ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

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

ЗБІРНИК

наукових праць студентів,

аспірантів, докторантів і молодих вчених

«МОЛОДА НАУКА-2025»

Том II

«Менеджмент, логістика та підприємництво»
«Соціологічні та політичні науки. Філософія, управління та соціальна робота»
«Фізичне виховання»
«Спорт»
«Терапія та реабілітація»
«Туризм, рекреація та готельно-ресторанна справа»

Запоріжжя
2025

2025=УДК: 001 (06)
М 754

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Бондар О.Г. *– в.о. ректора;*
Васильчук Г.М. *– проректор з наукової роботи;*
Арабаджиєв Д.Ю. *– начальник науково-дослідної частини;*
Амінов Р.Ф. *– голова Ради молодих вчених;*
Бєлоконь К.В. *– заступник директора з наукової роботи Інженерного навчально-наукового інституту ім. Ю.М. Потебні ЗНУ;*
Вербицька Т.А. *– голова НТСАД біологічного факультету;*
Євтушенко Д.С. *– старший викладач кафедри конституційного та адміністративного права;*
Єгорова В.С. *– голова НТСАД математичного факультету;*
Залужна М.В. *– доцент кафедри англійської філології та лінгводидактики;*
Зубцова Ю.С. *– доцент кафедри дошкільної та початкової освіти;*
Казакова О.М. *– доцент кафедри всесвітньої історії та міжнародних відносин;*
Кайшева Д.О. *– голова НТСАД факультету менеджменту;*
Каплун К.Р. *– голова НТСАД факультету історії та міжнародних відносин;*
Караулова С.І. *– професор кафедри фізичної культури і спорту;*
Ковпак В.А. *– професор кафедри соціальних комунікацій та інформаційної діяльності;*
Козуб Д.К. *– голова НТСАД факультету соціальної педагогіки та психології;*
Копійка В.В. *– доцент кафедри фізіології, імунології і біохімії з курсом цивільного захисту та медицини;*
Леонтьєва В.В. *– доцент кафедри фундаментальної та прикладної математики;*
Лепська Н.В. *– доцент кафедри політології;*
Линенко А.В. *– доцент кафедри управління персоналом і маркетингу;*
Ляхов Г.І. *– голова НТСАД юридичного факультету;*
Меркулова О.В. *– старший викладач кафедри української мови;*
Олійник О.Л. *– директор ВСП «Фаховий коледж бізнесу та харчових технологій ЗНУ»;*
Олійник О.М. *– доцент кафедри бізнес-адміністрування і менеджменту зовнішньоекономічної діяльності;*
Петренко П.С. *– голова НТСАД факультету іноземної філології;*
Проскура О.Д. *– голова НТСАД економічного факультету;*
Рибка Д.О. *– голова НТСАД факультету журналістики;*
Саражина Є.В. *– голова НТСАД факультету фізичного виховання, здоров'я та туризму;*
Тарабан Є.В. *– голова НТСАД Інженерного навчально-наукового інституту ім. Ю.М. Потебні ЗНУ;*
Трипольська О.О. – *провідний фахівець Центру наукової роботи студентів НДЧ;*
Філонова А.О. *– голова НТСАД факультету соціології та управління;*
Харчева Д.Р. *– голова НТСАД філологічного факультету;*

Ходаковська А.В. *– заступник директора з навчально-методичної роботи ВСП «Економіко-правничий фаховий коледж ЗНУ»;*
Чепурна Т.А. *– голова НТСАД ЗНУ.*

Збірник укладено за результатами XVIII університетської науково-практичної конференції студентів, аспірантів, докторантів і молодих вчених «Молода наука-2025», що проходила з 14 по 18 квітня 2025 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-2025»: у 5 т. / Запорізький національний університет. – Запоріжжя : ЗНУ, 2025. – Т.2. – 403 с.

УДК: 001 (06)
М 754

©Запорізький національний університет, 2025
©Автори публікацій, 2025

СЕКЦІЯ «МЕНЕДЖМЕНТ, ЛОГІСТИКА ТА ПІДПРИЄМНИЦТВО»

Абросимов Семен
студент 4 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гудима О.В.

ОЦІНКА ФІНАНСОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ ТА ВИКОРИСТАННЯ ПРИБУТКУ ПІДПРИЄМСТВА

Усі етапи виробничої та фінансової діяльності компаній піддаються всеосяжній грошовій оцінці в системі індикаторів фінансових досягнень.

Індикатори фінансових результатів служать для відображення абсолютної ефективності підприємства. Ключове місце серед них належить показникам прибутку.

Збільшення прибутків закладає фундамент для самостійного фінансування, розширеного відтворення ресурсів та вирішення соціальних та матеріальних питань трудового колективу. Прибуток також використовується для погашення частини зобов'язань підприємства перед державою, фінансовими установами та партнерами. Отже, показники прибутковості набувають визначального значення для оцінки виробничої та фінансової роботи компаній.

