати анкетування показали, що найпопулярнішим є використання середовища Google Drive, тобто розміщення документів на хмарі, а у Moodle надання лише посилання на них. Сучасні хмарні сервіси допомагають зберігати гігабайти фотографій, документів і інших даних, але можуть виникати деякі проблеми, наприклад, переповненість внутрішнього середовища. Саме тому пропоную альтернативні заміни Google Drive. Mega, Sync – це додатки, які можна використовувати для зберігання даних, а також мати доступ до їх редагування [1].

Менше половини респондентів відповіли, що також використовують архіватори. Архівування – це процес стискання інформації (груп файлів, каталогів, цілих дисків) з метою економії простору та захисту її від несанкціонованого доступу [3]. 7-ZIP, Hamster Free ZIP Archiver – приклади безкоштовних програм-архіваторів, які можна встановити на комп'ютер.

Третій підхід до вирішення поставленої проблеми – конвертація зображень у pdf-файл, що має значно менший об'єм, при цьому якість не погіршується. Конвертація даних – перетворення даних з одного формату в інший [4]. Програма може розпізнати декілька форматів на стадії введення даних і потім також здатна до зберігання вихідних даних з одного формату в інший. Далеко не всі користувачі хочуть і можуть завантажувати додатки для конвертації файлів на свої комп'ютери, тому є конвертери, що мають веб-версії (Free File Convert, Online-Converter) [5]. Додатки містять інструменти для конвертації відео, аудіо, а також зображень, документів і електронних книг.

Крім розглянутих варіантів, можна зменшувати об'єм фото за допомогою месенджерів. Більшість із них стискають фотографії під час відправки, що значно скорочує навантаження на сервери сервісу. Тому відправляючи повідомлення, фото стискається, зменшуючи свій розмір.

Отже, під час дослідження я ознайомила із онлайн-сервісами, хмарними середовищами та архіваторами, які використовуються у процесі навчання для зменшення розмірів файлів. Є багато різних альтернатив, які ми можемо застосувати. Найголовніше – це шукати шляхи вирішення проблеми та бажання надати викладачеві свою роботу.

Література

1. Альгрєн М. 10 найкращих альтернатив Google Drive. URL: <https://www.websitehostingrating.com/best-google-drive-alternatives/> (дата звернення: 20.02.2021).
2. Хмарний сервіс Mega // Вікіпедія. URL: <https://en.wikipedia.org/wiki/Mega> (дата звернення: 20.02.2021).
3. Види архівів // Студопедія. URL: https://studopedia.com.ua/1_53184_vidi-arhiviv.html (дата звернення: 20.02.2021).
4. Конвертація даних // Вікіпедія. URL: https://uk.wikipedia.org/wiki/Конвертація_даних (дата звернення: 23.02.2021).
5. Стейтхаус С. Найкращі безкоштовні онлайн-конвертери файлів для ваших потреб форматування URL: <https://www.makeuseof.com/tag/free-online-file-converters/> (дата звернення: 23.02.2021).
6. Юдін А. Топ месенджерів в Україні та світі 2020 URL: <https://marketer.ua/ua/top-messengers-in-ukraine-and-the-world/> (дата звернення: 23.02.2021).

Сізнцова Марія

студентка 2 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач Борисовська Ю.О.

ТРЕНДИ ТЕХНОЛОГІЙ У 2021 РОЦІ

Зміни та виклики, які приніс 2020 рік кардинальним чином вплинули не тільки на життя людей в економічному та соціальному плані, але і суттєво відбилися на напрямках розвитку технологій – технологічних трендах. У нашій статті запропоновано огляд сучасних напрямів розвитку технологій, які на думку провідних аналітичних компаній світу на сьогодні є найбільш перспективними [1].

1. Симуляція емпатії.

Завдяки своїм захоплюючій природі з кожним роком віртуальна реальність відкриває все більше можливостей не тільки в індустрії розваг, але й в медицині, бізнесі, політиці, дослідженнях тощо. Так дослідники Стенфорда показали, що віртуальна реальність може бути відмінним інструментом для посилення емпатії та просування соціальних причин. В медицині використання алгоритмів емоційного програмування дозволять аналізувати вираз обличчя пацієнтів, які обмежені в спілкуванні з оточуючими, і, наприклад, при болях розпізнавати їхній дискомфорт. Розумні гаджети можуть допомогти аналізувати емоційний стан користувачів та використовуватись для полегшення депресії [2].

2. Квантові комп'ютери.

Обчислювальні пристрої, які використовують квантову механіку для передачі й обробки даних можуть вплинути на такі сфери, як медицина, бізнес

та логістика. Розвиток цих потужних технологій змушує компанії, які займаються квантовими обчисленнями, посилювати захист даних і розробляють нові протоколи безпеки даних, щоб ніхто інший не міг отримати до них доступ [3].

3. Ексклюзивність.

На початку 2021 року велику популярність набула нова соціальна мережа ClubHouse. Експерти оцінюють її бурхливу популярність через, те, що потрапити туди можна лише за запрошенням, а отже, є певна ексклюзивність для її користувачів. Отже, ексклюзивні соціальні мережі будуть приділяти велику увагу захисту персональних даних, хоча наразі найбільш популярні ексклюзивні сервіси, такі як Discord і ClubHouse критикують за проблеми з модерациєю.

4. Спільнота як сервіс.

Люди звикли працювати в офісі, але, через виклики, які запропонувала суспільству пандемія, це залишилось в минулому. Тепер кожен буде намагатися створити свій технологічний рай з нуля. Наприклад, Саудівська Аравія розвиває проєкт Neom – регіон літаючих таксі, штучних «голографічних» людей і пляжів, що світяться в темряві [4]. А, наприклад, Ілон Маск має плани створити нове місто в Техасі, а також колонію на Марсі.

5. Багатофункціональні метастори.

Сьогодні метастори відомих ігор, наприклад Fortnite використовуються як торгові віртуальні майданчики та як місце для проведення концертів. Так, наприклад, виступ співака Тревіса Скотта транслювався у 250 тисяч віртуальних майданчиків одночасно. Завдяки віртуальним просторам, які можуть вмістити набагато більше глядачів, ніж найбільших концертний майданчик, можна по-іншому здійснювати покупки та взаємодіяти з людьми та бізнесом.

6. Перепрофілювання фізичних просторів.

За останній рік гнучкі офісні рішення стали альтернативою офісу в традиційному розумінні. Зазвичай у великій компанії, для працівників створені не тільки зони для роботи, але й для відпочинку. Нажаль, під час пандемії, вдома, люди стали позбавлені можливості розмежувати зони роботи та відпочинку. Отже, задля комфортного співіснування таких двох зон людина намагається облаштувати своє приміщення за допомогою сучасних технологій.

7. Здорове середовище існування.

Житлові простори будуть намагатися підлаштовувати від мейнстрім сьогодення – це підвищена увага до здоров'я кожного з нас та турботи про власний добробут. А, отже, набирають популярність такі:

- системи вентиляції, які допоможуть створити більш комфортні умови для роботи та відпочинку в домашніх умовах
- персоналізовані системи освітлення, які підвищують продуктивність кожного працівника.

Дослідження довели, що світло має істотний вплив на наше самопочуття. У 2021 році буде набирати популярність розумне освітлення, яке може адаптуватися до добових ритмів співробітників офісу або мешканців будинку, а

маркетологами було доведено, що акцентне освітлення допомагає, наприклад, виділити певні товари на полиці. Ще одна важлива складова людського існування – сон. Стартапи створили нові технологічні продукти, які допомагають подолати порушення сну та одразу адаптують зовнішнє середовище, для того щоб користувач впорався з ними.

Література

1. Bakin M.V. Immersive technologies in the development of social empathy and education. URL: <https://research-journal.org/pedagogy/immersivnye-texnologii-v-razvitii-socialnoj-empatii-i-obrazovaniya/> (дата звернення 19.02.2021).
2. Usage of emotion recognition in military health care. URL: <https://ieeexplore.ieee.org/document/6026823/> (дата звернення 19.02.2021).
3. Квантові обчислення: сьогодні і майбутнє. URL: <https://www.dataart.com.ua/news/kvantovi-obchislennya-sogodennya-i-maibutne/> (дата звернення 19.02.2021).
4. Проект Neon показав "штучних" людей. URL: <https://ua.korrespondent.net/tech/technews/4179733-proekt-Neon-pokazav-shtuchnykh-luidei> (дата звернення 19.02.2021).

Ходаковська Мар'я

студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: канд. наук держ. упр., доц.,

викладач вищ. кат., викладач-методист Яцук Н.В.

ЕЛЕКТРОННА ДЕМОКРАТІЯ: ДОСВІД ЕСТОНІЇ У РОЗБУДОВІ ГРОМАДЯНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА

Рівень розвитку громадянського суспільства є проявом здатності громадян контролювати дії держави, облаштовувати суспільне життя, проявляти добродійні ініціативи. Наразі у світі існує досвід участі громадян у процесах управління державою та державотворення за допомогою інформаційних технологій і таке явище отримало назву електронна демократія. Вона ґрунтується на основних демократичних принципах – це прозорість й відкритість. Тобто між державними інституціями і суспільством є посередник – це комп'ютер чи інший цифровий прилад з відповідним програмним забезпеченням який унеможливує безпосередній контакт громадянина і посадової особи. Це особливо важливо для України яку останнім часом звинувачують у корупції, і уряд якої постійно втрачає довіру суспільства. Як виправити ситуацію? Відповіддю на це питання є досвід е-врядування Естонії.

Саме вивчення використання інформаційних технологій у розбудові демократії та державна політика Естонії у сфері ІТ лягло в основу дослідження яке показало те, що найменша країна у Європі є одним із лідерів е-демократії розбудова якої розпочалася з середини 1990-х. Інтернет як явище став

реальністю і держслужбовці активно стали впроваджувати електронні технології в різних сферах. Варто також наголосити, що до цього процесу активно долучилася сама громадськість, яка за мінімальної підтримки держави навчила всіх охочих користуватися новими технологіями. Крім того, доступ до будь-якої інформації, яка не становить державної таємниці, став вільним. Тобто кожен естонець може легко знайти інформацію про те, які рішення ухвалюються в цей момент у парламенті й чим займається міністр на своєму робочому місці [1].

На початку 2000-х років в Естонії було запроваджено особисту електронну ідентифікаційну картку, яка надавала можливість голосувати під час виборів через Інтернет, керувати своїми заощадженнями в банках, подорожувати Євросоюзом без паспорта та вирішувати багато інших питань за допомогою цифрових технологій.

Наразі громадяни активно беруть участь у процесах управління державою. Естонія закріпила за собою звання чемпіону світу по кількості стартапів. Майже всі громадяни Естонії сплачують податки через Інтернет. Усі операції з землею та нерухомістю також здійснюються в електронній формі. Це стало можливим завдяки тому, що уряд попідкувався про те щоб всі школи, містечка та села в країні мали доступ до Інтернету.

Та будь-яка розбудова демократичного правління має загрози від тоталітарних держав. У 2007 р. і на Естонію була здійсненна хакерська атака, зламано сайти банків, міністерств, парламенту. На той момент, масштаби збитків порівнювали з авіа нальотом. Відповіддю стало створення центру з кібербезпеки Естонії за підтримки НАТО. Наразі тисячі «онлайн солдат» відповідають за кібербезпеку усієї країни [2]. Це забезпечує можливість і голосування через Інтернет коли виборці залишають повідомлення про свій вибір телефонуючи за вказаним номером, або голосують цим бюлетенем через захищене з'єднання за допомогою Інтернету, надсилаючи свій цифровий підпис [4]. Це також робить виборчий процес прозорим.

Про готовність українців до розбудови демократії шляхом використання інформаційних технологій свідчить проведене опитування. В якому взяло участь 123 студента Економіко-правничого фахового коледжу Запорізького національного університету. Так 65% вважають, що обрання влади шляхом голосування через Інтернет було б набагато ефективніше і зручніше. Це свідчить про нагальність розбудови в Україні е-демократії. Адже на сьогодні Україна відповідно до Індексу електронної участі ООН посіла вже 46 сходинку, чим значно покращила свої результати в порівнянні з минулими роками [3]. Прискорює використання інформаційних технологій громадянами й коронокриза. Та головним висновком нашого дослідження стало те, що перед вітчизняною ІТ-сферою постає завдання імплементації найкращих практик електронної демократії та розробці нових. Відповідно ІТ-спеціалісти стають професійною значимою спільнотою що реалізує демократію в країні.

Література

1. Трегуб Г. Електронна демократія тиждень. URL: <https://tyzhden.ua/Society/25977> (дата звернення: 26.02.2021).
2. Історії ТСН. Електронна країна: Естонія стала найсильнішою країною у віртуальній обороні. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=GgKGpF3Tjdw> (дата звернення: 26.02.2021).
3. Мінцифра: Україна піднялася на 29 позицій у рейтингу індексу електронної участі ООН. URL: <https://thedigital.gov.ua/news/mintsifra-ukraina-pidnyalasya-na-29-pozitsiy-u-reytingu-indeksu-elektronnoi-uchasti-oon> (дата звернення: 26.02.2021).
4. «Бюро расследований». Електронная Эстония. URL: <https://youtu.be/HRLcxTNZuNQ> (дата звернення: 26.02.2021).

СЕКЦІЯ «ЕКОНОМІЧНІ ДИСЦИПЛІНИ»

Величко Софія

студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Маркова С.В.

НОВІ НАПРЯМКИ ДІЯЛЬНОСТІ HR-МЕНЕДЖМЕНТУ В УМОВАХ СУЧАСНОГО БІЗНЕС СЕРЕДОВИЩА

У сучасних швидкоплинних умовах зміни зовнішнього середовища посада менеджера з персоналу є настільки незамінною, що відсутність цього управлінського важеля створює багато проблем у діяльності підприємства. Оскільки значне коло організацій орієнтовано виключно на отримання прибутку, а на топ-менеджера покладається досить велика відповідальність за те, щоб зробити умови праці ефективними і привабливими для працівника, підвищення його продуктивності задля максимального випуску продукції. Вся відповідальність за створення «таких умови» покладається на HR-фахівця, який з'єднає та створює комунікаційний зв'язок між працівником і роботодавцем.

Управління, життєвий провід будь-якої організації, є найціннішою частиною сучасного суспільства. Одним з найважливіших обов'язків топ-менеджменту компанії є управління і розвиток людей компанії. Без управління організація – це всього лише плутанина людей і машин, відсутність кінцевого результату. Саме людський фактор пов'язує групу воедино і мотивує її до досягнення спільних цілей.

За словами Е. Фліппо «Управління персоналом може бути визначено як планування, організація, керівництво та контроль за закупівлями, розвитком, компенсацією, інтеграцією та підтримкою та розподілом людських ресурсів з метою досягнення індивідуальних, організаційних та суспільних цілей» [1]. Це

визначення свідчить, що менеджмент персоналу – це той аспект управління, який має справу з плануванням, організацією, мотивацією та контролем за діяльністю людей, що працюють (будуть) працювати в компанії.

Завдання менеджменту персоналу можна розділити на дві категорії: завдання з оперативних або юридичних причин та завдання з кадрової політики і планування стратегічних рішень. Остання включає в себе ключові статистичні дані управління, порівняння результатів роботи або оцінку опитувань співробітників. Завдання, що виникають з оперативних причин або засновані на юридичних питаннях, можуть включати обробку систем відстеження робочого часу, соціального забезпечення, заробітної плати, статистики, найму та звільнення співробітників або навіть рекомендацій роботодавця.

Основними завданнями менеджменту персоналу є:

- розпізнавати потреби співробітників, збирати та оцінювати відповідну інформацію та тенденції;
- створення та управління кадровими файлами;
- реєструйте прибуття, від'їзд і створюйте трудові договори та інші угоди, такі як позики або суборенди;
- обробляти запити співробітників, наприклад, на відпустку або подальше навчання;
- вести все листування з органами влади, офісами, медичними страховими компаніями (якщо це передбачено роботодавцем), бухгалтеріями, страховими компаніями і контрагентами;
- контроль за в'їздом і виїздом співробітників;
- управління відсутністю співробітників;
- контроль за заробітною платою та виплатами заробітної плати;
- запис робочого часу. Стандартні функції HR-відділу визначені на рис. 1.

Рис.1. Основні функції та зміст роботи HR-відділу

	Функції	Зміст	Пріоритетні завдання
HR-відділ	Рекрутинг	Пошук і наймання людей для заповнення вакансій в організації	знайти
	Адаптація	Пристосування організму до умов існування	навчити
	Розвиток	Акт вдосконалення шляхом розширення	навчити
	Мотивація	Процес психологічного і фізіологічного плану, керуючий людиною, частіше спонукає людину на ті чи інші дії	утримати
	Оцінка персоналу	Набір систем безпосередньо пов'язаних з основними функціями управління персоналом	утримати
	Кадрове діловодство	Забезпечує документування та організацію, роботу з кадровими документами	утримати

Таким чином можна зробити певні висновки. Управління персоналом можна розглядати як трудову діяльність, яка повністю зосереджена на співробітниках організацій. Наприклад, відбір і навчання, організація заробітної плати або окладів, пояснення очікувань керівництва і т.д. Управління персоналом насправді ніколи не збігалось з інтересами керівництва, що лежать

в основі неефективності, коли воно не здатне зрозуміти і висловити сподівання і погляди робочої сили. Якщо розглядати виключно оперативну функцію, то Управління персоналом стає цілим комплексом, який в першу чергу пов'язаний з виконанням повсякденної діяльності з Управління персоналом. Крім того, Управління персоналом спеціалізується на обслуговуванні персоналу та адміністративних систем.

Література

1. Лизунова О.М., Іщенко Я.Г, Кондрашова Г.В. Використання інноваційних методів управління персоналом підприємства. *Електронне фахове видання Мукачівського національного університету. Економіка та суспільство*. 2018. № 14. С. 448-456.

Зінькова Світлана

студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Чичун Людмила

викладач ВСП «ЕПФК ЗНУ»,

викладач вищ. кат., викладач-методист

СУТНІСТЬ І ВИДИ ДЕБІТОРСЬКОЇ ЗАБОРГОВАНOSTІ ПАТ «МОТОР СІЧ»

У сучасних умовах господарювання одним з найбільш складних і суперечливих питань українського обліку можна вважати облік дебіторської заборгованості, що пов'язано із загостренням проблем неплатежів. У нашій країні негативні тенденції підсилюються ще й поганою організацією обліку та незадовільним станом контролю в середині підприємств за виконанням договірних зобов'язань [6].

Зрозуміло, що незалежно від причин виникнення дебіторської заборгованості уникнути її неможливо. Тому підприємству необхідно шукати шляхи ефективного управління дебіторською заборгованістю, зокрема вдосконалення бухгалтерського обліку взаєморозрахунків, організація ефективної та дієвої системи внутрішньогосподарського контролю тощо.

На сьогоднішній день, особливо актуальним є вивчення обліку та дослідження аналізу дебіторської заборгованості з метою забезпечення максимальних гарантій для користувачів фінансової звітності щодо достовірності, реальності, повноти і законності наведеної інформації.

Збільшення або зменшення розмірів дебіторської заборгованості має значний вплив на фінансовий стан підприємства. Зростання дебіторської заборгованості негативно відбивається на оборотності активів, може спричинювати втрату ліквідності, гальмування інвестиційної діяльності, і, врешті-решт, збитковість підприємства. Зменшення дебіторської заборгованості

не за рахунок її погашення, а через зменшення відвантаження продукції, говорить про зниження ділової активності підприємства [6].

А оскільки ці питання актуальні для значної частини підприємств країни, охоплюють велику кількість секторів економіки, виникає необхідність об'єктивного розгляду категорії «дебіторська заборгованість» за допомогою визначення економічної сутності та дослідження її класифікації.

Положення (стандарт) бухгалтерського обліку 10 «Дебіторська заборгованість» (далі – П(С)БО 10) – це один з основних документів, нормативно-правовий акт, затверджений Міністерством фінансів України, що розкриває поняття «дебіторська заборгованість», дає основні визначення (Табл.1.1.), визначає методологічні засади її визнання та оцінки [5].

Табл.1.1. Основні терміни та їх визначення згідно П(С)БО 10

Терміни	Визначення
Безнадійна дебіторська заборгованість	поточна дебіторська заборгованість, щодо якої існує впевненість про її неповернення боржником або за якою минув строк позовної давності.
Дебітори	юридичні та фізичні особи, які внаслідок минулих подій заборгували підприємству певні суми грошових коштів, їх еквівалентів або інших активів.
Дебіторська заборгованість	сума заборгованості дебіторів підприємству на певну дату.
Довгострокова дебіторська заборгованість	сума дебіторської заборгованості, яка не виникає в ході нормального операційного циклу та буде погашена після дванадцяти місяців з дати балансу.
Поточна дебіторська заборгованість	сума дебіторської заборгованості, яка виникає в ході нормального операційного циклу або буде погашена протягом дванадцяти місяців з дати балансу.
Сумнівний борг	поточна дебіторська заборгованість, щодо якої існує невпевненість її погашення боржником.
Поточна дебіторська заборгованість, щодо якої існує невпевненість її погашення боржником.	сума поточної дебіторської заборгованості за вирахуванням резерву сумнівних боргів.

Об'єктом даної роботи є ПАТ «Мотор Січ». Основною діяльністю компанії є виготовлення продукції авіаційних двигунів для літаків, агрегати тепла і холоду, генератори інертних газів, а також випуск більше 130 найменувань товарів народного споживання.

Для оцінки складу та руху дебіторської заборгованості на підставі даних, наведених у бухгалтерському балансі складемо аналітичну таблицю про дебіторську заборгованість ПАТ «Мотор Січ» за 2017-2019 рр.

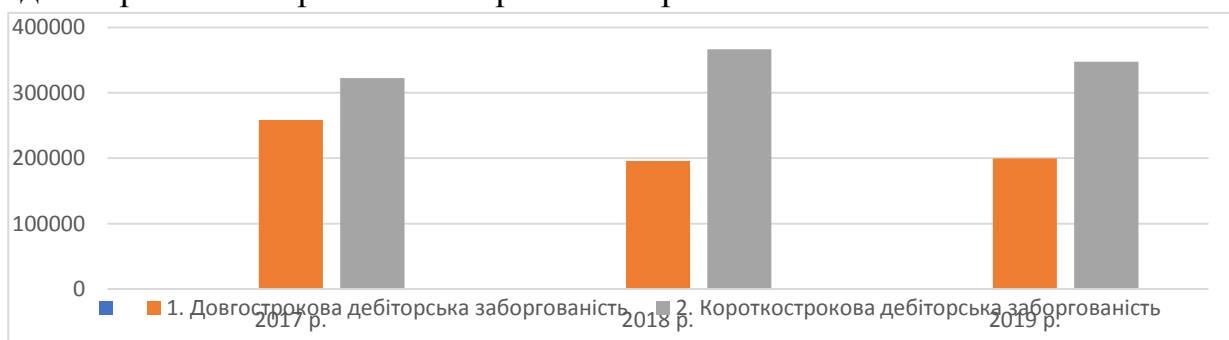
Табл.2.3. Склад, структура та динаміка дебіторської заборгованості

Показники	2017 р.		2018 р.		2019 р.		Зміни 2018/2017	Зміни 2019/2018
	Сума тис. грн.	% всього	Сума тис. грн.	% всього	Сума тис. грн.	% всього		
1. Довгострокова дебіторська заборгованість	258314	46,5	195700	38	199881	39	-62614	4181
2. Короткострокова дебіторська заборгованість	322809	53,5	366801	62	347735	61	43992	-19066
Всього:	581123	100	562501	100	547616	100	-18622	-14885

Дані, наведені в таблиці, показують, що довгострокова дебіторська заборгованість з 2017 по 2018 рік зменшилася проте наступного року зросла.

Справа з короткостроковою дебіторською заборгованістю складається обернено-пропорційно.

Для наглядного уявлення можна подивитися на гістограму на ній ми можемо побачити, як змінювалася сума довгострокової та короткострокової дебіторської заборгованості протягом 3 років.



З метою поліпшення управління дебіторської заборгованості на ВАТ «Мотор Січ» необхідно:

- постійно контролювати стан розрахунків з покупцями, особливо за відстроченими заборгованостями;
- розробити певні умови кредитування дебіторів, серед яких можуть бути: знижки покупцям у разі сплати отриманого товару протягом 10 днів з моменту отримання товару;
- здійснювати регулярний аналіз фінансової звітності клієнтів у зіставленні з даними попередніх років;
- формувати своєрідне досвід на покупців, як існуючих, так і на потенційних;
- проводити політику залучення сумлінних клієнтів, пропонуючи їм нові підходи в обслуговуванні. Наприклад, надання знижок за своєчасну оплату продукції, дострокову оплату продукції, доставку за місцем вимоги і т. д.;
- проводити заходи, у тому числі із залученням органів влади щодо стягнення простроченої дебіторської заборгованості;

Отже підводячи підсумки даної роботи, можемо зробити наступні висновки:

Дебіторська заборгованість-природний, об'єктивний процес господарської діяльності підприємств.

Дебіторська заборгованість в основному це- неотримана частина виручки підприємства від продажів, що утворюється з договору як окремий вид зобов'язань між підприємствами.

Під час проведення аналізу підприємства «Мотор Січ» можна сказати, що в період з 2017 по 2019 рік на підприємстві досить активно змінювалися показники довгострокової та короткострокової дебіторської заборгованості та сума короткострокової дебіторської заборгованості перевищувала довгострокову дебіторську заборгованість.

Література

1. Офіційний сайт ПАТ «МОТОР». URL: <http://www.motorsich.com/rus/>
2. Річна інформація дебіторської заборгованості за 2017 рік. – Запоріжжя : ПАТ «МОТОР СІЧ», 2017. – 157 с. URL: http://www.motorsich.com/ukr/investors/othetnost/bux/2017_year/
3. Річна інформація дебіторської заборгованості за 2018 рік. – Запоріжжя : ПАТ «МОТОР СІЧ», 2018. – 160 с. URL: http://www.motorsich.com/ukr/investors/othetnost/bux/2017_year/
4. Річна інформація дебіторської заборгованості за 2019 рік. – Запоріжжя : ПАТ «МОТОР СІЧ», 2019. – 164 с. URL: http://www.motorsich.com/ukr/investors/othetnost/bux/2017_year/
5. Положення (стандарт) бухгалтерського обліку 10. «Дебіторська заборгованість». Затверджено наказом Мініфіну України від 08.10.99 р. № 237 зі змінами та доповненнями.
6. Дебіторська заборгованість: особливості обліку. Вісник. Офіційно про податки №27 від 27 травня 2016 року.

Мірошниченко Віолета

студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Мордвінова Ірина

викладач ВСП «ЕПФК ЗНУ», викладач вищ. кат.

ПЕРШІ НАСЛІДКИ КОРОНАКРИЗИ В ЕКОНОМІЦІ УКРАЇНИ

Підводячи підсумки 2020 року компанія Google проаналізувала запити і дійшли висновку, що «коронавірус», «ковід-19», «симптоми коронавірусу», «що таке ковід», «як зшити маску», «що таке локдаун», «як зробити антисептик», «як лікувати коронавірус», «що таке пандемія» були найпопулярнішими запитамі в мережі Інтернет [1]. Власне кажучи, не важко здогадатися, яка саме подія змогла перевернути весь світ догори ногами.

Ще на початку 2020 року весь світ зіштовхнувся з глобальною проблемою людства – пандемією Ковід-19 і змушений був суттєво змінити правила своєї життєдіяльності. Так, було запроваджено надзвичайний стан в цілому в країнах або в окремих регіонах чи сферах; запроваджено санітарно-епідеміологічні

заходи; встановлено обмеження виїзду/в'їзду до країн та пересування всередині країн; посилено роль державного управління в надзвичайних умовах; встановлені обмеження трудової діяльності; введені нові дистанційні форми праці та освіти. Такі безпрецедентні кроки спричинили уповільнення економічного розвитку у країнах світу, у тому числі і в Україні.

Чи відчули на собі якісь наслідки від таких обмежень пересічні громадяни і економіка України? Пошук відповіді на це запитання став метою нашого дослідження.

В процесі дослідження нами було проведено соціологічне опитування, в якому взяло участь 98 студентів з різних міст України, а також 2, що навчаються за кордоном, віком до 16 років (26,5%), від 16 до 18 років (50%) та старше 18 років (23,5%). Було отримано наступні результати:

1. Чи змінилося Ваше економічне становище через пандемію? Ніяк не змінилося – 45,9%, покращилося – 42,9%, погіршилося – 11,2%.
2. Чи бачите Ви зміни в економіці України через пандемію? Помітили негативні зміни – 78,6%, не помітили зміни – 19,4%, помітили позитивні зміни – 2%.
3. Який сектор економіки, на Вашу думку, постраждав найбільше? Малий бізнес – 76,5%, середній – 15,3% та великий бізнес – 8,2%. Це означає, що молодь все-таки цікавиться новинами та тим, що відбувається в сучасному світі.
4. Чи знаєте Ви, як можете особисто допомогти економіці України? Знають, як допомогти – 25,5%, не знають – 61,2%, не вважають за потрібне допомагати економіці України – 13,3%. Це говорить про відсутність потрібної інформаційної кампанії.

Як бачимо, результати дослідження не мають чітко вираженої тенденції до негативних чи позитивних відповідей. Тому можна припустити, що наслідки і для економіки України є двоїстими.

Під час пандемії світ зазнав великих людських втрат, а також сильно потерпіла і світова економіка. Економіка розвинених країн набагато краще перенесла початок пандемії, ніж ті країни, що знаходяться на стадії розвитку економіки чи взагалі слаборозвинені. Україна – це країна, що розвивається, і її економіка не є винятком. Тому вона виявилася більш чутливою і опинилася в складному становищі. Проявив себе ефект доміно. Коли почалося активне переведення населення і економіки на дистанційний режим роботи, підприємства втратили робочу силу, люди втратили зарплати, інші підприємства втратили клієнтів та попит на свою продукцію чи послуги, а це означає, що сенсу виробляти її підприємство не має, отже підприємство банкрутує.

Але чому тоді Україна «коронакризу» пережила краще, ніж інші країни Європи і ніж прогнозувалося? Лише Польща має більш позитивні результати. На думку фахівців таке явище могло бути результатом жорсткого карантину у квітні-травні 2020 року. ВВП тоді впав десь на 12%, але в третьому кварталі відбулося дуже швидке відновлення [2]. Виявилось, що протягом другого кварталу не сильно постраждали доходи населення. Вони в цілому за результатами року вирости в реальному обчисленні десь на 8%. Також

роздрібні продажі виросли на 8%, тому тут споживання населення допомогло цьому результату [2]. Також на доволі позитивний результат могло вплинути те, що в Україні не було великих коливань курсу гривні.

Також слід зазначити, що і самі українці вплинули на такий перебіг подій. Через те, що на початку карантину багато українців втратили роботу, вони почали заощаджувати: купували дешевші товари українських виробників, подорожували Україною та працювали в Україні [3].

Проаналізувавши зміни, які відбулися в Україні за період пандемії, можна об'єднати їх у 2 групи: негативні і позитивні.

До першої групи слід віднести:

- зниження ВВП на душу населення;
- зменшення кількості вільних вакансій;
- зазнали великих збитків 86% ФОПів [2];
- впала кількість новостворених малих підприємств;
- найбільше постраждали сектор сервісу, сфера послуг і розваг, туристична і транспортна галузі;
- зменшення реальної заробітної плати;
- зменшення переказів з-за кордону.

До другої групи слід віднести наступні наслідки:

- розвиток онлайн-торгівлі та служби доставки [4];
- розвиток внутрішнього туризму [2];
- розвиток дистанційної освіти і роботи віддалено.

Отже, ми прийшли до висновку, що пандемія та карантинні обмеження по різному вплинули на різні сектори економіки: деякі (ІТ-сектор, ONLINE-торгівля, внутрішній туризм тощо) отримали позитивні наслідки, а малий бізнес зазнав великих втрат та негативних наслідків.

Ми не великі фінансисти і не політики, не в наших силах зупинити негативний вплив, але кожен з нас може дотримуватися простих правил і допомогти економіці: купуйте українське, замовляйте їжу додому та купуйте речі в інтернеті в українських магазинах та українських виробників; не ухиляйтеся від податків; подорожуйте Україною; дотримуйтесь правил особистої гігієни та соціальної дистанції і бережіть своє здоров'я.

Література

1. Що українці шукали в Google. Підсумки 2020 року URL: <https://www.bbc.com/ukrainian/news-55231990>.
2. Україна: вплив COVID-19 на економіку і суспільство. Консенсус-прогноз № 52. URL: <https://www.me.gov.ua/Documents/Download?id=bc5d2c61-1a7f-4ec7-8071-b996f2ad2b5a>.
3. Фіала: ВВП України в 2020 році впав менш суттєво, ніж у більшості європейських країн. URL: <http://finbalance.com.ua/news/fiala-vvp-ukrani-v-2020-rotsi-vpav-mensh-suttvo-nizh-u-bilshosti-kran-s>
4. Поштові гіганти: нові послуги та тисячі нових працівників URL: <https://www.bbc.com/ukrainian/features-52208958>

Рибалка Юлія
студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гельман В.М.

ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ КАПІТАЛЬНИХ ВКЛАДЕНЬ ПІДПРИЄМСТВА В УМОВАХ РИНКОВОГО СЕРЕДОВИЩА

Розвиток держави пов'язаний з динамікою інвестиційних процесів, структурним та якісним оновленням виробництва та створенням ринкової інфраструктури. Чим інтенсивніші інвестиції, тим швидший процес відтворення, тим активніші ефективні ринкові перетворення.

Загалом інвестиції можна визначити як довгостроковий вклад грошових коштів у підприємницьку діяльність з метою одержання прибутку в майбутньому. Юридичні та фізичні особи, що інвестують свій капітал в певне підприємство, називаються інвесторами. Економічна ефективність виробничих інвестицій – це показник, який характеризує співвідношення між затратами на розширене чи не розширене відтворення основних фондів та отримання від цього позитивного результату.

Розрахунки порівняльної економіки капітальних вкладень використовуються при виборі варіантів технічних рішень, впровадженні нових видів обладнання, будівництві або відбудові існуючих підприємств. Порівняльна економічна ефективність характеризує економічні переваги одного варіанту капіталовкладень над іншими, і показує ступінь оптимальності вибраного варіанту для всіх.

Найбільш важливі методи оцінки ефективності включають в себе: оптимізацію розподілу реальних інвестицій, для компаній економічний ефект від капіталовкладень – це збільшення прибутку, система показників використовується для повного обґрунтування та аналізу економічної ефективності капіталовкладень і виявлення резервів для їх збільшення, при визначенні ефективності капіталовкладень слід виключити вплив так званих не інвестиційних факторів, тобто заходів, які не потребують капіталовкладень, на загальний ефект.

В Україні відсутня дієва державна політика розвитку вітчизняного машинобудування, державна фінансова підтримка є мінімальною. Ці питання є особливо актуальними, оскільки в умовах активного реформування економіки галузь машинобудування України переживає кризу. Поряд із цим, технічний потенціал деяких підприємств не відповідає вимогам сучасного виробництва. На сьогодні обсяги випуску вітчизняними підприємствами машинобудування зменшуються, окремі підприємства не працюють або взагалі припинили своє існування.

Розглядаючи провідне підприємство Запорізького регіону, ПАТ «Мотор Січ», можна сказати, що одним з найголовніших завдань підприємства є модернізація та постійне покращення виробництва. Капітальні вкладення на підприємстві прямо впливають на обсяги виробництва і реалізації продукції, а відтак і на фінансові результати роботи підприємства. Усі інноваційні роботи –

розробку і впровадження у виробництво нових перспективних видів авіаційних двигунів, впровадження нових технологій, модернізацію виробництва ПАТ «МОТОР СІЧ» виконує за рахунок власних коштів і банківських кредитів.

В останні роки на ПАТ «МОТОР СІЧ» залучення кредитних коштів було спрямоване на придбання нового високопродуктивного обладнання, яке дозволить збільшити виробничі потужності, удосконалити технологічні процеси й істотно підвищити ефективність виробництва. Основна увага у спрямуванні капітальних вкладень належить введенню в експлуатацію нового обладнання. Загалом, загальна кількість виробничих інвестицій за останні роки виросла за рахунок їх спрямування на придбання і введення в експлуатацію нового обладнання.

Для утримання своїх позицій на світових ринках в умовах жорсткої конкуренції, у процесі вдосконалення системи фінансової підтримки галузі важливо передбачити питання щодо забезпечення стимулювання та державної підтримки пріоритетного розвитку вітчизняного машинобудування.

Література

1. Болтянська Л. О. Економіка підприємства: Навч. посібник для студентів ВНЗ / Л.О. Болтянська, Л.О. Андрєєва, О.І. Лисак. – Херсон : ОЛДІ-ПЛЮС, 2015.– 667 с.
2. Види інвестицій та їх склад. URL: https://studopedia.su/8_44182_virobnichi-investitsii--ih-sklad.html.
3. Оцінка економічної ефективності. URL: https://vuzlit.ru/2023556/virobnichi_investitsiyi
4. Закон України «Про інвестиційну діяльність» від 18.09.1991 р. (Ред. від 06.11.2014 р.). URL: http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1560-12_13.
5. Офіційний сайт компанії Мотор Січ. URL: <http://www.motorsich.com/ukr/>
6. Річний звіт за 2016, 2017, 2018pp. URL: <http://www.motorsich.com/files/>

Соколенко Дар'я

студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Чичун Людмила

викладач ВСП «ЕПФК ЗНУ»,

викладач вищ. кат., викладач-методист

НАСЛІДКИ ЕКОНОМІЧНОЇ КРИЗИ У ФІНАНСОВОМУ СЕКТОРІ УКРАЇНИ

Глобальна криза 2008-2009 років зачепила економіку багатьох країн світу у т. ч. України. Наразі, Україна єдина серед європейських країн застрягла у міжкризовому просторі. Більшості країнам світу повільно вдавалося долати її та відновлювати позитивну економічну динаміку.

На жаль, в лютому 2020 року почала проявлятися нова глобальна фінансова криза. В лютому індекс Лондонської фондової біржі опустився на

13%, впав курс акцій провідних компаній США; в березні впала ціна на нафту, на фінансовому ринку відбулося падіння курсу акцій, обвалились ринки Бразилії, Франція оголосила падіння ВВП на 1%, а в квітні 2020 р. відбулось падіння світового фондового ринку.

«Безпрецедентна криза з непевною перспективою відновлення», – так характеризує нинішню ситуацію у світовій економіці Міжнародний Валютний Фонд. За його оцінкою падіння ВВП України у 2020 році склало 4,4%, та й для всіх регіонів світу економічний прогноз негативний.

Висновок, дуже схожий на прогнози МВФ, у своєму звіті про фінансову стабільність, зробив НБУ: «Падіння ВВП буде значним, відновлення – тривалим!».

В основі кризи в Україні лежать певні чинники і складові: військова агресія, низький рівень довіри до державного управління, корупція, незадовільна інвестиційна привабливість, тіньова економіка, слабка фінансова дисципліна.

Кожного кварталу Національний банк України робить економічний прогноз і публікує його у документі під назвою «Інфляційний звіт». Для підтримки економіки під час кризи НБУ, з початку року, знизив облікову ставку з 13,5% до 6%. Зниження облікової ставки робить гроші для банків дешевшими. Це спонукає їх до зниження ставок за депозитами та кредитами.

Досліджуючи фінансовий сектор України ми спостерігаємо, що з 2015 р. провадиться робота з оздоровлення та підвищення стійкості банківської системи. Уперше в історії під час кризи банки не стали фактором посилення економічної нестабільності.

Для пом'якшення проходження банками світової кризи, НБУ застосовані певні заходи:

- використання капіталу понад мінімальний рівень (для поглинання кредитних збитків та нарощування кредитного портфеля);
- реструктуризація кредитів;
- сприятливі умови позик для бізнесу;
- застосування консервативних стандартів кредитування;
- зменшення обсягів формування резервів.

Кроки регулятора нашої країни були подібними до кроків регулювання в інших країнах. Зокрема, щоб дати банкам більше простору для дій, було призупинене впровадження буферів консервації капіталу та системної важливості.

Вже в вересні 2020 р. фінансова система країни відновила функцію фінансового посередника та нарощування кредитного портфелю. А з липня цього року спостерігається поступове зростання іпотеки. Ключовим фактором у цьому відновленні є зниження вартості позик. Такі чинники (достатність капіталу, підвищення ліквідності, зниження процентних ставок) сприяють відновленню економіки країни.

Фінансовий сектор поступово відновлює свою прибутковість. Чисті комісійні доходи відновились, а чисті процентні доходи зросли, внаслідок збереження високого процентного спреду. Для збереження макроекономічної

стабільності ставки за кредитами й надалі знижуватимуться в порівнянні з депозитними. Внаслідок чого, зниження маржі – це ключовий ризик для прибутковості банків.

За даними НБУ, ми проаналізували прибутковість банків України за останні роки:

2018 рік – найприбутковішим став державний ПриватБанк, а найзбитковішим Сбербанк. 64 з 77 діючих банків отримали 34,4 млрд грн прибутку. Після збиткових для банківської системи 2014-2017 років, фінансовий результат банків за 2018 рік в 21,7 млрд грн є найбільшим на історичному горизонті.

2019 рік – найприбутковішим знову став державний ПриватБанк, а найзбитковішим Правекс Банк. 69 банків із 75 діючих банків отримали 59,6 млрд грн. прибуток.

За розміром загальних активів перше місце в рейтингу зберіг ПриватБанк (552,058 млрд грн), Ощадбанк посів другу позицію (314,295 млрд грн), Укрексімбанк – третю (202,922 млрд грн), Укргазбанк – четверту (127,564 млрд грн) і Райффайзен Банк Аваль – п'яту (95,159 млрд грн).

2020 рік – найприбутковішим знову став державний ПриватБанк, а найзбитковішим – державний Укрексімбанк. 65 з 73 діючих банків отримали 47,7 млрд грн прибуток.

За розміром загальних активів перше місце зберіг ПриватБанк (568,24 млрд грн), друге – Ощадбанк (268,75 млрд грн), третє – Укрексімбанк (246,87 млрд грн), четверте – Укргазбанк (151,4 млрд грн) і п'яте – Райффайзен Банк Аваль (113,63 млрд грн).

Отже, упродовж 2020 року траєкторію падіння ВВП вдалося загальмувати. Банківський сектор залишається одним з небагатьох секторів української економіки, який продовжує генерувати доходи, більшість банків залишаються прибутковими за результатами 2020 р.

Зважаючи на існуючі проблеми в економічній ситуації України, з метою внесення пропозицій щодо поліпшення фінансового сектору України, на нашу думку необхідно почати з наступного: по-перше, необхідно заключити договір про співпрацю з МВФ, бо наша держава дуже залежить від міжнародного фінансування. По-друге, потрібно розробити і фінансувати через комерційні банки програми з підтримки малого та середнього бізнесу, з метою полегшення доступу комерційних банків до програм рефінансування. По-третє, потрібно здійснити стимулювання розвитку економіки через кредитування, податкові канікули, створення робочих місць, через реалізацію інфраструктурних проектів. А також: створити систему відслідковування коштів за призначенням та зміцнити національну валюту.

