

Лях-Породько О.О. <https://orcid.org/0000-0003-4165-1646>

СПОРТИВНИЙ РОДОВІД – ОН-ЛАЙН ТЕХНОЛОГІЯ ВИВЧЕННЯ ІСТОРІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ ТА ОЛІМПІЙСЬКОГО СПОРТУ

Національний університет фізичного виховання і спорту України

Анотація. У публікації здійснено аналіз нового он-лайн проекту з вивчення історії фізичного виховання, спорту та олімпійського спорту. З'ясовано місію та концепцію он-лайн журналу Спортивний родовід. Визначено основні рубрики, партнери та лідерів думок – авторитетних спортсменів в Україні та в діаспорі, які підтримали Спортивний родовід. Зазначено унікальну он-лайн технологію вивчення й пізнання історії фізкультурно-спортивного та олімпійського надбання українського суспільства.

Annotation. The publication analyzes a new online project to study the history of physical education, sports and Olympic sports. The mission and concept of the online magazine Sports Rodovid are clarified. The main rubrics, partners and opinion leaders - authoritative athletes in Ukraine and in the diaspora who supported the Sports Rodovid were identified. The unique online technology of studying and learning the history of physical culture and sports and Olympic heritage of Ukrainian society is indicated.

У липні 2019 року започатковано новий унікальний проект – он-лайн журнал «Спортивний родовід» - <https://sportsrodovid.com/>

Головна концепція журналу «Спортивний родовід» полягає в об'єднанні українців всього світу! «Спортивний родовід» це журнал, де кожен зможе знайти свою історію.

Місія – збереження історії тіловиховання, спортивного та олімпійського руху як національної пам'яті України. Гасло – «Історію знаєш – перемогу здобуваєш!» [2].

Он-лайн журнал «Спортивний родовід» розповідає про історію спорту в Україні, Діаспорі (Українська Спортова Централя Америки й Канади, Світовий Конгрес Українців, Український Народний Союз, Спілка Української Молоді, Пласт, Сокіл, Просвіта та інші громадські та молодіжні інституції закордонного українства) та Світі. В них друкуються унікальні статті на основі першоджерел та невідомих фактів, подій, постатей!

Партнерами он-лайн журналу Спортивний родовід є Національний олімпійський комітет України [1], Комісія НОК України «Закордонне українство», Українська Спортова Централя Америки й Канади, Український музей спорту та Зала слави (США), Спілка Української Молоді, Центральний державний архів зарубіжної україніки (Україна), Музей української діаспори (Україна), Український музей-архів у Клівленді (США), Українське культурне товариство «Просвіта» (Аргентина), Інститут досліджень української діаспори (Україна), ВГО «Сокіл» (Україна), УСВТ «Чорноморська Січ» (США), Товариство історії фізичного виховання і спорту України, Загін «Червона калина» НСОУ Пласт, Федерація плавання України, Федерація лижного спорту України, електронна бібліотека DIASPORIANA.ORG.UA.

Завдяки журналу «Спортивний родовід» тисячі українців мають чудову нагоду знати історію щоб здобувати перемогу! Завдяки журналу, у кожному куточку світу де є бодай один українець, знатимуть й передаватимуть свої знання нащадкам для збереження історії українського тіловиховання, спортивного та олімпійського руху як національної пам'яті!

Свою підтримку журналу висловили відомі й авторитетні діячі українського спорту й громадсько-молодіжного руху в Україні та за кордоном: Мирон Биц – президент Української Спортової Централі Америки і Канади (США), Всеволод Соколик – голова Олімпійської Комісії Світового Конгресу Вільних Українців 1989 – 1993 років, голова Спортової Комісії СКУ 1993 – 1998 років (Торонто, Канада), Андрій Фединський – директор Українського музею-архіву в Клівленді (США), Андрій Власков – президент Федерації плавання України, Роман Чернишов – кошовий отаман «Загону Червона Калина» Пласту НСОУ, Андрій Футей – віце-президент Світового Конгресу Українців, президент Українського конгресового комітету Америки (США), Рената Роман – голова Спортової Комісії СКУ, віце-президент Конгресу Українців Канади, Юрій Данилишин – голова УКТ «Просвіта» (Буенос-Айрес, Аргентина), регіональний віце-президент СКУ Центральної і Південної Америки, Оксана Підсуха – директор Музею української діаспори (Україна), Ірина Мага – директор Центрального державного архіву зарубіжної україніки (Україна), Алла Атаманенко – директор Інституту досліджень української діаспори Національного університету «Острозька Академія» (Україна), Ірина Ключковська – директор Міжнародного інституту освіти, культури та зв'язків з діаспорою Національного університету «Львівська політехніка» (Україна),

Лариса Барабаш-Темпл – багаторічна голова Світової спортової Комісії СКУ, член НОК України (США), Святослав Липовецький – організаційний референт Світової Управи Співки Української Молоді, Юрій Черкашин – голова ВГО «Сокіл» (Україна), Анатолій Цьось – ректор Волинського національного університету імені Лесі Українки [3].