Фінансовий результат – це приріст або зменшення власного капіталу підприємства, сформований в процесі його господарської та супутньої діяльності за визначений часовий проміжок [2]. Цей результат обчислюється як різниця між отриманими доходами та понесеними витратами. Загальний обсяг зробленого прибутку залежить не тільки від обсягу наданих послуг і встановленої на них вартості, але й від відповідності рівня виробничих витрат соціально необхідному рівню витрат.

Ключовим показником фінансових результатів виступає прибуток. Прибуток – це об'ємний, абсолютний показник діяльності організації. В умовах ринкової економіки прибуток відіграє ключову роль, відображаючи різноманітні економічні відносини у виробничому процесі, та слугує як основна ціль підприємницької діяльності. Бажання збільшити прибуток перетворює його на основну рушійну силу та найважливіше джерело економічного та суспільного розвитку не тільки окремих підприємств, а й держави в цілому.

Прибуток – це унікальний, відновлюваний ресурс комерційної структури, багатоплановий індикатор, який розкриває різні аспекти бізнесу: його кінцевий фінансовий результат, корисність економічної діяльності комерційного підприємства, чистий дохід власника для залученого капіталу та винагорода за підприємницьку діяльність [3, с. 4].

Забезпечення необхідного рівня прибутку – ключовий елемент стабільної роботи підприємства.

Регулярна відсутність прибутку або його зменшення вказують на низьку ефективність і збільшення ризиків у бізнесі, що стає передумовою можливого банкрутства.

Для встановлення фінансового підсумку потрібно зіставити виручку з витратами на створення та реалізацію, які складають собівартість продукції. Якщо виручка переважає собівартість, фінансовий результат засвідчує наявність прибутку [1, с. 88].

Насамперед, самі підприємства прагнуть отримати якомога більший прибуток: це гарантує власникам віддачу від вкладеного капіталу і водночас є джерелом фінансування витрат, пов'язаних з розвитком виробництва та соціальної сфери.

Головною проблемою на підприємстві є зростання витрат та зниження прибутковості. З огляду на це, нами було розроблено потенційні шляхи збільшення та розвитку компанії. Ключовими джерелами резервів для збільшення суми прибутку та покращення фінансових показників є:

- збільшення обсягу наданих послуг;
- підвищення рівнів цін.

Визначаючись зі стратегією розвитку підприємства, можливо застосувати такі заходи:

- скоротити резерви організації, що не матимуть критичного впливу на її діяльність;
- оптимізувати площі оренди;
- перерозподілити навантаження на потужності спеціалізованого обладнання на кожному об'єкті, де надаються послуги.

Отже, враховуючи надання підприємством високоякісних послуг, воно може впроваджувати різноманітні заходи для покращення фінансових результатів.

Запропоновані рекомендації являють собою комплексний підхід, що передбачає як роботу над скороченням витрат підприємства, так і розширення спектру послуг з метою підвищення конкурентоспроможності на ринку. Усі представлені рекомендації сприятимуть підвищенню ефективності підприємства та покращенню його фінансових результатів.

Література:

1. Машошина Т. В., Супрун О. О. Сутність та значення фінансової результативності в діяльності підприємства. *Current methods of improving outdated technologies and methods*. 2024. № 1. С. 88-89.

2. Нагорна І. В., Бондаренко В. О. Облік і аналіз фінансового результату в системі управління підприємством. *Ефективна економіка*. 2021. № 11. URL: http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=9577 (дата звернення: 19.03.2025).

3. Покровська Н., Катрич Д. Дефініція терміну «прибуток» в економічній науці. *Економіка та суспільство*. 2024. № 59. С. 1-5.

Акімочкіна Юлія
студентка 1 курсу магістратури фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон.наук, доц. Павлюк Т.С.

ЛОГІСТИЧНІ ПОТОКИ: ВІД ТЕОРІЇ ДО ПРАКТИКИ ЕФЕКТИВНОГО УПРАВЛІННЯ

У сучасному глобалізованому світі логістика відіграє ключову роль у забезпеченні ефективного функціонування бізнесу. Логістичні потоки, що охоплюють рух товарів, інформації та фінансів, є основою для задоволення потреб споживачів та оптимізації витрат підприємств. Ефективне управління цими потоками стає особливо важливим в умовах зростаючої конкуренції та швидких змін на ринку.