Література

1. Шумаков А.А. Первый этап мирового финансового кризиса 2007–2009 гг.: хроника основных событий // История. Историка. Источники. – 2021. – № 1.

2. Володимир Білецький. Стратегія інноваційного розвитку економіки України // Стратегія інноваційного розвитку економіки та соціальної сфери України: матеріали міжнар. наук.-практ. конф. вчених, студентів і практиків, 9–10 жовт. 2008 р., Ласпі, Автоном. республіка Крим. – Донецьк, 2008. – С. 11–20.
3. Україна у цифрах 2014 : Статистичний збірник. – К. : Державна служба статистики України, 2015. – 239 с.
4. Економічний розвиток національного господарства України: особливості та моделі в умовах постіндустріального суспільства : монографія / О. В. Пирог ; М-во освіти і науки України, Нац. ун-т «Львів. політехніка». – Л. : Вид-во Львів. політехніки, 2013. – 336 с. : іл., табл. – Бібліогр.: с. 285-306 (330 назв).
5. Кулицький С. Економіка України у 2019 р.: загрози, ризики, прогнози [Електронний ресурс] / С. Кулицький // Україна: події, факти, коментарі. – 2019. – № 1. – С. 56–69.
6. Сайт Міністества фінансів України. URL: <https://minfin.com.ua/>
7. Мережеве видання «Україна.ру». URL: <https://ukraina.ru/>
8. Інтернет-видавництво «Апостроф». URL: <https://apostrophe.ua/>
9. Онлайн-журнал «Форіншурер». URL: <https://forinsurer.com/>

Цуканова Анастасія, Черкасова Єлизавета
студентки 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: викладач вищ. кат. Мордвінова І.О.

СУЧАСНИЙ СТАН ТРУДОВОЇ ЕМІГРАЦІЇ В УКРАЇНІ

В Україні тема українських заробітчан активно обговорюється в політико-інформаційних, економічних та інших матеріалах засобів масової інформації, привертаючи увагу всього суспільства.

Найбільша хвиля міграції за часів незалежної України була на початку 90-х років. Після розпаду СРСР величезна кількість людей – до 7 млн., на постійній основі працювали за кордоном. Починаючи з нульових років по мірі того, як ситуація в Україні почала покращуватися, люди почали повертатися. Після подій 2014 року, спричинених збройним конфліктом, нестабільною політичною та важкою економічною ситуацією, втрати 25% промислового потенціалу України, зниження рівня соціального захисту українців, які призвели до збільшення безробіття і зниження доходів і рівня життя, відбулася друга хвиля міграції, котра припала на 2015–2017 роки [1].

З 2020 року вони дещо сповільнилися, що було викликане не покращенням соціально-економічної ситуації в Україні, а пандемією коронавірусу. Не дивлячись на це, міграційні настрої в суспільстві зберігаються, і дана тема залишається актуальною.

«Трудова міграція – це переміщення громадян України, пов'язане з перетинанням державного кордону, з метою здійснення оплачуваної діяльності в державі перебування» [2].

Міграція населення зумовлена економічними, політичними, соціальними та етнічними чинниками. 71% українських трудових мігрантів назвали основною причиною пошуку роботи за кордоном низькі зарплати в Україні. Але це не єдина причина.

В останні роки українці називають серед інших основних причин:

- можливість отримати досвід у більш розвиненій і прогресивній країні або мультинаціональній компанії;
- отримання міжнародного досвіду;
- можливість пожити в країні з високим рівнем розвитку (або з часом залишитися на постійне місце проживання);
- здобуття вищої освіти міжнародного або європейського рівня.

Українські фахівці все частіше стикаються з проблемою неможливості знайти роботу. Тому сотні тисяч громадян шукають варіанти працевлаштування за межами нашої країни. У той же час у Європі спостерігається дефіцит трудових ресурсів, тому українцям виявляється цілком реально знайти гідну роботу за кордоном. Зовнішня міграція відбувається найбільше до сусідніх країн – Польщі, Чехії, Угорщини, Словаччини, Росії, Білорусі, а також до Італії, Португалії, Іспанії, Німеччини, Ізраїлю тощо. Популярна серед українців зовнішня міграція за останні півтора року змінила свої вектори. Зараз українські роботодавці конкурують в першу чергу з роботодавцями з Європейського Союзу, а не з російськими, як це було раніше. Збільшується кількість трудових мігрантів до Китаю, США та Канади. За різними даними за кордоном перебуває від 3 до 7 млн. українських трудових мігрантів [3]. Проте не всі виїжджають офіційно за трудовими візами, відтак, реальне число може бути вищим.

За сайтами оголошень ми з'ясували, що найбільшим попитом на європейському ринку користуються працівники робітничих професій - зварювальники, швачки, будівельники, пакувальники, водії, електрики і різноробочі, а також менеджери з продажу, медичні працівники, фахівці у сфері ІТ. Найвірогідніше українці можуть влаштуватися на робітничі спеціальності, які не вимагають вищої освіти або знання мов. В Китаї пропонують українцям вакансії продавців, лікарів, викладачів з використанням англійської мови. А в США та Канаді потребують переважно науковців, програмістів, біологів та лікарів.

Мінімум можна заробити в Польщі або Чехії, максимум у розвинутих країнах [4].

Такі процеси, звісно, мають за собою негативні наслідки, як-то:

- втрата Україною конкурентоспроможної частини власної робочої сили, що впливає на темпи економічного розвитку;
- дискримінація та експлуатація наших громадян з боку місцевих роботодавців;

– виникнення політичних та економічних претензій до України з боку країн-реципієнтів у зв'язку зі збільшенням нелегальної трудової міграції українців тощо [5].

Характеризуючи ситуацію з трудовою еміграцією важливо не зациклюватися на негативах. Адже у роботі за кордоном є й позитив – люди вчаться працювати на сучасних підприємствах і згодом можуть використати цей досвід вдома. Інший позитивний момент – це те, що тільки за 2018 рік до України надійшло більше 11 млн. дол. грошових переказів, що склало 8,5% ВВП [6]. З іншого боку українські підприємства не мають іншого вибору, як піднімати зарплатню, бо конкурувати доводиться не лише в межах країни, але й із зарубіжними виробниками. Як ми з'ясували, останнім часом українські підприємства піднімають зарплати бодай раз на півроку – від 15 до 30%. Наприклад, для кваліфікованих робітників зарплатня виросла на 25%, для спеціалістів та адмінперсоналу – зростання від 15 до 25% [7].

Отже, трудова еміграція має не лише негативні, а й позитивні риси: 1) зниження рівня безробіття; 2) значний валютний приплив; 3) можливість матеріального забезпечення сімей в Україні; 4) розвиток малого бізнесу за рахунок залучених коштів від "човникової" торгівлі; 5) розширення світогляду, використання набутого досвіду та розуміння реальних умов ринкової економіки; 6) вивчення іноземних мов тощо [8].

Досліджуючи дану тему ми дійшли висновку, що міграційні рухи є так званим «індикатором» реакції населення на зміни в економічному, політичному, соціальному житті суспільства. Тенденції розвитку таких процесів певною мірою свідчать про стабільність або навпаки про нестабільність суспільного розвитку. Процес трудової міграції в Україні має тенденцію до зростання. З огляду на те, що просто зупинити трудову еміграцію неможливо, то варто використовувати її позитивні наслідки та намагатися зменшити негативні.

Література

1. Рева А.О. Найбільша хвиля міграції українців спостерігалася на початку 90-х років / Укрінформ, 13 березня 2021 року. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-society/2766085>.
2. Закон України «Про зовнішню трудову міграцію. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/761-19/>.
3. Трудова міграція: загрози та можливості. URL: <https://prohr.rabota.ua/trudova-migratsiya/>.
4. Мальченко В. Трудові мігранти. У яких державах українцям працювати вигідніше / Економічна правда, 23 квітня 2019р. URL: <https://www.epravda.com.ua/publications/2019/04/23/647290/>.
5. Куди їдуть українські заробітчани? URL: <https://znaj.ua/.../kudy-yidut-ukrayinski-zarobitchany>.
6. Статистика зовнішнього сектору. Грошові перекази. Динаміка обсягів приватних грошових переказів в Україну у 2008–2018 роках / Офіційний

сайт НБУ. URL:
https://bank.gov.ua/control/uk/publish/article?showHidden=1&art_id=65613&cat_id=44446#2.

7. Чому українці їдуть працювати за кордон і що буде через 2 роки? URL:
http://tvoemisto.tv/blogs/chomu_ukrainsi_idut_pratsyuvaty_za_kordon_i_shcho_bude_za_2_roky_93413.html.
8. Українське суспільство: міграційний вимір : нац. доповідь / Інститут демографії та соціальних досліджень ім. М. В. Птухи НАН України. – К., 2018. – 396 с.

Черкун Андрій

студент 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач вищ. кат. Мордвінова І.О.

СТАНОВЛЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ НЕОБАНКІВ В УКРАЇНІ

Інтернет-технології постійно розвиваються, особливо у зв'язку із пандемією, внаслідок чого розвиваються і необанки. Відділення поступово закриваються по всьому світу, мобільний телефон замінює гаманці, а ідентифікація особи здійснюється за допомогою штучного інтелекту. Таким чином і з'явилася віртуальна модель банку, що значно відрізняється від стандартної банківської системи XIX–XX ст. Отже, саме така модель банківництва із інтегрованою системою обслуговування, цифровими даними, надійним захистом і конфіденційністю, а також удосконаленою формою контролю отримала назву необанку.

Активний розвиток планшетів, смартфонів, комп'ютерів та інших гаджетів із доступом до Інтернету почався у 2011 році, і саме тоді логічним кроком американська компанія Moven Enterprise висунула ідею – запропонувала створити управління банківськими рахунками через мобільні присторії. Хоча сама не є банком, а лише співпрацювала з популярним на той момент банком CBW Bank. Офіційно ж першим небанком вважається First Direct із Британії, який запустив телефонний банкінг у 1989 р. Саме ним першим було застосовано концепцію роботи за допомогою кол-центру, а отже без відділень та цілодобово [1; 2].

Однак, до України ідея небанкінгу надійшла пізніше. Хоча фінтех-стартапів багато, в тому числі і необанки, але реалізованих з них повністю лише шість: izibank, BVR, monobank, O. Bank, sportbank, todobank. Це становить 2,34% від загальної кількості у світі – 256 небанків [3].

Інноваційні банки на даний момент активно розвиваються, але мають обмеження – необанки не можуть розроблятися в Україні як самостійні приватні продукти, а повинні мати обов'язкову базу традиційного банку, що буде здійснювати управління коштами клієнтів. Це пов'язано із системою BankID – електронною дистанційною ідентифікацією фізичних осіб шляхом передачі персональних даних такої особи від абонента-ідентифікатора (банку, в якому відкрито рахунок користувача), до абонента-надавача послуг, який надає

послугу [4]. Так НБУ захищає громадян України від негативних наслідків з боку необанків. Такі обмеження необхідні, але вони заважають розвиватися цифровим банкам як самостійним.

Необанки мають переваги перед традиційним банкінгом, що робить їх абсолютно різними. По-перше, це повністю цифрова інфраструктура (особливо, якщо такий банк не залежить від іншого). По-друге, у всіх інтернет-банках, в тому числі й українських, цілодобове обслуговування, чого не можуть собі дозволити традиційні банки. По-третє, рівень комісій завжди нижчий, що й притягує клієнтів. Також потрібно врахувати те, що необанки зазвичай пропонують більші процентні ставки по вкладах, а також мають накопичувальну систему (кешбеку), хоча є й винятки.

Аналіз українських необанків дає змогу визначити їхні переваги та недоліки (Табл.1).

Таб.1. Порівняльна характеристика цифрових банків України

Критерій	izibank [4]	BVR [5]	monobank [6]	O. Bank [7]	sportbank [8]	todobank [9]
Пільговий період	до 72 днів	до 62 днів	до 62 днів	до 120 днів (92 та 62 дні)	до 120 днів (до 62)	до 62 днів
Процентна ставка на місяць	3,08%	3%	3,1%	від 2,9%	0,01% річних до 0,32% в день	від 0,0001% до 56%
Кредитний ліміт	200 тис. грн.	100 тис. грн.	100 тис. грн.	200 тис. грн.	100 тис. грн.	200 тис. грн.
Процентна ставка у пільговий період	0,0001%	0,00001%	0,00001% річних	0%	від 0,2% до 1,5% в день	0,0001%
Макс. строк кредиту	12 місяців	12 місяців	25 років	—	30 днів	12 місяців
Відсоток на залишок	3%	Назбиратус - 7% річних	«Банка» — 5% річних	5% на місяць	2%	7%
Зняття готівки	Безкоштовно в мережі Таскомбанк	0,5% — власні кошти 4% — кредитні кошти	0,5% — власні кошти 4% — кредитні кошти	0% до 10000 грн.	не тарифікується — 5 разів на місяць, далі — 2%	0,5% від суми
Кешбек	1-2% на усі покупки	відсутній	до 20%	від 0,5% до 30%	10% на певні товари	1% на все

Задля того, щоб оцінити обізнаність українців щодо необанкігу, нами було проведено опитування серед студентів ВСП ЕПФК ЗНУ, їх батьків і викладачів через платформу «Google Форми». Проаналізувавши відповіді 130 респондентів, можна констатувати, що:

– мають уявлення про поняття необанку 55,7% опитаних, 44,3% не знають про них.

– найбільш впізнаваним необанком виявився monobank (96,7%), а також sportbank (41%) та izibank (27,9%).

– 45,9% респондентів вважають, що інтернет-банки зручніші за звичайні, 39,3% не бачать різниці, а 14,8% вважають зручнішими традиційні банки.

- тільки 31,1% респондентів активно користується послугами необанкінгу в житті, 6,6% збираються стати клієнтами, 43,4% не користуються, але знають про такі послуги, а от 18,9% зовсім не чули про послуги необанків.
- абсолютна більшість (73%) не знають про BankID, а 27% знайомі із цією системою.
- лише 30,3% можуть довіряти онлайн-банкам в Україні, інші – ні.
- 59% опитаних вважають, що за необанками майбутнє, 32,8% не можуть відповісти на це питання, та лише 8,2% не бачать в них сенсу.

Отже, необанкінг – це не тільки можливість України, але й необхідність для розвитку банківської системи. На даний момент мобільний та інтернет-банкінг розвинений в Україні недостатньо та потребує розвитку, про що свідчить статистика. Необанки мають абсолютну перевагу перед традиційними за рахунок вищого класу обслуговування, нижчого рівня комісійних, низьких процентних ставок за кредитами на вищих за депозитами, що задовольняє як клієнтів, так і банки. Щоб реформа почалася, потрібно вносити зміни у банківське законодавство щодо відкриття й закриття рахунків, отримання спеціальної ліцензії та емісії платіжних інструментів. Майбутнє країни в руках кожного українця кожного дня у прямому сенсі – мобільний телефон або інші гаджети. Тож розвиваймо Україну разом!

Література

1. Penny Crosman Moven and Q2 partner to help small banks compete with challengers. URL: <https://www.americanbanker.com/news/moven-and-q2-partner-to-help-small-banks-compete-with-challengers>.
2. PaySpace Magazine Global / Кількість необанків в світі наближається до 300. URL: <https://psm7.com/mobilnye-banki/kolichestvo-neobankov-v-mire-priblizhaetsya-k-300.html>.
3. Паперник С. Необанки: закордонна історія та українська перспектива. URL: <https://yur-gazeta.com/publications/practice/insh/neobanki-zakordonna-istoriya-ta-ukrayinska-perspektiva.html>.
4. Офіційний сайт Національного банку України. URL: <https://bank.gov.ua>.
5. Офіційний сайт «izibank». URL: <https://izibank.com.ua>.
6. Офіційний сайт «BVR». URL: <https://bvr.com.ua>.
7. Офіційний сайт «monobank». URL: <https://www.monobank.ua>.
8. Офіційний сайт «O. Bank». URL: <https://obank.com.ua/uk>.
9. Офіційний сайт «sportbank». URL: <https://sportbank.com.ua>.
10. Офіційний сайт «todobank». URL: <https://todobank.ua>.

Шило Валерія
студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гельман В.М.

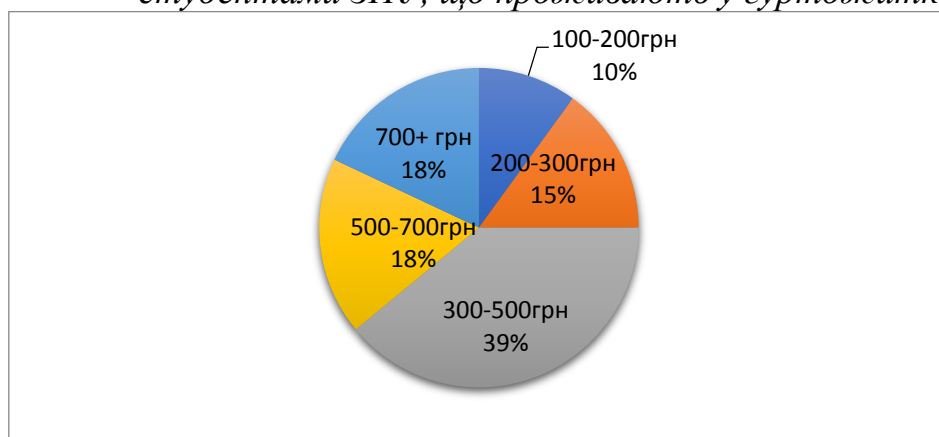
БЮДЖЕТ ІНОГОРОДНЬОГО СТУДЕНТА: ОСОБЛИВОСТІ СКЛАДАННЯ, ІНСТРУМЕНТИ ТА ЕФЕКТИВНЕ УПРАВЛІННЯ

Багато молоді, яка переїжджає зі свого постійного місця проживання в інше для отримання вищої освіти в коледжах та університетах, вперше стискаються з необхідністю самостійно вести бюджет, планувати свої доходи і витрати. Сьогодні Запорізький національний університет – відомий і престижний заклад вищої освіти України, в якому навчається більше 17 тис. студентів. Значну частку займають іногородні студенти, більшість з яких проживають у гуртожитках ЗНУ [1]. Відповідно до результатів нашого дослідження 70% студентів відзначають почуття занепокоєння через нестачу коштів, а ще 65% засмучені щодо свого низького рівня фінансової грамотності.

Ми пропонуємо розглянути бюджет іногородніх студентів, які проживають у гуртожитках на прикладі ЗНУ. В процесі дослідження було опитано студентів, які проживають у п'яти гуртожитках ЗНУ (II гуртожиток: м. Запоріжжя, вул. Пархоменка, 10; III гуртожиток: м. Запоріжжя, вул. Залізнична, 22; IV гуртожиток: м. Запоріжжя, вул. Залізнична, 24; VI гуртожиток: м. Запоріжжя, вул. Добролюбова, 22; VII гуртожиток: м. Запоріжжя, вул. Трегубенка, 19).

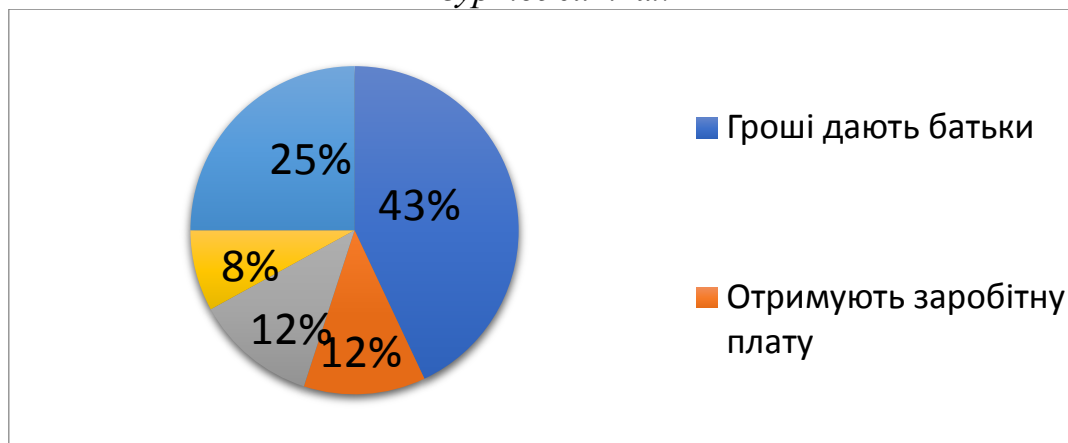
Серед опитаних нами студентів (в розрізі за статтю в гуртожитках ЗНУ проживають 59 % дівчат і 41% хлопців) ми отримали дані про кількість грошей витрачених на тиждень (рис.1), джерела отримання грошей (Рис.2).

Рис.1. Кількість грошей на поточні потреби витрачених на тиждень студентами ЗНУ, що проживають у гуртожитках



За даними опитування 10% студентів живуть всього на 100-200 гривень на тиждень. На 200-300 гривень можуть жити 15% студентів. Найбільша кількість студентів – 39% витрачають від 300 до 500 гривень кожного тижня. 18% опитаних студентів для комфортного життя необхідно 500-700 гривень, та 18% необхідно більше, ніж 700 гривень на тиждень. З цих даних можна зробити висновок, що середня сума грошей, потрібних студенту складає 460 гривень.

Рис.2. Джерела отримання грошей студентами ЗНУ, що проживають у гуртожитках



На Рис.2. ми можемо побачити джерела доходу у студентів. Майже половині – 43% гроші дають батьки. 12% опитаних студентів працюють та отримують пасивний дохід. Та чверть усіх студентів отримують змішаний дохід. З цього можна зробити висновки, що половині студентів допомагають батьки, проте деяким необхідно самостійно заробляти собі на життя.

Для кращого планувати свого особистого бюджету рекомендується слідувати наступним пунктам: встановіть розмір своїх доходів, встановіть розмір своїх витрат (обов'язкові витрати, необов'язкові витрати), підрахуйте свій тижневий бюджет (із загальної суми щомісячного доходу відніміть суму обов'язкових щомісячних витрат, отриманий результат розділіть на кількість тижнів у місяці). Отримана сума – це щотижневий бюджет, яким можна розпоряджатися на свій розсуд без шкоди для обов'язкових витрат. Далі поставте перед собою мету.

Також варто також відзначити інструменти, які допоможуть в бюджетуванні, дозволяють заощаджувати час і сили. До них відносяться бюджетна таблиця Excel, мобільні додатки для бюджетування (CoinKeeper, Дзен-мані, Money Flow, Money Lover, гроші ОК) [2].

Таким чином, незалежно від того, чи встановлено мету підтримувати встановлений бюджет або урізати свої витрати, все зводиться до постановки фінансових цілей щодо скорочення своїх витрат або збільшення свого доходу. Підвищення фінансової грамотності у питаннях складання та витрачання особистого бюджету є надзвичайно важливим питанням для сприяння навчанню студентів, оскільки грошові проблеми не повинні шкодити їх оцінкам.

Література

1. Про університет. URL: <https://www.znu.edu.ua/ukr/university/about-us>
2. Стефанович М. Как составить студенческий бюджет и не разориться? URL: <https://www.hotcourses.ru/study-abroad-info/once-you-arrive/how-to-plan-your-student-budget/>

СЕКЦІЯ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ»

Зінченко Максим

студент 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач Есаулова.О.В

ЕКОЛОГІЧНА ОСВІТА В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Екологія – це природнича наука про взаємозв'язки між живим та неживим у природі. Така ж наука, як біологія чи математика. І тому не можна казати «у нас погана екологія» чи «я рятую екологію», оскільки ми не говоримо, що «біологія стала погана» чи «піду зроблю щось для порятунку математики». Так само і екологія — це все науки, їм байдуже [1]. А захист довкілля чи охорона навколишнього природного середовища – це діяльність людини, спрямована на збереження чи відновлення цінних процесів у природі. Тому, коли ми відмовляємось від одноразового пластикового пакування, щоб зменшити утворення відходів та супутнє забруднення ґрунтів, повітря і води – ми поводимось екодружно та допомагаємо охороні природи.

Сьогодні перед нами постало нелегке завдання – здійснити фундаментальні зміни у своїй поведінці, сформулювати обмеження та заборони, що продиктовані законами розвитку природи. Необхідні також кардинальні зміни в системі освіти, її цінностях, способах життя з урахуванням екологічних, економічних, політичних, соціальних і духовних потреб сьогодення.

У зв'язку з цим в Україні прийнята постанова від 5 березня 1998 р. про створення системи екологічної освіти у вихованні, забезпечення екологічної безпеки та наполягання на впровадження цих питань у сфері освіти, в тому числі і у фізичному вихованні [2].

Взаємозв'язок між екологічною освітою і фізичним вихованням зацікавив нас. Адже, екологічна освіта і фізична культура мають спільну мету: розуміння цінності життя і здоров'я, формування культури особистості, просвітницько-виховна робота. Але я вважаю, що починати інтеграцію екологічної освіти у систему фізичного виховання треба з дошкільного віку, цей період є початковим етапом формування особистісних якостей, цілісної орієнтації людини. У дошкільному віці закладається позитивне ставлення до природи собі та іншим людям. Фундамент екологічної освіти безперечно має закладатися у цьому віці, тим не менше воно не повинно розглядатися як ізольований напрямок роботи в закладі дитячої освіти.

Тому ми звернулися до *ЗДО 19* (що є базою практики нашої спеціальності), де змогли реалізувати проект.

Нами було розроблено сценарії спортивних заходів з використанням ігор екологічного спрямування. Зазначимо, що діти дуже зацікавились цією

темою, саме за допомогою ігор вони вчилися: сортувати сміття, прибирати його, запам'ятали основні напрямки збереження природних ресурсів.

З метою визначення рівня екологічної освіченості дитини, провели анкетування батьків дітей, яке продемонструвало зацікавленість дітей та батьків у цій галузі.

Чи прищеплюють члени родини елементи екологічного виховання своїй дитині?

Так
 Ні
 Плануємо

З якого джерела у вашій родині отримуються відомості екологічного спрямування?

Телебачення
 Інтернет
 В закладу освіти
 Інший варіант: _____

Чи чули ви, що у ЗДО 19 переймаються питанням екологічної освіти?

Чули від дитини
 Чули від співробітників закладу
 Чули від батьків
 Не чули

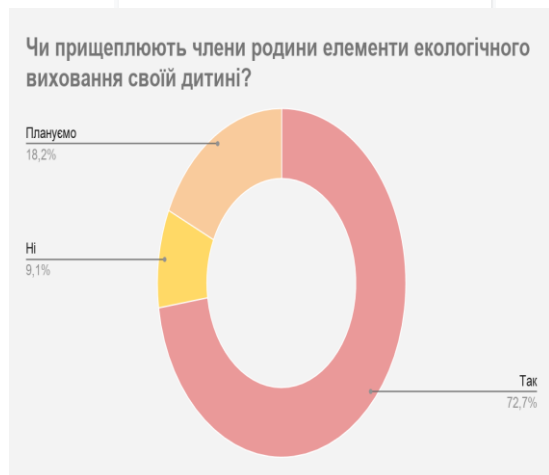
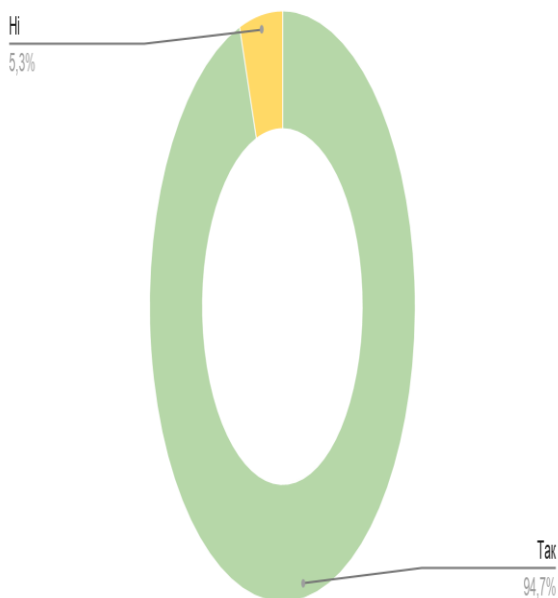
Чи помітили ви зацікавленість вашої дитини екологічним питанням?

Так
 Ні

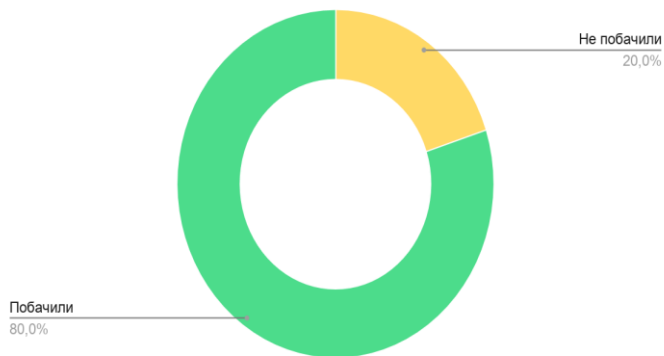
Чи підтримуєте ви дитину у її прагненні бути екологічно вихованим?

Так
 Ні
 Інший варіант: _____

Чи підтримуєте ви дитину у її прагненні бути екологічно вихованим?



Чи побачили ви зацікавленість дітей темою екологічного спрямування?



Дивлячись на діаграму, ми бачимо, що більшість батьків дітей цього дитячого закладу прищеплюють своїй дитині *екологічне виховання*, це є безперечним плюсом, бо з цією кількістю дітей буде легше та ефективніше проводити екологічні заняття.

Значно менше тих, які тільки планують, та тих, які й зовсім не займаються цим питанням зі своєю дитиною.

На запитання про зацікавленість дітьми екологічною освітою, саме після проведених заходів, 80 відсотків респондентів дали позитивну відповідь

Метою нашого педагогічного експерименту було: визначити можливість інтеграції знань і навичок, отриманих дітьми у садочку під час заходів з фізичної культури з екологічним спрямуванням в сім'ю.

Аналізуючи результати педагогічного експерименту зазначимо:

- просліджується інтеграція екологічних знань у сім'ю, саме з допомогою рухливих ігор, які проводилися з дітьми;
- більшість батьків з задоволенням сприймають саме таку форму роботи з дітьми – через гру до знань;
- і діти і їх батьки зацікавились екологічним спрямуванням і продовжать працювати над цим разом!

Отже, в цілому, педагогічний експеримент виявився вдалим. Ми почули від батьків вихованців ЗДО про конкретні зміни у сімейному побуті (сортування мусору, використання багаторазових торбинок, навіть деякі наполягають на ходьбі до садочку пішки, щоб не користуватися зайвий раз автомобілем).

З цього можна зробити такі висновки:

завдяки прищепленню екологічних знань у дошкільнят ЗДО №19, за допомогою фізкультурних заходів, можливо не тільки зберегти навколишнє середовище, а й забезпечити гармонійний розвиток дитини. А основним засобом формування екологічної культури у дітей під час проведення спортивно-масових заходів буде цілеспрямована система екологічної освіти, яка необхідна для формування вірного відношення до природи.

Також не зайвим буде впровадження екологічних ігор для дітей дошкільного віку у програму фізичного виховання закладу.

Бо під час екологічних ігор діти навчаються граючись. Екологічні ігри сприяють виробленню вміння самостійно приймати рішення, шукати практичний вихід із нестандартної ситуації, моделюють поведінку дорослих, вони допомагають не тільки зацікавити дітей проблемою, що розглядається, а й проявити свою ініціативу у вирішенні окремих питань.

Література

1. Чому всі говорять про екологію? URL: <https://bazilik.media/chomu-vsi-hovoriat-pro-ekolohiiu/>
2. Актуальні проблеми екології у фізичному вихованні студентів. URL: http://ir.znau.edu.ua/bitstream/123456789/9565/3/Fkszc_2018_6_41-47.pdf
3. Проект еколого-оздоровчої роботи з дітьми дошкільного віку. URL: <https://vseosvita.ua/library/proekt-ekologo-ozdorovcoi-roboti-z-ditmi-doskilnogo-viku-175068.html>
4. Екологія фізичної культури. URL: http://eprints.zu.edu.ua/12597/1/%D0%A1%D0%B0%D0%B2%D1%96%D1%86%D1%8C%D0%BA%D0%B0%20Word_%282%29.pdf

Короєд Ніколь-Тетяна
студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: викладач Есаулова О.В.

ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

По перше, недостатня рухова активність дітей старшого дошкільного віку є однією з причин появи надлишкової ваги, порушення постави та інших порушень у фізичному розвитку. По друге, недостатня рухова активність знижує функціональні можливості серцево-судинної і дихальної систем дітей, внаслідок чого з'являються порушення реакції серця на навантаження, зменшується життєва ємність легень. У дошкільному віці започатковуються основи здоров'я, виховуються основні риси особистості людини.

Завдання дослідження:

1. Визначити показники фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку;
2. Провести індивідуальну оцінку рівня розвитку ведучих фізичних якостей: сили, пружкості, витривалості, спритності та гнучкості дітей;
3. Визначити результативність фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку;

Дитина, яка знаходиться в постійному розвитку на рівні фізичного, морально-психологічного і емоційного стану повинна поступово вчитися бути винахідником досконалості свого тіла, здоров'я. Але в останні роки відмічається негативна поширеність до погіршення стану здоров'я та зниження рівня рухової підготовленості молоді України, починаючи вже з дошкільнят. За період навчання в школі кількість здорових дітей знижується в 4-5 разів. [1].

Останнім часом ситуація зі здоров'ям дітей наблизилась до критичної: підвищується рівень загальної захворюваності та поширеність захворювань окремих органів і систем. Цьому сприяє зростання інтенсивності впливу на здоров'я дітей факторів екологічного та медико-соціального ризику, зниження ефективності проведення традиційних профілактичних заходів, погіршення структури харчування [2].

У дошкільників формуються вміння, навички та звички виконання вправ з шикувань та перешикувань, загальнорозвиваючі, основні рухи, вправи спортивного характеру, а також елементи спортивних ігор (волейбол, футбол, флорбол, городки, бадмінтон та настільний теніс). Засвоєння цих рухових дій на достатньому рівні дитиною сприяє поширенню її рухового досвіду, який дозволяє більш рішуче діяти у різноманітних умовах навколишнього життя [3].

Мною було проведено дослідження показників фізичної підготовленості дітей дошкільного віку, у якому приймали участь вихованці підготовчої групи хорового колективу «Терниця» на базі центру дитячої та юнацької творчості в кількості 19 чоловік: дівчата віком 5-6 років–12 осіб, хлопці віком 5-6 років – 7 осіб в присутності керівника хорового колективу та батьків вихованців.

У ході дослідження дітям було запропоноване почергове виконання нормативів, з фіксацією часу виконання, кількості повторів, та інших необхідних показників. Було проведено тестування ведучих фізичних якостей: сили, пружності, витривалості, спритності та гнучкості дітей. Дані тестування внесені в таблиці, та обчислена загальна оцінка піддослідної групи за кожною з категорій навантаження.

Комплексна оцінка рівня фізичної підготовленості здійснюється за підрахунком середнього арифметичного набраної суми балів за виконані рухові завдання. Тобто набрана кількість балів за кожне окремо виконане завдання підсумовується і розділяється на кількість виконаних рухових завдань [5].

Оцінювання передбачає такі рівні:

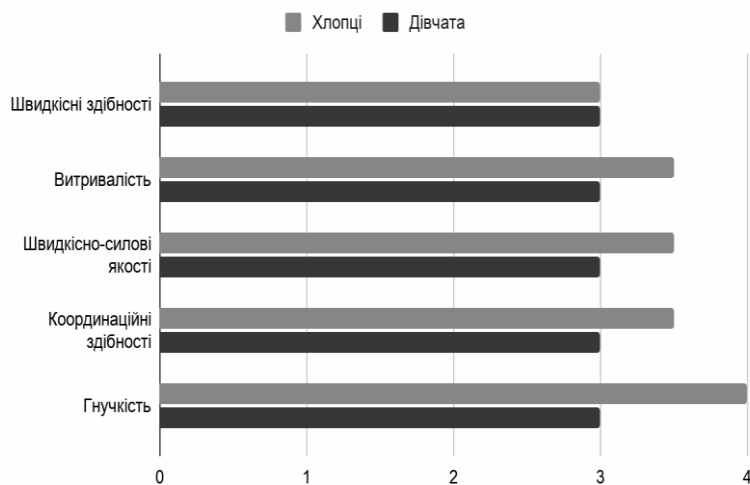
- «високий» - 4,5 - 5,0 балів;
- «вище середнього» — 3,5 - 4,4 балів;
- «середній» — 2,5 - 3,4 балів;
- «нижче середнього» — 1,5 - 2,4 балів;
- «низький» — до 1,4 балів.

Висновки дослідження показників фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку:

1. У ході проведеного дослідження виявлено, що показники фізичної підготовленості хлопчиків старшого дошкільного віку знаходяться на рівні вище середнього і відповідають віковим нормам, оскільки за оцінювальною шкалою отримані результати дорівнюють оцінці 4,4 бали. Показники фізичної підготовленості дівчат знаходяться на середньому рівні і відповідають віковим нормам, оскільки за оцінювальною шкалою отримані результати дорівнюють 3 бали.

2. Аналізуючи результати дослідження фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку в статевому аспекті, виявлено, що показники хлопців краще, ніж у дівчат. Виняток становлять показники швидкісних здібностей обох вікових груп, де спостерігаються однакові результати. Результати дослідження висвітлені у нижченаведеній діаграмі.

Порівняння результатів



Таким чином, актуальність дослідження проблеми фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку обумовлені посиленням громадського запиту на здорову українську націю, усвідомленням громадянами необхідності розвивати свої рухові якості й підвищувати власну рухову підготовленість, формувати стійкі мотиви до занять фізичними вправами та самостійного здійснення оздоровчої діяльності.

Отож, показники фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку дали змогу зрозуміти, що майже всі дошкільнята мають середній рівень вищезазначених показників в експериментальній групі.

Аналізуючи результати дослідження фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку виявлено, що показники хлопців краще, ніж у дівчат. Виняток становлять показники швидкісних здібностей обох вікових груп, де спостерігаються однакові результати. До того ж, хлопці показали більш високу оцінку гнучкості, аніж дівчата, що може свідчити про більш рухливий спосіб їх життя.

Основним результатом якісного виконання всіх завдань з фізичного виховання дітей дошкільного віку є покращення фізичного стану дитини, її фізичного розвитку, підвищення захисних властивостей та стійкості організму до різних захворювань, опірності до негативних умов зовнішнього середовища.

Важливою умовою зміцнення здоров'я дитини старшого дошкільного віку залишається корисна організація життєдіяльності, урізноманітнення різних видів рухової активності, раціональність навантаження та відпочинку, напруження та розслаблення дитини, командних та індивідуальних занять з ними.

Література

1. Аксьонова О.П., Аніщук А.М. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі» (нова редакція). Від трьох до шести (семи) років. Київ, 2014. 452 с.
2. Білан О.І. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське дошкілля» О.І. Білан. 2017. 256 с.
3. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Е. С. Вільчковський. Суми, 2008. 428 с.
4. Давиденко О. В. Основи програмування фізкультурно-оздоровчих занять з дитячим контингентом. О. В. Давиденко. Тернопіль, 2013. 144 с.
5. Масляк І.П., Кулик Н.А. Парціальна програма з фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку «Юний легкоатлет». Суми, 2016.32с.

Олексенко Богдан
студент 2 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: викладач Багорка А.М.

ВИКОРИСТАННЯ ТВОРЧИХ ЗАВДАНЬ З ФІЗКУЛЬТУРИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ КОЛЕДЖУ

Умови сьогодення диктують нові вимоги до учасників освітнього процесу: як до викладачів, так і до студентів. Основною характеристикою сучасного життя є швидкоплинність часу, мінливість подій, тотальна інформатизація тощо. Тож, викладачі, зі свого боку, повинні бути мобільними та креативними, а студенти – максимально відкритими до отримання та сприймання знань.

В останній час особливої актуальності та популярності набуває дистанційна освіта. Це спричинено різними факторами, серед яких є і врахування дистанційної форми навчання як альтернативної поруч із традиційною – очною. І тут виникають певні питання: чи реальним є викладання фізичної культури в умовах дистанційного навчання, наскільки ефективною може бути дистанційна фізкультура, які засоби доречно використовувати під час проведення дистанційної фізкультури.

Необхідність розібратися в цих питаннях і зумовлює актуальність нашої статті, метою якої є: обґрунтування доцільності використання творчих завдань з фізкультури в умовах дистанційного навчання студентів коледжу.

На інтернет-порталі Міністерства освіти і науки України дистанційна освіта визначається як «можливість навчатися та отримувати необхідні знання віддалено від навчального закладу в будь який зручний час» [1].

А. Багорка під дистанційною освітою розуміє форму навчання, що передбачає передачу навчальних матеріалів (за допомогою мережі інтернет та технічного пристрою) від викладача студенту на самостійне опрацювання зі зворотнім зв'язком для контролю [2].

Перспективним напрямком у використанні можливостей інформаційних технологій для підвищення якості професійної підготовки фахівця і розвитку особистості студента в системі освіти є дистанційна освіта, яке в ідеалі дозволяє побудувати для кожного студента індивідуальну траєкторію навчання [3].

Освітня сучасності А. Лотоцька та О. Пасічник наголошують, що дистанційна форма навчання передбачає доступ до інтернету, технічне забезпечення (комп'ютер, планшет, смартфон тощо) в усіх учасників освітнього процесу, а також те, що вчителі володіють технологіями дистанційного навчання [4].

Слід зазначити, що не дивлячись на явні переваги систем дистанційної освіти, специфіка професійної підготовки майбутнього фахівця з фізичної культури і спорту накладає і ряд обмежень на використання дистанційних технологій – віртуальних стадіонів і спортивних залів поки не створили, засвоєння техніки рухів, методика навчання, здача спортивних нормативів,

проведення контрольних ігор тощо не завжди вписується в дистанційне навчання [5]. Таким чином, виникає протиріччя між: необхідністю сучасних освітніх перевтілень та новацій та незмінними специфічними умовами проведення фізкультури – спортивний зал, інвентар тощо. Задача викладача фізичної культури в даному випадку – знайти той оптимальний освітній маршрут, що, з одного боку – задовольняв вимоги освітньої програми і потреби організму студентів у фізичній активності, а з іншого – відповідав правилам безпеки під час занять у дистанційному режимі.

В ході нашого дослідження було проведено анкетування серед студентів ЕПФК ЗНУ 1-3 курсів всіх спеціальностей (крім фізичної культури і спорту). У дослідженні прийняло участь 168 осіб, серед яких 82 хлопця і 86 дівчат.

Респондентам було запропоновано анкету (рис. 1).