Отже, ми з'ясували, що світове українство вже визнало й активно долучається до он-лайн журналу «Спортивний родовід». Журнал вже має понад 2 000 підписників. Для збільшення числа читачів за кордоном сайт оптимізується й матиме англomовну версію. Це дозволить розширити географію читабельності сайту.

Однією з унікальних технологій журналу є те, що кожен підписник автоматично отримує на свою електронну пошту сповіщення про публікацію нової статті. Таким чином підписник завжди вчасно отримує інформацію про нові публікації.

Он-лайн журнал «Спортивний родовід» використовують для додаткового вивчення навчальних дисциплін студенти. Нами було запропоновано скористатись наявним контентом на сайті для підготовки творчих, контрольних робіт, рефератів або ж презентацій з «Історії фізичної культури і спорту», «Олімпійського спорту», «Історії спортивного руху України».

Враховуючи розмаїття тем статей на сайті студенти мали нагоду обрати будь яку і підготуватись до самостійної роботи, практичних занять, заліку чи іспиту.

Тож он-лайн журнал «Спортивний родовід» має широке соціальне значення, бо збагачує знання широкого загалу і використовується як методичний матеріал в освіті.

Список літератури:

1. За ініціативи Комісії НОК «Закордонне українство» засновано он-лайн журнал з історичними відомостями про спорт: Режим доступу - <http://nos-ukr.org/news/18913/>
2. Лях-Породько, Олексій (2020). Он-лайн історія спорту (на прикладі електронного журналу Спортивний родовід). Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту: збірник наукових праць [Електронний ресурс]. – Харків : ХДАФК, 2020, №4. – С. 52 – 55.
3. Лях-Породько, Олексій (2019). Спортивний родовід – он-лайн журнал майбутнього. Історія фізичної культури і спорту народів Європи [Текст]: зб. тез доп. III Міжнар. наук. конгр. іст.

фіз. культ. (10–12 верес. 2019 р.)/уклад.: А. В. Цьось, С. Я. Індика. Луцьк: Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 37.

Маляр Н.С. <https://orcid.org/0000-0003-0274-601X>

Маляр Е.І. <https://orcid.org/0000-0002-5913-5642>

Федин К.

ЕФЕКТИВНІСТЬ ІНТЕГРАЛЬНОГО ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ СТЕП-АЕРОБІКИ ТА ПІЛАТЕСУ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ

Західноукраїнський національний університет

Анотація. На підставі аналізу наукової та навчально-методичної літератури нами було охарактеризовано такі види фізкультурно-оздоровчої діяльності як степ-аеробіка та пілатес. У результаті дослідження обґрунтовано ефективність інтегрального використання засобів степ-аеробіки та пілатесу для підвищення психофізичної працездатності студентів.

Annotation. Based on the analysis of scientific and educational literature, we have characterized such types of physical culture and health activities as step aerobics and pilates. The study substantiates the effectiveness of the integrated use of step aerobics and pilates to improve the psychophysical capacity of students.

Заповіт Гіппократа «не нашкодъ» повинні дотримуватися не тільки медики, а й фахівці в галузі фізичної культури, зокрема, у фітнес-індустрії. Різні фізичні вправи активно впливають на всі органи і системи організму, що визначає показання та протипоказання до їх використання. Гімнастика пілатес була розроблена Джозефом Убертусом Пілатесом більше 80 років тому. Він створив 34 вправи, які описав у своїй книзі в 1945 році «Повернення до життя», а на сьогоднішній день вправ налічується близько 500. У назву книги автор вклав сенс нового методу вправ: здоровий спосіб життя за допомогою «пробудження тіла через рух і свідомість - через усвідомлену думку [5, 7, 9, 10].

Мета роботи – на підставі аналізу наукової та навчально-методичної літератури визначити ефективність інтегрального використання засобів степ-аеробіки та пілатесу для підвищення рівня психофізичної підготовленості студентів.