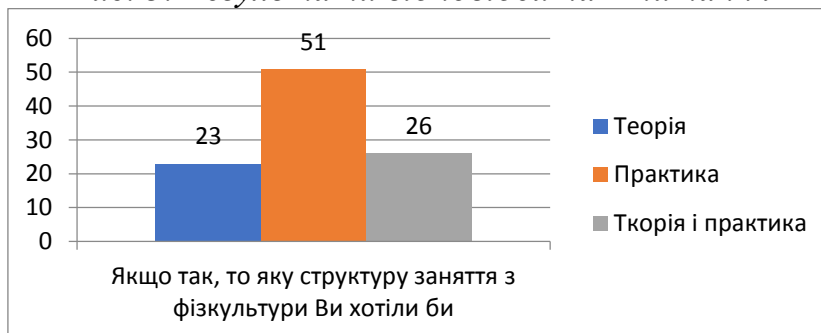
Рис. 1. Анкета на визначення доцільності проведення дистанційної фізичної культури у коледжі

- Анкета
на визначення доцільності проведення дистанційної фізичної культури у коледжі
1. Чи вважаєте Ви за потрібне проведення фізкультури у дистанційній формі:
 - а) так
 - б) ні
 2. Якщо так, то яку структуру заняття з фізкультури Ви хотіли би:
 - а) теоретичний матеріал (відеоролики, кросворди, тестування тощо)
 - б) практичне заняття в реальному часі (онлайн)
 - в) і теоретична і практична складова

Рис. 2. Результати відповідей на 1 питання



Рис. 3. Результати відповідей на 2 питання



Аналізуючи результати анкетування (рис. 1-2), можемо підсумувати:

– переважна більшість, а саме 84% опитаних студентів, вважають заняття з фізкультури у дистанційній формі необхідними у коледжі, 16% відповіли протилежне.

– з приводу структури заняття думки розділилися: 51% респондентів вважає, що фізкультура має бути практичною; 49% наполягають, що на занятті має бути і теоретична складова, з них 23% – наголошують, що лише теоретична.

Отже, в цілому маємо позитивні результати, і доцільність проведення фізкультури у дистанційній формі не підлягає сумнівам. Однак варто визначити її оптимальну структуру. На нашу думку, використання творчих завдань з фізкультури позитивно впливає на зацікавленість дисципліною та мотивацію до занять.

Це можуть бути: фізкультурні челенджі у чітко регламентованих умовах та у вільній формі; бліц-опитування після прослуховування інформації за допомогою відео-ресурсів, написання відповідей навипередки на задану тематику, складання комплексів вправ із застосуванням побутових предметів (м'які іграшки, повітряні кульки, стільці тощо), демонстрація вправ по черзі в режимі як імпровізації так і заздалегідь підготовлених тощо.

Таким чином, оптимальну структуру дистанційного заняття з фізичної культури вбачаємо такою: 30% – теоретична складова, 70% – практична складова. Застосування творчих завдань з фізкультури допоможуть підтримувати стійку мотивацію та інтерес до занять. Однак завжди необхідно пам'ятати про особливі умови під час занять дистанційною фізкультурою – домашня обстановка – прищепити студентам навички самоконтролю за станом здоров'я і виключити потенційно травмонебезпечні рухи.

Література

1. Дистанційна освіта. URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/visha-osvita/distancijna-osvita> Дата звернення 06.03.2021 р.
2. Багорка А. М. Дистанційне навчання в процесі професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту у системі «коледж – університет». *Теорія і практика смарт навчання у професійній освіті: матеріали I Всеукр. конф.* 16 травня 2017 р. / ВДПУ ім. М. Коцюбинського. Вінниця, 2017. С. 147–151.
3. Шандригось Г.А. Якість професійної підготовки фахівців у галузі фізичної культури і спорту / Г.А. Шандригось // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. – Т. I. – Вип. 107. – Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт / Гол. ред. Носко М.О. – Чернігів: ЧНПУ, 2013. С. 352-356.
4. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/metodichni%20recomendazii/2020/metodichni%20recomendazii-distancijna%20osvita-020.pdf>. Дата звернення 06.03.2021 р.
5. Шандригось В.І., Шандригось Г.А. Дистанційне навчання у професійній підготовці майбутніх фахівців фізичної культури і спорту // Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту. № 1. 2017. С. 125–128.

СЕКЦІЯ «ТУРИСТИЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ»

Білоусова Анастасія

студентка 2 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: канд. наук держ. упр., доц. Яцук Н.В.

ЩОДО ВПЛИВУ РОБОТИЗАЦІЇ НА ЗМІНУ ТУРИСТИНОГО РИНКУ ПРАЦІ

В Запоріжжі на Туристичному бізнес-форумі 2017 Павло Шеремета екс-міністр економічного розвитку і торгівлі України надав цікаві статистичні дані: для створення одного робочого місця в сфері туризму необхідно потенційних туристів. Отже постало питання: чи забезпечуватиме збільшення туристів в країну постійне зростання робочих місць в туристичній галузі при сучасних умовах розвитку інноваційних технологій. Адже сервіс до якого належить туристична сфера має тенденцію вдосконалення: миттєва передача повідомлень, спілкування по відеозв'язку, безпілотні авто, мобільні додатки тощо. Так у ході дослідження було виявлено наступні тенденції.

По-перше, коли говоримо «робот» то маємо на увазі не істоту, зроблену з металу і яка потребує електричного живлення, а когнітивні здібності, штучний інтелект – це здатність швидкого мислення і прийняття рішень. Те, що у роботів немає сімейних обставин, завжди гарне почуття, вони повсякчас в доброму гуморі і стабільні дає можливість їм розпочати кар'єру у сфері туристичного обслуговування. Так, робот-консультант Спенсер вже працює в аеропорту Амстердама. Він надає допомогу пасажиром або особам які загубилися. Поглянувши на екран Спенсера мандрівники можуть дізнатися про те, як потрапити до стійок реєстрації, виходам на посадку і де можна здати багаж.

Робота-дворецького ALO Botlr (robotic butler) «найняла на роботу» готельна мережа Aloft. В його обов'язки входить оперативно надавати послуги в готельні номери. Постояльці готелю і персонал можуть оцінити якість роботи робота-дворецького на його сенсорному екрані. ALO Botlr вміє викликати ліфт, приносити в номер напої і закуски, туалетні приналежності, газети тощо.

SaviOne – це готельний робот-кур'єр, який може доставити в номер постояльців будь-які бажані предмети – від горня кави до свіжих рушників або нової зубної щітки. SaviOne може самостійно викликати собі ліфт, переміщатися коридорами готелю і використовувати дзвінок номера, коли досягне пункту призначення.

Найвідомішим закладом в якому працюють електронні працівники є готель Henn-na Hotel («Дивний готель»), що розташований в Японії. За стійкою рецепції Henn-na Hotel гостей зустрічають роботи-лінгвісти, які володіють кількома мовами, роботи-портьє які здійснюють перевезення вантажу в номери. У кожному номері Henn-na Hotel гостя чекає крихітний робот Chu-gi-chan, здатний вмикати і вимикати світло, передавати прогнози погоди і виконувати функцію будильника. І хоча в січні 2019 року керівництву того ж готелю Henn-

на довелося скоротити більше половини із 243-ох робіт і найняти людей і все ж варто зазначити, що роботи наступають.

Друга тенденція пов'язана з таким поняттям, як «технологічна гостинність» – так в готельній справі позначають взаємодію гостей, персоналу і технологій, якими користується готель. Основний критерій технологій: зручність і варіативність наданих послуг. Тому тренди туризму 2020 року, що вибудовують нові реалії бізнесу є такими: роботи, чат-боти і автоматизація. Хочу зазначити, що багато клієнтів наразі користуються чат-ботами при бронюванні своїх поїздок і проживання, адже основними їх можливостями є обробка запитів онлайн-допомогу. Як приклад, не можна не згадати AR-подорожі – це чудове поєднання реального досвіду та віртуальних елементів. Яскравий приклад – онлайн-відвідування музейних експонатів та архітектурних пам'яток культури, які можна переглянути навіть зі смартфона. Вже зараз доступні мобільні застосунки, що дають можливість користувачам віртуально оглядати місця для відпочинку та одразу планувати майбутні подорожі.

Третя тенденція змін на туристичному ринку праці полягає в тому що наразі є ще клієнти яким зручніше отримувати поради від «живої людини» та з 2010 року зростає так зване покоління Альфа. Це покоління більш відоме, як Google babies. Для них пошук відео на платформі Youtube є навичкою, що з'явилася раніше, ніж навчилися читати та писати. А смартфон чи айпед – іграшка, яка потрапила їм до рук в перші місяці життя. Їх свідомість відмовляється сприймати, що колись не було мобільних та інтернету. І це покоління споживачів навряд чи сумуватиме за «живим» обслуговуючим персоналом. Отже, ринок праці туристичної сфери може поповнюватися фахівцями, які здатні складати контент програм для робіт, проектувати операції які можуть бути перекладені на робіт, передбачати вплив діджиталізації на комунікативні навички споживачів.

Література

1. AdIndex «Творчість VS Роботи: як штучний інтелект вплине на ринок медіа». URL: <https://adindex.ru/publication/opinion/media/2018/06/22/172275.phtml>
2. Роботи позбавлять людей робочих місць. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=8FD2ISMYcVc&list=LL&index=4>
3. П'ять робіт, здатних змінити готельний бізнес. URL: <http://api.innogest.ru/m?na=15096>
4. В яких професіях людей скоро замінять роботи? URL: <https://www.youtube.com/watch?v=-h7Ba6Cqctc>
5. Перший готельний робот успішно працює в готелі Aloft. URL: <https://hoteltv.com.ua/pervyj-gostinichnyj-robot-dokazal-svoyu-nezamenimost-v-otele-aloft/>
6. В аеропорту Амстердама буде мешкати робот. URL: https://cfts.org.ua/news/v_aeroportu_amsterdam_budet_obitat_robot_foto_3103

Добровольська Анастасія
студентка 2 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. наук держ. упр., доц. Яцук Н.В.

СУЧАСНИЙ СЕНС ПАЛОМНИЦТВА: САМОРОЗВИТОК ТА ТОЛЕРАНТНІСТЬ

Прагнення людини до подорожування стало поштовхом розвитку туризму, адже саме останній узяв на себе «ходіння світом» зробити приємним і комфортним для людини подорожуючої. Притаманна людині цікавість змушувала полишати рідну домівку і відправлятися у чужину. А ось з появою релігії зусилля людини спрямовуються на пошуки способів спасіння душі, відпущення гріхів, тілесного оздоровлення. І народження покаяльників, що своє прагнення пов'язували із відвідуванням конкретного сакрального місця сприяло появі ідеї паломництва. Джерелом виникнення традиції паломництва є архаїчне уявлення про зв'язок божества з певним місцем, що сягає первісних релігійних культів.

Попович Я.М. визначає паломництво як поширену в багатьох релігіях культову практику, що розуміється як побожна подорож із виразною релігійною метою поклоніння Богові до особливо шанованих місць, що наділяються властивостями сакральності через відзначеність у корпусах священних текстів, прояв там надприродного, присутність засновників релігій або відомих представників духовенства, святих, маючих особливий авторитет і харизму, наявність культу шанованих чудотворних ікон або скульптур [1].

Такі сакральні місця, як: Свята Земля, Єрусалим, Віфлеєм, Назарет, Галілея, Хеврон, Єрихон, Яффа, гора Фавор, гора Спокуси, гора Блаженств, а також такі країни, як Йорданія, Єгипет, Сирія, Туреччина, Італія, Греція, Кіпр, Мальта, Іспанія, Франція, Германия, Австрія тощо стали святинами для поклоніння.

Чи на часі благочестиві поклоніння-подорожі до святинь, людей, священних місць, особливо відзначених у релігії. Такі бажання, як зцілитися від фізичних або духовних недуг, помолитися за рідних і близьких, знайти благодать, набратися сил, виказати подяку вищим силам за блага, знайти сенс життя тисячоліттями спрямовували подорожуючих до певних сакральних місць. Рухають сучасного духовного мандрівника до особливо шанованих місць або до релігійних лідерів, що користуються особливим авторитетом і наділені харизмою. Важливого значення набуває сковородинівська «втеча від світу», втілена в мандрах для духовного самовдосконалення, як духовна практика [2].

Отже, сьогодні паломництво перетворилося в бажання звичайних людей – вчителів, інженерів, підприємців – відвідати важливі для своєї віри місця, відключитися від рутини і побути наодинці з собою, переоцінки власних цінностей, переосмислення і саморозвитку, освоєння духовних практик. Це складає перший сенс сучасної туристичної пропозиції духовного мандрівництва. Що ж до другого, то як відзначає Петро Яроцький роль паломництва в розвитку загального суспільного спокою й стабільності. Адже

внаслідок етнічно-релігійних конфліктів окремі регіони і держави закриваються перед світом як туристичні й паломницькі. Вчений відзначає притягальність окремих пам'яток християнства, юдаїзму, ісламу, караїмізму й інших релігій та етносів, що є близьким і цікавим для відвідання українців, євреїв, кримських татар, караїмів, що проживають не лише в Україні, але й далеко поза її межами.

За прогнозами П. Яроцького успішний розвиток міжконфесійного та міжнаціонального миру може відбутися завдяки туристичній галузі України шляхом реалізації прочанських маршрутів, що базуватимуться на культурно-релігійних пам'ятках давніх народів Криму (після деокупації), до святих місць хасидизму, по монастирях України, по Закарпаттю й Буковині як по перехрестю східного і західного християнства тощо [3].

Важливим кроком на цьому шляху має стати підготовка гідів, провідників туристських груп, належного облаштування сакральних місць, реставрації історично-культурних пам'яток. Беручи до уваги щорічне відвідування хасидами Умані можемо стверджувати про хасидське паломництво але наразі тут є необхідність в облаштуванні їх об'єкту поклоніння належною інфраструктурою, як то летовища, готелі, автошляхи, кафе, ресторани, місця відпочинку тощо в Україні. Розвиток прочанських маршрутів в Україні потребуватиме і налагодження міжнародних зв'язків, як то конфесійні центри й громади, товариства національних культур та на дипломатичному рівні між посольствами відповідних країн.

Література

1. Попович Я. М. Феномен паломництва в католицизмі / Я. М. Попович. URL: http://eprints.zu.edu.ua/19527/1/dys_Popovych.pdf.
2. Сковорода Г. Вірші. Пісні. Байки. Діалоги. Трактати. Притчі. Прозові переклади. Листи / Г. С. Сковорода ; упоряд., прим., вступ. ст. І. В. Іваньо. – К. : Наук. думка, 1983. – 541 с
3. Яроцький П. Л. Релігієзнавство: Навч. посібник / П. Л. Яроцький. – К. : Кондор, 2004. – 308 с.

Довгая Елеонора-Веренія
студентка 2 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. наук держ. упр., доц. Яцук Н.В.

ГРАНД-ТУР У РОЗВИТКУ ОСВІТЯНСЬКОГО ТУРИЗМУ

Згідно зі статистикою, величезна кількість молодих людей в світі віддає перевагу «корисному відпочинку» і вільному стилю подорожі. Під час поїздки вони уникають традиційних екскурсійних маршрутів, а натомість намагаються побачити країну зсередини, адаптуватися до нових культурних умов, поєднати розваги з вивченням або підвищенням рівня іноземних мов. Таку традиція була започаткована молоддю з аристократичних родин які по закінченню навчання з метою побачити світ, удосконалити знання іноземних мов і манери світського спілкування здійснювали подорож – гранд-тур. Так, в кінці XVIII століття молоді люди з багатих англійських сімей з метою продовження або завершення освіти стали здійснювати так звані гранд-тури, дво- та трирічні подорожі в континентальну Європу. Їх можна вважати першими освітніми турами. За часів Просвітництва Ж.Ж. Руссо і Дж. Локк проголосили подорожі однією з необхідних складових виховання.

Освітній туризм – це подорож в іншу країну, основною або другорядною метою якого є навчання. Як правило, його обирають ті люди, які хочуть отримати якісну освіту за кордоном. Зазвичай такі подорожі надають тільки розвинені країни з метою вдосконалення іноземної мови, здобуття вищої освіти і вивчення спеціальних дисциплін, які допоможуть піднятися по кар'єрних сходах. За рахунок розвиненої світової економіки і міжнародних відносин попит на освітній туризм займає лідируючі позиції. Одним з головних переваг навчального туризму є прекрасна можливість побувати в різних куточках світу, а також відвідати різні визначні пам'ятки тієї країни, в якій проходить навчання.

Найбільшою популярністю в освітньому туризмі користуються європейські країни – Англія, Італія, Франція, а також США і Канада, Японія, Швейцарія, Австралія.

Може здатися, що освіта і відпочинок – поняття абсолютно несумісні. Проте, в сучасному світі вони не тільки гармонійно поєднуються між собою, а й дають відмінний результат. Освітній тур ідеально підійде для студентів, а також початківців працівників в тій чи іншій сфері, бажаючих стати кваліфікованими фахівцями та вдосконалити професійні знання.

Освітній туризм є специфічною формою туристської послуги, метою якого полягає в отриманні освіти, нових навичок і знань за кордоном. Дана сфера володіє глибоким потенціалом і значно сприяє міжнародного культурного і наукового обміну, інтернаціоналізації студентського та викладацького складу, співпраці університетів і навчальних організацій по всьому світу.

Компанія IQ consultancy провела дослідження та виявила, що тільки у Великобританії щороку на 28% зростає кількість здобувачів освіти, що

виїжджають. Маркером перспективності навчальних турів незважаючи на зростання цін є відкриття нових напрямків і урізноманітнення варіантів навчання.

За 2020 рік здобувати освіту за кордоном обрало понад 70 тисяч українців. Для туристичного ринку це лише одна маленька частина. Не зважаючи на це, експерти стверджують, що за рік прибуток становить більше 200 мільйонів євро.

Отже, беручи до уваги той факт, що освітянський туризм зріс на ґрунті мандрівки виховання та освіти еліти, формування особистості Гранд-туру дає ґрунтовні підґрунтя для використання вітчизняних закладів формальної і неформальної освіти у туристичній пропозиції. Це потребує: 1) надавачам освітніх послуг з'ясувавши свою унікальність представити її суб'єктам туризму; 2) регіональним органам управління у сфері туризму налагодити співпрацю із закладами освіти як з об'єктами туристичного інтересу; 3) надавачам освітніх послуг пропонувати екскурсії до освітніх закладів туристичним підприємствам. Такі кроки сприятимуть Україні зайняти належне місце серед країн, що спеціалізуються на освітянському туризмі.

Левченко Стефанія

студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач вищ кат.,

викладач-методист Прилипко О.В.

ОСОБЛИВОСТІ ВІДПОЧИНКУ МЕШКАНЦІВ МІСТА ЗАПОРІЖЖЯ В 2020 РОЦІ

Актуальність теми дослідження пов'язана з тим, що туристичний бізнес став однією з головних жертв пандемії COVID-19 і теперішня ситуація у світі уповільнила процес подорожування у всьому світі і є важливим не довести до краху таку індустрію як туризм.

Метою дослідження є визначення особливостей стану туризму серед мешканців Запоріжжя та основних напрямків подорожування шляхом моніторингу і опитування місцевих жителів.

Завдання дослідження: визначити особливості туристичного бізнесу під час пандемії, розглянути основні напрямки відпочинку і їх переваги серед запоріжців у 2020 році.

Пандемія коронавірусу COVID-19 – це найбільше випробування, з яким зіткнувся світ із часів Другої світової війни. З'явившись в Азії наприкінці минулого року, вірус поширився на кожен континент окрім Антарктики, а станом на 13 травня в усьому світі підтверджено вже 4,17 мільйона випадків захворювання на коронавірус і 287 тисяч смертей [1].

Туризм став одним із тих секторів всесвітньої економіки, що постраждав найбільше у зв'язку з обмеженнями на пересування, а особливо складна ситуація склалася в авіаційній галузі.

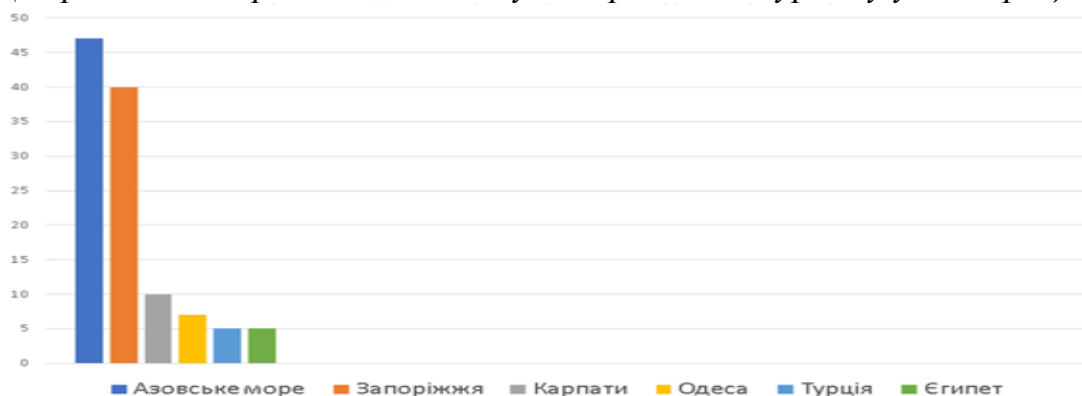
Станом на 20 квітня 2020 року через пандемію 100 % усіх міжнародних дестинацій ввели обмеження на в'їзд. Можна одразу зрозуміти, що така ситуація призведе до значного зменшення туристичного потоку у всі країни світу.

«Однозначно 2020 року українці значно більше відпочиватимуть в Україні: хтось вимушено, а хтось цілком свідомо, – кажуть у Coral Travel. Серед запитів і замовлень зараз переважають традиційні морські курорти України: Одеса, Затока, Коблево. За останні кілька років на цих курортах з'явилися готелі, які можуть стати гідною альтернативою закордонному відпочинку» [2].

Провівши опитування серед мешканців міста на вулицях та у соціальній мережі Інстаграм щодо основних дестинацій цього року (діагр 1.) отримали такі результати:

Серед 115 опитаних людей на першому місці по відпочинку стало Азовське море. На другому місці саме місто Запоріжжя. На третьому місці опинилися Карпати, а саме курорт Буковель. Одеса займає четверте місце. П'яте місце розділили вже напрямки закордон, це – Турція та Єгипет.

Діаграма 1. Напрямки відпочинку запорізького туризму у 2020 році



Якщо міжнародний туризм закритий, то це велика можливість вітчизняним туристичним підприємствам налагодити свою роботу і розвивати внутрішній туризм. Відтак, запорізький туристично-інформаційний центр постійно готує екскурсійні новинки для місцевих жителів. Тобто, у людей є можливість не виїжджаючи за кордон мати гарний відпочинок і обирати за своїм смаком. Наприклад, ви маєте змогу провести незабутній французький вікенд можна не полишаючи міста або провести культурно і пізнавально свій час вивчаючи ретро кінотеатри, що були у місці Запоріжжя [3].

Таким чином, незважаючи на закриття кордонів під час карантину, пандемія коронавірусу: а) збільшила потік туристів всередині країни; б) підвищила доходи вітчизняних туристичних підприємств; в) дала можливість для розвитку внутрішнього туризму; г) надала товчок для створення нових туристичних продуктів.

Література

1. Пандемія COVID-19 та її наслідки у сфері туризму в Україні. URL: <http://www.ntoukraine.org/assets/files/EBRD-COVID19-Report-UKR.pdf>
2. Туристичний сезон — 2020: аналіз, прогноз і трохи оптимізму URL: <https://thepage.ua/ua/exclusive/turistichnij-sezon-2020-analiz-prognoz-i-trohi-optimizmu>
3. Туристичний інформаційний центр URL: <https://zaporizhzhia.city/>

Масюткіна Анастасія

студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач Ніколаєва Л.Г.

ІНКЛЮЗИВНИЙ ТУРИЗМ В УКРАЇНІ: ПРОБЛЕМИ ТА МОЖЛИВОСТІ

Актуальність теми. Інклюзивний туризм – це вид відпочинку для усіх людей, включаючи людей з інвалідністю, який прирівнюється до соціальної та психологічної реабілітації. Туризм – це сфера яка працює на клієнта, але завжди має безліч перешкод для туристів – інвалідів. Сам термін містить в собі транспортне обслуговування, розміщення, харчування та інші послуги. Транспорт та пересування є головною перешкодою особливо для людей у візочках, яким потрібен супроводжуючий. Багатьом інвалідів в Україні про туризм можливо тільки мріяти, бо ця мрія може ніколи не здійснитись.

Метою статті є освітлення основних проблем вільного пересування під час подорожі людей з інвалідністю, впровадження нових програм та заходів щодо вирішення питань доступності інклюзивного туризму для людей з обмеженими фізичними можливостями.

В нашій країні 6,1% людей з інвалідністю, хоча в 2016 році їх було 5,8%. Серед них багато дітей, молоді (до 40 років), які займають активну життєву позицію. Саме подорожування приваблює їх, але як і більшість інвалідів світу, вони мають певні перешкоди [8].

Акцентування уваги на існуючій проблемі та знаходження можливостей для інклюзивного туризму – є важливою задачею сучасності в Україні.

Проблемам розвитку інклюзивного міжнародного туризму приділяли такі вчені: Труніна І.М., Науменко Л.Ю., Перфільєва М.В., Романенко Т., Хрущ Ю.М., Мальська М.П., Яріко М.О., які вивчали розвиток та можливості вільного пересування туристів з інвалідністю [9].

Рівень розвитку інфраструктури в США для людей з інвалідністю досяг найвищого показника. Інваліди – туристи можуть без перепон подорожувати до санаторіїв, курортів та пересуватись країною. Автобуси оснащені викидними платформами, які дозволяють з легкістю переміщуватися неповносправним, за одну поїздку в автобусі може вміщуватися в середньому 4 таких людини. Практично у всіх супермаркетах є міні електромобілі з кошиком для покупок.

Ними може скористатися кожна людина, якій важко переміщуватися (навіть людям з надлишковою вагою).

В Європейських країнах туризм для інвалідів дуже поширений. Про всі можливості пересування, інфраструктуру та прийняття гостя – турист з інвалідністю може дізнатися в соціальних мережах. Це є прибутковий бізнес в країні.

Україна славиться своїм багатством туристичних ресурсів та курортних місць які надають можливість реабілітації кожній людині. Україна має багатий туристичний потенціал, та природно – реабілітаційну базу, де є можливість відвідати культурно-історичну спадщину. В багатьох містах завдяки різним об'єднанням інвалідів та спонсорам інфраструктура стає більш адаптованою для людей з інвалідністю, але для розвитку туризму цього замало. Тому все більше осіб даного сегменту розглядають міжнародний туризм як вид активного відпочинку та пізнання туристичного світу.

Нормативні акти або закони щодо туризму даної категорії людей майже відсутні. Лише в Законі України «Про туризм» (ст. 4) за видом туризму розрізняють, зокрема, туризм для осіб з інвалідністю [9].

Але ми знаємо що у сучасному розвиненому світі українці з інвалідністю не можуть існувати самостійно їм постійно потрібна допомога інших. Вони обмежені завдяки багатьом перешкодами до об'єктів соціальної інфраструктури. Деякі з них не мають можливості відвідувати громадські міста, остовни культури користуватися транспортом, а особливо потягами та автобусами.

Інклюзивний туризм мало розвинений в Україні. Для людей у візочках основною проблемою є пересування не тільки по дорогах, в літаках, а й по ліфтам, магазинах, торгових центрів та ін. У людей без слуху більш розвинені інші почуття такі як зір, дотик. Вони не можуть почути навколишній світ, але можуть більш детально його зобразити в своїх малюнках. Сліпі люди не мають можливості бачити цей світ, але в них більш загострені почуття слуху та дотику і тому при складанні туру та відпочинку треба це враховувати.

Кожна людина з обмеженими можливостями хоче подорожувати, але в Україні майже немає можливостей для відпочинку інвалідам [4]. Не існує шкіл та курсів по навчанню екскурсоводів інклюзивного туризму.

В Конституції України стаття 21 підкреслюється, що усі люди є вільні і рівні у своїй гідності та правах. Права і свободи людини є невідчужуваними та непорушними. В ст. 27 зазначається, що кожна людина має невід'ємне право на життя. Ніхто не може бути свавільно позбавлений життя. Обов'язок Держави – захищати життя людини [4].

Хартія туризму, ст. 1. Право кожної людини на відпочинок і дозвілля включаючи право на розумне обмеження робочого дня та на оплачувану періодичну відпустку, а також право вільно пересуватися без обмежень, крім тих, які передбачені законом, визначається в усьому світі. З чого стає зрозумілим, що інваліди теж люди і мають право на відпочинок. Деякі з них по декілька років знаходяться замкнутими в своїх оселях та не можуть поїхати на відпочинок бо немає можливості навіть виїхати з своєї домівки. Вони стають

залежними та безпомічними, а для багатьох інвалідів туризм- це дуже дорогий вид відпочинку, бо держава не покриває витрати.

В останній час туроператори почали піклуватись про інвалідів, та складають пакети турів включаючи готелі, які приймають та обслуговують туристів з обмеженими можливостями [10].

Виходячи з вище сказаного хочемо зазначити, що туризм повинен бути привабливим, цікавим і доступним також для людей з обмеженими можливостями, для людей з інвалідністю, а особливо для тих хто пересувається у візках. Враховуючи усі тонкощі певної категорії туристів необхідно готувати обслуговуючий персонал для створення повноцінного відпочинку. Тому вважаємо, що цю тему треба висвітлювати та розвивати.

Література

1. Закон «Про соціальні послуги». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2671-19#Text>
2. Закон України «Про туризм». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/>
3. Смолич Д.В. Інноваційні методи управління проектами URL: http://e-forum.lntu.edu.ua/index.php/ekonomichnyu_forum/article/view/
4. Конвенція про права осіб з інвалідністю. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/>
5. ОТЕЛЬ Amara Dolce Vita. URL: [<https://www.angelsmarmaris.com>]
6. «Розвиток інклюзивного туризму в умовах соціалізації економіки регіонів» Галузь: Управління спортивно-оздоровчою діяльністю. URL: <http://www.nuos.edu.ua/upload/iblock/>
7. Статистика інвалідизації в Україні. URL: <http://ukrhelp.net/en/statistika-invalidizatsii-v-ukraine.html>. Туроператори України. URL: <https://turne.ua/touroperators>
8. Труніна І.М., Сосновська Ю.Р., Стан міжнародного туризму для осіб з інвалідністю в Україні. URL: <http://modecon.mnau.edu.ua/the-state-of-international-tourism/>
9. Туроператори України. URL: [<https://turne.ua/touroperators>]
10. Хартія туризму. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/>
11. Конституція України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/>

Мелконян Діана
студентка 2 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: викладач Ніколаєва Л.Г.

РОЛЬ ЗАМКОВОЇ СПАДЩИНИ ЗАХІДНОЇ УКРАЇНИ У РОЗВИТКУ ВІТЧИЗНЯНОГО ТУРИЗМУ

Україна має багату історико-архітектурну спадщину, яка упродовж багатьох століть виконувала роль оборонних споруд на містах – фортеці, замки, оборонні храми, міські укріплення. Пам'ятки оборонного типу, а саме замки, зараз знаходяться не в належному стані та потребують реконструкції. Основною проблемою нашого дослідження є руйнування часом історичних пам'яток (замків) на території Західної України як привабливих елементів туристичної інфраструктури.

Серед сучасних вітчизняних краєзнавців мало хто займається проблемою використання засобів оборонної діяльності як туристичної інфраструктури, їх збереженню та реставрації. В публікаціях представників історичної галузі, таких як: В. Вечерський, О. Мацюк, В. Горбик, О. Лесик та ін. простежується вивчення та збереження історичної спадщини та об'єктів культури. О. Жукова та М. Рутинський розглядали у своїх дослідженнях замкові комплекси, які слід використовувати як об'єкти туризму. Вивчення замкових споруд та їх територій потребує більш глибокого дослідження і висвітлення [1].

Метою нашої статті є визначення стану культурно-замкового спадку Західної України та з'ясування можливостей розвитку архітектурних історико-культурних ресурсів, як туристичної інфраструктури.

До 2014 року туризм в Україні стрімко розвивався і набирав великих обертів, але з початком гібридної війни в Донецькій області Україна стала мати небезпечний рівень для іноземних туристів. Проте західна частина України завжди приваблювала туристів своєю архітектурною спадщиною, природою, культурою, стравами та традиціями. Саме ця частина України має велике коріння історії від правління Польщі, Австрії, Угорщини, Румунії до об'єднання з Наддніпрянською Україною.

У Законі України «Про охорону культурної спадщини» зафіксовано, що замки є об'єктом культурної спадщини та занесені до Державного реєстру нерухомих пам'яток України [2].

Замок – це укріплена будівля, яка поєднує житлові та оборонні споруди, зазвичай оточене високим кам'яним муром з кількома вежами. Упродовж багатьох століть вони грали провідну роль в системі міст – захищали їх від ворожих нападів і завдяки своїм масштабам ставали основою системам укріплень, які сприяли розвитку внутрішньої та міжнародної торгівлі України [3, с. 202-203].

Наразі замки змінили своє функціональне призначення. До нашого часу найбільш велика їх спадщина зберіглася саме на заході України.

Багато з них втратили свою привабливість. Усім відомо, що вікові об'єкти не можуть бути вічними. Вони, як живі істоти, потребують постійної підтримки

з боку людства. Коливання землі, вплив повітря та опадів, перепади температури – все це руйнує матеріал, з якого вони побудовані. Тому деякі з них знаходяться в стані руїн: Бучацький замок у Тернопільській області, Добромільський замок Львівщини; Клеванський замок в Рівненському районі Рівненської області, Кременецький замок в м. Кременець Тернопільської області, Микулинецький замок Тернопільської області, Невицький замок Ужгородського району Закарпатської області, Хустський замок у місті Хусті Закарпатської області [4].

Але ми можемо відмітити, що є замки, які до початку 20 століття залишались у користуванні власників і тому зберегли свій стан та стали частиною туристичної інфраструктури і залежно від своєї придатності використовуються:

- під історико-архітектурні музеї: Олеський замок, Ужгородський замок, Острозький замок, Золочівський замок в місті Золочеві Львівської області;
- під заповідники: Меджибізький замок, Чортківський замок у місті Чорткові у Тернопільській області, Золочівський замок, Кам'янець-Подільський замок у місті Кам'янець-Подільський Хмельницької області.

В деяких містах Західної України місцева влада не байдужа до замкових історичних пам'яток, тому займається реставруванням.

Табл. 1. Замки, в яких триває реставрація

Замки	Місцезнаходження	Останній власник	Тривалість реставрації
Поморянський замок	в селищі Поморяни Золочівського району Львівської області	ПТУ (1978)	з 2016
Невицький замок	біля села Кам'яниця Ужгородського району Закарпатської області	Род Другетів (до 1644)	з 2018 (у 2018 році впала вежа-донжон, яка була в аварійному стані)
Жовківський замок	в місті Жовква Львівської області	В повоєнні часи там мешкали жовківчани та офіцери Радянської армії. Використання замку в житлових цілях тривало до початку XXI століття.	з 2017
Меджибізький замок	у селищі Меджибіж Хмельницької області	За радянських часів до початку 1930-х років в замку квартирували військові підрозділи. Згодом у ньому розмістили маслозавод.	з 2015
Свірзький замок	у селі Свірж Перемишлянського району Львівської області	Національна спілка архітекторів України з 1997	з 2018

Під час пандемії 2020 туризм змінив свій напрям від міжнародного до внутрішнього і саме зараз, коли зменшився потік іноземних туристів, з'явилася можливість для покращення туристичної інфраструктури в Україні. В 2021 році за ініціативою міністерства в рамках програми «Велике будівництво» розпочнеться масштабна реконструкція 100 культурних об'єктів України, зокрема таких замків: Підгорецький замок, Острозький замок та Бережанський

замок. Відновлення пам'яток збільшить нові туристичні маршрути, покращить економіку країни завдяки збільшенню потоку туристів [5].

Висновок: підводячи підсумки нашої статті ми можемо зазначити що культурно-замкова спадщина є привабливим історичним об'єктом і тому в рамках програми «Велике будівництво» кількість діючих замків Західної України збільшиться, що в свою чергу прибавить туристичних об'єктів України. Замки, як пам'ятки архітектури та історична спадщина, залишаються витворами мистецтва і завжди приваблюють своєю історією та таємничістю.

Література

1. Жукова О.В. Музеєфікація замкових комплексів України як один із засобів їх збереження / О.В. Жукова // Археометрія та охорона історико-культурної спадщини. – 2004. URL: <http://www.rnyslenedrevo.com.ua/uk/Sci/Archeology/Archeometry/Heritage/CastlesMuseums.html>.
2. Закон України «Про охорону культурної спадщини»: документ 1805-III, чинний від 08.06.2000 р., поточна редакція – редакція від 16.10.2020, підстава - 124-IX.
3. Петранівський В.Л. Туристичне краєзнавство / В.Л. Петранівський М.Й. Рутинський: навч. посіб., за ред. проф. Заставного Ф.Д. – К.: Знання, 2006. – 575 с.
4. Порада туристу: Наймальовничіші руїни України, або Уламки замкової краси. URL: <https://www.ukrinform.ua/rubric-tourism/2110986-porada-turistu-najmalovnicisi-ruini-ukraini-abo-ulamki-zamkovo-krasi.html>.
5. Ткаченко анонсував «велику реставрацію» об'єктів культури. URL: <https://www.slovoidilo.ua/2020/07/09/novyna/kultura/tkachenko-anonsuvav-velyku-restavraciyu-obyektiv-kultury>.

Токарчук Альона

студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: канд. наук держ. упр., доц. Яцук Н.В.

ВПЛИВ КОРОНАКРИЗИ НА ТРАНСФОРМАЦІЮ ТУРИСТИЧНОЇ ГАЛУЗІ

Словниковий запас кожного з нас поповнився такими всесвітньо відомими словами, як: коронавірус, карантин, пандемія, локдаун. За цими словами стоїть падіння економіки, обмеження прихильників мандрувати світом. І за підрахунками ВТО сфера туризму в 2020 році від коронакризи втратила 1,3 трлн доларів, а український туризм через пандемію втратив близько 60 мільярдів гривень. Та майбутнє полягає в подоланні криз, адаптації до нових змін та готовності до нових викликів. ВТО оптимістично прогнозує вихід із кризи для туристичної сфери, адже посилення темпів зростання туристичних

потоків може бути пов'язано зі стартом вакцинації від коронавірусу. Саме це, на думку експертів буде поштовхом до пом'якшення режимів і стимулює відновлення туристичних потоків. Більшість експертів очікують повернення до рівня, що був до пандемії в 2023–2024 роках. Та питання постає в іншому. Як вести туристичний бізнес та як подорожувати в нових умовах?

Адже вчені роблять прогнози, що Covid-19, вірус до якого людству треба буде призвичаїтись. І звичне слово «vacation» (відпустка) пов'язуватиметься зі словом «vaccination» (вакцина). І ми всі – організатори відпочинку, і туристи маємо навчитися подорожувати за новими правилами. Маємо виробити такі умови та формат відпочинку, які будуть поєднувати у собі нові вимоги та можливості не мінімізувати обмеження подорожуючих.

Країни стали отримувати нові статуси, які свідчать про рівень їх безпеки для відвідування, змусили туристів обирати напрямки для відпочинку більш вдумливо. Так, ранок туристичного менеджера та оператора починається із визначення ковідного статусу країни. Наприклад, станом на лютий для українських туристів були відкриті 95 країн, найвідомішими з яких є: Домініканська Республіка, Мальдівські острови, Таїланд, Танзанія, Чорногорія, Мексика, ОАЕ, Єгипет та Туреччина .

Пандемія перевела туристичний бізнес на новий рівень безпеки. Як на організаторів відпочинку, так і на туристів покладається ще більше відповідальності аніж раніше. Так, перетин кордону можливий при дотриманні адміністративних умов (наявність закордонного паспорту та візи) та дотримання санітарно-епідеміологічних норм (ПЛР-тестування, маски, соціальна дистанція).

Щодо послуг підприємств які беруть участь в обслуговуванні туристів то одним із важливих нововведень в закладах розміщення стала «сертифікація безпеки» яка полягає в тому, що туристів приймають лише ті готелі, які пройшли ретельну ревізію на дотримання жорстких карантинних норм.

Наразі для підвищення рівня безпеки авіакомпанії вже проводять тестування різних форматів «паспорта здоров'я» або «паспорта вакцинації», що являтиме собою цифровий показник вакцинації. Це зроблено для того, щоб країни які залежні від туризму могли вільно приймати туристів. А наразі вже запроваджені заходи безпеки: обов'язкове вимірювання температури, в салоні літака дотримується соціальна дистанція 1.5 м., всі люди, що знаходяться на борту літака мають бути в медичних масках.

Найактивне до напрацювання заходів безпеки та протидії ковіду стали представники країни-лідери у сфері туризму – Туреччини. Одними з перших встановили те, що багаж не передається з рук в руки, обробляється холодним паром таким же методом обробляється і автобус після перевезення чергової групи туристів, як і після виселення туристів, номер також обробляється холодним паром для дезінфекції. Максимальна кількість людей в автобусі-20. Соціальна дистанція зберігається при розташовані шезлонгів. В готелі встановлено масковий режим та температурний скринінг. Кухарі працюють у захисних щитках, офіціанти та бармени в масках та гумових рукавичках [3].

Отже, коронакриза формує нову систему організації відпочинку та обслуговування. Поряд з дистанцією, масковим режимом, вакцинацією набуває значного поширення різні електронні сервіси які сприяють обслуговуванню значної кількості людей мінімізуючи їх скупчення.

Література

1. Всесвітня рада з подорожей та туризму. URL: <https://www.unwto.org/>
2. Міністерство охорони здоров'я України(список країн відкритих для українців. URL: <https://moz.gov.ua/>
3. Сайт турецької туристичної компанії «ODEON Tours». URL: <https://www.odeontours.com/>

Чирва Марія

студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: канд. наук держ. упр., доц. Яцук Н.В.

СТОРИТЕЛЛІНГ – ЯК СПОСІБ ДОСЯГНЕННЯ ЕФЕКТУ «ВАУ» В ЕКСКУРСІЙНІЙ СПРАВІ

Екскурсійна справа перебуває у стані пошуку нових форм заохочення екскурсантів оскільки звичайний тип оглядової екскурсії перестав бути цікавим для сучасного споживача. На користь цієї тези говорять і результати проведеного опитування студентів ВСП «ЕПФК ЗНУ». Так, 33% опитуваних вважають екскурсії нудним заняттям та 40% не визначились. Під час інтерв'ю студенти зауважили, що зараз є онлайн екскурсії та Вікіпедія, тому немає необхідності аитрачати гроші та час. Наразі популярною стає квест-екскурсія, в якій комбінується класична екскурсія та гра (квест). Екскурсія - це організоване відвідування пам'яток. Квест – це гра, де учасники повинні вирішити різні логічні завдання, знайти необхідну інформацію, навчитися працювати з інформаційними ресурсами, здійснювати пошук необхідної інформації і грамотно її застосувати. Отже, звичайної розповіді під час екскурсії з традиційними методами розповіді наразі замало.

Скористаємося мистецтвом кінематографу який також ґрунтується на розповіді і показі щоб визначити що приваблює людей. Як з'ясувалося – це використання в фільмах та серіалах «ефекту ВАУ».

Саме на досягненні такого ефекту побудована найпопулярніша соціальна мережа Tik-tok (перегляд коротких відео до 1 хвилини). Глядачам достатньо 3 секунд щоб зрозуміти чи продовжувати перегляд. В кожному ролику є своя історія, а це фундамент сторітеллінгу. Навіть у вересні 2020 року був тренд на відео, де люди розповідали історії успіху чи невдач на власному досвіді. Отже, люди люблять слухати і дивитися історії які розповідають тобто storytelling.

Започаткований маркетологами сторітеллінг (storytelling) як прийом, що використовується з метою ефективного донесення інформації через історії про

товар, послугу чи бренд з бізнесу почав перекочувувати у інші сфери, зокрема туристичну. Існує три основних правила сторітеллінгу які здатні перетворити просту історичну інформацію перетворити на так би мовити захопливий сюжет.

Це по-перше, опис місця подій (як люди почували себе, що одягали, що робили, який запах був тощо). По-друге здійснити вибір героїв (головні персонажі історії та другорядні, антигерої які будуть перешкодою для досягнення мети) та по-третє сюжет (послідовність подій, використання основних правил сюжетних ліній).

Застосувавши ці правила екскурсовод унікальну інформацію, архівні дані, результати інтерв'ю трансформує в сюжетну лінію, що занурить екскурсантів в події того часу дасть можливість людям відчувати себе учасниками цієї історії, і тим самим спричинить ефект «вау». Порівняємо подачу класичної інформації яку подає екскурсовод з інформацією в стилі сторітеллінгу на прикладі тексту про Прибутковий будинок Шенделя Ф.А. (Колишній готель «Росія») (табл.1.)

Табл. 1. Порівняльна таблиця тексту в класичному варіанті та з використанням методу сторітеллінгу

Звичайна інформація	Метод сторітеллінгу
<p>Побудований у 1912 році на місці згорілого двоповерхового житлового будинку (зведеного у 1888 році) для розміщення невеликих магазинів на першому поверсі та готелю «Росія» на другому. Належав пруському підданому Ф.А. Шенделю.</p> <p>Перший поверх здавався в оренду під магазини. Більша частина елементів фасаду не збереглася до наших днів.</p> <p>Всі декоративні елементи, які знаходилися вище карнизів були знищені. Збереглися в оригінальному виконанні двоє дерев'яних дверей, які нагадують про високу майстерність їх виконання.</p> <p>З 1922 року у будинку колишнього готелю «Росія» розміщувався «Усельбудинок». Потім багато років належав виробничо-торговому підприємству «Селена». Сьогодні перший поверх займають магазини.</p>	<p>При трагічній пожежі у 1888 році будівля була майже зруйнована. 24 роки на цьому місці були погоріли залишки життя міщан, але виходець с Пруссії дав друге життя та відкрив власний готель. На цьому місці</p>

Отже, гіді-екскурсоводи повинні відточувати і розвивати свої навички розповіді. «природні здібності» не дають гарантований результат, тому будь-хто можете стати неймовірним оповідачем лише використавши метод сторітеллінгу. Дотримання лише трьох правил дадуть можливість відновити індустрію екскурсійної справи та перетворити уявлення про екскурсію загалом.

Література

1. How to tell great stories on tour? Story telling advice for guides! URL: <https://www.beabetterguide.com/video-how-to-tell-great-stories-on-tour-story-telling-advice-for-guides/>
2. What Is Storytelling? URL: <https://storynet.org/what-is-storytelling/>

СЕКЦІЯ «ПРИРОДНИЧІ ДИСЦИПЛІНИ»

Акімова Юлія

студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач вищ. кат.,

викладач-методист Учуєва О.В.

РУХОВА АКТИВНІСТЬ, ЯК ОБОВ'ЯЗКОВА СКЛАДОВА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Одне із самих головних завдань суспільства – це виховати духовно, фізично, соціально, морально здорову людину, бо стан здоров'я українців свідчить про реальну загрозу вмирання нації. Доречний буде вислів який сказав свого часу Сократ: «Здоров'я – це ще не все, а все інше без нього ніщо».

На даний момент відхилення у здоров'ї мають майже 90% дітей дошкільного віку, студентів та учнів. Згідно статистики можна дізнатися, що всього лише за 5 років збільшилася кількість учнівської молоді до спеціальних медичних груп аж на 41% [7].

Здоров'я – це стан повного психологічного, фізичного і соціального благополуччя (ВООЗ). Також це комплекс соціальних, духовних, фізичних навичок, які є основою довголіття людини, умовою її працездатності (зокрема забезпечують успіхи у навчанні), здійснення творчих планів, створення міцної сім'ї, народження і виховання дітей. Воно асоціюється з бадьорістю, спокоєм, гарним самопочуттям і настроєм. Найчастіше людина починає замислюватися про своє здоров'я коли хворіє, тому турбота про нього не повинна бути проблемою, а має стати образом життя, обов'язковою справою [2].

Рухова активність – рух, що потребує енергії. Рух – це життя. Звичайно наявність особистого транспорту, сучасні технології та механізація праці полегшують повсякденне життя людей, але сумно що це позбавляє наш організм м'язових зусиль і досить таки знижує активність. Виокремлюють 3 види рухової активності: низька (сидіння за робочим столом, повільна ходьба, робота чи ігри за комп'ютером, перегляд улюблених програм по телебаченню); помірна (прибирання оселі, робота на городі, гра в піаніно, швидка ходьба); інтенсивна (заняття фізкультурою, танці, біг, рухливі ігри) [1].

Існує інша думка, щодо видів рухової активності. Розподіляють у відповідності до ступеня впливу на організм на недостатню (викликає погіршення стану здоров'я передчасне старіння організму) мінімальну (підтримує нормальний функціональний стан організму і не має впливу на роботу систем), оптимальну (найбільш високий ступінь життєдіяльності організму, впливає на роботу м'язів, стан кісток, серце, дихальну, ендокринну і нервову систему) та максимальну (надмірні навантаження, які призводять до перевтоми).

Змінення фізико-хімічних властивостей м'язових білків, погіршення скорочення скелетних м'язів, вимивання з кісткової тканини кальцію – це

наслідок відсутності рухової активності (7–9 діб) у людей які не мають фізичної підготовки. За цей час знижується реакція організму до недолику кисню, перегрівання і охолодження. Гіподинамія у них призводить до розпаду складно-координаційних рухових дій. Вона дуже згубна для дітей, при недостатньому її об'ємі діти частіше хворіють, відстають у розвитку від своїх однолітків. Мають порушення в опорно-руховій постанові і руховій функції. А на діяльність серцево-судинної системи відбивається як і надлишок, так і недолік рухової активності. У людей які мають фізичну підготовку ці розпади менше себе проявляють [5].

Дослідження зарубіжних і вітчизняних авторів (таких як О. Аксьонова, Є. Аркіна, Є. Вавілова, Е. Вільчовська, О. Гнізділова) показують, що прогресивне зростання спортивних результатів, вдосконалення рухової активності можливе лише при високому, максимальному рівні рухової активності. Він надає вплив на розвиток фізичних якостей [3].

При плануванні фізичного навантаження потрібно слідувати індивідуальним нормам, які б забезпечували розвиток. Фізичний розвиток відповідає середнім віковим нормам людини. Молодому організму необхідна рухова активність, тому саме в молодшому віці починається залучення до занять фізичними вправами.

Науковці приводять такі факти позитивного впливу фізичних вправ на здоров'я: довголіття, зниження кров'яного тиску, профілактика діабету, покращення пам'яті і пізнання здібностей, здоров'я серцево-судинної системи, зниження ризику інсульту, міцність кісток, сила м'язів, підтримання ваги і енергетичного балансу, покращення нічного сну, потужний антидепресант, зниження холестерину, зменшення запалення дихальних шляхів у людей які страждають астмою [6].

Цікаво знати, що людина біологічно так би мовити «запрограмована» на велику кількість рухової активності. Японські вчені помітили, що за останні 10 років захворювання на діабет рівно збільшенню кількості автомобілів, бо пересування на транспорті сприяє розвитку огрядності (вона призводить до такої хвороби) [4].

Отже, рухова активність дуже важлива, вона здатна замінити всі ліки, але жодні ліки не замінять її.

Література

1. Види рухової активності URL: <http://ananiev-rda.odessa.gov.ua/ananiev-novini/vidi-ruhovo-aktivnost-vpliv-ruhovo-aktivnost-na-zdorovya/>.
2. Визначення про здоров'я. URL: http://dlse.multycourse.com.ua/public_html/files_uploaded/Screenshot_14.png.
3. Дані про дослідження зарубіжних і вітчизняних авторів. URL: <http://bdpu.org/wp-content/uploads/2020/05/9.-Rukhova-aktyvnist-.pdf>.
4. Дослідження японських вчених. URL: <https://www.apteka.ua/article/569948>.
– Назва з екрана.

5. Наслідки незначної відсутності рухової активності. URL: http://manschool2.at.ua/index/zdorovij_sposib_zhittja_i_fizichna_kultura_chasti_na_2/0-36.
6. Позитивні факти. URL: <https://life.nv.ua/ukr/krasota-i-moda/na-zdorov-ja-18-faktiv-motivujuchih-zajmatisja-sportom-navit-koli-duzhe-lin-165083.html>.
7. Статистичні дані про спеціальні медичні групи. URL: <https://voladm.gov.ua/article/plan-zahodiv-na-2021-2023-roki-z-realizaciyi-strategiyi-rozvitku-volinskoyi-oblasti/>.

Єрмолова Єлизавета

студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач вищ. кат.,

викладач-методист Учуєва О.В.

ЗДОРОВЕ ХАРЧУВАННЯ ПІДЛІТКІВ – ЗАПОРУКА ЗДОРОВ'Я

Харчування – це важлива складова правильних фізіологічних процесів в підлітковому організмі. Від харчування залежить ріст, розвиток, оптимальне функціонування всіх систем організму і органів, опірність його хвороботворним факторам. Тому тема здорового харчування підлітків є актуальною.

Згідно досліджень українських науковців лише 10,3% дітей харчувалися збалансовано (і то лише двічі на день, що не може перекрити добову потребу в макро- і мікроелементах). 86,5% батьків вважали, що раціон дітей є збалансованим і їх діти харчуються регулярно [1; 2].

На думку дієтологів, сучасний студент повинен харчуватися не менше чотирьох разів на день. Однак найчастіше порушення в харчуванні пов'язані з недотриманням режиму вживання їжі [3].

Немає нічого дивного в тому, що дитина часто хворіє, втомлена, неуважна, якщо в її раціоні багато хлібо-булочних виробів, солодоців, смажених овочів, сосисок – ці продукти мають низьку харчову цінність (мало мінеральних речовин, вітамінів, білків, харчових волокон, складних вуглеводів і багато цукрів, насичених жирів)

Підліткам необхідно вживати кисломолочні продукти, сир, молоко, м'ясні та рибні страви. Картоплю чи макарони, краще замінити на варені овочі. Розуміння того, що розмаїття їжі, збалансованої за основними групами продуктів; може задовольнити потреби підлітка в усіх необхідних речовинах.

Основним матеріалом для побудови органів і тканин людини являються білки. Основною відмінністю білків від вуглеводів і жирів є те, що вони містять Нітроген, тому білки не можемо замінити іншими речовинами. Жири – необхідний компонент їжі, для задоволення енергетичних потреб. На загально добові витрати перепадає 20-30%. Обов'язково потрібно споживати складні вуглеводи, які містять клітковину, вона необхідна для травлення [1].

Підлітки звертають увагу на своє тіло, а тому обмежують себе в споживанні їжі. Раптові зміни у харчуванні, постійні дієти або неконтрольоване вживання їжі, втрата ваги, вимушене заняття фізичною активністю, депресії і соціальна ізоляція у підлітків являється причинами для занепокоєння батьків і педагогів.

Кожна п'ята смерть спричинена неправильним харчуванням. За дослідженням яке було проведено в 195 країнах, і показало що 10 мільйонів на рік в середньому помирають через хвороби зв'язані з неправильним харчуванням, але ці смерті можна було уникнути, якщо кожен підліток вів здоровий спосіб життя і правильно харчувався.

Внаслідок неправильного харчування, підлітки часто отримують такі хвороби: гастрит, виразкова хвороба, ожиріння, анорексія, булімія, дистрофія та інші.

Анорексія та гастрит одні з найбільш розповсюджених хвороб. Анорексія – повна відсутність апетиту, зазвичай через нервові зриви та порушення психіки через дуже сурові дієти.

Причини анорексії: порушення адекватного сприйняття маси свого тіла, нав'язаний стереотип «ідеальної фігури», депресії, психічні захворювання, порушення режиму прийому їжі.

Гастрит – це запалення оболонки шлунку, яке приводить к порушенню роботи травної системи. Без лікування гастрит може перейти на хронічні захворювання, які можуть перейти у виразку та рак.

Причини виникнення гастриту: неправильне та нерегулярне харчування, бактерія *Helicobacter pylori*, тривале та неконтрольоване споживання препаратів, які можуть подразнювати оболонку шлунку, стрес тощо [4; 5].

Поради щодо здорового харчування:

Необхідно споживати багато фруктів та овочів, в них міститься багато вітамінів. Також не слід забувати про злаки, картоплю та макаронні вироби. Вживати м'ясо риби, птиці та інше; молочні продукти: йогурти, молоко, сири.

Варто слідкувати за вмістом солі, цукру та вуглеводів. Краще смажене замінити на варене, тушковане або запечене і не забувати про питний режим.

Тим хто хоче схуднути дієтологи радять замінити ковбасу і сосиски на м'ясо, відмовитись від солодкого або вживати його у невеликих дозах.

Щоб мати відчуття насиченості і не переїдати дієтологи радять: їсти теплу їжу, розділити на 4 прийоми їжі, на рівні проміжки часу, не пропускати сніданок, кожен шматочок пережовувати близько 20 секунд

Якщо додати один з таких продуктів як: ананас, грейпфрут, чорницю, броколі, спаржу, капусту і зелений чай, то вони активізують метаболізм, налагодять травлення, знизять артеріальний тиск і рівень холестерину. Ще один важливий компонент – це сон, якого часто бракує сучасним підліткам.

При недосипанні людина набирає на 40% більше калорій, через гормон який відповідає за відчуття ситості, тому щоб не переїдати та висипатись повинні засинати не пізніше 23:00, а вечірній перекус який багато хто любить треба зробити за 2 години до сну.

Дотримуючись цих правил, можна відвести від себе багато хвороб. Зробіть так щоб правильне харчування стало вашою позитивною звичкою.

Література

1. Банковська Н.В. Гігієнічна оцінка стану фактичного харчування дорослого населення України та наукове обґрунтування шляхів його оптимізації. автореф. дис... канд. мед. наук: 14.02.01, К.: Нац. мед. ун-т ім. О.О. Богомольця, 2008. – 24 с.
2. Цимбаліста Н.В. Стан фактичного харчування населення та аліментарно обумовлена захворюваність // Проблеми харчування / Цимбаліста Н.В., Давиденко Н.В., – 2008, №1–2. – С. 32–35.
3. Рациональне харчування студентів – основа їхнього здоров'я. URL: <https://www.cuspu.edu.ua/ua/2014-rik/2-mizhnarodna-internet-konferentsiya-2014/section-4-5-6/1292>.
4. Особливості харчування підлітків. URL: <https://www.bsmu.edu.ua/blog/5041-osoblivosti-harchuvannya-pidlitkiv/>
5. Хвороби, які виникають від неправильного харчування. URL: <https://harchi.info/articles/hvoroby-yaki-vynykayut-vid-nepravyl'nogo-harchuvannya>

Жуков Данило

студент 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач Шпуганич І.Г.

ФІЗИКА В ПРОФЕСІЯХ

Знання з фізики потрібні людині як у побутовому житті, так і в її майбутній професії. Я хочу розповісти вам про п'ять професій в яких необхідно знати закони фізики, а саме про: кухаря, водія, електрика, лікаря та архітектора.

Кухар. Всі ми – люди різні, але всі ми любимо смачно та багато поїсти. Саме тому і існує така чудова професія як кухар. Кухня є найкращим місцем для спостереження фізичних явищ, вони там зустрічаються чи не постійно. От наприклад, явище дифузії. Випікаючи млинці, запах повільно буде розповсюджуватися по всій квартирі і знаходячись вже в іншій кімнаті ми зрозуміємо, що на кухні готують млинці. Що відбувається? Молекули запаху проходять між молекулами повітря і розповсюджуються далі, так ми і чуємо запах млинців, хоч і не знаходимось на кухні. А от випаровування ми бачимо майже чи не щодня, коли заварюємо чай. Поговоримо трохи про кухонні прилади. Чому ручки каструль та сковорідок роблять з пластику або дерева? Тому що дерево і пластмаса є поганими провідниками тепла і довго нагріваються та доторкнувшись до них, людина не обпечеться. А от метал навпаки, є чудовим провідником і швидко розігрівається. От ми розкрили ще одне фізичне явище кухні – теплопровідність. Якщо ми заваримо воду до стану окропу, то помітимо, що на кришці утворюються краплі – це конденсат. Річ у тому, що при нагріванні вода переходить у газоподібний стан, та піднімаючись

догори, починає охолоджуватися та на стінках віддає лишню воду. Так і утворюється конденсат.

Водій. Водій це професія, в якій майже на кожному кроці можна зустріти фізичні явища. Скоріше перейдімо до них. Взимку зранку водій прокидається та сідаючи за кермо, він зустрічає перше явище – прогрівання двигуна. Водій прогріває машину близько 3-5 хвилин, і саме після цього починає рух з місця. Якщо цього не робити, то деталі двигуна швидко зносяться, що приведе до передчасного ремонту та різкого підвищення витрати палива. Далі водій пристібає пасок безпеки. Це придумано для того, щоб при різкому гальмуванні людина не вилетіла через лобове скло, оскільки її рух буде за інерцією. Потім водій їде на заправку, щоб заправити машину. Водію це вигідніше робити вранці, поки холодно, адже при такій температурі бензин стискається сильніше і його більше влізе в бак [5].

Лікар. Професія лікаря в наш час дуже необхідна та важка, і це факт. Доказом цього є епідемія минулого року. Лікарю необхідно мати знання роботи медичних приладів, таких як дефібрилятор чи тонометр. Також треба пам'ятати особливості ультрафіолету, випромінювання рентгенівського апарату тощо. Річ у тому, що рентгенівське випромінювання у великих кількостях може серйозно нашкодити здоров'ю людини, викликаючи ушкодження шкіри. А ультрафіолетове світло має бактерицидні властивості, тобто може дезинфікувати кімнати, але при тривалому впливі на людину може викликати зміну клітин шкіри або запальну реакцію очей. Також у справі лікаря визначну роль грає тема оптики. Лікар офтальмолог повинен точно знати які окуляри виписувати пацієнту та коли їх носити. Саме тому лікарю потрібно знати ці нюанси в своїй справі [4].

Електрик. Наше життя важко уявити без електрики. У декого навіть вимкнення світла може викликати значне хвилювання. Але навіть маленька поломка розетки може загрожувати коротким замиканням та пожежі. Саме тому спеціальність електрика є одна з самих затребуваних в сучасному світі. Електрику потрібно мати знання видів та причин поломки електроприладів; правила ремонту несправних електроприладів; способи захисту та правила техніки безпеки.

Архітектор. Професія архітектор теж є однією з самих затребуваних в нашому світі. Пов'язано це з тим, що ця спеціальність передбачає архітектурне проектування на професійному рівні. В обов'язки спеціаліста цієї справи входять організація архітектурного середовища, проектування будівель і розробка об'ємно-планувальних та архітектурних рішень це все має значну роль. Велике значення мають стійкість, жорсткість та міцність конструкції, адже якщо це визначити неправильно, то будівля може просто впасти і завдати великої шкоди.

Література

1. Наслідки ультрафіолетового (УФ) випромінювання для здоров'я Всесвітня Організація Охорони Здоров'я – 2021 URL: <https://www.who.int/uv/health/ru>

2. Чи потрібно прогрівати двигун взимку // AmasterCar – 2021. URL: https://amastercar.ru/articles/engine_car_29.shtml
3. Фізика у твоїй майбутній професії / Кульова Л. Є. – 2018. URL: <https://vseosvita.ua/library/fizika-u-tvoij-majbutnij-profesii-70752.html>
4. Професії пов'язані з фізикою та їх заробіток. Фізика в професії Архітектора // bizplas – 2021. URL: <https://bizplas.ru/professii-svyazannye-s-fizikoi-i-ih-zarabotok-fizika-v-professii-arhitektora/>
5. Забезпечення просторової жорсткості будівель // know-house – 2021 URL: http://www.know-house.ru/info_new.php?r=const_sys&uid=4

Заруба Соф'я

студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Наук. кер.: викладач вищ. кат.,
викладач-методист Учуєва О.В.

ШЛЯХИ РОЗВИТКУ ПАМ'ЯТІ

Дане дослідження присвячене питанню розвитку пам'яті у сучасній молоді і являє собою огляд різних методик запам'ятовування інформації.

Сутність проблеми зводиться до того, що в сучасному суспільстві люди перестали приділяти увагу розвитку своєї пам'яті через велику кількість і доступності цифрових носіїв. Однак існують ситуації, коли електронними носіями людина не може або не має права скористатися, прикладом може бути складання іспитів, ЗНО або отримання водійських прав.

Пам'ять – психічний процес, який полягає в закріпленні, збереженні, наступному відтворенні та забуванні минулого досвіду, дає можливість його повторного застосування в життєдіяльності людини [1].

Науковці виділяють три основних етапи обробки інформації: кодування, зберігання, відновлення (або витяг)

Кодування – свідоме сприйняття мозком звуків, зображень, фізичних або сенсорних відчуттів.

Дослідження показують, що ми краще запам'ятовуємо події і запам'ятовуємо їх довше, коли використовуємо семантичне кодування [2]. Прикладом семантичного кодування служить формування спогадів зорової, слухової, нюхової та інших систем організму.

Вся інформація зберігаються в різних відділах головного мозку. Нейрони передають один одному сигнали, які сприймає людина і формують тимчасові або довгострокові зв'язки. Нейробіологи вважають, що саме нейронна активність і сила цих зв'язків створюють пам'ять [3].

Для відновлення спогадів мозок «відтворює» або переглядає нервові шляхи, створені при формуванні пам'яті. Повторний виклик інформації допомагає зміцнити ці зв'язки і спогади, тому такі методи, як почитати нотатки або використання карток, допомагають зберігати інформацію.

Існують різноманітні методи зміцнення і розвитку пам'яті. Дослідження доказало, що люди які спали 8 годин після того, як дізналися нову інформацію, краще запам'ятовували її в порівнянні з тими, у кого не було можливості мати повноцінний сон [4]. В ході аналізу дослідних даних психолог Ніколя Дюме визначив, що сон не тільки захищає наш мозок від забуття спогадів, але і допомагає краще відновлювати спогади. Якщо недосипати, нейрони мозку мають надмірне навантаження великою електричною активністю, тому нові спогади не можуть бути збережені [5].

Фізичні вправи поліпшують приплив крові до мозку. Вчені з Національного інституту старіння виявили, що аеробні вправи, такі як біг, пов'язані з поліпшенням пам'яті [6].

Подібні вправи викликають високий рівень білка (катепсина В), який викликає взаємодію нейронів і формує нові зв'язки в гіпокампі. Однак для поліпшення пам'яті краще робити вправи приблизно через 4 години після навчання.

В численних дослідженнях доведено роль повноцінного харчування для розвитку пам'яті. Раціон, що складається в основному з овочів і фруктів, оливкової олії, морепродуктів і горіхів, багатих на корисні ненасиченими жирами, сприяє поліпшенню пам'яті.

З погляду фізіології в основі пам'яті лежать досить складні структурно-хімічні перетворення на системному і клітинному рівнях головного мозку, які можна розвивати.

Мнемоніка (з грецької *mnemo* – пам'ять) – це сукупність технік для запам'ятовування інформації. Вона заснована на двох принципах: створення асоціативних зв'язків. Краще за все ми запам'ятовуємо те, що пов'язано з уже відомою інформацією. Зміна типу інформації. Щось на зразок перетворення PDF-файлів на DOC. Наприклад, замість того, щоб запам'ятовувати цифри, запам'ятовуєш слова. Або замість слів запам'ятовуєш образи. Основне завдання – «зашифрувати» інформацію так, щоб полегшити її запам'ятовування, згадування і відтворення [7].

Акронім – це аббревіатура, що складається з початкових слів, словосполучень, віршиків для запам'ятання інформації.

Створення палацу, куди «завантажуємо» усе, що потрібно запам'ятати. Для прикладу, спробуємо зі своєї кімнати: уявимо її в деталях. Добре знаємо це приміщення і зможемо «зберігати» там інформацію.

Дослідження показують, що в середньому людський мозок може зберігати 4 різних елемента в своїй робочій (короткострокової) пам'яті. Але, групуючи інформацію в більш дрібні набори, ми можемо запам'ятовувати набагато більше.

Фізичний акт письма стимулює клітини в головному мозку, ретикулярної активаційної системи (РАС). Коли спрацьовує РАС, мозок приділяє більше уваги тому, що людина робить в даний момент. Коли пишемо від руки, мозок активніший у формуванні кожної букви в порівнянні з набором тексту на клавіатурі, де кожна буква представлена однаковими клавішами.

Кожен раз, коли успішно запам'ятовуємо, збільшуєте інтервал зберігання інформації (наприклад, дев'ять днів, три тижні, два місяці, шість місяців і тощо).

Вивчаючи інформацію, студенти систематизують свої знання, покращуючи власне розуміння і запам'ятовування, коли ж пояснюють дану інформацію іншому студенту здобувачі освіти виявляють прогалини в своєму власному мисленні, що сприяє кращому запам'ятовуванню даного питання.

Література

1. British scientists win world's biggest neuroscience prize for work on memory / Tim Bliss, Graham Collingridge and Richard Morris. – 2016. URL: https://www.theguardian.com/science/2016/mar/01/british-win-neuroscience-prize-grete-lundbeck-tim-bliss-graham-collingridge-richard-morris?utm_source=zapier.com&utm_medium=referral&utm_campaign=zapier
2. Thinking About Psychology Mini Book: The Science of Mind and Behavior / Charles T. Blair-Broeker, Randal M. Ernst. – 2007. URL: https://books.google.com.ua/books?id=mOxKUp6yBV8C&pg=PA339&lpg=PA339&dq=research+semantic+encoding+remember+more&source=bl&ots=FDB4iDjUxx&sig=Ml4VoOIHz-j9-UTJ9tpftjSdyN8&hl=en&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=research%20semantic%20encoding%20remember%20more&f=false
3. The Science of Memory: Top 10 Proven Techniques to Remember More and Learn Faster / Melanie Pinola. – 2019. URL: <https://zapier.com/blog/better-memory/>
4. A new face of sleep: The impact of post-learning sleep on recognition memory for face-name associations / Leonie Maurerac, Kirsi-Marja Zittingab, Kieran Elliotta, Charles A.Czeislerab, Joseph M.Rondaab, Jeanne F.Duffyab. – 2015. URL: https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1074742715001926?utm_campaign=zapier&utm_medium=referral&utm_source=zapier.com
5. Sleep not just protects memories against forgetting, it also makes them more accessible / Nicolas Dumay. – 2015. URL: https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0010945215002099?utm_campaign=zapier&utm_medium=referral&utm_source=zapier.com
6. Running-Induced Systemic Cathepsin B Secretion Is Associated with Memory Function / Hyo Youl Moon, Andreas Becke, David Berron, Julie A. Mattison, Emrah Duzel, Henriette van Praag. – 2016. URL: [https://www.cell.com/cell-metabolism/fulltext/S1550-4131\(16\)30247-9?utm_source=zapier.com&utm_medium=referral&utm_campaign=zapier](https://www.cell.com/cell-metabolism/fulltext/S1550-4131(16)30247-9?utm_source=zapier.com&utm_medium=referral&utm_campaign=zapier)
7. Дорогою Цицерона та Шерлока: запам'ятати все / Юлія Романенко. – 2017. URL: <https://studway.com.ua/mnemonica/>

Зейналова Амалія
студентка 1 курсу: ЕПК ЗНУ
Наук. кер.: викладач вищ. кат.,
викладач-методист Учуєва О.В.

ВПЛИВ КОМП'ЮТЕРА НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

З кожним роком люди все більше поглиблюються в комп'ютерний світ, сучасні комп'ютерні технології застосовують вже майже в усіх галузях життя. У зв'язку з пандемією, та впровадженням карантину робота за комп'ютером, дистанційне навчання зайняло більшу частину життя людей.

В Україні актуальність проблем, пов'язаних з використанням комп'ютерної техніки, визначається недостатнім рівнем розумінням як користі так і ризиків впливу комп'ютерів на здоров'я.

Ми провели опитування серед студентів 1 курсу Економіко-правничого фахового коледжу та з'ясували скільки ж часу здобувачі освіти проводять за монітором комп'ютера.

В середньому, студенти ЕПФК витрачають: 4-5 годин на навчальні заняття та консультації в Zoom; 1-3 годин на виконання домашнього завдання; близько 5 годин на інші потреби (проведення часу в соціальних Мережах, перегляд фільмів та відео на You Tube, або читання онлайн книг).

Отже, в день витрачається як мінімум 10 годин часу проведеного за комп'ютером.

Які ж наслідки студенти мали після такої форми навчання? У своїх відповідях вони зазначили: майже у 80% опитуваних відчувається біль в спині та очах, у 5% знизився зір, та 15% спостерігаються розлади сну та порушення щоденного режиму.

Тривала робота за комп'ютером несе ризики та позначається на функціях людини. Вперше це зрозуміли вчені сполучених штатів Америки, країна яка найбільш комп'ютеризована на даний час. Кількість змін що спостерігалися в здоров'ї користувачів комп'ютерів, включає в себе можливі захворювання органів зору, опорно – рухового апарату, серцево-судинної системи, шлунково-кишкового тракту, ендокринної та нервової систем [1].

У людей, які працюють за комп'ютером протягом усього дня, зниження працездатності відбувається ще в перші 40 хвилин роботи, вже в другій половині дня з'являється головний біль, біль в очах, спині, сприймання інформації падає на 20%, а до кінця робочого дня підвищується частота серцевих скорочень та артеріальний тиск. Також відбувається перенавантаження м'язів під час роботи пальців за мишкою та клавіатурою [2].

Зокрема, згубний вплив несуть електромагнітні полі та радіочастотне випромінювання при роботі за монітором. Фахівці роботи за комп'ютером скаржаться на слабку нудоту, головний біль. В них частіше діагностують неврози та гіпертонії і гіпотонії. Також у багатьох можуть спостерігатися алергійні захворювання та захворювання органів дихання. До монітору комп'ютера притягаються пилинки та бактеріальні пилові частинки які також

можуть бути причинами захворювань. Безсоння, психоз, психічні порушення – це все є наслідком стресу, який є дією різноманітних хвиль [3].

Та все ж таки, більшість проблем зі здоров'ям, викликає не сам вплив комп'ютера, а не правильне поводження за ним, недотримання дистанції від монітору, неправильне планування часу роботи за пристроєм, зловживання соціальними Мережами та іграми. Таким чином насамперед, люди повинні дотримуватися певних норм і правил поводження за комп'ютером, які виникли не дарма, а щоб максимально зменшити згубний вплив техніки на життя і здоров'я людини.

Щоб наносити якомога менше шкоди власному здоров'ю, фахівці радять користуватися різноманітними моніторами з рідкокристалічних матеріалів, ергономічними клавіатурами, захисними окулярами, щоб берегти очі і зір.

Необхідно виконувати гігієнічні рекомендації для збереження здоров'я під час роботи за комп'ютером: обмежити час користування комп'ютером в 14-16 років – не більше 2-х годин на день. Необхідно періодично через кожні 15-20 хв. робити перерви на 5 хвилин, а через кожні 45хв. – перерва має становити 10-15 хв. Під час перерви виконати вправи для профілактики зорової втоми, окрему увагу приділяти кистям рук а також проводити активні рухи для всього тіла. Необхідно правильно облаштувати робоче місце, придбати спеціальний стіл та стілець для комп'ютера. Розташувати комп'ютер необхідно в добре освітленому місці задньою поверхнею до стіни, Монітор має бути розташований на відстані 50 см від очей, впираючись поглядом безпосередньо в центр екрана. Між краєм стола і корпусом тіла повинен бути вільний простір приблизно 5 см. Руки повинні вільно лежати на столі. Під ноги можна поставити підставку, щоб вони були зігнуті в колінних та кульшових суглобах приблизно під прямим кутом. Налаштувати монітор в оптимальному світловому режимі. Необхідно вибрати для монітора оптимальну яскравість, контрастність, без мерехтіння зображення. Зробіть, щоб за замовчуванням стояв досить великий шрифт, а на робочому столі була встановлена картинка спокійних кольорів [4].

Але всі вище зазначені заходи не матимуть значення, якщо насамперед людина не буде розуміти всієї суті проблеми та не вживатиме заходів для правильної роботи за комп'ютером [5].

Література

1. Комп'ютер та здоров'я. URL: <https://oppb.com.ua/news/kompyuter-ta-zdorovya>
2. Вплив комп'ютера на здоров'я працівника. URL: <http://ck.dsp.gov.ua/?q=article/vplyv-kompyutera-na-zdorovya-pracivnyka>
3. Вплив комп'ютера на здоров'я дитини. URL: <https://www.teentor.com/ua/articles/vplyv-komputera-na-zdorovja-dytyny.htm>
4. Вплив комп'ютера на здоров'я людини. URL: <https://sites.google.com/site/herectors/vplyv-komp-utera-na-zdorov-a-ludini>

5. Комп'ютер і здоров'я людини. URL: https://pidru4niki.com/15890315/bzhd/kompyuter_zdorovya_lyudini
6. Вправи для очей. URL: <https://www.ua.san-victor.com.ua/services/bloh/61-uprazhneniya-dlja-hlaz>

Черкун Андрій
студент 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: викладач Шпуганич І.Г.

ТЕНДЕНЦІ РОЗВИТКУ ЕЛЕКТРОМОБІЛІВ В УКРАЇНІ

Кожний день світ помирає від забруднення, в тому числі й від викидів автотранспорту на паливі – страждає від цього і Україна. Тільки одне авто викидає 1-2 тонни кисню, 600-800 кілограм вуглекислого газу, 200-230 кілограм вуглеводнів та 40-50 кілограм азоту [1]: чи це не є приводом до відмови від бензинових авто? Люди частіше хворіють на онкозахворювання, органи дихання не витримують забрудненого повітря, до того ж з'являються і хронічні патології. Про це все свідчить активне використання Україною дизельного палива «Євро-1» та «Євро-2» – найстаріші та найгірші стандарти шкідливих речовин у вихлопних газах, хоча навіть «Євро-4» був заборонений.

Отже, електромобілі – це такі автомобілі, які приводяться в рух електродвигуном, а не двигуном внутрішнього згорання. Харчуються електромобілі від акумуляторів або паливних елементів, заряджаються від звичайної домашньої мережі, тобто, розетки. Після того, як електроенергія приходить на електромагнітний роз'єм, вона надходить до електродвигуна, що обертає колеса. Вал двигуна в електромобілях приєднаний безпосередньо до колеса, тому таким машинам не потрібна коробка передач [2].

Звичайно, перспектива електромобілів полягає не тільки у їх екологічності для України та світу в цілому, – переваг багато. Такими є:

- використання моторних олів, а також трансмісійних, що є екологічним прототипом антифризів;
- підзарядка можлива від будь-якої електричної системи, в тому числі побутової;
- високий рівень безпеки при аваріях, ймовірність вибуху або загорання дуже низька;
- малOSHумність двигуна завдяки зменшеній кількості передач та рухомих частин;
- висока надійність та простота в керуванні;
- висока плавність ходу з широким інтервалом зміни частоти обертання вала двигуна;
- можливість зменшити зношування гальм за допомогою гальмування самим електродвигуном;
- підзарядка акумулятора при гальмуванні [3].

За останніми даними станом на 19.10.2020 в Україні було зареєстровано 24605 електрокарів за рік. З областей, де найбільше всього реєстрацій, можна виокремити Дніпропетровську (1924), Харківську (2399), Київську (2987), Одеську (3591) і місто Київ (5283). Запорізька область посідає 8 місце у рейтингу із 673 електромобілями. Для порівняння, ще на початок 2017 року загальна кількість реєстрацій становила 2284 автомобілів, а показники зростали максимум 620 одиниць [4].

А от станом на 01.01.18 кількість зареєстрованих легкових електромобілів налічувала уже 5757 штук, що збільшило їх кількість на 150%. Середній же вік авто становив лише 2-3 роки.

Серед найпопулярніших марок та моделей також є лідери: Nissan Leaf, Tesla Model S, BMW i3, Renault Kangoo, Tesla Model 3, Volkswagen e-Golf [5]. Серед них безпосередньо лідирує Nissan Leaf – кількість реєстрацій становить 12495 разів, інші марки – не більше 1700. Найрідкіснішими ж електричними автомобілями є Volkswagen e-Up і BYD E6 із Китаю, що були придбані по 2 рази, а також Renault Twingo – 1 реєстрація. Середній вік усіх автомобілів складає 5,3 року, де 29% були експлуатовані більше 6-ти років, а менше 1-го року акумулятори «прожили» лише у 1% автомобілів.

2020 рік став критичним для розвитку електромобілів, що тісно пов'язано із пандемією Covid-19. Особливий спад відбувся у квітні — кількість реєстрацій зменшилася втричі. Однак у травні графік тенденції продажів нормалізувався, а у червні відбувся невеликий скачок до 790 реєстрацій [6]. Наприкінці було зареєстровано 7 455 електромобілів, що на 1% менше, ніж у 2019 році [7].

У 2021 р. тенденція спаду також продовжується. Лише 502 електромобілі було зареєстровано в січні, що на 21,2% менше, ніж у тому ж місяці минулого року. Хоча є і плюси – нові авто заповнили ринок на 10%, що свідчить про розвиток екологічних автомобілів. У 2020 році така частка становила 6%. Найпопулярніше легкове авто на електроенергії в цьому році – Chevrolet Bolt – було придбано 133 моделі тільки в Україні. Також найбільш продаваними стали моделі Tesla Model X (21 одиниця), Model S (24 од.), Model 3 (34 од.), а також Nissan Leaf (107 од.), що посіла заслужене 2 місце [8].

Експерти IRS Group вважають, що уже у 2024 році кількість реєстрацій електрокарів в Україні перевищить позначку за 240 тисяч, а отже, автомобільний парк зросте в 5,5 раза. Навіть коронавірус не зміг кардинально змінити прогноз за червень 2019 року – дані ГСЦ МВС України підтвердили це.

Було проведено дослідження на тему «Електрокари в Україні – можливість чи необхідність» через платформу «Google Форми» серед студентів ВСП «ЕПФК ЗНУ», їх батьків, а також викладачів. За допомогою розробленої анонімної анкети досліджено знання, пізнання, можливості, об'єктивність респондентів щодо електромобілів. Основні результати опитування дали зрозуміти, що:

– 94,3% опитуваних знають, що таке електромобілі, 3,8% - не знають, але чули про це поняття, а 1,9% зовсім не знають.

– на питання «Як Ви вважаєте, чи краще електромобіль за звичайне авто з ДВС?» 56,6% респондентів відповіли «Так», 13,2% – «Ні».

– найпопулярнішою моделлю виявилася Tesla Model S (75,5%) і Model X (73,6%), Model Y (60,4%), Model 3 (62,3%). Також гідні згадки BMW i3, Tesla Roadster 2020, Toyota RAV4 EV, Nissan Leaf II.

– аналіз питання «Якщо Ви б змогли отримати будь-який електромобіль, то у якої компанії Ви б його придбали?» показав, що яскравим лідером стала Tesla (49,1%), а також BMW (22,6%), Audi (15,1%) серед усіх запропонованих варіантів.

– питання про майбутнє екологічного транспорту дало зрозуміти, що абсолютна більшість вважає, що 75,5% бачать у електромобілях ближнє майбутнє, і лише 9,4% думають, що людство не готове.

Отже, розвиток електромобілів в Україні – це не просто можливість і необхідність, це – реалії сьогодення. З кожним днем вдосконалюються екомобілі, а країна вже готова робити кроки до переходу від бензинових авто. Про це свідчить статистика, закон про інфраструктуру зарядних станцій, а також факт, що за ввезення не потрібно платити ПДВ. Навіть Кабінет Міністрів хоче почати конструювання електрокарів та літій-іонних акумуляторів. Попит буде тільки збільшуватися, а це означає, що ще нічого не втрачено і світ готовий до змін.

Література

1. Антонюк У.В. Сучасний стан і перспективи забезпечення екологічної безпеки у сфері залізничного транспорту в Україні / – 2012. – Вип. 64. – С. 259–266.
2. Неведін Н.А. Нубініна О.І. Що таке електромобілі і чому всі машини не електромобілі? // Збірник статей студентських науково-практичних конференцій факультету агротехніки і енергозабезпечення кафедри інженерної графіки і механіки 2014–2015 р. – 2014. – С. 55–59.
3. Блохін А.Н. Результати дослідження електромобіля на шасі «ГАЗель» // Наука і освіта, 2012. – № 12. – С.85–96.
4. Офіційний сайт Головного сервісного центру МВС спільно з Міністерством інфраструктури. URL: <http://zkr.hsc.gov.ua>
5. Сайт автоновин «autokyiv.info». URL: <https://autokyiv.info>
6. Сайт електронних досліджень «IRS Group». URL: <http://irsgroup.com.ua/reports/reystratsiyi-elektrotransportu-u-lipni-2020-roku.html>
7. Новини «Укрінформ». URL: <https://www.ukrinform.ru>
8. Ukrainian Motor Vehicle Manufacturers Association «UkrAutoprom». URL: <https://ukrautoprom.com.ua/na-rynku-elektromobiliv-novyj-lider>

ОПТИЧНІ ІЛЮЗІЇ В ФІЗИЦІ

Поняття про оптичні ілюзії. Оптична ілюзії це оптичний обман зору, коли враження про видимий предмет або явище, не відповідають дійсності. У перекладі з латині слово «ілюзія» означає «помилка, оману», тому з давніх часів ілюзіями називали збої в роботі зорової системи. Вивченням причин їх виникнення займалися багато дослідників. На сьогоднішній день більшість з них мають наукове пояснення, але залишається й ті які його не мають [1].

Види оптичних ілюзій. В світі є багато видів і форм оптичних ілюзій. Вони не мають певної класифікації, тому я розкажу про найцікавіші з них.

1. Неможливі фігури. З першого погляду вони здаються звичайними малюнками, але якщо розгледіти їх уважніше можна помітити деякі незвичайності. Перший, хто створив подібні малюнки, був відомий голландський графік Моріс Корнеліс Ешер.

2. Ілюзії руху. Ілюзії руху – це коли здається, що нерухомий малюнок починає рухатись.

3. Перевернуті зображення. Пов'язані зі зміною орієнтації. Зір людини забезпечує можливість дізнаватися про об'єкти, які розглядаються в різній орієнтації, але людина звикає до умов спостереження, які переважають в повсякденному житті. Тому різні орієнтації об'єктів стають для людини нерівноправними. В більшості випадків це людські обличчя і друкований текст [2].

4. Ілюзії сприйняття кольору. Розглядаючи кольорові об'єкти можуть виникати ілюзії, тому що вони утворюються зі здатності людського ока розрізняти кольори. Є декілька видів: а) іноді насичення кольору можна помилково оцінити за яскравістю фону або за кольором інших об'єктів, що оточують цей предмет; б) існує поняття власне кольорових або хроматичних контрастів, коли колір об'єкту, що спостерігається змінюється в залежності від того, на якому фоні його спостерігати [3].

5. Ілюзії сприйняття глибини. Виникнення цих ілюзій пов'язано зі здатністю очей бачити предмети на різних відстанях та здатністю сприймати простір за яскравістю предметів, тіней і числу проміжних об'єктів. Також вони можуть виникати в процесі осмислення видимого, коли мозок, сприймає предмет, спотворюючи видиме рельєфне зображення.

6. Ілюзії розміру. Вони пов'язані з визначенням розміру величин та залежить від характеру фону зображення, це також відноситься до довжини, площі, радіусу кривизни, кутів, форм.

7. Кімната Еймса .На перший погляд вона має форму куба. Але насправді її форма трапецевидна, а стіни мають певний кут нахилу. І заходячи до кімнати людина, що стоїть в одному кутку здається карликом, а то що в іншому гігантом [4].

Оптичні ілюзії в житті людини. Майже тисячі років активно використовується в архітектурі та дизайні, для візуальної зміни об'єктів. Для виявлення психічних або психологічних порушень, захворювань(приклад: тест плям Роршарка). Також є основою мистецтва, кіно, телебачення.

Отже, оптичними ілюзіями можна вважати оптичний "обман" мозку. Коли око людини бачить зображення об'єкту, мозок задіює велику кількість процесів, як комп'ютер, аналізуючи розміщення граней і кутів, структури кольорів або розташування світла.

Література

1. Сайт «Файний блог» «ua.waykun.com». URL: <https://ua.waykun.com/articles/najnejmovirnishi-optichni-iljuzii-korisni-i-sikavi.php>
2. Сайт медичного центру «Візекс». URL: <http://vizex.ua/post/scho-take-optichni-ilyuziyi>
3. Блог tsarina_1803. Ілюзії кольору і контрасту. URL: <https://tsarina-1803.livejournal.com/9744.html>
4. Сайт «Як зробити» «jak.koshachek.com». URL: <https://jak.koshachek.com/articles/kimnata-ejmsa.html>

СЕКЦІЯ «СОЦІАЛЬНА ПЕДАГОГІКА ТА ПСИХОЛОГІЯ»

Бабенко Тетяна

студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»

Тарасова Катерина

викладач ВСП «ЕПФК ЗНУ»

СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА РАННЬОЇ ВАГІТНОСТІ

Упродовж останніх десятиліть однією з соціальних проблем сучасності є підліткова вагітність. Особливість цієї проблеми полягає у тому, що одночасно мова йдеться про здоров'я, життя та долю як дітей, так і тих жінок, для яких материнство стає чинником багатьох ризиків. Саме тому молоді матері одна з найуразливіших в економічному, соціальному, психологічному, педагогічному, соціально-педагогічному аспектах група. Підліткова вагітність у різних країнах світу, включаючи Україну, набуває тривожної поширеності. За даними експертів, кількість підліткових абортів у світі становить 2-4 млн. операцій на рік. 15 млн. немовлят народжуються мамами-підлітками; близько 60 тис. дівчат щорічно вмирають під час пологів та абортів.

Поява такої проблеми як «юне материнство», зумовлена багатьма негативними чинниками, до основних з яких можна віднести вплив ЗМІ, погана

інформованість молоді щодо статевого життя, негарзди в сім'ї, відсутність статевого виховання та інше.

Так, торік матерями стали 118 дівчаток до 14 років, а у віці від 15 до 17 років народили 5700 дівчат. Кожна 5 дівчина народжує у віці 15-17 років. Кожна четверта у віці до 14-ти років вагітніє.

Причини ранньої вагітності приблизно такі:

- Першою причиною може бути згвалтування молодої дівчини;
- Другою причиною ранньої вагітності, може бути дуже розкута поведінка самої дівчинки;
- Наступний варіант – проблеми в сім'ї, де дівчинці не вистачає любові і тепла;
- Найпоширенішою причиною ранньої вагітності – сексуальна неграмотність в комплексі з цікавістю.

Для дослідження даного питання було проведено анонімне анкетування підлітків та молоді, дані показують, що: згідно результатів анкетування, я з'ясувала, що 46,8 % із анкетуючих знають ризики та наслідки проблеми ранньої вагітності, і це насправді дуже жахливо, адже через непроінформованість підлітків ми маємо такі результати. На питання: У шкільному закладі вам проводили профілактику ранніх вагітностей, я отримала цікаву на мій погляд статистику: 15,2% відповіли що проводять постійно; 24,2% відповіли що ніколи такого для них не проводили.

Проаналізувавши результати проведеного анкетування, можна зробити наступні висновки:

1. Потрібно включення у навчальну програму спеціалізованих курсів, тренінгів, що будуть направлені на підвищення знань, сексуальної грамотності підлітків, але на жаль в Україні такого немає, через що рання вагітність дуже поширена проблема.
2. Необхідно запрошення спеціалістів на лекційні та практичні заняття для покращення процесу навчання та поглиблення знань у цій темі.
3. Також робота соціального педагога полягає в інформуванні молоді про стан нестабільності їх поведінки, бажань, інтересів, тому проводити опитування і в крайніх випадках привернути увагу підлітка для вирішення проблеми.

Література

1. Андрієць О. А. Підліткова вагітність: актуальна проблема сьогодення / О. А. Андрієць, Л. В. Ринжук, О. І. Боднарюк // Акушерство. Гінекологія. Генетика. – 2016. – Т. 2, № 4. – С. 77–80.
2. Астахов В. М. Ювенильная беременность как психосоциальная проблема / В. М. Астахов, О. В. Бацылева // Акушерство. Гінекологія. Генетика. – 2016. – Т. 2, № 4. – С. 81–85.
3. Островская Е. А. Медико-социальный прогноз последствий беременности и материнства в подростковом возрасте / Е. А. Островская // Репродуктивное здоровье детей и подростков. – 2014. – № 4. – С. 56–59.

4. Підліткова вагітність в Україні: статистика шокує. URL: <https://www.0382.ua/news/1811949/pidlitkova-vagitnist-v-ukraini-statistika-sokue>
5. Поради гінеколога на тему: непланована вагітність, де шукати допомогу? URL: <http://uoz.mkrada.gov.ua/index.php/pidlitkovij-klub/3275-poradi-ginekologa-na-temu-neplanovana-vagitnist-de-shukati-dopomogu>

Огіренко Дар'я
студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Тарасова Катерина
викладач ВСП «ЕПФК ЗНУ»

СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПОДОЛАННЯ КОНФЛІКТІВ У ПІДЛІТКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Підлітковий вік – це етап переходу від дитинства до дорослості, в якому формуються протиріччя між ставленням до себе та ставленням до оточуючих, бажання самоствердження та невмінням це робити, не порушуючи інтересів інших. Конфлікти між підлітками засновані на емоціях і особистій неприязні: боротьба за авторитет; образи та нерозуміння; адаптація до нових умов, нової системи відносин з ровесниками та старшими; нерозділена симпатія; непорозуміння між один з одним. Також підвищена конфліктність учнів підліткового віку зумовлена тим, що в 12-14 років у психологічному розвитку багатьох дітей настає переломний момент, відомий під назвою «підліткової кризи».

Отже, актуальність дослідження зумовлена практичним запитом сучасного суспільного розвитку, потребами поширювання знань з конфліктології серед підлітків та якісної роботи соціального педагога у підлітковому середовищі.

Конфлікт – буквально означає зіткнення, розбіжність, суперечку, спір (за С. Ожеговим). Конфлікт – це зіткнення протилежних або несумісних інтересів, дій, поглядів і цілей окремих осіб, соціальних груп чи спільнот.

Для конфлікту як способу взаємодії характерним є:

По-перше, його не регулярність та випадковість (відсутність злого умислу);

По-друге, рівність сил між його учасниками, що характеризується здатністю кожної зі сторін однаково впливати на процес конфлікту;

По-третє, спостерігається розкаєння сторін конфлікту та спрямованість зусиль сторін конфлікту на його вирішення.

Я провела дослідження серед студентів ЕПФК ЗНУ. Метою мого дослідження було з'ясування того, чи важливий педагог у школах, чи є у наших школах активні працівники та як соціальний педагог може допомогти учням у подоланні конфліктів, які методи потрібно використовувати у роботі з підлітками, щоб був найефективніший результат.

Я провела анкетування, у якому взяли участь 30 студентів. Я задала їм декілька питань, на які вони дали відповіді зі свого досвіду.

Перше питання: Чи був у вашій школі соціальний педагог?

66,7% відповіли, що в їх школі був соціальний працівник, але у 29,6% опитуваних його не було. 3,6% зазначили, що взагалі не знають хто це. Це свідчить про те, що при вирішенні конфліктів підліткам не завжди є куди звернутися.

Друге питання: Оцініть від 1 до 5 роботу соціального працівника у вашій школі.

Всього 3,6% оцінили роботу соціального педагога зі своєї школи на 5 балів, а більше за всього серед опитуваних (35,7%) проголосували за оцінку 1. Деякі утримались від відповіді. Ця статистика показує, що не всі соціальні педагоги змогли правильно підійти до роботи з дітьми. Можливо, вони обрали не правильні форми роботи, але досить мало з опитуваних мають гарний досвід роботи з соціальним педагогом.

Третє запитання: Чи допомагав вам соціальний педагог вирішувати конфлікти?

Лише 10,7% з опитуваних відповіли, що соціальний педагог з їх школи якісно допомагав їм у вирішенні конфліктів, 21,4% зазначили, що соціальний педагог намагався їм допомогти, проте його робота була не якісною та не принесла результатів. 7,2% не зверталися до соціального педагога. Та, на жаль 50% з опитуваних не мали досвіду допомоги соціального педагога у вирішенні конфліктів (у деяких з опитуваних соціального педагога не було). Висновком з цієї статистики є те, що, по-перше, недостатньо кваліфікованих спеціалістів у сфері соціальної педагогіки, а, по-друге, не всі педагоги змогли підібрати правильні інструменти для допомоги підліткам.

Четверте запитання: як часто у Вашому підлітковому віці у Вас були конфлікти?

Лише у 3,6% зовсім не було конфліктів, у інших 96,4% вони були, але у когось частіше, у когось рідше. Ця статистика доводить, що майже кожен з нас зіштовхувався у своєму житті з поняттям конфлікту, брав у ньому участь чи був спостерігачем. Саме тому, конфліктологія є дуже актуальною в нашому суспільстві і соціальний педагог повинен вміти допомагати долати конфлікти та проводити профілактику.

П'яте питання: Напишіть, як саме соціальний педагог допомагав Вам долати конфлікти.

Найчастішою відповіддю було те, що соціальний педагог проводив бесіду. Ця форма роботи не є досить ефективною, тому що не всім підліткам цікаво слухати наuczіння, лекції. Це призводить до роздратування та небажання розбиратися у питаннях конфліктології. Такі цікаві формати, як тренінги, ігри, тести, зустрічаються серед відповідей дуже мало.

Шосте питання: Чи навчав Вас соціальний педагог вирішувати конфлікти?

Лише 3,6% з опитуваних навчилися основ конфліктології, які запам'ятали та використовують, 21,5% отримували інформацію з конфліктології, але не

запам'ятали або їм було не цікаво. 75,9% не отримали ніяких знань з конфліктології від соціального педагога.

Сьоме питання: Було б Вам цікаво відвідати тренінг з конфліктології?

78,6% з опитуваних відповіли, що хотіли б взяти участь у тренінгу з конфліктології. Це свідчить про те, що попит та зацікавленість до цієї теми є, вона є актуальною для сучасних підлітків.

Восьме питання: як Ви вважаєте, чи потрібен соціальний педагог у школах?

100% з опитуваних відповіли, що дійсно соціальний педагог важливий у школі. Саме він може навчити дітей працювати у команді, правильно обрати професію, соціалізуватися тощо.

Отже, соціальний педагог дійсно важливий та потрібен у школі. Статистика показує, що попит дійсно є та соціальний педагог важливий у питанні профілактики та подоланні конфліктів. Якщо у кожній школі буде якісний працівник, котрий буде навчати дітей конфліктології, проводити тренінги, рольові ігри, то кожна людина буде вміти не вступати у конфлікт, правильно вести диспут, не буде доходити до насильства.

Соціальний педагог має звертати увагу на форми роботи з дітьми. Прості бесіди, лекції не приведуть до бажаного результату, бо підліткам буде не цікаво та вся інформація пройде повз. Краще буде застосувати рольові ігри, арт-терапії, тренінги, вправи, рухові ігри, квести. Якщо підліток буде зацікавленим, то він запам'ятає якнайбільше інформації. Саме тому у кожного соціального педагога має бути база вправ та форматів, які він буде використовувати, щоб не було одноманітності.

Література

1. Анцупов А.Я. Профілактика конфліктів в шкільному середовищі / А.Я. Анцупов. – М., 2003. – 208 с.
2. Ішмуратов А.Т. Конфлікт і згода / А.Т. Ішмуратов. – К.: Наук. думка, 2006. – 190 с.
3. Конфлікти в суспільстві: діагностика і профілактика: тези III Міжнар. наук.-практ. конф. – Чернівці, 2005. – 476 с.
4. Миронова О. М. Конфліктологія: навч. посібник / О.М. Миронова. – Харківський національний економічний університет. – Х.: ХНЕУ, 2011. – 167 с.
5. Стеценко В.В / Розбудова миру. Профілактика і вирішення конфлікту з використанням медіації: соціально педагогічний аспект. – [Навч.-метод. посібник] – 2016. – 192 с.

Пономаренко Валерія
студентка 1 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Наук. кер.: канд. іст. наук, викладач вищ. кат.,
викладач-методист Носик М.О.

*«Ми пірнули в цей світ, не розібравшись з тим, що залишилося за спиною.
Не вміючи жити в одному світі — породили інший.
І не знаємо, куди йти. До чого прагнути».*
С. Лук'яненко (з книги «Лабіринт відображень»)

МОЛОДІЖНА ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ У КОНТЕКСТІ ЗРОСТАННЯ НЕБЕЗПЕКИ НЕБЕЗПЕКА СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ

На сьогоднішній день ми не можемо обійтися без громадських комунікацій. Але чи є вони безпечними для користування?

Наразі у світі найбільш відомими соціальними мережами є «Фейсбук», «Ютуб», «Інстаграм», «Твіттер», «ВКонтакті». Завдяки технічним досягненням вони надають величезні можливості для спілкування користувачам з усього світу через поширення текстової, фото-, відео- та аудіоінформації на мільйонну аудиторію за лічені хвилини.

Беручи до уваги широке використання соціальних мереж нашими співвітчизниками, можна сказати, що в ХХІ ст. ми маємо залежність від соціальних мереж та дуже часто потрапляємо на гачок шахраїв або навіть гірше. Так, підлітки беруть участь «в іграх зі смертю». З іншого ж боку, ми отримуємо грандіозну можливість дізнатися багато нового та цікавого. Інколи ми навіть не підозрюємо, наскільки це небезпечно.

З розвитком нових схем шахрайств з'явилося навіть доведення до самогубства, через що користування засобами обміном інформації, особливо соцмережами, не можна назвати безпечним, оскільки на їх платформі почали з'являтися та к звані «групи смерті»!

Такого роду неформальні об'єднання створюють кваліфіковані психологи, а сенсом їхньої діяльності є виконання різних завдань, підсумком чого повинно стати самогубство, «бажано» у прямому ефірі у певній соцмережі. Спочатку куратори дізнаються все про учасника, а в разі непокори погрожують вбити рідних. Таких груп на даний момент стало дуже багато.

Одна з головніших проблем сучасної молоді, в тому числі й української, зануреної у світову інформаційну павутину, є інтернет-залежність, що руйнує психіку. Причиною цього вважається передовсім повне занурення у віртуальний світ. Це виступає своєрідним способом втекти від реального світу, на деякий час відволіктися від життєвих проблем (саме там не існує соціальних правил та норм, є можливість перезавантаження та самоствердження). Оскільки молодь ХХІ ст. – це ланка суспільства, на яку завжди покладають великі надії майбутнього та тим самим тиснуть, то юнацьке занурення до соцмереж можна розуміти як своєрідний спосіб нігілістського самозахисту.

У нашій країні процес діджиталізації досить таки повільний в порівнянні

з країнами Заходу, проте навіть зараз можна побачити наскільки масштабні є наслідки інтернет-аддикції.

Так, ще у 2015 р. вчені дослідили, що 6% населення світу страждає від інтернет-залежності. А остані дослідження довели, що 53% власників смартфонів не можуть обійтися без нього жодного дня [1].

На сьогодні кількість інтернет-залежних людей зросла у 8 разів. Дослідники опитали 800 власників гаджетів та з'ясували, що 85% учасників вірять в те, що така аддикція існує, а 71% визнали, що знають тих, хто таку залежність має. З кожним роком відсоткова статистика стає дедалі масштабнішою. Зараз кожен третій підліток проводить в інтернеті більше ніж 5 годин, а у 9,9% респондентів виявлена сильна інтернет-залежність [1].

Чому це небезпечно та до чого призводить? Справа в тому, що перебування у віртуальному світі розлучає з реальністю, підвищується дратівливість, тривожності, починаються труднощі з концентрацією уваги та порушення режиму сну і харчування.

Першим, хто це помітив у 1995 р., був американський психіатр Іван Голдберг. Він запевняв, що надмірне користування викликає депресію, стрес, агресію. Залежність дітей та підлітків від віртуального простору спричиняє затримку соціального й емоційного розвитку. Внаслідок чого ми отримаємо суспільство індивідів нездатних раціонально мислити.

Таким чином, варто зазначити, що будь-яка залежність – це лише симптом того, що наше з вами життя з кожним десятиліттям все менше відповідає традиційному соціальному, наповненому духовністю й мораллю, культурному співіснуванню людських індивідів. Тим паче, що молодь повинна за свої юнацькі роки увібрати в себе левову частку цивілізаційного досвіду людства. І доволі самовпевнено вважати, що вилікувати таку хворобу, як інтернет-залежність, можливо через позбавленням лише від певних її ознак чи простим ізолюванням від інтернету.

Література

1. Інтернет-залежність української молоді : сучасний стан проблеми. URL: <https://commons.com.ua/uk/internet-zalezhnist/>

Судакова Поліна
студентка 3 курсу ВСП «ЕПФК ЗНУ»
Тарасова Катерина
викладач ВСП «ЕПФК ЗНУ»

ТРЕНІНГ ЯК ІННОВАЦІЙНА ФОРМА СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ РОБОТИ ЗМІСТ ПУБЛІКАЦІЇ

Сьогодні неможливо уявити реальну діяльність соціального педагога чи психолога без співпраці з дітьми та дорослими в різних типах груп. З точки зору різноманітності всього його змісту та методів, це, як правило, визначається одним словом – тренінг.

Тренінг – це в один час і цікаве спілкування, і неймовірно захопливий процес самопізнання та інших, і ефективна форма опанування знань, розширення досвіду, і спосіб формування вмінь та навичок.

Тренінг – це особлива форма групової роботи з її можливостями, межами, правилами та проблемами. Вона навчає нових навичок та допомагає засвоїти інші можливості. Його особливістю є те, що студенти займають активні позиції, а набуття навичок здійснюється в умовах особливого досвіду життя, поведінки, почуттів та діяльності.

Мета роботи: На основі досліджень та вивченню літератури навчитися писати авторську тренінгову програму та проводити тренінг.

Задачі роботи:

- Підібрати літературу на тему тренінгової діяльності соціального педагога;
- Ознайомитись та проаналізувати підібрану літературу;
- Створити авторську тренінгові програму;
- Провести тренінг;
- Проаналізувати ефективність і результативність тренінгу.
- Написати висновки.

Об'єкт: Тренінгова діяльність соціального педагога.

Предмет: Аналіз літератури з розвитку толерантності та створення авторської тренінгової програми з толерантності.

Програма тренінгу на розвиток толерантності

Мета тренінгу: сформувати у дітей уявлення про толерантність як універсальний принцип життя людини; виховання толерантності як особистісної якості учнів, виховання терпимості та розуміння індивідуальності кожної особистості, соціальної групи, нації. Розкрити особистісні можливості кожного учасника тренінгу, донести розуміння того, що думка кожного важлива і особлива.

Завдання:

- Ознайомити з поняттям та ознаками толерантності.
- Підготувати до прийняття цінності кожної людини, усвідомлення індивідуальних особливостей один одного.
- Подолати упереджене ставлення до інших.

- Показати хибність ставлення до інших на основі сформованих стереотипів та як впливають вони на життєдіяльність та відносини.
- Показати рівень толерантності молоді.
- Допомогти в усвідомленні та диференціації почуттів людини в ситуації тиску та підтримки.
- Допомогти з'ясувати сутність різних видів соціальних взаємин, їх взаємозалежність та власне ставлення до них.

Назва вправи	Час проведення
Знайомство «Снігова куля».	5 хвилин
Вправа «Очікування»	10 хвилин
Прийняття правил.	5 хвилин
Вправа «Чим ми схожі».	10 хвилин
Вправа «Компліменти».	10 хвилин
Вправа «Що таке «толерантність?» + Мозковий штурм.	20 хвилин
Інформаційне повідомлення.	10 хвилин
Вправа «Зашифровані слова»	10 хвилин
Вправа «Асоціативний ряд»	10 хвилин
Вправа «Я їду потягом».	10 хвилин
Вправа «Факт та стереотип»	10 хвилин
Перегляд відео.	5 хвилини
Рефлексія.	10 хвилин
Загально часу.	125 хвилин

Таким чином, тренінг – це особлива форма групової роботи з її можливостями, межами, правилами та проблемами. Вона навчає нових навичок та допомагає засвоїти інші можливості. Його особливістю є те, що студенти займають активні позиції, а набуття навичок здійснюється в умовах особливого досвіду життя, поведінки, почуттів та діяльності.

Поставлені завдання були максимально розв'язані і в майбутньому я повністю готова і зацікавлена на продовження роботи у даному напрямку.

Література

1. Тренінги як інтенсивне навчання / І. Усіченко, А. Хабарова, О. Ларіонова Нечерда, Л. Порохняк-Гановська. – К.: Видавничий цент «Адаптація» МО «Жіноча громада», 2004. – 235с
2. Фопель К. Технологія ведення тренінга. Теорія і практика / Пер с нем. – М.: Генезис, 2003. – 272 с.
3. Прутченков А.С. Соціально-психологічний тренінг в школі. 2-е изд., доп. и перераб. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2001. – 640 с.

**ВІДОКРЕМЛЕНИЙ СТРУКТУРНИЙ ПІДРОЗДІЛ
«ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ БІЗНЕСУ ТА ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ
ЗАПОРІЗЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ»**

СЕКЦІЯ «ЕКОНОМІЧНІ ДИСЦИПЛІНИ»

Бабко Дарина

студентка 3 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»

Наук. кер.: викладач вищ. кат. Петрова Л.П.

НЕЙРОМАРКЕТИНГ – МАРКЕТИНГ МАЙБУТНЬОГО

Задля досягнення високих результатів роботи підприємства торгівлі з найменшими витратами на маркетинг та ефективної результативності вивчення ринку, товарів, послуг, купівельної поведінки споживачів, прийняття ними рішень про купівлю, відіграють нейромаркетингові дослідження.

Нейромаркетинг як комплекс, який вивчає розуміння того, як працює наш мозок, відношення людського мозку до маркетингу і реклами. Характерно те, що результати досліджень дозволяють краще прогнозувати логіку споживача, його реакцію на подразники за допомогою вимірювання процесів у мозку. В якості подразників, наприклад, виступають різні маркетингові повідомлення – банери, тизери, відеоролики, акції тощо.

Нейромаркетинг по суті експеримент в якому беруть участь споживачі товарів і послуг. Основоположником сучасного терміну являється Ейл Смідс. Він впевнений, що дана методика дозволяє визначити відношення до продукції або бренду ще до того, як споживач усвідомить свою реакцію. Тобто вся концепція нейромаркетингу тримається на трьох китах, точніше на трьох частинах мозку. Це древній або рептильний мозок, який відповідає за рефлексі та інстинкти, такі як їжа, вода, захист і т.д. Ця частина мозку не залежить від свідомості. Середній і неокортекс (новий мозок кора) відповідає за емоційну сферу, аналіз, раціоналізм. Почуття, емоції виникли у людини значно пізніше інстинктів, але здійснюють великий вплив на його думки, вчинки, слідуванню соціальним нормам, правилам, законам. Всі зусилля фахівців з маркетингу, озброєних новою наукою та належним використанням інструментів нейромаркетингу, спрямовані на те, щоб змінити хід думок споживача до того моменту, як він їх усвідомить.

Нейромаркетингові дослідження, у майбутньому, дозволять виробникам, підприємствам торгівлі побудувати більш ефективний збут товарів, рекламну кампанію, якість обслуговування споживачів. Тобто, основні переваги цього методу: глибинні занурення щодо потреб цільової аудиторії на рівні інстинкту, стрімкого збільшення прибутку, росту продажів, залучення і лояльності клієнтів, ефективного просування бренду, товару в ніші за рахунок створення правильного посилу цільовій аудиторії.

Сьогодні більшість сучасних українських брендів-гігантів використовують нейромаркетингові лабораторії для тестування гіпотез впливу на цільову аудиторію. Наприклад, «Моршинська», «Sandora» – пивобезалкогольна галузь, «Чумак» – продукти харчування, «Світоч» – кондитерська промисловість та інші свої рекламні кампанії, спочатку «прогоняють» за допомогою нейровізуалізації. В результаті відеореклама бренда, банери і вся маркетингова продукція працює із заздрісною успішністю.

Отримавши деякі ключі від секретів мозку, фахівці з маркетингу можуть планувати рекламні кампанії, збут продукції, продажі, прогнозувати їх результати з високим ступенем ймовірності. Варто зазначити, що застосування такої технології неможливо без спеціальної техніки: томографів, гальванометрів, тахістоскопів, очної камери, піплметрії та інших апаратів, які фіксують активність в головному мозку.

Нейромаркетинг дозволяє зрозуміти: що мотивує покупців робити нерациональні та непрактичні покупки; чому одні бренди стають культовими, а інші залишаються «внизу»; які фактори можуть підвищити продажі коштовних товарів; як дизайн товару або сайту впливає на бажання споживачів ними користуватися, особливо під час онлайн, офлайн покупок.

У роботі підприємств торгівлі важливе значення має правильне застосування нейромаркетингу як найефективнішу, сучасну технологію, що ґрунтується на статистичному опрацюванні даних, отриманих у процесі психофізіологічних досліджень, реакцій поведінки споживачів в процесі купівлі товарів. Нейромаркетинг ще не досить широко використовується, але він стрімко набирає обертів. Так, все частіше у гіпермаркетах, супермаркетах нашого міста використовують звуковий супровід, що надихає споживачів на покупку товарів. Наприклад, у парфумерно-косметичному магазині «Brocard» в City Mall та ТЦ «Україна» за допомогою аромамаркету, музичного супроводу покупців спонукають до купівлі. В гіпермаркеті «Ашан», «АТБ-маркет» за допомогою запаху підказують де шукати каву, бакалію, або плодоовочеву продукцію. Запах свіжого хліба, молочної продукції збільшує продажі. За допомогою технології нано ароматизації підтримують позитивний імідж підприємства.

Література

1. Трайндл А. Нейромаркетинг. Візуалізація емоцій / Арндт Трайндл – М.: Альпіна Бізнес Букс. 2007 – 128 с.
2. Kotler F/ Tapping Into How Consumers React With Neuromarketing / Kotler, Burton, Deans, Brown & Armstrong (Електронний ресурс). – Режим доступу: <https://en.wikipedia.org/wiki/Neuromarketing>

Васильєва Катерина
студентка 1 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»
Наук. кер.: викладач вищ. кат. Гроха С.Г.

ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ, ЩО ЗМІНЮЮТЬ ОБЛИЧЧЯ РІТЕЙЛУ

Сьогодні інновації є рушієм економічного розвитку, появи новітніх технологій та подальшого зростання якості товарів для забезпечення конкурентоспроможності всіх галузей національної економіки, включаючи торгівлю. Впровадження інноваційних рішень вимагає від торговельних мереж постійного удосконалення своїх конкурентних переваг, що сприяє більш якісному задоволенню потреб споживачів.

Особливу увагу привертають інновації, що стосуються сутності роздрібної торгівлі як суб'єкта господарювання. У торговельній практиці активно використовуються такі інновації торговельних мереж як: збір даних у торгових точках, персоналізація з орієнтацією на споживача, поширення коботов, поп-ап магазини, доповнення систем планування фактичними даними за допомогою технології комп'ютерного зору [1, с.37].

Роздрібні торговці намагаються збирати дані клієнтів у всіх можливих каналах: у власних мобільних додатках, Інтернет-магазинах та у фізичних точках продажу. Технологія допомагає поліпшити якість послуг, краще прогнозувати продажі та планувати доставку товарів. Прикладом є роздрібні магазини, що мають в торговому залі інтерактивний дисплей: коли клієнт піднімає товар з полиці, на екрані відображається інформація про товар та його сорт. Магазини використовують цю технологію для вивчення уподобань та поведінки покупців. У майбутньому експерти прогнозують, що цей тип технологій стане дедалі популярнішим, включаючи створення лояльності споживачів шляхом встановлення виразу обличчя клієнтів, а потім аналізу їх емоцій та настрою.

Роздрібні продавці вже давно почали аналізувати інформацію про покупців, щоб надавати їм найцікавіші товари та послуги. Маючи достатньо даних та перевірені алгоритми аналізу, цей метод є обґрунтованим і, ймовірно, буде сприяти здійсненню покупки, оскільки покупців цікавлять цільові пропозиції від роздрібних торговців. Наприклад, у магазинах техніки та електроніки клієнти отримують push-повідомлення на своїх смартфонах, що містять інформацію про акції та знижки, які пропонуються в місцях продажу та розташування, а у магазинах парфумерії та косметики встановлюють ручні сканери, за допомогою яких клієнт сканує тон своєї шкіри, а потім система вибирає відповідний відтінок із косметичної серії.

Приклад ідеального балансу між людьми та машинами – колаборативні роботи, або коботи. Ці роботи можуть безпечно працювати з людьми і широко використовуються у роздрібному торговому середовищі. Виробники і дистриб'ютори товарів повсякденного попиту доручають коботам підбирати та сортувати замовлення, а також щоденні та довгострокові завдання, пов'язані з важкою або ручною працею. Наприклад, багато розподільчих центрів та

виробників споживчих товарів використовують спільних роботів, які можуть виконувати інвентаризацію більш точно і ефективно. Роздрібні компанії навіть використовують спільних роботів для взаємодії з клієнтами. Кобот допомагає патрулювати магазин. На його очах встановлені датчики для виявлення пролитої рідини, сміття та порожніх полиць, що може спричинити незручності для клієнтів. Машина повідомляє працівників магазину, які усувають потім проблему [2].

Поп-ап магазини – це тимчасові магазини, що відкриваються роздрібними торговцями за особливих обставин. Цей формат залучає нових клієнтів, позитивно впливає на імідж бренду та дозволяє швидко і гнучко протестувати нові продукти, а також ідеї. Зазвичай поп-ап магазини працюють від кількох днів до кількох тижнів, займають невелику площу та виглядають незвично і ефектно. Існують поп-ап магазини з віртуальною примірочною, які стали ідеальним рішенням в обмеженому просторі. Фешн-ритейли мають «шоуруми на колесах», де клієнти можуть приміряти одяг, проконсультуватися зі стилістом та замовити свої улюблені товари через доставку від дверей до дверей.

Через зміни в уподобаннях споживачів та жорстку конкуренцію за місця на полицях, дистриб'юторам товарів широкого вжитку та роздрібним компаніям необхідно бути впевненими, що фактична викладка збігається із запланованою. Багатьом організаціям бракує цього інструменту відстеження, що ускладнює розуміння ситуації на рівні магазину та забезпечення узгодженості схеми викладки. Технологія комп'ютерного зору дозволяє порівняти зображення фактичної ситуації на полиці (реалограму) зі схемою викладення (планограма), щоб можна було чіткіше розуміти внутрішні процеси магазину. А якщо додати до цього мобільний комп'ютер то можливо зрозуміти різницю між планом і реальністю [2].

У майбутньому компанії роздрібної торгівлі та виробники товарів повсякденного попиту стануть учасниками технологічної революції. Вони будуть впроваджувати інструменти на основі інновацій, в тому числі системи розпорядчої аналітики, інноваційні мобільні пристрої і роботів, які збільшать продуктивність, оптимізують процес покупок, спростять роботу співробітників магазину і підвищать якість обслуговування.

Література

1. Білошкурська, Н. В. Стан і перспективи розвитку інновацій у сфері роздрібної торгівлі // Н. В. Білошкурська, М. В. Білошкурський, Р. О. Кравченко // Науковий журнал «Економічні горизонти». – 2018. – № 2(5). – С. 35–43.
2. Час змін: як інновації змінюють звичні формати торгівлі [Електронний ресурс]. – URL : <https://rau.ua/novyni/novini-partneriv/innovatsiyi-formaty-torgivli/>

Кошарний Олег
студент 2 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»
Наук. кер.: викладач вищ. кат. Воронько Н.І.

ДОСЛІДЖЕННЯ РИНКУ КИСЛОМОЛОЧНОЇ ПРОДУКЦІЇ В УКРАЇНІ

Без усякого перебільшення можна твердити, що харчування для людини є одним з найважливіших фізіологічних процесів, а харчові продукти – засобом для того, щоб людина могла жити і працювати, бути здоровою і життєрадісною. До таких продуктів належать молочні, кисломолочні зокрема, які, до речі, дуже популярні в Україні, як і в усьому світі. Зараз в Україні відбуваються зміни у зв'язку із економічною кризою у всіх сферах діяльності. Спостерігаються зміни в зменшенні обсягів виробництва молока, а значить і продукції з нього. Ринок кисломолочних продуктів є висококонкурентним і дуже залежить від потреб і уподобань споживачів. Актуальним є вивчення ринку для аналізу та розуміння його тенденцій і перспектив на покращення в багатьох аспектах: якості продукції, розширенні асортименту для задоволення потреб споживачів, збільшенні обсягів продажу продукції вітчизняного виробника.

Багато аналітиків досліджували ринок молока та продуктів з нього, проводили його аналіз – це Н. Белінська, О.Лесько, О. П'яtkова, І. Тюха, М. Пархомець та інші.

Метою статті є аналіз основних складових ринку кисломолочних продуктів в Україні, виявлення загроз, визначення перспектив покращення ринкової ситуації.

Для цього покроково розберемось, що ж є важливим для розуміння та аналізу ринку молочних товарів, що б можна було визначити напрямки виробництва та реалізації кисломолочної продукції.

Першим визначимо асортимент кисломолочної продукції. Це кисломолочні сири, сиркові маси; кисломолочні напої, до яких належать кефір, закваски, ряжанка, кумис, йогурти, айран; сметана. Як стверджують знавці в харчуванні, денний раціон споживання молочної продукції потрібен складати 1,5 кг на добу для дорослої людини, кисломолочна продукція має займати 65%. Фактичне споживання в Україні складає 0,7 кг на добу. Отже, щоб усунути цю невідповідність, щоб підвищити фактичне споживання молочних продуктів до рівня рекомендованих наукою норм, необхідно, щоб покупець, зайшовши в магазин, не тільки мав можливість вибрати для себе необхідний молочний продукт, а захотів зробити це.

Тепер про гравців на ринку, які пропонують свою продукцію. Населення країни забезпечується молоком і молочними продуктами в основному за рахунок їх промислового виробництва підприємствами молочної галузі та малих фермерських господарств. Вони представлені вітчизняними виробниками: «Простоквашино», «Ферма», «Галичина», «Злагода», «Слов'яночка», «Яготинське», «Волошкове поле» та інші. А також надходить продукція від іноземних виробників Білорусі, Польщі, Литви, Румунії, Угорщини, відсоток їх продажів на ринку України зростає. Причини зростання:

відкритий ринок, відсутнє мито та гарна державна підтримка свого виробника від цих держав, не погана якість продукції.

Кон`юнктура ринку складається така: пропозиції і попит є, але пропозиції бажають бути кращими. Чому? На ринок потрапляють фальсифіковані продукти, неналежної якості, недостатнього асортименту, з високими цінами і все це впливає на задоволення потреб споживача, тим більше, що купівельна спроможність покупців низька. Вивчаючи ринок видно, що при фактичній відсутності підтримки держави маленьким фермам важко забезпечити якість продукції, розширити свій асортимент, реалізувати за оптимальною ціною.

На ринок не кращим чином впливають і особливості вітчизняного виробництва: недостатня кількість сировини через зменшення поголів`я корів, низька технологічність виробництва, мінімальна підтримка виробника на законодавчому рівні з боку держави.



Джерело: ІГС, ЦСУ, СМПУ



6

Підводячи підсумки можна сказати, що виробництво кисломолочної продукції в Україні має тенденції до зменшення обсягів, але й має перспективи розвитку, для цього потрібно: підтримка вітчизняного виробника з боку держави через інструменти регулювання (тарифні квоти, митні регулятори, субсидії та дотації виробників); поліпшення добробуту населення та зростання його купівельної спроможності; розширення асортименту; підвищення якості продукції до рівня міжнародних стандартів; вибудова партнерських відносин між усіма учасниками ринку; еквівалентне ціноутворення.

Література

1. Россоха В. В., Петриченко О. А. Розвиток ринку молока та молокопродукції в Україні. Економіка АПК. 2018. № 8. С. 43-54.
2. Тивончук С. В., Тивончук О. Я., Павлоцька Т. П. Розвиток ринку виробництва молока в Україні в контексті євроінтеграційних процесів. Економіка АПК. 2017. № 4. С. 25-31.

Цикало Анастасія
студентка 2 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»
Наук. кер.: викладач II кат. Вагіс В.М.

ШКІДЛИВІ ВИРОБНИЧІ ФАКТОРИ У РОБОТІ КУХАРЯ ТА ЗАХОДИ ПО ЗМЕНШЕННЮ ЇХ НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ

В умовах виробництва, залежно від особливостей технологічного процесу, застосованих матеріалів, обладнання, продуктів, що випускаються, на людину в процесі праці переважно діють фізичні, хімічні, біологічні, небезпечні та шкідливі чинники [1, с.103].

Усі ці фактори можуть не тільки призвести до професійних захворювань, але й при постійній або періодичній багаторазовій дії впливати на працездатність людини та змінювати загальний опір організму до виникнення хвороб, погіршувати перебіг і ускладнювати лікування.

Для кухаря шкідливими для здоров'я факторами є: робота в умовах високих температур; навантаження на опорно-руховий апарат завдяки вимушеній робочій позі; забруднення повітря продуктами, які з'являються при приготуванні їжі; контакт з алергенами та іншими подразнюючими речовинами; робота у нічну зміну; підняття та переміщення важких речей; навантаження на нервову систему, часті стреси.

Наслідком постійного впливу цих професійних шкідливостей є порушення сну, гіпертонічна хвороба, неврози, професійне вигорання, порушення добового ритму, ендокринні захворювання, а також онкологічні захворювання. Нерідко спостерігаються погіршення слуху, варикозне розширення вен, з'являються захворювання хребта, бронхіальна астма, хронічна обструктивна хвороба легень, різноманітні форми алергії. Робота в умовах підвищених температур провокує серцево-судинні захворювання (інфаркт міокарда, інсульт) та різноманітні шкірні захворювання.

За даними Фонду соціального страхування України у структурі професійних захворювань перше місце належить хворобам органів дихання – 43% від загальної кількості діагнозів по Україні. На другому місці – захворювання опорно-рухового апарату (остеохондрози, артрити, артрози) – 25,7%. Третє місце за хворобами слуху – 22,4%.

Попередження впливу шкідливих виробничих факторів здійснюється за допомогою комплексу технологічних і технічних заходів, що знижують вплив негативних факторів до рівня гігієнічних норм, а також оздоровчих заходів, що підвищують опір організму несприятливому впливу цих факторів [2, с.143].

До заходів по зниженню ризику виникнення травм та розвитку професійних захворювань на робочому місці кухара можемо віднести: пристрій ефективної витяжної вентиляції на робочому місці; використання засобів індивідуального захисту; дотримання параметрів технологічних процесів приготування страв; систематичний контроль за змістом в повітрі шкідливих речовин та пилу; впровадження новітніх досягнень в області механізації важких та трудомістких робіт.

Для запобігання несприятливої дії на організм кухарів інфрачервоного випромінювання необхідно: використовувати секційно-модульне обладнання; максимально заповнювати посудом робочу поверхню плит; своєчасно відключати електроплити, або перемикати їх на меншу потужність.

Для зниження стомлюваності кухарів, профілактики монотонності, гіподинамії, а також зниження важкої праці потрібно: рівномірно розподіляти фізичні навантаження протягом робочого дня; передбачити створення кімнат психологічного розвантаження; обладнати робочі місця кухарів сидіннями для створення можливості проведення технологічних операцій в робочій позі «сидячи».

Обов'язковою умовою профілактики професійних захворювань є регулярні медогляди, обладнання робочих місць відповідно до санітарних норм та правил, дотримання техніки безпеки та трудової дисципліни на робочому місці. Крім того необхідно дотримуватися здорового способу життя, а також знижувати вплив негативних професійних шкідливостей, а саме:

1. Для попередження проблем з опорно-руховим апаратом щодня потрібно робити ранкову гімнастику та фізкультпаузи на робочому місці, а також давати собі додаткові фізичні навантаження. За допомогою спеціальних вправ зміцнювати м'язи спини. Взуття повинно бути зручним, легким на низькому каблуці, при необхідності можна використовувати ортопедичні устілки або спеціальне ортопедичне взуття.

2. Для профілактики захворювань дихальної системи потрібно частіше знаходитися на свіжому повітрі, а також провітрювати робоче приміщення.

3. Для попередження захворювань шлунково-кишкового тракту, потрібно додержуватися збалансованого раціонального харчування.

4. Для профілактики нервово-психічного перенавантаження необхідно засвоїти техніку аутотренінгу та швидкого заспокоєння. Наприклад: декілька разів глибоко вдихнути і видихнути, не поспішаючи порахувати про себе до десяти.

5. Для профілактики варикозного розширення вен періодично змінювати статичне навантаження на динамічне. В перервах знімати взуття, щоб дати відпочинок ногам.

За допомогою виконання всіх вимог з охорони праці на підприємствах ресторанного сервісу можуть бути вирішені такі завдання, як забезпечення росту ефективності праці за рахунок використання передових методів обслуговування, збереження здоров'я людей в процесі праці, зниження їх втомлюваності, збільшення працездатності шляхом поліпшення умов праці.

Література

1. Гандзюк М.П., Желібо Є.П. Основи охорони праці: Підручник. 2-е вид. / За ред. М.П. Гандзюка – К.: Каравела, 2011. – 408 с.
2. Смирницька М.В., Тріщ Р.М. Охорона праці і галузі. Ресторанне господарство і торгівля: навч. Посібник для студентів вищих навчальних закладів – Х.: Світ Книг, 2014. – 362 с.

СЕКЦІЯ «ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ»

Доберчук Інна, Панченко Карина
студентки 1 курсу «ФКБХТ ЗНУ»
Наук. кер.: викладач Лопурко Г.Б.

РОЗРОБКА АЛГОРИТМУ СТВОРЕННЯ ТА ШВИДКОГО ВІДНОВЛЕННЯ ПАРОЛІВ ДЛЯ КОРИСТУВАЧІВ ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСІВ

Мета роботи: розробка алгоритму створення пароля користувачем мережі Інтернет, який відповідає сучасним вимогам відповідно до безпеки паролів і може бути відносно легко відновлений людиною (користувачем мережі) згідно з технічними особливостями будь-яких сайтів.

У роботі використовуються історичний, функціональний, системний, когнітивний (пізнавальний) методи дослідження. Як результат, запропоновано алгоритм створення паролів, які важко забути при системному використанні.

Найбільш розповсюдженою системою аутентифікації є використання паролю у вигляді набору букв, цифр та спеціальних символів. Кожен сучасний інтернет сайт з метою підвищення захищеності своїх інформаційних ресурсів, вимагає від користувачів під час створення паролів виконання певних умов: обмеження мінімальної довжини паролю; відсутності відношення паролю до користувача (прізвище, ім'я дітей, дати народження тощо); комбінації верхнього, нижнього регістрів та спеціальних символів; примусової зміни паролю через певні проміжки часу, тощо.

Зазначені умови значно ускладнюють пароль з погляду можливості його запам'ятовування та вимагають певних зусиль для його визначення. В результаті користувачу доводиться або записувати пароль на матеріальному носії інформації, що підвищує імовірність його викрадення, або нехтувати виконанням певних умов, що призводить до спрощення паролю та підвищення вірогідності його підбору.

Для боротьби із системами автоматичного підбору необхідно збільшувати кількість можливих комбінацій знаків, що призведе до збільшення необхідного часу для виконання операцій перебору всіх можливих варіантів. Зазвичай, для оцінки стійкості паролю застосовують формулу Андерсена [1].

Після аналізу літератури [2]-[8] запропоновано алгоритм створення та відновлення паролів до інтернет-сайтів на основі трьох складових: улюбленої фрази, імені сайту та заміни букв на спецсимволи.

Результати роботи можуть бути впроваджені в життя безпосередньо будь-яким користувачем мережі Інтернет та використовуватися як для створення, так і для відновлення паролів доступу до будь-яких інтернет ресурсів (сайтів).

Література

1. Болобан С.І., Перегуда О.М., Умінський В.В. // Методи аутентифікації користувачів інформаційно-комунікаційних систем // Житомирський військовий інститут ім. С.П. Корольова НАУ // Житомир, 2009 р. №2
2. Вимоги до пароля // [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://support.kaspersky.com/КРС/1.0/uk-UA/183862.htm>
3. Решение вопроса с паролями — раз и навсегда // [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://habr.com/ru/post/116388>
4. Як створювати надійні паролі, які легко запам'ятовуються? // [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://ain.ua/2015/03/10/yak-stvoruyuvati-nadijni-paroli-yaki-legko-zapamyatovuyutsya/>
5. Як створити надійний пароль — рекомендації спеціалістів ESET // [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://eset.ua/ua/news/view/649/nadezhnyu-parol-sposoby-sozdaniya-parolya-ot-spetsialistov-eset>
6. Як створити надійний пароль і краще захистити обліковий запис // [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://support.google.com/accounts/answer/32040?hl=uk>
7. Create 2020-200_most_used_passwords.txt // [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://github.com/danielmiessler/SecLists/commit/26b3b873b081b646e39f7f4700b17066be2b11a4>
8. Требования к паролям — полная чушь // [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://habr.com/ru/company/productivity_inside/blog/323864/

Петрашук Тетяна

студентка 1 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»

Наук. кер.: викладач Лопурко Г.Б.

РОЗВ'ЯЗАННЯ ОПТИМІЗАЦІЙНИХ ЗАДАЧ РОБОТИ КОНДИТЕРСЬКОГО ЦЕХУ ПРИ ВИРОБНИЦТВІ ПАСОК ДО ВЕЛИКОДНЯ

Мета роботи: запланувати виробництво трьох видів пасок (три різних рецепта) з урахуванням наявних на складі залишків сировини для отримання максимального прибутку після реалізації продукції. Мінімальна кількість кожного виду пасок 100 штук. Прибуток з кожного типу пасок визначено.

У роботі використовуються функціональний, системний, когнітивний (пізнавальний) методи дослідження. Як результат, розраховано оптимальну кількість виробів кожного виду та розраховано максимальний прибуток з урахуванням залишків сировини на складі.

Задачі оптимізації у економічних процесах займають одне з основних місць і є важливими завданнями практичного характеру. Процес розв'язання вказаних задач з допомогою симплекс-методу можна реалізувати за лічені

хвилини використовуючи програму MS Excel з надбудовою «Пошук розв’язання».

Симплекс-метод для розв’язання задач оптимізації був розроблений американським математиком Дж. Данцігом в 1949 році. Суть симплекс-методу полягає в переході від одного опорного розв’язку до іншого з допомогою методу Жордана-Гаусса [3], при якому значення цільової функції збільшується (якщо кожний опорний розв’язок не є виродженим). За скінчену кількість кроків, які називаються ітераціями, знаходиться оптимальний розв’язок задачі та максимальне (мінімальне) значення цільової функції [1], або встановлюється, що задача лінійного програмування не має розв’язку.

Після аналізу літератури [1]-[6] зроблені розрахунки у програмі MS Excel (див. табл. 1,2) для виробництва трьох видів пасок, які дозволяють оптимально використати наявну сировину та отримати при цьому максимальний прибуток.

Таблиця 1 — Витрати сировини та прибуток з одного виробу

Сировина	Норми витрат на 1 од.			Запаси (кг)	Витрати сировини	Залишок
	Паска 1	Паска 2	Паска 3			
Дріжджі сухі (кг)	0,004	0,003	0,002	5	3,00	2,00
Молоко 3,5% (л)	0,05	0,06	0,07	60	55,50	4,50
Цукор (кг)	0,03	0,04	0,05	50	36,50	13,50
Яйця (шт)	0,20	0,30	0,20	200	200,00	0,00
Сметана 20% (кг)	0,03	0,00	0,00	20	15,00	5,00
Вершкове масло 82,5% (кг)	0,02	0,06	0,04	30	30,00	0,00
Борошно (кг)	0,20	0,20	0,20	200	190,00	10,00
Родзинки (кг)	0,05	0,03	0,04	50	42,00	8,00
Прибуток з 1 од. (UAH)	2,50	3,80	3,00			

Таблиця 2 — Розрахунок максимального прибутку

Назва	Кількість	Прибуток (UAH)
Паска 1	500	1 250,00€
Паска 2	100	380,00€
Паска 3	350	1 050,00€
	Разом:	2 680,00€

Результати роботи у вигляді файла MS Excel можуть бути враховані підприємцем при плануванні виробництва та безпосередньо використовуватися для моделювання прибутку.

Література

1. Гетманцев В.Д. Лінійна алгебра і лінійне програмування.: Навчальний посібник. – К.: Либідь, 2001. – 256с.
2. Івченко І.Ю. Математичне програмування.: Навчальний посібник. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 232с.

3. Наконечний С.І., Савіна С.С. Математичне програмування.: Навчальний посібник. – К.: КНЕУ, 2005. – 452с.
4. Розв'язання оптимізаційних задач в Excel // [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://informatik.pp.ua/zavdannia/elektronni-tablytsi/rozviazannia-optymizatsiinykh-zadach-v-excel>
5. Скільки коштує паска? // [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://costless.com.ua/uk/blog/tsina-paski>
6. Визначення та вирішення задач за допомогою надбудови «Пошук розв'язання» // [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.support.microsoft.com/uk-ua/office/>

Самойленко Олександр
студент 3 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»
Наук. кер.: викладач І кат. Іванова І.В.

СУЧАСНІ ОНЛАЙН-СЕРЕДОВИЩА ДЛЯ ВИКОНАННЯ КРЕСЛЕНЬ ПРИ ВИВЧЕННІ КУРСУ «КОМП'ЮТЕРНА ГРАФІКА» СТУДЕНТАМИ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ХАРЧОВІ ТЕХНОЛОГІЇ»

Сучасний фахівець з технології харчування повинен знати принципи проектування підприємств ресторанного господарства. Основи креслення та будівельного 2d-проектування у спеціальних комп'ютерних програмах студенти спеціальності «Харчові технології» вивчають в рамках курсу «Комп'ютерна графіка». При написанні курсового проекту майбутні технологи мають обов'язково розробити план закладу ресторанного господарства, холодного чи гарячого цеху з наявністю специфічного технологічного обладнання [7] відповідно до вимог оформлення креслеників [2].

Для виконання креслень та будівельного проектування використовуються САПР. Система автоматизованого проектування (САПР, англ. CAD) – це комплекс програмних засобів та заходів, який повинен забезпечити наскрізний цикл багатоваріативного проектування об'єктів і споруд під управлінням системи технічного документообігу [7]. Такі CAD-системи мають широкий спектр інструментальних панелей, механізми просторових об'єктних прив'язок, набір бібліотек для будівельного проектування та засоби оформлення креслень. Найпоширенішими САПР є AutoCAD, КОМПАС, SolidWorks.

В умовах впровадження і вдосконалення дистанційної освіти в Україні студенти повинні виконувати практичні завдання на власних пристроях. Встановлювати повноцінні САПР є недоцільним з огляду їх вартості. З іншого боку може бути невідповідність комп'ютерів користувачів вимогам програмного забезпечення, виникають складнощі при встановленні програм. Для вирішення цієї проблеми можна використовувати онлайн-середовища для креслення за умови наявності на комп'ютері доступу до мережі Інтернет.

В цій роботі було досліджено найвідоміші сучасні онлайн-середовища для виконання креслень та 2d-проектування, які можуть використовуватись студентами-технологами при вивченні курсу «Комп'ютерна графіка».

Повнофункціональною хмарною САПР є Onshape з англomовним інтерфейсом і обов'язковою реєстрацією [5]. Вона орієнтована на створення 3d-моделей деталей і має інструменти для 2d-креслення з механізмами прив'язок та оформлення. Onshape створює хмарні документи з можливістю збереження на комп'ютері у форматі PDF і PNG та друку. Продукт комерційний, але викладачі та студенти можуть скористатись безкоштовною освітньою підпискою.

Аналогічною за своїм функціоналом є англomовна система 3d-моделювання Fusion 360 з можливістю створення проєктів 2d [4]. Програма надає можливості створення креслень з координацією взаєморозташування об'єктів, рамкою і основним написом. Є можливість друку креслень, збереження їх у хмарному сховищі та на комп'ютері у форматі PDF. Продукт платний, безкоштовно надається на обмежений термін. Онлайн-версія вимагає встановлення спеціального клієнта на комп'ютер користувача та реєстрації.

За наявності облікового запису Autodesk компанія дає змогу користувачам безкоштовно працювати з кресленнями через застосунок AutoCAD web app [4]. Сервіс більше призначений для відкриття та коригування готових проєктів, але можна створювати нескладні креслення з прив'язками і можливістю їх збереження у хмарному сховищі у форматі DWG та на комп'ютері у форматі PDF.

По складності функціоналу подібною є система FreeCAD online, проте хмарна версія надається виключно для ознайомлення і має обмежену по часу кількість сесій.

LibreCAD – безкоштовний хмарний додаток, в якому реалізовано базові механізми креслення з прив'язками [1]. Реєстрація обов'язкова. Перевагою є наявність інтерфейсу українською. Зберігати файли можна лише в хмарному сховищі, для інших маніпуляцій необхідна платна підписка.

CAD-Model-R є безкоштовним онлайн-продуктом з російською мовою інтерфейсу, який не вимагає обов'язкової реєстрації [6]. В програмі реалізовані принципи побудови об'єктів з прив'язками. Перевагою є можливість збереження креслення у файл формату DXF, який надалі можна відкрити в інших системах автоматизованого проєктування. Оформлення рамки і напису обмежене.

Інші програмні засоби [3] спрямовані тільки на 3d чи створення схем та діаграм або відносяться до категорії простих графічних редакторів онлайн.

Дослідивши різні онлайн-середовища для створення креслень, можна дійти висновку, що жодне з них не буде повноцінним заміном настільних САПР з огляду обмеженості функціоналу при безкоштовному використанні та відсутності необхідних бібліотек обладнання. Труднощі можуть виникати і за наявності виключно англomовного інтерфейсу. Проте такі онлайн-середовища як Fusion 360 і Onshape є хорошою альтернативою при здобутті вмінь та навичок використання САД-систем. Для виконання нескладних практичних

робіт з креслення студенти можуть застосовувати LibreCAD, CAD-Model-R чи AutoCAD web app. З іншого боку індустрія програмного забезпечення не стоїть на місці: створюються нові програми, вдосконалюються існуючі, розробляються їхні онлайн-версії. Отже, сучасний фахівець має цікавитись програмним забезпеченням, яке використовується в його галузі, опанувати необхідні програми, знайомитись зі спеціальними безкоштовними пропозиціями від виробників програмного забезпечення.

Література

1. Автокад онлайн – креслити безкоштовно. URL: <http://pro-computer.pp.ua/8463-avtokad-onlayn-kresliti-bezkoshtovno-kompyuterna-dagnostika.html>
2. Волошкевич П.П., Бойко О.О., Базишин П.А., Мацура Н.О. Технічне креслення та комп'ютерна графіка: навч. посібник. Львів: Світ, 2014. 224 с.
3. Зробити креслення онлайн. URL: <https://poradnuk.com/hitech/zrobiti-kreslennya-onlajn.html>
4. Офіційний сайт компанії Autodesk. URL: <https://www.autodesk.com/>
5. Офіційний сайт компанії Onshape. URL: <https://www.onshape.com/en/>
6. Офіційний сайт компанії «Модельєр». URL: <https://cad.model-r.ru/>
7. Павленкова П.П., Тележенко Л.М., Біленька І.Р., Н.А. Дзюба Н.А. Технологічне проектування підприємств ресторанного господарства: навч. посібник. Херсон: Олді-Плюс, 2016. 312 с.

СЕКЦІЯ «МАТЕМАТИЧНО-ПРИРОДНИЧІ ДИСЦИПЛІНИ»

Баршацький Денис
студент 3 курсу ВСП ФКБХТ ЗНУ
Наук. кер.: викладач вищ. кат.,
викладач-методист Клокова О.С.

ПРОБЛЕМИ УТИЛІЗАЦІЇ МАЛИХ ДЖЕРЕЛ ЕЛЕКТРИЧНОГО СТРУМУ

Сучасне існування людини важко уявити без електроприладів, а значить, і без джерел електричного струму, що зумовлюють їх функціонування. Особливе місце серед джерел струму займають хімічні, а саме батарейки та акумулятори, які забезпечують автономність та портативність електроприладів. Людина активно користується малими джерелами електричного струму і обсяги їх використання постійно зростають. Батарейки і акумулятори необхідні людині для безлічі приладів – від іграшок до різноманітних гаджетів. Не можна також недооцінювати їхню користь у галузі медицини, науки та техніки. Та варто чітко усвідомлювати й негативні сторони. Зокрема це стосується використаних батарейок, які стають небезпечним фактором для екосистем. Батарейки не

знешкоджуються методами утилізації звичайного сміття і потребують спеціального оброблення для знешкодження.

Проблема утилізації малих джерел електричного струму (МДЕС) в Україні є невирішеною та нагальною. На сьогоднішній день в нашій державі не існує жодного спеціалізованого підприємства з їх переробки. Населення недбало та невідповідально відноситься до даної проблеми. Тому одним з аспектів на шляху вирішення цього питання є формування екологічної свідомості, екологічного мислення та громадської відповідальності.

Метою даної роботи є вивчення ставлення студентів Відокремленого структурного підрозділу «Фаховий коледж бізнесу та харчових технологій Запорізького національного університету» до проблеми утилізації МДЕС, проведення роз'яснювальної роботи з питань небезпеки і шкоди неправильної утилізації батарейок, залучення студентів коледжу до збору відпрацьованих батарейок та передачі їх до місць, звідки вони гарантовано будуть транспортовані до спеціалізованих підприємств з переробки поза межами України.

Гальванічний елемент складається з двох металічних електродів, занурених в електроліт. Електрод, що має надлишок електронів, називається анодом, електрод, у якого електронів недостатньо, – катодом. Струм виникає завдяки тому, що на аноді відбувається процес окиснення, а на катоді – відновлення. Під час цих процесів потік електронів спрямовується від більш активного металу до менш активного [1].

Сучасний ринок пропонує споживачеві широкий спектр малих хімічних джерел струму: мангано-цинкові (сольові), мангано-цинкові (лужні), ртутно-цинкові, срібно-цинкові; а також акумулятори: нікель-кадмієві, нікель-металогідридні, літій-іонні, свинцево-кислотні герметичні [5].

Отже, використані елементи живлення містять ртуть, кадмій, свинець, олово, нікель, цинк, манган, кислоти, луги та інші хімічні елементи й сполуки. На сміттєзвалищах під впливом атмосферних факторів елементи живлення швидко руйнуються, а речовини, які є в їхньому складі, випаровуються та вимиваються [3].

Важкі метали, луги і кислоти, які входять до складу батарейок та акумуляторів негативно впливають на ґрунт і воду. Встановлено, що одна звичайна пальчикова батарейка АА може забруднити ґрунт площею в 20 м², воду об'ємом близько 400 л, а також повітря вразі спалювання сміття.

Важкі метали по відношенню до живих організмів мають мутагенний та канцерогенний вплив, тобто здатні викликати генетичні та онкологічні захворювання. Ось короткі відомості щодо впливу цих забруднювачів на організм людини [2]:

- свинець накопичується в нирках, спричинює нервові розлади;
- кадмій вражає печінку, нирки, підшлункову залозу, здатний викликати емфізему або рак легень;
- ртуть послаблює зір, слух, призводить до захворювань органів дихання, рухового апарату, вражає кровотворну, ферментативну, нервову системи і нирки;

- нікель і цинк спричиняють дерматити;
- луги та кислоти зумовлюють опіки слизових оболонок і шкіри.

Перелічені речовини мають кумулятивний ефект, тобто накопичуються в живих тканинах та передаються через ланцюги живлення.

Переробка відпрацьованих гальванічних елементів є необхідною не лише з екологічного, а й з економічного аспекту. Такі цінні компоненти, як метали та електродна маса можуть вилучатись з відходів та бути задіяними в рециклінгу, зберігаючи таким чином природні ресурси [4].

В Україні не створено державної системи збирання та утилізації відпрацьованих хімічних елементів живлення. Певний період батарейки збирали в деяких супермаркетах та транспортували до Львова на підприємство «Аргентум», яке ставило експерименти з утилізації. Але підприємство припинило цю діяльність, обґрунтувавши економічною недоцільністю. Нині утилізувати батарейки в Україні неможливо. Існуючу проблему намагаються вирішувати громадські організації, хоча відслідкувати їх діяльність важко, тому немає жодних гарантій щодо подальшої безпечності утилізації.

Ознайомившись з діяльністю кількох українських громадських організацій, особливу увагу привернув громадський проєкт «Батарейки, здавайтеся!». Основним напрямком цієї ініціативи є просування реформи, в рамках якої **імпортери та виробники батарейок будуть фінансувати переробку** з прибутків, отриманих з продажу нових батарейок. Саме так це працює у Європі. З 2018 року напрямком їх діяльності змістився від волонтерського збору батарейок до пошуку компаній, які зможуть покрити вартість переробки. Спільно з компанією-ліцензіатом «Екологічні інвестиції» організація оформила дозвіл на вивезення батарейок на завод **GreenWEEE у Румунії**. Дякуючи тому, що з 2019 року мережа будівельних гіпермаркетів «Епіцентр» та постачальники батарейок – VARTA, Duracell, GP та Hausmark добровільно вирішили віддавати 5% свого доходу від продажів батарейок на утилізацію, 12 листопада 2020 року партія з 37 тон батарейок була відправлена на завод **GreenWEEE**. Важливо, що ця громадська ініціатива надає звітну інформацію та продовжує пошук компаній для співпраці [6].

У коледжі було проведено опитування студентів на предмет того, чи відомо їм про шкоду відпрацьованих батарейок, чи мають вони бажання дізнатись про безпечне поводження з цими відходами, чи підтримали би збір використаних малих джерел електричного струму в коледжі?

В результаті було виявлено, що всі респонденти знають про шкоду неправильної утилізації батарейок, але чіткого уявлення в чому саме вона полягає, не мають. Але ідею збору відпрацьованих батарейок в коледжі підтримують 98% студентів та обіцяють не викидати їх разом з побутовим сміттям.

Тому ми взяли на себе ініціативу з проведення роз'яснювальної роботи і організації збору відпрацьованих батарейок. У фойє коледжу розміщено бокс для збору батарейок з відповідним маркуванням. По мірі його заповнення відбудеться відправлення вмісту до гіпермаркету «Епіцентр» або мережі заправок «WOG» для подальшої співпраці з проєктом «Батарейки, здавайтеся!».

Проблема утилізації малих джерел електричного струму є однією з безлічі екологічних проблем сучасності. Але розв'язання таких проблем можливе лише за умов усвідомлення їх причин та наслідків. Кожна людина має почати з себе і зробити свій посильний внесок у збереження нашої планети.

Література

1. Байрачний Б. І. Технічна електрохімія. Ч. 2 Хімічні джерела струму: Підручник. – Харків: «НТУ ХП», 2003. – 174 с.
2. Білявський Г.О., Фурдуй Р.С., Костіков І.Ю. Основи екології. – К.: Либідь, 2004.
3. Дубовик А. Велика біда від маленької батарейки /А. Дубовик // День. – 2012. № 32.
4. Срібний В. М., Зозуля Г. І., Буклів Р. Л. До питання можливості утилізації відпрацьованих елементів живлення сольової та лужної природи. IV Українська наук.-техн. конфер. з технології неорганічних речовин «Сучасні проблеми технології неорганічних речовин», – Дніпродзержинськ, 2008. – С. 326-327.
5. Яворський В. Т. Утилізація цінних компонентів із відпрацьованих малих джерел електричного струму / В. Т. Яворський, Г. І. Зозуля, Р. Л. Буклів // Вісник Національного університету «Львівська політехніка». – 2014. № 787. – С. 117-121. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VNULPX_2014_787_25.
6. Сайт громадського проєкту «Батарейки, здавайтеся!» <http://batareiky.in.ua/post/pro-proekt>

Войтович Маргарита

студентка 2 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»

Наук. кер.: викладач Тарасов М.Б.

ЕЛЕКТРОМАГНІТНЕ ПОЛЕ ЯК ФОРМА ФУНДАМЕНТАЛЬНОГО ОБ'ЄДНАННЯ МАТЕРІЇ

Класична фізика вивчає зв'язок електричних і магнітних явищ, електромагнітне випромінювання, електричний струм і його взаємодію з електромагнітним полем, Будь-яка електрична і магнітна взаємодія між зарядженими тілами здійснюється за посередництвом електромагнітного поля.

Першим доказом зв'язку електричних і магнітних явищ стало експериментальне відкриття Г.К. Ерстеда у 1819-1820 р. породження магнітного поля електричним струмом. Він же висловив ідею про взаємодії електричних і магнітних процесів у просторі, що оточує провідник.

У середині ХХ століття була створена квантова електродинаміка – одна з найточніших фізичних теорій.

Електромагнітна взаємодія належить до чотирьох фундаментальних видів взаємодій, що існують в фізичному світі. Вона виявляється між частинками, які мають електричний заряд, і визначає структуру речовини (зв'язує електрони та ядра в атомах і атоми в молекулах), хімічні й біологічні процеси. Різні агрегатні стани речовини і їх фізичні властивості визначаються саме електромагнітною взаємодією за допомогою електромагнітного поля.

Електромагнітне поле є формою існування матерії. Основною характеристикою матерії, відповідно до теорії струн, є енергія (сума енергій електричного і магнітного полів):

$$W = W_e + W_m$$

Електромагнітні хвилі – це змінне електромагнітне поле, яке поширюється в просторі зі швидкістю світла.

Дискретна природа світла пояснює теплове випромінювання і фотоелектричний ефект. Але інтерференція і дифракція світла пояснюються лише з точки зору хвильової теорії світла.

Фотонна теорія не може пояснити корпускулярну теорію випромінювання, адже її основою є поняття кванта світла, основною характеристикою є енергія E , пов'язана з частотою ν . Частота є характеристикою неперервного періодичного процесу. Тобто, частоту, яка визначає енергію кванта світла, запозичено з хвильової теорії. Виходячи з цього можна стверджувати, що електромагнітне поле має властивості речовини та хвилі. Отже- дуальне.

Сучасні дослідження доводять, що корпускулярно-хвильовий дуалізм доводить взаємозв'язок основних форм існування матерії: речовини і поля.

Взаємозв'язок маси та енергії встановив Ейнштейн:

$$E = mc^2,$$

тобто зміна маси викликає зміну енергії і навпаки – зміна енергії викликає зміну маси. Можна ствердно сказати, що маса є вмістилище енергії тіла і тіло може переходити в електромагнітне випромінювання, дотримуючись закону збереження енергії.

Класичний приклад такого перетворення є утворення електрон-позитронної пари з квантів електромагнітного випромінювання та її анігіляція

$$e^+ + e^- \rightleftharpoons 2h\nu$$

Електрон і позитрон, стикаючись, перетворюються в квант електромагнітного випромінювання з вивільненням енергії:

$$e^- + e^+ \rightarrow \gamma$$

γ – квант з енергією, більшою від сумарної енергії спокою електрона і позитрона $E_\gamma > 2m_0c^2 = 1,02 \text{ MeV}$, при проходженні поблизу ядра атома може перетворитися в пару електрон-позитрон тобто

$$\gamma \rightarrow e^+ + e^-$$

дві форми матерії(речовина і поле) можуть взаємно перетворюватись. Процес анігіляції супроводжується виділенням величезної енергії. Так, якщо під час ядерних реакцій виділення енергії на одиницю маси в мільйони разів перевищує виділення енергії в звичайних хімічних реакціях, то в процесі

анігіляції виділення енергії в мільйони разів перевищує енергію, виділену під час ядерних реакцій.

Дуальність елементарних частинок підтверджує і співвідношення невизначеностей Гейзенберга – чим точніше визначено координату, тим більш неточно визначено імпульс. Отже, квантова фізика чітко визначає імовірність появи певної події і проєктуючи це на наше життя можна впевнено сказати, що всі події життя людини – це як генератор випадкових чисел. Заздалегідь запрограмованої долі людини немає. Враховуючи той факт, що спостерігач впливає на поведінку елементарної частинки (з яких і складається фізичний світ), то виходить, що людина своїми думками творить свій світ, свою долю. Отже, об'єктивна реальність існує лише як філософська категорія, а не фізична. Свідомість творить реальність.

В нашому житті кожна людина є генератором електромагнітного поля. Від того, які думки і дії генерує кожен з нас, складається і все наше життя. Генеруючи електромагнітні коливання високого порядку, ми генеруємо світло і добро в наш світ, робимо його комфортним для людини. Але можемо створювати коливання низького порядку, що руйнують світ і в першу чергу саму людину. Все залежить від вибору кожного з нас. Добре навчаючись в коледжі, починаючи розуміти природу нашого Світу, ми еволюціонуємо на вищий щабель розвитку, бо ЛЮДИНА є найдосконалішим творінням Всесвіту і має такою бути завжди.

Et dolor creare mundus, guia mutore in melius!

Література

1. Дмитрієва В.Ф. Техніка. Фізика // «Техніка» — 2007.
2. Струж Н.С. Фізика ЗНО // підручники і посібники —2021.
3. Гончаренко С.У. Фізика 11 клас // видавництво «Освіта» — 1998.
4. Соколович Ю.А. Фізика // видавництво «Ранок» — 2010.

Ільченко Анна

студентка 1 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»

Наук. кер.: викладач вищ. кат.,
викладач-методист Кіппа О.Ю.

ЗОЛОТИЙ ПЕРЕРІЗ - МІФ ЧИ РЕАЛЬНІСТЬ?

Людина розрізняє предмети, що її оточують, за формою. Інтерес до форми різних предметів може бути викликаний життєвою необхідністю, а може бути продиктований красою форми.

Безліч вчених шукали відповідь на питання «що таке краса?» ще тисячі років тому. І не безрезультатно. Краса скульптури, краса картини, симфонії, поеми... Чи є між ними щось спільне? Чи можна порівняти красу картини з красою поезії? Виявляється можна, якщо знайти єдині критерії прекрасного,

відкрити універсальні формули краси, які об'єднують поняття прекрасного різноманітних об'єктів – від квітки конвалії до краси людського тіла.

Ціле завжди складається з частин, частини різної величини знаходяться в певному відношенні один до одного і до цілого, але з безлічі пропорцій, які здавна використовувала людина при створенні гармонійних творів, існує одна, єдина і неповторна, що володіє унікальними властивостями. Ця пропорція називалась по-різному – «золотою», «божественною», «золотим перерізом», «золотим числом», «золотою серединою».

Так от, золотий переріз – це такий пропорційний поділ відрізка на нерівні частини, при якому весь відрізок так відноситься до більшої частини, як більша частина відноситься до меншої [1]. Виявляється, це відношення завжди дорівнює 1,618, а в округленому відсотковому значенні пропорції частин цілого будуть співвідноситися як 62% до 38%. Яскраві приклади золотого перерізу можна зустріти в природі, живописі, пам'ятках архітектури та навіть людині.

Вчені вважають, що поняття про золотий переріз введено у науковий обіг Піфагором, відомим давньогрецьким філософом та математиком. Існує гіпотеза, що Піфагор свої знання золотого поділу запозичив у єгиптян і вавілонян. І дійсно, пропорції піраміди Хеопса, храмів, барельєфів, предметів побуту з гробниці Тутанхамона свідчать про те, що єгипетські майстри використовували співвідношення золотого перерізу при їх створенні.

При розкопках монументального храму Парфенона вчені знайшли циркулі із закладеними пропорціями золотого перерізу, якими користувалися архітектори і скульптори античного світу.

Вчені довели, що форма, в основі будови якої лежить поєднання симетрії і золотого перерізу, сприяє найкращому зоровому сприйняттю і появі відчуття краси і гармонії. Я провела дослідження серед студентів першого курсу, в якому показувала прямокутники різної форми та просила обрати серед них той, що їм подобається найбільше. 62% опитаних серед 5 запропонованих прямокутників обрали прямокутник, відношення сторін якого дорівнювали значенню золотого перерізу.

Професор Цейзинг, німецький дослідник, абсолютизував пропорцію золотого перерізу, оголосивши його універсальним для всіх явищ природи і мистецтва [2]. У Цейзинга були численні послідовники, але були й супротивники, які називали його теорію про пропорції не більше, ніж «математичною естетикою».

Цейзинг провів грандіозну роботу. Він заміряв більше двох тисяч людських тіл і зробив висновок, що поділ тіла точкою пупа – визначальний показник золотого перерізу. Результати дослідження показали, що пропорції чоловічого тіла коливаються в межах середнього відношення $13:8 = 1,625$ і трохи ближчі до золотого перерізу, ніж пропорції жіночого тіла, відносно якого середнє значення пропорції виражається в співвідношенні $8:5 = 1,6$. Тобто чоловіче тіло є пропорційнішим, в той час як жінки вимушені урівноважувати цю невідповідність за допомогою підборів.

Я провела дослідження та виміряла хлопців і дівчат 1-го курсу. Проаналізувавши результати, я побачила, що дівчата з середнім значенням

1,628 виявились ближчі до значення золотого перерізу, ніж хлопці з середнім показником 1,634, а це розходиться із загальноновизнаною теорією. Але, на мою думку, отримано такі результати, тому що середній вік студентів, які навчаються на першому курсі, складає 17 років, і хлопці ще повністю не сформовані і продовжують рости, тож по досягненню ними віку 20 років пропорційне співвідношення зміниться.

Золота пропорція прослідковується в художніх творах Леонардо да Вінчі. Найвидатніші з них Вітрувіанська людина та Мона Ліза. Саме ці картини стали зразком для художників всіх часів і їх іноді називають канонічними пропорціями, відповідно до яких золотий переріз відповідає не тільки за поділ тіла на дві нерівні частини лінією талії, а і за відповідне співвідношення частин обличчя [3].

Роботи Леонардо да Вінчі взяв за основу видатний пластичний хірург Стівен Марквардт, який спеціалізувався на корекції вроджених вад або дефектів, що виникли в результаті нещасних випадків, і створив так звану маску краси, яка побудована на принципах золотого перерізу. З часом було створено комп'ютерну програму, що дозволяє змоделювати ідеальне обличчя.

За допомогою цієї програми, я наклала маску краси на обличчя відомих людей, яких звикли вважати красивими, таких як Анджеліна Джолі, Софі Лорен, Джулія Робертс, Дженіфер Еністон та провела опитування, яке показало, що після обробки, на думку респондентів, обличчя стає більш гармонійним і пропорційним. Але опитувані також зазначили, що при цьому іноді втрачається індивідуальність і, наприклад, Джулія Робертс начебто і стає ідеальнішою красунею з правильними рисами, але це вже не та харизматична акторка зі своєю родзинкою, яка підкорила серця мільйонів.

Як висновок, хочеться зазначити, що золотий переріз, без перебільшення, є вищим проявом структурної і функціональної досконалості цілого і його частин. Дослідження доводять, що золотий переріз дійсно є критерієм гармонії і краси, і все, що підкорюється закону золотого перерізу милує око, але я вважаю, що красивий – не завжди ідеальний, бо краса людини не в зовнішності, справжня краса відображена в її душі.

Література

1. Попов Є.Д. Алгебраїчні властивості відношення золотого перерізу / У світі математики. — К.: Радянська школа, 1980. — Вип. 11.
2. Цветков В. Д. Сердце, золотое сечение и симметрия. — Пущино: ПНЦ РАН, 1997. — 170 с.
3. Мурач М. М. Алгебра золотої пропорції в застосуваннях : навч. посіб. для студ. вищ. пед. навч. закл. / Ін-т змісту і методів навч.; Черніг. держ. пед. ун-т ім. Т.Г. Шевченка. — Чернігів, 1999. — 116с.

ЧІПСИ – НЕБЕЗПЕЧНЕ ЧИ ЗДОРОВЕ ХАРЧУВАННЯ?

Життя не в тому, щоб жити, а в тому щоб бути здоровим
Марціал

Стан здоров'я людини в більшості випадків залежить від способу життя. Зменшення ризиків погіршення здоров'я можна досягнути, дотримуючись принципів здорового способу життя, які складаються в тому числі з певних правил харчування, знань щодо критеріїв вибору продуктів.

Одним з популярних продуктів серед молоді є картопляні чіпси. Їх споживають, сидячи біля екранів, замість сніданку чи обіду, на перервах, на вечірках, пікніках тощо. Існує думка, що чіпси є нешкідливими, бо вони виготовляються з картоплі. Інша точка зору полягає в тому, що чіпси – небезпечна їжа, бо містить багато харчових добавок, трансгенні жири і модифікований крохмаль. Це не може не впливати на стан здоров'я людини.

Дослідження Європейського регіонального бюро ВООЗ (2020 р.) та Центру громадського здоров'я МОЗ України виявило дуже високу поширеність неінфекційних захворювань (онкологічні, шлунково-кишкового тракту, діабет, ожиріння та ін.) внаслідок нездорового харчування. З огляду на це є актуальним вивчення питання причин популярності вживання чіпсів та їх впливу на організм людини, а також з'ясування можливості дотримання принципів здорового харчування, не відмовляючись від улюблених ласощів.

З метою з'ясування відношення студентів коледжу до вживання чіпсів, було проведено анкетування за наступними запитаннями:

– Як часто ви вживаєте чіпси? (рис.1.) (93,85% респондентів вживають чіпси).



Рис. 1. Періодичність вживання чіпсів серед студентів коледжу

– Чіпси якої торгової марки вживаєте найчастіше? (рис. 2.) («Pringles» – 9,2%, «Lay's» – 80%, «Своя лінія» – 20%, «Люкс» – 33,85%, «Chipster's» – 8 %).



Рис. 2. Найпопулярніші торгові марки чіпсів серед студентів коледжу.

- Чи вважаєте вживання чіпсів небезпечним для здоров'я? («так» – 90%).
- Чи хотіли б навчитись готувати смачні і корисні чіпси? («так» – 83%).

Для розуміння впливу вживання чіпсів на організм людини було вивчено технологію виготовлення чіпсів та склад продукту.

Технологія виготовлення чіпсів в загальному плані наступна. Відкалібровану та очищену картоплю ріжуть тонкими скибками на овочерізках. Для відмивання крохмалю нарізану картоплю промивають у воді, надлишки якої видаляють на вібраторах чи осушувачах [2]. Картопляні слайси обсмажують у фритюрницях в рослинній олії за температури 180 – 195 °С. Надлишок олії видаляють на дратовому ситі чи вібраторах. До охолодженої картоплі додають сіль та смакові добавки [1].

Проаналізувавши склад чіпсів (за даними на упаковці) найпопулярніших серед студентів коледжу торгових марок чіпсів («Lay's», «Люкс», «Своя лінія», «Pringles», «Chipster's») можна виділити наступні складові:

- картопля
- рослинні олії (пальмова, соняшникова, ріпакова, кукурудзяна);
- підсилювачі смаку (глутамат натрію E 621, гуанілат натрію E 627);
- мальтодекстрин;
- сіль кухонна;
- ароматизатори, ідентичні натуральним;
- барвники (здебільшого натуральні);
- регулятори кислотності (лимонна кислота E 330);
- добавка для перешкоджання злежування (діоксид кремнію E 551).

Серед наведених складників безпечними для організму людини є ароматизатори, барвники, лимонна кислота та діоксид кремнію (адсорбент).

Розглянемо вплив інших складових чіпсів на організм. Згідно з технологією виготовлення чіпсів, їх обсмажують у фритюрі (занурення у велику кількість жиру) при високих температурах з використанням рослинних олій. Вживанням надмірної кількості жирів призводить до ожиріння (заміни функціональних тканин органів на жирову), атеросклерозу судин і, як слідство, до серцево-судинних захворювань. Крім того, при перегріванні утворюються трансгенні жири та інші канцерогенні речовини, зокрема акролеїн [5].

Мальтодекстрин – це вуглевод, що отримують з кукурудзяного, рисового, картопляного або пшеничного крохмалю. Надлишок вуглеводів в організмі перетворюється на жири. Тобто у складі чіпсів є не тільки безпосередній надлишок жирів, а й опосередкований [4].

Кухонна сіль затримує воду в організмі, викликає набряки, порушуючи роботу нирок, збільшує навантаження на серце і судин, підвищує тиск, тому зростає ймовірність розвитку інсульту. Натрій, що входить до складу кухонної солі, є антагоністом кальцію. Тому надлишок натрію в організмі призводить до виведення кальцію і розвитку остеопорозу. Кальцій необхідний не тільки для формування кісткової тканини, він бере участь в скороченні м'язів. Тому нестача кальцію призводить до судом та порушень роботи міокарду [4].

Принцип дії підсилювачів смаку заснований на подразненні рецепторів слизової оболонки ротової порожнини. Таким чином надається яскраво виражений посилений аромат білкового смаку і продукція сприймається надзвичайно смачною. Це викликає звикання, стимулює надмірний апетит, підсилює відчуття задоволення від їжі [3]. Саме тому споживачі не готові відмовлятися від вживання чіпсів. Але, якщо чіпси є улюбленими ласощами, їх краще готувати з овочів і фруктів в домашніх умовах. Пропоную кілька рецептів приготування таких чіпсів.

Чіпси з моркви.

Складові: морква – 2-3 шт.; олія оливкова – 2 ч. л.; морська сіль – 0,5 ч. л.; спеції за смаком.

Технологія приготування:

- моркву нарізати або нашаткувати тонкими слайсами;
- перекласти в глибокий посуд, додати оливкову олію, сіль і спеції;
- помістити на деко, застелене пергаментом;
- випікати 60 хвилин при 160-170°C (через 30 хвилин перегорнути).

Чіпси з груші.

Складові: груші – 3 шт.; коричневий цукор – 100 г; сік 1,5 лимона.

Технологія приготування:

- помиті груші нарізати тонкими скибками приблизно 3 мм;
- в глибоку ємність додати сік лимону та невелику кількість води і помістити нарізані груші (запобігання потемнінню);
- в сотейнику змішати 200 мл води з коричневим цукром, довести до кипіння і варити 5-7 хвилин на повільному вогні до загущення сиропу;
- до сиропу додати скибочки груші і довести до кипіння;
- на застелене пергаментом деко шумівкою викласти слайси одним шаром;
- випікати при температурі 100°C 3 години, перегорнувши через 1,5 години.

Висновки. Чіпси різних торгових марок містять велику кількість харчових добавок, які можуть викликати алергічні реакції, порушення діяльності серцево-судинної системи, нервової системи, порушувати фізіологічні процеси печінки та нирок, мати канцерогенну дію тощо. Від цих шкідливих продуктів можна відмовитись, або зменшити кількість їх вживання шляхом приготування в домашніх умовах чіпсів з овочів та фруктів без додавання надмірної кількості жирів та харчових добавок.

Література

1. Дерев'янка О., Лагода Т. Організація міні-виробництва чіпсів // Пропозиція. – 2001. – № 12. – С. 89–91.
2. Кожушко Н. С., Гончаров М. Д. Технологічна оцінка картоплі на придатність до промислової переробки // Картоплярство – 2000. – К. : Нора-Прінт. – Вип. 30. – С. 51–60.
3. Орлова Н.Я. Фізіологія та біохімія харчування. – К.: КДТЕУ, 2001.
4. Павлоцька Л.Ф. Основи фізіології харчування. Суми: «Ун. книга», 2007.

5. Гігієнічна роль жирів https://pidru4niki.com/13000611/meditsina/fiziologo-gigiyenichna_rol_zhiriv_zhirnih_kislot_naslidki_nadlishku_nestachi_harchovomu_ratsioni

СЕКЦІЯ «СУСПІЛЬСТВОЗНАВЧІ ДИСЦИПЛІНИ ТА ПРАВО»

Аппалат Анастасія
студентка 2 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»
Наук. кер.: викладач вищ. кат. Турченко В.С.

ТРАНСФОРМАЦІЯ УЯВЛЕНЬ ПРО ЛЮДИНУ В ІСТОРІЇ ФІЛОСОФІЇ

«Багато в світі дивних див, та найдивніше з них – людина», стверджував давньогрецький поет-драматург Евріпід. Багато змін відбулося з того часу, але і сьогодні проблема людини має багато таємниць і нерозгаданих загадок, а отже залишається центральною темою філософського осмислення. Історія вивчення людини свідчить про складність та суперечливість даної проблеми. Кожна з філософських концепцій на певному історичному етапі додавала нові уявлення та відкривала приховані грані в пізнанні людини.

У філософії Стародавніх Індії, Греції та Китаю панує космоголізм у розумінні людини як форма прояву натуралізму. Людина вважається часткою Космосу. Філософи Мілетської школи стверджували: людина має всі основні елементи стихії Космосу. Рухливою мислиться межа між живими істотами у філософії Упанішад, що знайшло відображення у вченні про переселення душ. У стародавньокитайській філософії підкреслюється включеність людини у певні соціальні спільності. Звідси і висновок про необхідність підпорядкування людини державі, суспільним порядкам (конфуціанство). Розуміння людини як самостійного активного індивіда досягнуто значно пізніше [2, с. 300].

Поворот до антропологічної проблематики пов'язаний з діяльністю софістів. Початковий принцип софістів, сформульований Протагором: «Міра усіх речей – людина, існуючих, що вони існують, а неіснуючих, що вони не існують». Для Сократа основний інтерес представляє внутрішній світ людини, її душа і добродетель. Він уперше обґрунтовує принцип етичного раціоналізму, стверджуючи, що «добродетель є знання». Тому людина, яка пізнала, що таке добро і справедливість, не поступатиме погано і несправедливо. Завдання людини якраз і полягає в тому, щоб завжди прагнути до моральної досконалості на основі пізнання істини. І передусім вона зводиться до пізнання самої себе, своєї моральної суті і її реалізації [1, с. 10].

Демокріт – представник матеріалістичного монізму у вченні про людину. Він вважав, що людина – це частина природи і, як вся природа, вона складається з маленьких часток – атомів, з яких також складається і душа людини. Разом із смертю тіла знищується і душа. На відміну від Демокріта Платон стоїть на позиції антропологічного дуалізму душі і тіла. Від якості душі

залежить загальна характеристика людини, її призначення і соціальний статус. У концепції Арістотеля людина розглядається як істота громадська, державна, політична. І ця соціальна природа людини відрізняє її і від тварини, і від «недорозвинених в моральному сенсі істот», і від «надлюдини». Людина, за Арістотелем, – це громадська тварина, наділена розумом [1, с. 11].

Середньовічна філософія мала релігійне забарвлення. В цей час становиться актуальною концепція теоцентризму, в основі якої лежить шанування і служіння Богові, а наслідування і уподібнення йому вважається вищою метою людського життя. Людина розглядається як частина світового ладу, встановленого Богом. В той же час вона має двоїсту натуру: з одного боку, вона створена «за образом та подобою божою», а з іншого боку – вона істота гріхозна.

Характерною ознакою філософії епохи Відродження є панування ідей гуманізму та антропоцентризму, згідно з яким людина є центром Всесвіту і метою всіх здійснюваних подій у світі. На відміну від середньовічної філософії, де Творцем був Бог, людина тепер сама становиться Творцем своєї долі та має безмежні можливості.

Основоположник німецької класичної філософії І. Кант ставить людину в центр філософських досліджень. Для нього питання «Що таке людина?» є основним питанням філософії, а сама людина – «найголовніший предмет у світі». Подібно до Декарта, Кант стоїть на позиції антропологічного дуалізму, але його дуалізм – це не дуалізм душі і тіла, а морально-природний дуалізм. Людина, за Кантом, з одного боку, належить природній необхідності, а з іншої – моральній свободі і абсолютним цінностям [1, с. 17].

В ХХ ст. проблема людини вивчалась багатьма філософськими напрямками. В цей час з'явилась спеціальна галузь філософського знання, яка займається вивченням людини – філософська антропологія. Велика увага приділяється осмисленню проблеми людського існування, сенсу життя, розумінню своєї індивідуальності. Для сучасної філософської антропології характерний широкий, найчастіше полярний розкид поглядів з проблем людини, відсутність спільності методологічних підходів до її осмислення, а отже, і самих образів людини в філософії [2, с. 304].

Таким чином, протягом багатьох століть змінювалися уявлення про людину в історії філософії. Однак в цілому, філософське осмислення людини виявляє свою комплексність. Людина як представник людського роду, особистість, індивідуальність, постає як складна цілісність, в якій поєднані космічні, біологічні, психічні, соціальні, культурні та цивілізаційні виміри.

Література

1. Денежніков С.С. Проблема людини у філософії: навчально-методичний посібник для студентів усіх спеціальностей – Суми: Сумський державний педагогічний університет ім. А.С.Макаренка, 2012. – 114 с.
2. Основи філософських знань: Підручник / За ред. М.І. Горлача та ін. – К.: Центр учбової літератури, 2008. – 1028 с.

Білан Вячеслав
студент 1 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»
Наук. кер.: канд. психол. наук Желтова М.О.

СПОСОБИ ВИКОРИСТАННЯ ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦЯ ХАРЧОВОЇ ГАЛУЗІ

Сьогодні в Україні відбуваються динамічні зміни, які стосуються усіх сфер людської діяльності. В умовах економічної кризи, суттєвих змін зазнала галузь ресторанного господарства, – високий рівень конкуренції, відсутність певних продуктів та зниження інтересу у споживачів. Вирішення означених проблем та конкурентоспроможність закладів ресторанного господарства залежить від творчого підходу фахівців харчової галузі. Діяльність техника-технолога пов'язана з необхідністю реалізації творчого потенціалу, адже галузь ресторанного господарства дуже складно піддається коригуванню, маючи в арсеналі лише основні смаки та стандартний продуктовий набір. За таких умов розвиток творчого потенціалу майбутніх фахівців харчової галузі стає важливою складовою їх фахової підготовки.

Різні аспекти творчості фахівців харчової галузі представлено у наукових працях А. Ф. Амельченко, О. С. Благий, Н. В. Божко, Л. В. Гусечко, Л. В. Козловської, М. С. Лобура, О. Ф. Мельника, Н. С. Сичевської, Т. М. Стахмич та інших.

Метою статті є аналіз можливостей та способів використання творчого потенціалу техніком-технологом харчової галузі.

Науковці визначають «творчий потенціал» як інтегративну властивість особистості, що характеризує міру можливостей здійснювати творчу діяльність, готовність та здатність до творчої самореалізації та саморозвитку.

Перейдемо до аналізу способів використання творчого потенціалу техніком-технологом харчової галузі.

Дослідники Л. М. Рождественська та Л. Є. Чередниченко виділили наступні варіанти впровадження творчого потенціалу у ресторанне господарство: створення нових продуктів; використання нетрадиційних продуктів; молекулярна кухня; крейзі-сервіс (задоволення незвичайних потреб клієнтів); креативні форми реклами; технології, що збільшують строки придатності продуктів; технології, що знижують втрату продукту при тепловій обробці; спеціальна підготовка персоналу з метою розвитку творчого потенціалу особистості [3, с. 136-144].

Специфічною особливістю професійної діяльності техника-технолога харчової галузі є не тільки чітке дотримання технології приготування страв, а й розробка цих технологій та інноваційних продуктів.

На сьогодні в харчовій галузі відмічається тенденція щодо створення нових продуктів, які будуть враховувати медико-біологічні, технологічні, соціальні та економічні фактори.

Ще однією сферою застосування творчих компетенцій техника-технолога харчової галузі є молекулярна кулінарія. Принцип приготування полягає в

утворенні нових молекулярних зв'язків за рахунок дії певних температур, які і впливають на незвичайні комбінації смаків. До молекулярної гастрономії відносять: незвичайні способи подачі страв, а також креативність поєднання харчових продуктів, наприклад ікра з шоколадом та гостре морозиво або сардини на тості із фруктового морозива [1, с. 98-103].

Ще одним різновидом вияву творчих потенцій техніка-технолога харчової галузі є оформлення готових страв. По-перше, якісно та творчо оформлені страви приносять естетичну насолоду відвідувачу, а по-друге збуджують апетит у гостя. Сьогодні презентація і декорування кулінарних виробів є невід'ємною складовою маркетингу, від якого залежить конкурентоздатність закладу та його прибуток [2, с. 35-42].

Кулінарний карвінг – це особливий вид мистецтва, який передбачає різання по овочах, дереву, льоду. Сьогодні овочевий карвінг став невід'ємною частиною кулінарних змагань, як серед українських, так і серед зарубіжних кухарів.

Однією з типових задач фахівця харчової галузі є формування меню та його дизайну, що також вимагає прояву творчих компетенцій фахівця. У будь-якому закладі харчування, меню не тільки виконує інформаційну функцію, знайомить клієнта зі стравами, а й є «обличчям» закладу, частиною маркетингової політики.

Таким чином, сформованість високого рівня розвитку творчого потенціалу техніка-технолога харчової галузі є важливою складовою його професійної діяльності, адже забезпечує фахівцю безліч можливостей для прояву власних творчих можливостей та конкурентоспроможності закладу ресторанного господарства. Результатом професійно-творчої діяльності техніка-технолога є: розробка інноваційних продуктів з безліччю нових смаків; створення страв молекулярної кухні; приготування холодних та гарячих закусок, перших та других страв, гарнірів, десертів, напоїв та кондитерських виробів; оригінальне оформлення страв та їх подача.

Література

1. Кохонов Ю. О. Молекулярна кулінарія / Ю. О. Кохонов // Збірник Творча самореалізація майбутніх фахівців: матеріали регіон. студ. наук.-практ. конф., 3 квіт. 2013 р., м. Брянка / ред. кол. Сапіжак М. С., Пономарьова О. М. – Луганськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2013. – С. 98-103.
2. Павлюченко О. С. Інноваційні технології в ресторанному господарстві [Електронний ресурс]: Конспект лекцій для студ. спец. 7.14010101 «Готельна і ресторанна справа» денної форми навчання / О. С. Павлюченко – К.: НУХТ, 2014. – С. 35-42.
3. Рождественская Л. Н. Креатив в системах общественного питания: границы допустимого / Л. Н. Рождественская, Л. Е. Чередниченко // Креативная экономика. – 2011. – № 7 (55) . – С. 136-144.

Малиночка Вікторія
студентка 1 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»
Наук. кер.: канд. іст. наук, викладач вищ. кат.,
викладач-методист Олійник О.Л.

РОЛЬ ЖІНКИ В ІСТОРІЇ УКРАЇНСЬКОГО КОЗАЦТВА

У підручниках з історії про жінок у період козацтва майже не згадується. Через це складається враження, що їх роль в історії козацтва була незначною і вони не залишили по собі ніякого історичного сліду. Але, якщо приділити дослідженню цієї теми більше уваги, можна знайти писемні джерела, які засвідчують, що жінки все-таки були тісно пов'язані з військово-політичними справами держави. Життя в тогочасних українських реаліях зумовлювало необхідність володіння зброєю, войовничу вдачу та своєрідність світосприйняття. За таких умов жінки переймалися тими ж інтересами, що й їх батьки, брати чи чоловіки. Їм часто доводилося ставати на захист родинного вогнища, на оборону рідної землі. Такі обставини сприяли формуванню в українських жінок кмітливості, самостійності, сміливості, вміння постояти за себе і свою родину зі зброєю в руках. Це яскраво засвідчують відомі факти.

Значну владу над козаками Правобережної України і вплив на них мала дружина фастівського полковника Семена Палія – Феодосія, яка вміла прийняти послів та керувала господарськими справами Фастівського козацького полку за відсутності чоловіка. А під час заслання Семена Палія до Сибіру, організувала походи проти московитів та польської шляхти, обороняючи територію держави від їх зазіхань.

У повстанні під проводом Якова Острянина (1638 р.) брала участь дружина козацького сотника Семена Мотори – Варвара. Острянин доручив їй стріляти в важливих персон у ворожому таборі, приставивши шість козаків заряджати мушкети та готувати стріли для неї. Вона стала першою жінкою-снайпером.

Ганна Борзобагата-Красенська управляла скарбницею Луцької єпархії. Під час нападу на її маєток московського князя, Андрія Курбського, відбила атаки кількасотенного загону, а пізніше з мечем у руках успішно протистояла загонам польського короля Стефана Баторія.

У листопаді 1654 р., під час оборони міста-фортеці Буші, дружина сотника Михайла Завісного Олена підпалила порохівню й висадила в повітря себе разом зі своїми дітьми, кількох оборонців і всіх нападників, котрих нараховувалось близько 4 тис. чоловік (козаків було менше 240 душ з початку облоги). Тоді жінки козаків, щоб не піддаватися ворогові, повкидали в річку своїх дітей і самі потопилися з ними. У Буші загинули кращі польські частини, а ті, що залишилися в живих, не мали чим пожитися, бо ж різати й грабувати не було кого.

Зафіксовано чимало фактів участі української жінки-козачки в громадсько-політичному житті. У період відсутності своїх чоловіків, українські гетьманші іноді брали на себе всю повноту влади. Збереглися адміністративні

документи першої дружини Б. Хмельницького Ганни Золотаренко, які свідчать про її освіченість та глибоке розуміння тогочасних суспільно-політичних проблем України. Його третя дружина, Ганна Сомківна, теж брала активну участь в управлінні країною під час воєнних походів її чоловіка. Вона навіть видавала універсали, які мали силу законів. Про її авторитет та впливовість на рішення гетьмана було добре відомо і, цим свого часу, скористалась навіть польська королева Марія-Людвіга, яка вдалася до її посередництва у приватній справі й надіслала листа з дорогими подарунками.

Також і матері керманічів тогочасної України стояли на висоті розуміння державних інтересів. Особливої уваги заслуговує мати гетьмана Івана Мазепи – Марія Мазепина. Вона була освіченою, сміливою, твердого духу, дуже діяльною людиною. Коли овдовіла, а її дочка й син стали самостійними, прийняла в чернецтві друге ім'я – Магдалена, та проживала у жіночому Києво-Вознесенському монастирі. За якийсь час, завдяки своєму духовному авторитету, вона стала його ігуменею. Однак і в чернецтві Марія Магдалена зберегла зв'язки з сім'єю. Вона вела постійне листування з сином і бачилася з ним у той час, коли він перебував у Києві. Вона мала великий вплив на нього, і найважливіші політичні рішення Івана Мазепи приймалися за її особистої участі. У 1691 році, коли гетьман почав замислюватися про розрив із Москвою, відомості про це просочилися за стіни його канцелярії. Воєводі Київському, котрий представляв інтереси московського царя, було підкинута донос на Мазепу, який нібито готує зраду. «Підметну грамоту» випадково виявила черниця Флорівського монастиря, яка перебувала в дружніх відносинах з Марією Магдаленою. У результаті донос потрапив до рук матері гетьмана, і це врятувало життя її сину.

Безперечно, «обличчя» нашої історії переважно представлене чоловіками. Але після багатьох опрацьованих джерел на тему ролі жінок в історії Українського козацтва та впливу їх на формування історії України взагалі, можна зробити однозначний висновок: хоча в обов'язок жінки тоді традиційно входило збереження сімейного вогнища та виховання дітей, вони не поступалися чоловікам у сміливості та відважності, у культурній, політичній, освітній та навіть військовій діяльності. «Жіночий слід» все ж помітний у період козаччини, але наразі недостатньо вивчений, що значно збіднює наше уявлення про тогочасні події.

Розповісти про всіх відомих жінок козацької доби в рамках поданих тез звичайно неможливо, але усі вони однаково заслуговують на високу оцінку жіноцтва, яку дав американський письменник Крістіан Боуві: «Після Бога ми в першу чергу в боргу перед жінкою: спочатку вона дарує нам життя, а потім надає цьому життю змісту» [7, с.4].

Література

1. Боплан Г. Л. Опис України, кількох провінцій Королівства Польського, що тягнуться від кордонів Московії до границь Трансільванії, разом з їхніми

- звичаями, способом життя і ведення воєн / Пер. з фр. Я. І.Кравця, З. П. Борисюк. К., 1990. – 106 с.
2. Видатні Українці: Довідник. Епоха січових молодців / Марія Магдалена Мазепина (17 – перша третина 18 ст.) / [Електронний ресурс] / Код доступу: <https://uahistory.co/book/vidatniukrainci/27.html>
 3. Козуля О. Жінки в історії України / Козуля О. – К.: Український центр духовної культури, 1993. – 256 с.
 4. Кривоший О. П. Жінка в суспільному житті України (друга половина XVI –перша половина XVII століття): Автореф. дис. канд. іст. наук. Запоріжжя, 1997. – 18 с.
 5. Луговий О. Л. Визначне жіноцтво України: Історичні життєписи / Луговий О. Л. – К.: Дніпро, 1994. – 335 с.
 6. Олександр Гваньїні / Хроніка європейської Сарматії; упоряд. та пер. з пол. Ю. Мицика; Нац. ун-т «Києво-Могилян. акад.», Ін-т історії України НАН України [та ін.]. – Київ: Києво-Могилян. акад., 2007. – 1004 с.
 7. Склярєнко В. В., Іовлева Т. В., Мац В. А. 100 знаменитых / Склярєнко В.В., Іовлева Т. В., Мац В. А. – Х.: Фолио, 2003. – 240 с.

СЕКЦІЯ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»

Носач Валерія

студентка 2 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»

Наук. кер.: викладач вищ.кат. Лисенко Є.О.

ВОРКШОП НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЯК ПЕРЕДУМОВА АКТИВАЦІЇ РОЗУМОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ

Актуальність. Існує взаємозв'язок між інтелектуальним і фізичним розвитком людини. Існування цього взаємозв'язку підкреслюється багатьма дослідниками, починаючи з І.М. Сеченова, підтверджують існування кореляцій між рівнем фізичного та розумового розвитку людини.

Мета. Практично обґрунтувати ефективність застосування інноваційних засобів фізичного виховання для активації розумових здібностей людини.

Тема взаємозв'язку між інтелектуальним і фізичним розвитком людини підкреслюється багатьма дослідниками, починаючи з І.М. Сеченова. Великий учений-фізіолог у своїй праці «Рефлекси головного мозку» (1963р.) підтверджує існування кореляцій між рівнем фізичного та розумового розвитку людини [2].

Аналіз літературних джерел [1, 3] дозволив констатувати, що через малорухливий спосіб життя наступні покоління будуть жити менше і гірше. І мова не тільки про фізичне здоров'я: недолік руху негативно впливає і на роботу мозку.

Що саме відбувається в нашій голові під час занять спортом? Нервові клітини спілкуються між собою хімічним і електричним шляхом. Іноді електричні імпульси можуть порушувати цілі мережі нейронів одночасно – так утворюються мозкові хвилі. Вони розрізняються по частоті коливань і пов'язані з нашим емоційним станом і типом розумової активності. Низькочастотні хвилі виникають, коли ми залучені в активну розумову діяльність. Вони пов'язані з увагою, пам'яттю і обробкою інформації

Дослідники виявили, що аеробні вправи викликають зрушення в амплітуді і частоті мозкових хвиль. Виникає більше бета-хвиль, а це означає, що людина в цей момент більш сфокусована і зосереджена.

Виходить, що фізичні навантаження сприяють активності, підвищенню уважності і кмітливості. Мозок стає більш сприйнятливий до інформації. Це означає, що фізична активність допомагає нам бути уважнішими до деталей, краще фокусуватися на завданні, швидше помічати проблеми і реагувати на них. Рух та фізичні навантаження допомагають людині залишатися врівноваженою, формують власний світогляд та сприятливе середовище, здатність критично та творчо мислити, розв'язувати життєві завдання.

Значущість цього питання підтверджується у системі організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи нашого коледжу. Використання воркшопу є одним із інноваційних засобів зацікавлення та мотивування до занять фізичною культурою та спортом. Воркшоп (англ. – workshop) – інтенсивний навчальний захід, на якому учасники навчаються, перш за все, завдяки власній активній роботі [4]. Виділяють такі види воркшопів: марафон, тимбілдинг, мозковий штурм, дискусійний клуб.

За методом мозкового штурму ми провели експеримент на існування взаємозв'язку між фізичною активністю і розумовою діяльністю людини. Мозковий штурм – це популярний метод висування творчих ідей у процесі розв'язування наукової чи технічної проблеми, сеанси якого стимулюють творче мислення [4].

В якості показників інтелектуально-творчого мислення ми виділили: гнучкість образного і вербального мислення.

В якості фізичної активності (навантаження) ми використовували тимбілдинг: вправи на розвиток витривалості.

Наш експеримент показав, що показник розумової діяльності студентів після виконання фізичних вправ підвищився на 42,8%.

Висновки. Таким чином, ми практично підтвердили інноваційним засобом фізичного виховання взаємозв'язок між фізичною активністю і розумовою діяльністю людини.

Література

1. Березина Т.Н. О взаимодействии физических и интеллектуальных способностей. Психолог. 2012. URL: https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=47

2. Дегтяренко Т.В., Вастьянов Р.С. Значення наукових праць І.М. Сеченова для створення сучасної системної психофізіології. URL: http://files.odmu.edu.ua/anthropology/2017/02/a172_09.pdf
3. Чайченко Г.М., Цибенко В.О., Сокур В.Д. Фізіологія людини і тварини. К. Вища шк., 2003 С.107-134.
4. Klaus W. Vopel. Wirksame Workshops. Генезис.2010. С.14. URL: <https://gigabaza.ru/doc/71-pall.html>

Шашина Анастасія

студентка 1 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»

Наук. кер.: викладач Вакула А.О.

КОНТРОЛЬ ТА САМОКОНТРОЛЬ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ

Актуальність теми. Сучасний етап розвитку молодого покоління і умови життя вимагають від нас активності, самостійності, уміння швидко приймати важливі рішення, ефективної організації трудової діяльності та достатнього рівня фізичної підготовленості. На це і спрямоване оздоровче виховання та завдання підготовки студентів під час навчального, позанавчального процесу занять фізичним вихованням і спортом, застосовуючи сучасні технології та активні форми навчання, види контролю й самоконтролю. Як свідчать спостереження, така практика під час навчальних занять займає невинновдано мало часу. Науковці довели, що застосування контролю і самоконтролю сприяє оптимізації процесу навчальних і самостійних занять, спонукає до розвитку інтересу не лише до фізичної, а й до теоретико-методичної підготовленості стану організму, до фізичного самовдосконалення та формуванню свідомого і активного ставлення особистості до занять фізичними вправами [5, с. 12].

Суб'єктивні показники самоконтролю

Самопочуття. Є одним з важливих показників оцінки фізичного стану, впливу фізичних вправ на організм. При захворюваннях або невідповідності функціональних можливостей організму до рівня фізичних вправ самопочуття може бути хорошим (коли людина відчуває силу та бадьорість, бажає займатися фізичними вправами), задовільним (млявість, занепад сил, погіршення настрою), незадовільним (помітна слабкість, втома, головні болі, почастишання серцебиття, відсутність бажання до фізичної активності). **Стомлення** – це фізіологічний стан організму, що виявляється в зниженні працездатності в результаті проведеної роботи та є засобом тренування. Проходить через 2-3 години після занять. Якщо воно спостерігається довше, це свідчить про нерациональне заняття фізичними вправами, які можуть нанести шкоду організму [3, с. 104]. **Сон.** Найбільш ефективний засіб відновлення працездатності організму після занять фізичними вправами. Він є незамінним для відновлення нервової системи, глибокий, викликає відчуття бадьорості, прилив сил [2, с. 23-24, с. 34-37].

Об'єктивні показники самоконтролю

Пульс. Вимірювання пульсу проводиться в перші 10 сек. після роботи. Важливо стежити за тим, як організм реагує на навантаження. Відновлення пульсу за 10-15 хвилин вважається нормальним. Якщо пульс частіший, це свідчить про порушення нормального функціонування організму, виникає втома, перевтома [1, с. 22-25]. **Вага.** На початковому етапі тренувань зазвичай зменшується, а потім відновлюється і підтримується на постійному рівні з невеликими коливаннями. Динаміка змін маси тіла дозволяє визначити відповідність між фізичними навантаженнями, системою фізичних вправ і режимом харчування. Надмірна вага спотворює зовнішній вигляд, призводить до підвищеного ризику хвороб [5, с. 96]. **Артеріальний тиск (АТ).** Артеріальний тиск людини залежить від його віку, генетичних факторів та навколишнього середовища. У здорових людей пік кривої розподілу величин систолічного тиску припадає на 120 мм рт. ст., діастолічного на 80 мм рт. ст. У більшості систолічний тиск коливається від 100 до 150 мм рт. ст., діастолічний від 60 до 90 мм рт. ст. [4, с. 160].

Функціональні проби і тести

Діагностика функціонального стану фізичними вправами здійснюється за допомогою функціональних проб. Спочатку визначають вихідні дані, що дають характеристику систем організму в стані спокою, потім після впливу навантаження і в період відновлення. Для визначення стану дихальної та серцево-судинної систем, здатності внутрішнього середовища організму насичуватися киснем використовують показники частоти дихання. Проба Штанге (затримка дихання на вдиху). Сидячи зробити вдих і затримати дихання. Час позначається від моменту затримки дихання до її припинення. Зі збільшенням тренувань час затримки дихання зростає, при зниженні або відсутності тренувань знижується. Проба Генчи (затримка дихання на видиху) виконується так само, як і проба Штанге, тільки затримка дихання проводиться після повного видиху. Таким чином, за об'єктивними показниками серцево-судинної та дихальної систем організму можна визначити ефективність виконаних вправ [4, с. 124].

Висновок

Різноманітні проби, функціональні тести, а також самоконтроль фізичної культури дозволяють точніше оцінити фізичний стан і правильно підібрати або відрегулювати навантаження. Саме це дає змогу уникнути травм і перетренованості та упевнитися, що контроль, як медичний, так і індивідуальний, необхідний для ефективного заняття фізичними вправами та досягненні високих спортивних результатів.

Література

1. Вовканич Л. Функціональний стан центральної нервової системи кваліфікованих легкоатлетів. Вовканич Л., Дунець-Лесько А., Свищ Я. Спортивний вісник Придніпров'я, 2014.

2. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посіб. Круцевич Т.Ю., Воробйов Г.В., Безверхня Г.В. – К.: Олімп., 2011.
3. Круцевич Т.Ю., Теорія і методика фізичного виховання Том 1. – Олімп, 2008.
4. Мухін В. М. Основи фізичної реабілітації : навч. посіб. Магльований А. В., Магльована Г. П. – 2-ге вид., доп. – Львів, 2007.
5. Шиян Б.М. Методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту : навч. посіб. – Харків "ОВС", 2008.

СЕКЦІЯ «ФІЛОЛОГІЧНІ ДИСЦИПЛІНИ»

Akulshyna Kateryna

3rd year student

Vocational College of Business and Food Technology ZNU

Scientific adviser: the highest category teacher Dolya O.V.

PRASEOLOGISMS IN ENGLISH

Phraseology is a branch of linguistics that studies stable combinations in language. The relevance of the topic is that online translators convey literally therefore incomprehensible meaning of the phrase. This paper considers translation methods, and some interesting phraseologies in English are compared with Ukrainian ones.

Types of phraseology

Table 1. Typology phraseologisms in English: [1], 2]

Classification based on the grammatical analogy of phraseology (exact translation):	a) the combination of an adjective with a noun:	Vicious circle — зачароване коло; The Indian summer — бабине літо
	b) when interpreting the Ukrainian combination of a noun in the nominative case with a noun in the genitive case:	Point of view — точка зору Apple of discord — яблуко розбрату
	d) a combination of a verb and an adverb:	To see through somebody — бачити наскрізь; Get down to earth — спуститися з хмар на землю.
	e) the combination of an adjective with a noun:	One's heart is bleeding — серце кров'ю обливається

«Heart» in phraseology

Table 2. Methods of translation of phraseology: [1], [3], [4]

Full equivalent	They have exact, context-free full-fledged similarities in different languages, which are fully preserved in essence and stylistic orientation.	a heart of gold — золоте серце; a stout heart — сміливе серце;)
Partial equivalent	Phraseologisms that can be transmitted in another language by a counterpart.	a change of heart — різка зміна ставлення до когось, зміна першого враження. To be sick at heart — бути стурбованим.
Selection of analogue	This technique is used when the English phraseological unit is compared to the Ukrainian phraseology in content, but differs from it in lexical content, but sometimes in structure.	love doesn't mind a poor hut if there is a loving heart — з милим і рай в шалаші. That's the heart of the matter — ось де собака заритий.
non-equivalent	They most accurately convey the cultural feature and uniqueness of the figurative worldview of a nation, characterized only by to him. The vast majority of non-equivalent units — historicisms and archaisms, as well as the names of dishes, clothes, natural phenomena are unique to a particular ethnic group.	to wear one's heart on a sleeve — не приховувати своїх почуттів).

Without knowledge of phraseology it is impossible to assess the brightness and expressiveness of language, to understand a joke, a play on words, and sometimes just the meaning of the whole statement. The method of translating phraseology depends on the language into which the text is translated.

Literature

1. Бондаренко Т. Фразеологізм «Серце». Методи перекладу. — Вісник. Наука і практика — К. — 2011.
2. Голубовська О.І. Душа і серце в національних мовних картинах світу // Мовознавство. — 2002. — № 4/5. — С. 32—36.

3. Грибинець Н. І. Фразеологізми в сучасній англійській мові: Визначення, підходи, класифікації —К. — 2016.
4. <http://elar.kpnu.edu.ua/xmlui/handle/123456789/4247?show=full>

Віхарєва Анастасія

студентка 3 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»

Наук. кер.: викладач вищ. кат., викладач-методист Король Л.П.

ОБРАЗ МАРУСИ ЧУРАЙ В ІСТОРИЧНІЙ ПОВІСТІ «ЗАСВІТ ВСТАЛИ КОЗАЧЕНЬКИ...»

Минуле завжди хвилювало письменників. Тож і не дивно, що велику кількість свого часу вони присвятили вивченню минулого. Найпомітнішим виявом у вивченні якого є зростання історичної свідомості, поглиблений інтерес до минулого, до історичних знань... Важливе значення у формуванні історіософських поглядів особистості має мистецтво слова. Жанр історичної повісті – широкі можливості для аналітичного дослідження складних історичних процесів і постатей. При дослідженні творчості кожного з письменників ми бачимо як кожен із них по-своєму описує минуле, погляд на кожного з героя козацької слави, козацької старшини. Одне з провідних місць у цьому жанрі належить українському прозаїку – Валентину Чемерису, історичні повісті якого сповнені драматизму та динамізму про важкі, знакові періоди нашої історії.

В. Чемерис належить до тих талановитих письменників, які розпочали свою творчу діяльність ще в 60-х рр. минулого століття й, маючи вагомий художній хист та смак, продовжують створювати літературні зразки. Історична повість «Засвіт встали козаченьки...» – це переживання історії, яке зумовлене певним відбором, осмисленням та інтерпретацією автором документальних відомостей, проявленням і розвитком найбільших цінностей життя.

Назвою твору В. Чемерис обрав назву пісні, яку за легендами та переказами, створила Маруся Чурай. Оскільки спостерігається порушення милозвучності, властиве українській мові, назва пісні змінилася на «Засвистали козаченьки», а не «Засвіт встали козаченьки», тобто дуже рано збиралися в похід. Епіграфом до твору взято рядки з поезії Лесі Українки «Ой палка ти була, моя пісне!», які прекрасно підкреслюють тему повісті. У творі використано понад 16 уривків з різноманітних пісень Марусі, пояснюється, як і за яких обставин ці пісні з'являлися.

Чарівна зовнішність Марусі, її незвичайна обдарованість притягувала до дівчини увагу парубків. Кохаючи Гриця вона дізнається, що він заручився за донькою осавула Федора Вишняка – Галею Вишняківною. Тяжке переживання зради вона викладає в рядках своїх пісень. Але попри все в неї був закоханий син гетьмана Якова Остряниці, мовчазний, винятково правдивий і благодійний юнак, але похмурої вдачі – Іван Іскра.

Портрет Марусі в повісті В.Чемерис вимальовує з багатьох життєвих ситуацій і майстерно вплітає в полотно твору: «Маруся відклала шитво, неквапливо звелася з ослона, торкнулася довгими, тонкими пальцями вишневої гілочки, сама до себе усміхнулась. Маруся за звичкою перекинула важку косу на груди і чомусь зажурилась. Стояла перед ним у вишиванці, висока... з чорними живими очима, що спалахували якимось дивним вогнем... Матово-біле її лице, ледь трохи видовжене і від того ще привабливіше, дивилося кудись...» [1, 386] – такою зустрічає її Іван Іскра.

Після болю, який вчинив Гриць, Маруся тяжко захворіла і попри свій сильний характер намагалась накласти на себе руки, скинувшись із греблі у Ворсклу, але її врятував І. Іскра. Зустрівши свого коханого Гриця з дружиною Галею на вечорницях, які влаштувала приятелька Марусі – Мелана Барабашиха, скоїла тяжкий злочин, з метою помсти, отруїла Гриця зіллям з кореня цикути. За всій злочин вона була ув'язненою в Острозі. Суд визнав Марусю винною і вона була приговорена на відсічення голови. Але смертельний вирок було скасовано грамотою Богдана Хмельницького про помилування, яку за мить до страти було доставлено до Полтави Іваном Іскрою.

Подальша доля була не відома, але були різні тлумачення. Найвідомішою версією подальшого життя Марусі після помилування є те, що вона сильно страждала, часто ходила до Києва на прощу, а повернувшись додому, рано померла від сухот та надмірних переживань. Але за другою версією, пішовши назавжди з дому померла в каятті в одному з російських монастирів.

Загалом, образ Марусі об'єднує всіх героїв історичної повісті «Засвіт встали козаченьки...». У дівчини було особливе ставлення до кожного з них. До Гриця, в якого вона була закохана понад усе, навіть після зради Маруся кохала його більше за життя. До Івана Маруся ставиться як до брата про що свідчать рядки з повісті: «Іван з Марусею вийшли на вулицю. Прощавай, сестро, – вклонився Іван. Прощавай, Іванку. Повертайся з перемогою. І не згадуй мене лихо. Серцю не велиш...» [1, 388].

Письменник зображає Марусю по-своєму, показуючи переживання героїні, її внутрішній стан у різних життєвих ситуаціях. Важко уявити чим завершилась би повість, якби мати не вмовила Гриця заручитися з Галею, як розгорнулися в подальшому їх стосунки. А можливо, і у Івана б склались стосунки без Марусі. Тоді ми побачили б іншу Марусю, турботливою дружиною, мамою. Але, як не важко говорити, за своє коротке життя вона не відчула материнства, а це найважливіше, найпрекрасніше відчуття для кожної жінки.

Таким чином, В. Чемерис зобразив образ Марусі Чурай як звичайної людини, здатної на сильні почуття, сміливі вчинки. Все ж таки вона заслуговує на прощення, навіть після такого тяжкого злочину. Звичайно важко усвідомити, що Маруся померла молодою, вродливою не відчувши «смаку» життя.

Література

1. Чемерис В. Л. Орден на любов. Місто коханців на Кара-Денізі. Засвіт встали козаченьки... : роман і повість / Валентин Лукич Чемерис. – Харків : Фоліо, 2010. – 444 с.

Usikov Mykola

2nd year student

Vocational College of Business and Food Technology ZNU

Scientific adviser: teacher the highest category teacher – Dolya O.V.

INNOVATIONS IN THE ENGLISH LANGUAGE UNDER THE INFLUENCE OF THE INTERNET

PROBLEM STATEMENT

The advent of the Internet has led to the formation of a new social space - "cyberspace" or virtual space. Every day in this social space there is a large number of neologisms, because today the Internet is part of almost all areas and significantly affects these areas.

THE CONCEPT OF «NEOLOGISM». TYPOLOGICAL PRINCIPLES OF NEOLOGISM CLASSIFICATION

The term «neologism» is used in relation to new words emerging in different languages [1].

Table 1 – Types of classification of neologisms [2]

I. By type of language unit.	Neolexems, neophrasems, neosemems
II. According to the degree of novelty of the language unit.	absolute neologisms (strong), relative neologisms (weak)
III. By type of the denoted reality denote:	new reality, old reality, actualized reality, dying reality, non-existent (hypothetical) reality
IV. By method of formation.	Borrowed, word-forming, semantic

THE INTERNET INFLUENCE FOR NEOLOGISM EMERGENCE IN VARIOUS SPHERES OF LIFE

The internet influence for neologism emergence in various spheres of life [3], [4]. To denote the concepts of «Internet economy», to denote trade, to introduce the concept of «electronic money», to denote e-shops, shopping malls, abbreviations of forms of relationships between participants in e-commerce, to denote a distance learning form, to denote higher education institutions that offer distance learning courses, for participants in distance education, curricula and materials, lectures and seminars, abbreviations for mobile technology, in the field of mass media, parallels for distinguishing between «cybernetic» and «pre-cybernetic» concepts.

FEATURES OF COMMUNICATION IN SOCIAL NETWORKS

Levels of structural organization.

– Syntactic level

- Lexical level
- Spelling and grammar level
- Phonetic and graphic level

Thus, the last decade of the last century and the beginning of a new one is a period of rapid development of almost all aspects of society, but among them it is worth noting the field of information technology. Language, for which society is a social environment, convincingly confirms this. The Internet has its own peculiarities of communication and interaction of people in it, and also very quickly creates new neologisms, which are used both inside and outside this network. These neologisms, in turn, can change the meaning of some words and add other meanings to other words.

Literature

1. Ivleva G. G. Trends in word development and vocabulary. K.: 1986. – 136 p.
2. Gritsay I. S. Modern approaches to the study of neologisms [Electronic resource] / I. S. Gritsay. – Access mode: <http://www.kamts1.kpi.ua/node/1010>.
3. Zatsny Y. A., Pakhomova T. O. Language and society: enrichment of the vocabulary of the modern English language / Y. A. Zatsny, T. O. Pakhomova. – Zaporozhye: Zaporozhye State University, 2001. – P.174.
4. Safire W. Return of Retronyms / W. Safire // The New York Times Magazine. – 1995. –March 15. –P.22–23.
5. Urban Dictionary [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.urbandictionary.com/define.php?term=facebook>.
6. NetLingo [Electronic resource]. – Access mode: <http://www.netlingo.com>

СЕКЦІЯ «ХАРЧОВІ ТЕХНОЛОГІЇ»

Домніна Олександра

студентка ВСП «ФКБХТ ЗНУ»

Наук. кер.: викладач вищ. кат. Антіпова Л.О.

ВПРОВАДЖЕННЯ НОВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ ВИРОБНИЦТВА СОУСІВ В ЗАКЛАДАХ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА

Стрімкий розвиток ресторанного господарства в Україні тісно пов'язаний з широким впровадженням новітніх технологій виробництва кулінарної продукції. Однією з найбільших ніш кулінарної продукції є *соуси*. В сучасній кулінарії соус – це додатковий компонент страви з напіврідкою консистенцією, який використовують під час приготування страви, або подають до готової страви для поліпшення її смаку і аромату. Вони надають стравам соковитості, підвищують харчову цінність і засвоюваність їжі, покращують зовнішній вигляд страв і цим сприяють збудженню апетита.

Історію соусів можна зрівняти з історією моди, оскільки ті або інші інгредієнти, рецепти то завойовують загальне визнання, то втрачають свою популярність; то проголошуються вершиною кулінарного мистецтва, то знову відкидаються, звільняючи дорогу новій сенсації.

Серед модних на сьогодні напрямків у кулінарії соусів слід зазначити використання *легких і пінних соусів*. Це може бути, наприклад, суміш олії, вина або лимонного соку з додаванням невеликої кількості вершків. Щоб надати пінної текстури в соуси наприкінці додають збите яйце. Такі соуси готуються швидко, не більше 5 хв. «Швидкі» соуси стали невід'ємною частиною ресторанної кулінарії.

У сучасній кулінарії мають місце такі *нові пікантні сполуки*, як, наприклад, свинина із пряним апельсиновим соусом, соус із щавлю до смаженої телятини тощо. Модний на разі спосіб приготування й подавання страв *ф'южн* припускає долучення, наприклад, до страв української кухні європейських соусів або навпаки. Так, до ескалопу з фуагри пропонується соус із квасу і вишневого морсу. Також модним вважається використання на одній тарілці різних, у тому числі контрастних за смаком і кольором, соусів (наприклад, гострий і пряний з кисло-солодким). Для підвищення харчової цінності й зниження калорійності нерідко використовують основу з рослинних продуктів, зокрема з овочів, ягід, фруктів, бобових. Застосування овочевих пюре як загусників є дуже актуальним у сучасній кулінарії. Так, для білих соусів беруть протерту картоплю, а для червоних – морквяне пюре.

Аби урізноманітнити смакові якості салатів використовують оригінальні заправки *дресінги*. *Дресінг* – походить від англ. dressing – *одяг* або *прикраса*, тобто світова кулінарна спільнота розглядає салатну заправку, як прикрасу для салата. Варто додати у звичайну заправку кілька інгредієнтів і звичайний салат перетвориться на святкову страву. Дресінг – це салатний соус, покликаний з'єднати продукти страви між собою і надати їм певний смак (пікантний, гострий, пряний, та ін.). Термін «дресінг» з'явився в Північній Америці ще в тридцяті роки минулого століття, але тільки зараз став активно використовуватися кулінарами Європи. Саме зараз кулінарне мистецтво переживає бурхливий сплеск свого розвитку і саме зараз у фаворі у більшості споживачів здорове харчування.

Дизайн страв багато в чому визначається оригінальністю розташування соусу на тарілці. Крім того, соус може бути поданий у чарочках, кошиках з тіста або овочів, знаходитись в «межах», наприклад, намальованого з шоколаду малюнка. Якщо на тарілці два соуси, то декількома легкими рухами зубочистки їх можна трохи змішати, зробити «пір'я». Оригінальний мають вигляд «пір'я» під час подавання контрастних за кольором соусів. Для створення цікавих колірних рішень страви нерідко доводиться робити корекцію барвистих відтінків за допомогою натуральних барвників, таких як карамелізований цукор або розчинна кава, соєвий соус або кінза, розтерта з олією, шафран, куркума або каррі.

Дуже популярний в різних кухнях світу густий *соус-дип* (від англ. *to dip* – мокати, занурювати), яким не поливають страву, а вмочують в нього шматочки

продуктів. До таких соусів відносяться *фондю, барбекю, гуакамоле з авокадо*, усіма улюблений *хумус*, середземноморський соус *тапенад*, який готують з перемелених оливок з чорним перцем і оливковою олією, *гірчиця*, а також *томатний і сирний соус*. Пряме призначення соусів діп – доповнити смак страв, які до нього подаються.

За результатами моніторингу продукції закладу ресторанного господарства встановлено, що понад 70% страв і кулінарних виробів реалізуються з використанням соусів, які дозволяють сформувати нові споживчі властивості, підвищити харчову цінність. Актуальним є створення нових рецептурних композицій соусів з використанням пряно-ароматичної та каротиномісткої сировини. Цільове комбінування даних інноваційних інгредієнтів сприяє забезпеченню фізико-хімічних показників якості та підвищенню харчової цінності соусів. Соуси за своїм технологічним призначенням збагачують основну страву додатковими компонентами, які надають їй привабливих органолептичних властивостей та підвищують харчову цінність.

Доцільним є включення в щоденний раціон людини соусів, які містять широкий спектр таких компонентів, як вітаміни, мінеральні речовини, харчові волокна які володіють радіопротекторними та імуномодулюючими властивостями. У зв'язку з цим розроблені рецептури соусів з використанням плодовоовочевої сировини. Основне значення при створенні нових композицій соусів має вибір і обґрунтування рецептурних інгредієнтів, які формують нові властивості розроблюваних виробів. Цільове комбінування рецептурних інгредієнтів забезпечує отримання харчових композицій із заданими фізико-хімічними та органолептичними показниками високої якості.

Література

1. <https://studfile.net/preview/5561957/>
2. https://revolution.allbest.ru/cookery/00430218_0.html

Коревко Олександра

студентка 2 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»

Наук. кер.: викладач вищ. кат. Заборська Н.В.

СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ БАРІВ

Бар, як заклад ресторанного господарства в якому продаж напоїв, страв та покупних товарів здійснюється через барну стійку для споживання на місці, поряд с послугами харчування надає споживачеві різноманітні послуги, які останнім часом постійно розширюється. В зв'язку з цим, подальший розвиток сучасної барної справи в українському ресторанному бізнесі є актуальним. Сьогодні ринок послуг, які надаються в барах, не обмежений лише якісною продукцією та культурою обслуговування. Це має місце не тільки на

вітчизняному ринку, але й на світовому. Створюються бари незвичайні за концептуальними і архітектурними особливостями, місцем будування та розміщенням.

У більшості випадків бари працюють у складі готелів та ресторанів, але в останні часи вони почали відкриватись і як окремі заклади ресторанного господарства, в тому числі ті, які мають специфічний напрямок діяльності (наприклад, спортивні, ігрові бари, караоке, арт -, фан- бари тощо). Внаслідок таких концептуальних рішень, у світі з'являються бари, які розташовані у незвичайних куточках земної кулі: в найглибших печерах, на верхівках хмарочосів, на деревах, на високих трубах, у пустелі просто неба, під водою, у повітрі. Попри це бари дивують своїм інтер'єром: у Швейцарії є бар, в якому всі стіни та меблі виконані як складові людських скелетів, а у Швеції і Китаї є бар, що повністю побудований з льоду. Є бари з інтерактивною барною стійкою, на якій можна писати і посилати замовлення бармену; зі стінами, що змінюють колір у заданому режимі. У Львівській області є бар «Вічність», що своєю архітектурою нагадує велитенську домовину, меню його також концептуально витримане. Архітектурні експерименти привели до появи в м. Києві закладу «Кабачок на бочок», де будівля начебто лежить на боковій стіні, а в Японії будують мережу барів на деревах. Гостей вражають не тільки архітектурно-інтер'єрні рішення барів, тому що головним призначенням цих закладів є реалізація потреби споживачів випити або поспілкуватися з друзями в приємній атмосфері. Реалізують в барах потребу в споживанні алкогольних та безалкогольних напоїв, в тому числі і змішаних, шляхом побудови різноманітних смакових поєднань для створення у гостей нових незвичайних смакових відчуттів з одного боку. З іншого – створення нових смакових поєднань слугує для зміцнення звички у здоровому способі життя, зокрема у молоді. Дана життєва цінність широко розповсюджена на заході Європи і поволі стає трендом у колі вітчизняної молоді, зокрема студентської. Бар без алкоголю стає все більш популярнішим в світових столицях. У такому барі можна чудово провести час і без алкоголю.

Хоча ідея безалкогольного бару не є новою. Наприкінці XIX століття у Великій Британії на хвилях руху за тверезість з'явилися схожі заклади, відомі як «бари помірності», деякі з них і досі подають пиво з коренеплодів та коктейлі з кульбаби і лопуха. На відміну від «барів помірності», сучасні безалкогольні бари не передбачають повну відмову від алкоголю, вони пропонують вибір. У цьому сенсі вони відповідають потребам молодого міського населення, яке переглядає місце алкоголю в своєму житті. Зараз ресторани все частіше включають до своїх дегустаційних меню безалкогольні напої, які поєднуються з певними стравами.

Бармени-міксологи та ресторани сомельє беруть новий тренд на озброєння і створюють нові смаки напоїв без традиційної участі алкоголю.

Останнім часом з'являється все більше продуктів отриманих методом вакуумної дистиляції. Це метод розділення сумішей органічних речовин.

Також використовують метод ферментації – це природний спосіб збереження харчових продуктів і надання ним нових властивостей.

Ферментація – це процес під час якого мікроорганізми змінюють органолептичні та функціональні властивості харчових продуктів для отримання потрібного кінцевого результату.

Набуває популярності і техніка «крео-концентрації» – концентрування смаків певних рідких продуктів, наприклад соків. Цей метод працює за рахунок виморожування.

Раніше ці методи боялися задіяти через незнання та складність. Але зараз з'явилася така кількість інформації за цими напрямками, що навіть у найвіддаленіших барах дивують своїм підходом гостей.

Література

1. <http://www.horeca-magazine.ru/archive/interview/bar/>
2. Ростовський В.С. Барна справа: підручник / В.С.Ростовський, С.М.Шиян. – Київ: Центр учбової літератури, 2008. – 312с.
3. П'ятницька Г.Т., Найдюк В.С. Сучасні тренди розвитку ресторанного господарства в Україні. Економіка та держава. 2017. № 9. – с. 66-73.

Прасова Ксенія, Токарева Тетяна

студентки 3 курсу ВСП «ФКБХТ ЗНУ»

Наук. кер.: викладач I кат. Трошина Н.А.

РАЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ ШКОЛЯРІВ

Харчування відіграє серйозну роль в питанні повноцінного розвитку і зростання школярів. Воно не тільки сприяє загальному зміцненню організму дітей, але також може впливати на їхню працездатність і успішність. Достатня кількість поживних речовин і правильна культура споживання їжі не лише вберігають дитину від численних хвороб, а й роблять її бадьорішою і уважнішою.

В організації шкільного харчування велике значення має правильна технологія виготовлення кулінарної продукції. При складанні меню слід враховувати норми хімічного складу страв і калорійність харчування. Оптимальний режим харчування дітей шкільного віку – чотириразовий. Для першої зміни – другий сніданок, для другої зміни – полуденок, для груп подовженого дня – сніданок, обід.

У раціон включають продукти, які в першу чергу забезпечують потреби організму в білках, ненасичених жирних кислотах, мінеральних солях і вітамінах. Основні принципи організації раціонального харчування: відповідність енергетичної цінності раціону віковим фізіологічним потребам дітей; забезпечення в раціоні відповідного співвідношення основних харчових речовин в грамах; поповнення дефіциту вітамінів та мікроелементів; різноманітність способів кулінарної обробки; дотримання технологічної обробки продуктів; дотримання оптимального режиму харчування.

Молодий організм більш сприятливий до дії шкідливих речовин. Готуючи страви для дітей і підлітків, уникають довготривалого перегріву жирів, так як при цьому накопичуються продукти їх окислення. У зв'язку з цим в закладах не дозволяється реалізовувати приготування страв та кулінарних виробів смажених у фритюрі.

При виготовленні кулінарної продукції для харчування дітей шкільного віку слід враховувати ряд особливостей: широко використовувати страви з січеного м'яса, птиці та риби; мілкокускові м'ясні вироби; не використовують жирне м'ясо; заборонено включати гострі страви; розширюють асортимент овочевих страв; вводять в раціон молочні страви.

Потрібно спати достатню кількість часу, щоб наш організм мав відпочинок. Також важливо – правильно харчуватись. У житті людини їжа відіграє велику роль. Основне призначення їжі – це бути джерелом енергії і забезпечувати необхідними поживними речовинами. Енергія – це рух, підтримування температури тіла, робота організму. Поживні речовини – це білки, жири, вуглеводи, вітаміни, мінеральні речовини і вода.

Отже, школи виконують дуже важливу життєву функцію, використовуючи яку можна впливати на процес правильного харчування і формувати у школярів вірні навички і стереотипи в даному питанні. Тому саме шкільний вік є періодом, коли відбувається основний розвиток дитини і формується образ життя. Після покращення якості приготування страв та вдалого їх оформлення, діти із задоволенням будуть йти до школи.

Література

1. П'ятницька Н.О. Організація обслуговування у закладах ресторанного господарства. – Київ: Центр учбової літератури. 2011. – 512 с.
2. <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/shkilne-harchuvannya>

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ, ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ТА ТУРИЗМ

Альянова Ольга <i>РЕКРЕАЦІЯ ЯК ФОРМА ВІДНОВЛЕННЯ ФІЗИЧНОГО ТА ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ЛЮДИНИ.....</i>	<i>4</i>
Альянова Ольга <i>ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДИКИ ПОСТІЗОМЕТРИЧНОЇ РЕЛАКСАЦІЇ ДЛЯ РОЗВИТКУ ГНУЧКОСТІ У СТУДЕНТОК ЗАПОРІЗЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТА.....</i>	<i>6</i>
Бабаян Ірина <i>ХАТХА-ЙОГА В РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ З \ ПОРУШЕННЯМИ ПОСТАВИ.....</i>	<i>7</i>
Бабаян Ірина <i>МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФІТБОЛ-ГІМНАСТИКИ У НОВОНАРОДЖЕНИХ.....</i>	<i>9</i>
Бай Андрій <i>ВПЛИВ ПАНДЕМІЇ COVID-19 НА ТУРИСТИЧНУ ДІЯЛЬНІСТЬ СВІТУ.....</i>	<i>11</i>
Бай Андрій <i>ОРГАНІЗАЦІЯ АНІМАЦІЙНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ В МІЖНАРОДНИХ ГОТЕЛЯХ.....</i>	<i>13</i>
Бай Андрій <i>КОМЕРЦІЙНА ГОСТИННІСТЬ ЯК УСПІШНИЙ БІЗНЕС-ПРОЕКТ ТУРЕЧЧИНИ.....</i>	<i>15</i>
Боровков Андрій <i>МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КІНЕЗІТЕРАПІЇ ПРИ РІЗНИХ ФОРМАХ ПОРУШЕННЯ ПОСТАВИ.....</i>	<i>17</i>
Бугаєнко Ангеліна <i>ІГРОВИЙ МЕТОД НАВЧАННЯ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ ПІДГОТОВКИ В СПОРТИВНІЙ ГІМНАСТИЦІ.....</i>	<i>19</i>
Буряк Оксана <i>ШРОТ – ТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД ЛІКУВАННЯ СКОЛІОЗУ.....</i>	<i>21</i>
Волобуєв Андрій, Голобородько Ганна <i>ВПЛИВ ПАНДЕМІЇ НА ВНУТРІШНІЙ ТУРИЗМ ЗАПОРІЗЬКОЇ ОБЛАСТІ.....</i>	<i>23</i>
Волобуєв Андрій <i>СТАНДАРТИ ОБСЛУГОВУВАННЯ ГОСТЕЙ У ЗАКЛАДАХ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА.....</i>	<i>25</i>
Гарагуля Оксана <i>ВПЛИВ РОБОТИ ЗА КОМП'ЮТЕРОМ НА СТАН ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ СТУДЕНТА-ПЕРШОКУРСНИКА.....</i>	<i>27</i>

Гердов Едуард <i>СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ УПРАВЛІННЯ ТУРИСТИЧНОЮ ГАЛУЗЗЮ</i>	29
Голіздра Данило <i>СИНДРОМ ПАХВИННОГО БОЛЮ У СПОРТСМЕНІВ</i>	30
Гусєва Юлія <i>ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ КАНІСТЕРАПІЇ У СУЧАСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ</i>	33
Давиденко Анастасія <i>АРТРОСКОПІЯ ПРИ УШКОДЖЕННЯХ КОЛІННОГО СУГЛОБУ</i>	35
Каврін Михайло <i>СТАНОВЛЕННЯ ПРОФЕСІЇ ФАХІВЦЯ З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В УМОВАХ ЗМІНИ СИСТЕМИ РЕАБІЛІТАЦІЇ</i>	37
Кацаєва Крістіна <i>РОЗВИТОК СПОРТИВНОЇ АКРОБАТИКИ В УКРАЇНІ</i>	39
Кацаєва Крістіна <i>ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ</i>	41
Киливник Анастасія <i>РОЗВИТОК БАЛЬНИХ ТАНЦІВ НА ІНВАЛІДНИХ ВІЗКАХ ЯК ВИДУ СПОРТУ</i>	42
Кобзар Вероніка <i>ІППОТЕРАПІЯ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ З АУТИЗМОМ</i>	44
Коваль Михайло <i>ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ РОЗВИТКУ ІНДУСТРІЇ ГОСТИННОСТІ</i>	45
Коваль Наталія <i>ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ</i>	47
Ковальова Анастасія, Прокопенко Данило <i>ВЕРТЕБЛОПЛАСТИКА І КІФОПЛАСТИКА ЯК СУЧАСНИЙ МЕТОД ЛІКУВАННЯ</i>	49
Ковальова Анастасія <i>ВИКОРИСТАННЯ УЛЬТРАЗВУКОВОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ПРИ ЗАХВОРЮВАННЯХ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ</i>	51
Ковальова Анастасія <i>РОЛЬ ДОЗВІЛЛЯ І ВІДПОЧИНКУ У ПРОЦЕСІ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПІСЛЯ ІНСУЛЬТУ</i>	53

Ковенев Ярослав <i>РІВЕНЬ СФОРМОВАНOSTI ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ</i>	<i>54</i>
Козачок Анна <i>ОСОБЛИВОСТІ ФІТБОЛ-ГІМНАСТИКИ ЯК ЗАСОБУ ПРОФІЛАКТИКИ І КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ У ДІТЕЙ.....</i>	<i>56</i>
Красильникова Тетяна <i>САНАТОРНО-КУРОРТНЕ ЛІКУВАННЯ ХВОРИХ НА БРОНХІАЛЬНУ АСТМУ.....</i>	<i>58</i>
Красильникова Тетяна <i>ОСНОВНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ГІПЕРТОНІЧНІЙ ХВОРОБИ.....</i>	<i>60</i>
Красильникова Тетяна <i>ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДИКИ КІНЕЗІОТЕЙПУВАННЯ В ПАЦІЄНТІВ НЕВРОЛОГІЧНОГО ПРОФІЛЮ.....</i>	<i>61</i>
Красна Надія <i>ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ ПОЧУТТЯ ГНІВУ У ПРОЦЕСІ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПІСЛЯ ІНСУЛЬТУ.....</i>	<i>63</i>
Крейдич Ярослав <i>УШКОДЖЕННЯ КІСТОК ТАЗУ ТА МЕТОДИ ЛІКУВАННЯ.....</i>	<i>64</i>
Круковська Маргарита <i>ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НА ПОЧАТКОВИХ СТАДІЯХ ГІПЕРТОНІЧНОЇ ХВОРОБИ.....</i>	<i>66</i>
Круковська Маргарита <i>ОПТИМАЛЬНІ ЗАСОБИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ФІЗІОТЕРАПІЇ В КОРЕКЦІЇ ВЕГЕТАТИВНОЇ ДИСФУНКЦІЇ.....</i>	<i>68</i>
Ленда Андрій <i>СТАН І ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ТУРИСТИЧНОЇ ГАЛУЗІ В УКРАЇНІ.....</i>	<i>70</i>
Лукіна Крістіна <i>ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ У ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ.....</i>	<i>73</i>
Марусенко Дарія <i>РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ЗАХОДИ ДЛЯ ПОСТІНСУЛЬТНИХ ХВОРИХ НА САНАТОРНО-КУРОРТНОМУ ЕТАПІ.....</i>	<i>74</i>
Марусенко Дарія <i>РОЛЬ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ У ПОПЕРЕДЖЕННІ ГІПОДИНАМІЇ У ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ ПІД ЧАС КАРАНТИННИХ ОБМЕЖЕНЬ.....</i>	<i>76</i>
Марусенко Дарія <i>МЕНЕДЖМЕНТ СПАСТИЧНОСТІ В ПОСТІНСУЛЬТНОМУ ПЕРІОДІ.....</i>	<i>77</i>

Марусенко Дарія <i>ВПЛИВ АВТОРСЬКОЇ МЕТОДИКИ КОЗЯВКІНА НА ДІТЕЙ З ДЦП</i>	79
Мацола Валерія <i>ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ НЕДОНОШЕНИХ ДІТЕЙ З ОЗНАКАМИ РАХІТУ</i>	81
Мацола Валерія <i>СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПАЦІЄНТІВ З НЕВРОПАТІЄЮ ЛИЦЬОВОГО НЕРВУ</i>	82
Меснянкін Дмитро <i>ОСОБЛИВОСТІ ВІДНОВЛЕННЯ ПІСЛЯ НАВАНТАЖЕННЯ СПОРТСМЕНІВ З АКАДЕМІЧНОГО ВЕСЛУВАННЯ</i>	84
Меснянкін Дмитро <i>ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ВЕСЛУВАЛЬНИКІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ У ПІДГОТОВЧИЙ ПЕРІОД СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ</i>	86
Меснянкіна Ілона <i>КОМПЛЕКСНА ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ДІТЕЙ ДО РОКУ ЖИТТЯ З ПЕРИНАТАЛЬНОЮ ПАТОЛОГІЄЮ</i>	87
Меснянкіна Ілона <i>КОГНІТИВНИЙ ТРЕНІНГ В ПАЦІЄНТІВ НЕВРОЛОГІЧНОГ ПРОФІЛЮ</i>	89
Мосейчук Андрій <i>ЗВ'ЯЗОК МІЖ ФІЗИЧНОЮ ПІДГОТОВЛЕНІСТЮ ФУТБОЛЬНОГО АРБИТРА ТА ПРИЙНЯТТЯМ РІШЕНЬ ПІД ЧАС ГРИ</i>	91
Оніщук Вікторія <i>ВИКОРИСТАННЯ ПРОФІЛАКТОРА ЄВМІНОВА ПРИ МІЖХРЕБЦЕВИХ ГРИЖАХ</i>	93
Осипчук Лілія <i>АНАЛІЗ ОРГАНІЗАЦІЙНИХ ТА ЕКОНОМІЧНИХ ПРОБЛЕМ РОЗВИТКУ ЕКСКУРСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ</i>	95
Полозок Антон <i>СЕРВІСНА ДІЯЛЬНІСТЬ У РЕСТОРАННИХ ЗАКЛАДАХ</i>	97
Прокопенко Данило <i>БІОСОЦІАЛЬНА СУТНІСТЬ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ</i>	99
Пучкова Анастасія <i>СУЧАСНІ МЕТОДИ ОЦІНКИ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ</i>	101
Руленко Владислав <i>ОСОБЛИВОСТІ МІМІЧНОЇ ГІМНАСТИКИ ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ КОГНІТИВНИХ РОЗЛАДІВ У ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ</i>	103

Руленко Владислав <i>БОБАТ-ТЕРАПІЯ, ЯК ВИД АДАПТИВНОЇ ГІМНАСТИКИ У НЕЙРОРЕАБІЛІТАЦІЇ</i>	105
Самойленко Дмитро <i>ВІДБІР І ОРІЄНТАЦІЯ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ</i>	108
Свиридюк Дар`я <i>ВИКОРИСТАННЯ РЕКЛАМИ В ЕКСКУРСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ЯК ЗАСОБУ ЗАЛУЧЕННЯ ТУРИСТІВ</i>	110
Седікова Юлія <i>МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МАСАЖУ ДІТЕЙ ПЕРШОГО РОКУ ЖИТТЯ З ПОРУШЕННЯМ М'ЯЗОВОГО ТОНУСУ</i>	112
Семешко Михайло <i>МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КОМПЛЕКСНОЇ ГЕРІАТРИЧНОЇ ОЦІНКИ</i>	114
Сергєєва Олена <i>РОЛЬ МАСАЖУ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ВПРАВ У ДІТЕЙ 6-7 РОКІВ З ВАРУСНОЮ ДЕФОРМАЦІЄЮ СТОП</i>	116
Соседко Майя <i>ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ БОБАТ-ТЕРАПІЇ У РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ З ДЦП</i>	118
Сироп`ятова Світлана <i>ЕРГОТЕРАПІЯ У КОМПЛЕКСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ</i>	120
Терновська Ксенія <i>ЕКСКУРСІЇ ЯК ВИД МИСТЕЦТВА</i>	121
Троїцький Євген <i>ВИКОРИСТАННЯ «АКВАДЖЕТ ТІКСОТРЕНІНГУ» ЯК ЕЛЕМЕНТУ ГІДРОТЕРАПІЇ У ПЕДІАТРИЧНІЙ ПРАКТИЦІ</i>	123
Тучинська Софія <i>ОРГАНІЗАЦІЯ ЕКСКУРСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ТУРИЗМІ</i>	125
Харченко Тетяна <i>ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ГОТЕЛЬНОГО БРЕНДУ MARRIOTT</i>	126
Черняхівська Валерія <i>НОРМАТИВНО-ПРАВОВІ ДОКУМЕНТИ ТУРИСТСЬКО-ЕКСКУРСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ</i>	128
Чулков Олександр <i>БАЗОВА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ОСОБИСТОСТІ: ВИЗНАЧЕННЯ ПОНЯТТЯ</i>	130

Шарантай Дарія	
<i>ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ГОТЕЛІВ В УКРАЇНІ</i>	131

**ВІДОКРЕМЛЕНИЙ СТРУКТУРНИЙ ПІДРОЗДІЛ
«ЕКОНОМІКО-ПРАВНИЧИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ
ЗАПОРІЗЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ»**

СЕКЦІЯ «ФІЛОЛОГІЧНІ ДИСЦИПЛІНИ»

Бланк Софія	
<i>ПСИХОЛОГІЯ ЛЮДСЬКИХ ВЧИНКІВ ТА ДУШІ В КОНТЕКСТІ ФАНТАСТИЧНИХ ПОДІЙ РОМАНІВ ОНОРЕ ДЕ БАЛЬЗАКА «ШАГРЕНЕВА ШКІРА» ТА ОСКАРА УАЙЛЬДА «ПОРТРЕТ ДОРІАНА ГРЕЯ»</i>	133
Медяник Анфіса	
<i>ЛІНГВІСТИЧНІ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНО-СТИЛЬОВІ ОСОБЛИВОСТІ INSTAGRAM ПОСТІВ УКРАЇНСЬКИХ БЛОГЕРІВ</i>	136
Руденко Анастасія	
<i>ДІДЖИТАЛ-ЕТИКЕТ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ</i>	139
Сізінцова Марія	
<i>«ПТАХ ДУШІ» В. СТУСА: СПРОБА ДЕМІСТИФІКАЦІЇ ПОСТАТІ ВІДОМОГО ДИСИДЕНТА</i>	140

СЕКЦІЯ «ІНОЗЕМНІ ДИСЦИПЛІНИ»

Болюта Владислава	
<i>HARRY POTTER FILM PRISONER OF AZKABAN</i>	142
Гіба Аліна	
<i>GAMING TECHNOLOGIES IN DISTANCE LEARNING</i>	144
Каменєва Ірина	
<i>NEOLOGISMS, WHICH APPEARED ON THE BASIS OF THE BLACK LIVES MATTER MOVEMENT</i>	146
Остапець Анастасія	
<i>FALSE FRIENDS OF A TRANSLATOR</i>	148
Сімченко Анастасія	
<i>PROBLEMS FACED BY AUTHORS TRANSLATING «ROMEO AND JULIET»</i>	150
Суранович Дар'я	
<i>AMERICAN SLANG ON THE BASIS IN TV SHOW «FRIENDS»</i>	151
Чирва Марія	
<i>NEOLOGISMS DURING THE PANDEMIC TIME</i>	153
Чиховська Дарина	
<i>AMERICAN SLANG</i>	155

СЕКЦІЯ «ІСТОРИЧНІ ДИСЦИПЛІНИ»

- Грушевой Ростислав**
ГЕНЕРАЛ ПЕТРО ГРИГОРЕНКО: КОЛИ ЧЕСТЬ ВАЖЛИВІША ЗА ЖИТТЯ.....159
- Котелевець Альона**
*ПРОБЛЕМИ ЗБЕРЕЖЕННЯ УКРАЇНСЬКОЇ КУЛЬТУРНОЇ ТА
НАЦІОНАЛЬНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ В УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ*.....162
- Кулинич Ірина**
*СВЯТО ІВАНА КУПАЛА: ТРАДИЦІЇ СВЯТКУВАННЯ ВІД НАЙДАВНІШИХ
ЧАСІВ ДО СЬОГОДЕННЯ*.....164
- Носик Максим**
*ФОРМУВАННЯ ХРОНОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ
СТУДЕНТІВ КОЛЕДЖУ В КОНТЕКСТІ КОМПЛЕКСНОЇ
ЛІНЕАРНО-ІСТОРІОСОФСЬКОЇ ПЕРІОДИЗАЦІЙНОЇ СИСТЕМИ
УКРАЇНСЬКОЇ ІСТОРІЇ: ІСТОРІКО-ПЕДАГОГІЧНИЙ КОНЦЕПТ*.....167
- Опалатенко Іван**
ЗАРОДЖЕННЯ РЕЛІГІЙНИХ УЯВЛЕНЬ У ЛЮДЕЙ КАМ'ЯНОГО ВІКУ.....171
- Чумак Данило**
*СВІТОВЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННОСТЕЙ Р.ІНГЛХАРТА:
РЕЗУЛЬТАТИ І ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ УКРАЇНИ*.....172
- Шелудько Катерина**
*ДИНАМІЧНИЙ ЗВ'ЯЗОК МІЖ УКРАЇНСЬКИМ НАЦІОНАЛЬНИМ
ВІДРОДЖЕННЯМ ТА АНТИУКРАЇНСЬКИМИ РЕПРЕСІЯМИ
(НА ПРИКЛАДІ ДОБИ «ЗБИРАННЯ СПАДЩИНИ»)*.....175

СЕКЦІЯ «ЖУРНАЛІСТИКА ТА ВИДАВНИЧА СПРАВА»

- Бондаренко Тетяна**
РЕАЛІЗАЦІЯ МОВНОГО СТЪОБУ В УКРАЇНСЬКІЙ БЛОГОСФЕРІ.....178
- Горбань Луїза**
*ФОРМАЛЬНО-ЗМІСТОВА ПАРАДИГМА ФОТОАЛЬБОМУ
ЯК ЗАСІБ РЕПРЕЗЕНТАЦІЇ ЙОГО КОНЦЕПЦІЇ*.....181
- Дмитренко Катерина**
БУКТРЕЙЛЕРИ ЯК СПОСІБ ПРОМОЦІЇ КНИЖКОВИХ ВИДАНЬ.....184
- Драчова Анна**
СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ПРОМОЦІЇ БРЕНДУ ЖУРНАЛУ «VOGUE».....186
- Медяник Анфіса**
*ВИДАВНИЦТВО «А-БА-БА-ГА-ЛА-МА-ГА» ЯК БРЕНД НА РИНКУ
КНИЖКОВОЇ ПРОДУКЦІЇ*.....188

Мельнікова Маргарита <i>РЕАЛІЗАЦІЯ СТАНДАРТІВ ЖУРНАЛІСТИКИ В УКРАЇНСЬКІЙ БЛОГОСФЕРІ.....</i>	<i>190</i>
--	------------

Пугач Анна <i>КНИЖКОВІ БЛОГИ ЯК СПОСІБ ПРОМОЦІЇ ВИДАВНИЧОГО ПРОДУКТУ.....</i>	<i>193</i>
---	------------

СЕКЦІЯ «ЮРИДИЧНІ ДИСЦИПЛІНИ»

Кириленко Олександр <i>ГІБРИДНІ ПОЛІТИЧНІ РЕЖИМИ: ТРАНСФОРМАЦІЇ ДЕМОКРАТІЙ І АВТОКРАТІЙ У СУЧАСНОМУ СВІТІ.....</i>	<i>195</i>
--	------------

Кривошей Ганна <i>РОЛЬ ОРГАНУ ОПІКИ І ПІКЛУВАННЯ В ЗАБЕЗПЕЧЕННІ МАЙНОВИХ ПРАВ НЕПОВНОЛІТНІХ.....</i>	<i>197</i>
--	------------

Масюк Олександр <i>ОСОБЛИВОСТІ ПРАВОВОГО СТАТУСУ НЕПОВНОЛІТНЬОЇ ОСОБИ.....</i>	<i>200</i>
--	------------

Новікова Крістіна <i>РЕЄСТРАЦІЯ ШЛЮБУ З ІНОЗЕМНИМИ ГРОМАДЯНАМИ.....</i>	<i>203</i>
---	------------

Россол Ольга <i>БЕЗУМОВНИЙ БАЗОВИЙ (СОЦІАЛЬНИЙ) ДОХІД В КОНТЕКСТІ ВИРІШЕННЯ ПРОБЛЕМ СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ НАСЕЛЕННЯ.....</i>	<i>206</i>
--	------------

Севериненко Катерина <i>ЧЕСТЬ, ГІДНІСТЬ ТА ДІЛОВА РЕПУТАЦІЯ: РЕАЛІЗАЦІЯ ТА ЗАХИСТ ОСОБИСТИХ НЕМАЙНОВИХ ПРАВ В УМОВАХ ЦИФРОВІЗАЦІ.....</i>	<i>209</i>
---	------------

Шинкаренко Катерина <i>«БУЛІНГ» ТА «МОБІНГ»: ОСОБЛИВОСТІ ЮРИДИЧНОЇ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ ТА ПРОБЛЕМИ ВПРОВАДЖЕННЯ.....</i>	<i>212</i>
---	------------

СЕКЦІЯ «МАТЕМАТИЧНІ ДИСЦИПЛІНИ ТА ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ»

Базилевський Олексій <i>РОЗРОБКА ІНФОРМАЦІЙНОГО ВЕБ ЗАСТОСУНКУ ДЛЯ ПЕРЕГЛЯДУ ІНФОРМАЦІЇ ПРО ПІСНІ ТА ГУРТИ.....</i>	<i>215</i>
---	------------

Коваленко Владислав <i>БЕЗПЕКА ФІНАНСОВИХ ОПЕРАЦІЙ.....</i>	<i>216</i>
---	------------

Зейналова Амалія <i>#ZNOa200.....</i>	<i>218</i>
---	------------

Матвієнко Єлизавета <i>СПОСОБИ РОЗМІЩЕННЯ РОБОТИ У СЕЗН ЕПФК ЗНУ MOODLE.....</i>	<i>220</i>
--	------------

Сізнцова Марія <i>ТРЕНДИ ТЕХНОЛОГІЙ У 2021 РОЦІ</i>	222
Ходаковська Мар'я <i>ЕЛЕКТРОННА ДЕМОКРАТІЯ: ДОСВІД ЕСТОНІЇ У РОЗБУДОВІ ГРОМАДЯНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА</i>	224

СЕКЦІЯ «ЕКОНОМІЧНІ ДИСЦИПЛІНИ»

Величко Софія <i>НОВІ НАПРЯМКИ ДІЯЛЬНОСТІ HR-МЕНЕДЖМЕНТУ В УМОВАХ СУЧАСНОГО БІЗНЕС СЕРЕДОВИЩА</i>	226
Зінькова Світлана, Чичун Людмила <i>СУТНІСТЬ І ВИДИ ДЕБІТОРСЬКОЇ ЗАБОРГОВАНOSTІ ПАТ «МОТОР СІЧ»</i>	228
Мірошниченко Віолета, Мордвінова Ірина <i>ПЕРШІ НАСЛІДКИ КОРОНАКРИЗИ В ЕКОНОМІЦІ УКРАЇНИ</i>	231
Рибалка Юлія <i>ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ КАПІТАЛЬНИХ ВКЛАДЕНЬ ПІДПРИЄМСТВА В УМОВАХ РИНКОВОГО СЕРЕДОВИЩА</i>	234
Соколенко Дар'я, Чичун Людмила <i>НАСЛІДКИ ЕКОНОМІЧНОЇ КРИЗИ У ФІНАНСОВОМУ СЕКТОРІ УКРАЇНИ</i>	235
Цуканова Анастасія, Черкасова Єлизавета <i>СУЧАСНИЙ СТАН ТРУДОВОЇ ЕМІГРАЦІЇ В УКРАЇНІ</i>	238
Черкун Андрій <i>СТАНОВЛЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ НЕОБАНКІВ В УКРАЇНІ</i>	241
Шило Валерія <i>БЮДЖЕТ ІНОГОРОДНЬОГО СТУДЕНТА: ОСОБЛИВОСТІ СКЛАДАННЯ, ІНСТРУМЕНТИ ТА ЕФЕКТИВНЕ УПРАВЛІННЯ</i>	244

СЕКЦІЯ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ»

Зінченко Максим <i>ЕКОЛОГІЧНА ОСВІТА В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ</i>	246
Короєд Ніколь-Тетяна <i>ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ</i>	249
Олексенко Богдан <i>ВИКОРИСТАННЯ ТВОРЧИХ ЗАВДАНЬ З ФІЗКУЛЬТУРИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ КОЛЕДЖУ</i>	252

СЕКЦІЯ «ТУРИСТИЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ»

Білоусова Анастасія <i>ЩОДО ВПЛИВУ РОБОТИЗАЦІЇ НА ЗМІНУ ТУРИСТИНОГО РИНКУ ПРАЦІ</i>	255
Добровольська Анастасія <i>СУЧАСНИЙ СЕНС ПАЛОМНИЦТВА: САМОРОЗВИТОК ТА ТОЛЕРАНТНІСТЬ</i>	257
Довгая Елеонора-Веренія <i>ГРАНД-ТУР У РОЗВИТКУ ОСВІТЯНСЬКОГО ТУРИЗМУ</i>	259
Левченко Стефанія <i>ОСОБЛИВОСТІ ВІДПОЧИНКУ МЕШКАНЦІВ МІСТА ЗАПОРІЖЖЯ В 2020 РОЦІ</i>	260
Масюткіна Анастасія <i>ІНКЛЮЗИВНИЙ ТУРИЗМ В УКРАЇНІ: ПРОБЛЕМИ ТА МОЖЛИВОСТІ</i>	262
Мелконян Діана <i>РОЛЬ ЗАМКОВОЇ СПАДЩИНИ ЗАХІДНОЇ УКРАЇНИ У РОЗВИТКУ ВІТЧИЗНЯНОГО ТУРИЗМУ</i>	265
Токарчук Альона <i>ВПЛИВ КОРОНАКРИЗИ НА ТРАНСФОРМАЦІЮ ТУРИСТИЧНОЇ ГАЛУЗІ</i>	267
Чирва Марія <i>СТОРИТЕЛЛІНГ – ЯК СПОСІБ ДОСЯГНЕННЯ ЕФЕКТУ «ВАУ» В ЕКСКУРСІЙНІЙ СПРАВІ</i>	269
СЕКЦІЯ «ПРИРОДНИЧІ ДИСЦИПЛІНИ»	
Акімова Юлія <i>РУХОВА АКТИВНІСТЬ, ЯК ОBOB'ЯЗКОВА СКЛАДОВА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ</i>	271
Єрмолова Єлизавета <i>ЗДОРОВЕ ХАРЧУВАННЯ ПІДЛІТКІВ – ЗАПОРУКА ЗДОРОВ'Я</i>	273
Жуков Данило <i>ФІЗИКА В ПРОФЕСІЯХ</i>	275
Заруба Соф'я <i>ШЛЯХИ РОЗВИТКУ ПАМ'ЯТІ</i>	277
Зейналова Амалія <i>ВПЛИВ КОМП'ЮТЕРА НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ</i>	280
Черкун Андрій <i>ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ ЕЛЕКТРОМОБІЛІВ В УКРАЇНІ</i>	282

Шамрай Анна <i>ОПТИЧНІ ЛЮЗІЇ В ФІЗИЦІ</i>	285
---	-----

СЕКЦІЯ «СОЦІАЛЬНА ПЕДАГОГІКА ТА ПСИХОЛОГІЯ»

Бабенко Тетяна, Тарасова Катерина <i>СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОФІЛАКТИКА РАННЬОЇ ВАГІТНОСТІ</i>	286
--	-----

Огіренко Дар'я, Тарасова Катерина <i>СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПОДОЛАННЯ КОНФЛІКТІВ У ПІДЛІТКОВОМУ СЕРЕДОВИЩІ</i>	288
---	-----

Пономаренко Валерія <i>МОЛОДІЖНА ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ У КОНТЕКСТІ ЗРОСТАННЯ НЕБЕЗПЕКИ НЕБЕЗПЕКА СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ</i>	291
---	-----

Судакова Поліна, Тарасова Катерина <i>ТРЕНІНГ ЯК ІННОВАЦІЙНА ФОРМА СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ РОБОТИ ЗМІСТ ПУБЛІКАЦІЇ</i>	293
---	-----

ВІДОКРЕМЛЕНИЙ СТРУКТУРНИЙ ПІДРОЗДІЛ «ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ БІЗНЕСУ ТА ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ ЗАПОРІЗЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ»

СЕКЦІЯ «ЕКОНОМІЧНІ ДИСЦИПЛІНИ»

Бабко Дарина <i>НЕЙРОМАРКЕТИНГ – МАРКЕТИНГ МАЙБУТНЬОГО</i>	295
--	-----

Васильєва Катерина <i>ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ, ЩО ЗМІНЮЮТЬ ОБЛИЧЧЯ РІТЕЙЛУ</i>	297
---	-----

Кошарний Олег <i>ДОСЛІДЖЕННЯ РИНКУ КИСЛОМОЛОЧНОЇ ПРОДУКЦІЇ В УКРАЇНІ</i>	299
--	-----

Цикало Анастасія <i>ШКІДЛИВІ ВИРОБНИЧІ ФАКТОРИ У РОБОТІ КУХАРЯ ТА ЗАХОДИ ПО ЗМЕНШЕННЮ ЇХ НЕГАТИВНОГО ВПЛИВУ</i>	301
---	-----

СЕКЦІЯ «ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ»

Доберчук Інна, Панченко Карина <i>РОЗРОБКА АЛГОРИТМУ СТВОРЕННЯ ТА ШВИДКОГО ВІДНОВЛЕННЯ ПАРОЛІВ ДЛЯ КОРИСТУВАЧІВ ІНТЕРНЕТ-РЕСУРСІВ</i>	303
---	-----

Петрашук Тетяна <i>РОЗВ'ЯЗАННЯ ОПТИМІЗАЦІЙНИХ ЗАДАЧ РОБОТИ КОНДИТЕРСЬКОГО ЦЕХУ ПРИ ВИРОБНИЦТВІ ПАСОК ДО ВЕЛИКОДНЯ</i>	304
---	-----

Самойленко Олександр <i>СУЧАСНІ ОНЛАЙН-СЕРЕДОВИЩА ДЛЯ ВИКОНАННЯ КРЕСЛЕНЬ ПРИ ВИВЧЕННІ КУРСУ «КОМП'ЮТЕРНА ГРАФІКА» СТУДЕНТАМИ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ХАРЧОВІ ТЕХНОЛОГІЇ»</i>	306
---	-----

СЕКЦІЯ «МАТЕМАТИЧНО-ПРИРОДНИЧІ ДИСЦИПЛІНИ»

Баршацький Денис <i>ПРОБЛЕМИ УТИЛІЗАЦІЇ МАЛИХ ДЖЕРЕЛ ЕЛЕКТРИЧНОГО СТРУМУ</i>	308
Войтович Маргарита <i>ЕЛЕКТРОМАГНІТНЕ ПОЛЕ ЯК ФОРМА ФУНДАМЕНТАЛЬНОГО ОБ'ЄДНАННЯ МАТЕРІЇ</i>	311
Ільченко Анна <i>ЗОЛОТИЙ ПЕРЕРІЗ - МІФ ЧИ РЕАЛЬНІСТЬ?</i>	313
Половой Антон <i>ЧІПСИ – НЕБЕЗПЕЧНЕ ЧИ ЗДОРОВЕ ХАРЧУВАННЯ?</i>	316

СЕКЦІЯ «СУСПІЛЬСТВОЗНАВЧІ ДИСЦИПЛІНИ ТА ПРАВО»

Аппалат Анастасія <i>ТРАНСФОРМАЦІЯ УЯВЛЕНЬ ПРО ЛЮДИНУ В ІСТОРІЇ ФІЛОСОФІЇ</i>	319
Білан Вячеслав <i>СПОСОБИ ВИКОРИСТАННЯ ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦЯ ХАРЧОВОЇ ГАЛУЗІ</i>	321
Малиночка Вікторія <i>РОЛЬ ЖІНКИ В ІСТОРІЇ УКРАЇНСЬКОГО КОЗАЦТВА</i>	323

СЕКЦІЯ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»

Носач Валерія <i>ВОРКШОП НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЯК ПЕРЕДУМОВА АКТИВАЦІЇ РОЗУМОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ</i>	325
Шашина Анастасія <i>КОНТРОЛЬ ТА САМОКОНТРОЛЬ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ</i>	327

СЕКЦІЯ «ФІЛОЛОГІЧНІ ДИСЦИПЛІНИ»

Akulshyna Kateryna <i>PRASEOLOGISMS IN ENGLISH</i>	329
Віхарєва Анастасія <i>ОБРАЗ МАРУСИ ЧУРАЙ В ІСТОРИЧНІЙ ПОВІСТІ «ЗАСВІТ ВСТАЛИ КОЗАЧЕНЬКИ...»</i>	331

Usikov Mykola <i>INNOVATIONS IN THE ENGLISH LANGUAGE UNDER THE INFLUENCE OF THE INTERNET</i>	333
--	-----

СЕКЦІЯ «ХАРЧОВІ ТЕХНОЛОГІЇ»

Домніна Олександра <i>ВПРОВАДЖЕННЯ НОВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ ВИРОБНИЦТВА СОУСІВ В ЗАКЛАДАХ РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА</i>	334
--	-----

Коревко Олександра <i>СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ БАРІВ</i>	336
--	-----

Прасова Ксенія, Токарева Тетяна <i>РАЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ ШКОЛЯРІВ</i>	338
--	-----

ДЛЯ ПОДАТОК