Логістичні потоки можна класифікувати за різними ознаками, такими як напрямок руху, тип товарів та джерело або кінцева точка. Основні типи включають: товарний, інформаційний, фінансовий, матеріальний (сировинний), зворотний (реверсивна логістика), крос-докінг, потік запасів (інвентаризація) та потік послуг [1]. Кожен з цих типів має свої особливості та вимагає специфічного підходу до управління. Основні типи включають:

- Товарний потік – це переміщення фізичних товарів від постачальників до кінцевих споживачів.
- Інформаційний потік – включає обмін даними та документацією, що супроводжує рух товарів.
- Фінансовий потік – це рух грошових коштів, пов'язаних з виробництвом, транспортуванням та реалізацією товарів.
- Матеріальний (сировинний) потік – стосується переміщення сировини та компонентів для виробничого процесу.
- Зворотний потік (реверсивна логістика) – повернення товарів від споживачів до постачальників.
- Крос-докінг – пряме перенаправлення товарів без тривалого зберігання на складі.
- Потік запасів (інвентаризація) – включає переміщення товарів між складами для підтримки необхідного рівня запасів.
- Потік послуг – надання послуг, що супроводжують фізичний товар [2; 3].

Ефективне управління логістичними потоками вимагає вибору оптимальної моделі, що відповідає специфіці бізнесу. Основні моделі включають: модель централізованого управління, модель дистрибуції (децентралізоване управління), модель «Just-in-Time» (JIT), модель управління через аутсорсинг (3PL), модель управління ланцюгами постачання (SCM), модель інтегрованого управління: Поєднання різних підходів в єдину систему, модель «Vendor Managed Inventory» (VMI) [4].

Ефективність логістичних потоків залежить від багатьох факторів, включаючи інфраструктуру, технології та інформаційні системи, управління запасами, транспортну логістику, час доставки, координацію та взаємодію,

фінансові та економічні фактори, зовнішні фактори та кадри. Важливо враховувати всі ці фактори при розробці стратегії управління логістичними потоками [5].

Ці фактори взаємодіють між собою і повинні бути враховані при розробці стратегії управління логістичними потоками для досягнення найкращих результатів у бізнесі.

Ефективне управління логістичними потоками є критично важливим для успіху сучасного бізнесу. Розуміння різних типів потоків, вибір оптимальної моделі управління та врахування ключових факторів, що впливають на ефективність, дозволяють підприємствам оптимізувати витрати, підвищити якість обслуговування та забезпечити конкурентоспроможність.

У майбутньому, з розвитком технологій та змінами в ринкових умовах, логістичні потоки будуть продовжувати еволюціонувати. Важливо постійно адаптуватися до нових викликів та можливостей, щоб забезпечити ефективне та стійке функціонування логістичних систем.

Література:

1. Логістика: навч.посіб. / Безугла Л.С., Юрченко Н.І., Ільченко Т.В., Пальчик І.М., Воловик Д.В. Дніпро : Пороги, 2021. 252 с.

2. Логістика: навчально-методичний комплекс дисципліни [Електронний ресурс] : навч. посіб. для студ. спеціальності 073 «Менеджмент» / КПІ ім. Ігоря Сікорського ; уклад.: І.С. Луценко. Електронні текстові дані (1 файл: 2, 66 Мбайт). Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. 64 с.

3. Логістика : наук.-допом. бібліогр. покажч. / [упоряд. О. М. Рудовська] ; Нац. ун-т харч. технол., Наук.-техн. б-ка. Київ : НУХТ, 2021. 146 с.

4. Міжнародна логістика. Електронний підручник. /за науковою редакцією професора Сохацької О.М. Тернопіль : ЗУНУ. 2022. 370 с.

5. Пудичева Г.О. Логістичні потоки в енергетичному господарстві підприємства. Держава та регіони.Серія: Економіка та підприємництво. № 4 (109). 2019. URL: https://doi.org/10.32840/1814-1161/2019-4-20. URL: http://www.econom.stateandregions.zp.ua/journal/2019/4_2019/22.pdf (дата звернення: 15.03.2025).

Багмет Вадим
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. філос. наук, доц. Олійник О. М.

ІНСТРУМЕНТИ СТРАТЕГІЧНОГО РОЗВИТКУ ПІДПРИЄМСТВ ХАРЧОВОЇ ГАЛУЗІ В УМОВАХ ІНДУСТРІЇ 4.0

Актуальність дослідження зумовлена необхідністю адаптації харчової промисловості України до сучасних тенденцій Індустрії 4.0. В умовах зростаючої конкуренції та швидких технологічних змін, підприємствам галузі

необхідно впроваджувати новітні технології та інструменти для підвищення ефективності, оптимізації виробничих процесів та розширення ринків збуту. Побудова SWOT-матриці дозволяє виявити стратегічні напрямки розвитку, враховуючи сильні та слабкі сторони підприємств, а також можливості та загрози зовнішнього середовища. Це дає змогу розробити ефективні стратегії пріоритетного розвитку та проекти реформування, спрямовані на зміцнення конкурентоздатності харчових підприємств на внутрішньому та зовнішньому ринках.

Таблиця 1 - Кореляційна SWOT-матриця розвитку харчових підприємств за допомогою технологій та інструментів Індустрії 4.0

<table>
<tr><td colspan="2" rowspan="2">Кореляційна SWOT-матриця харчових підприємств</td><td colspan="2">Фактори зовнішнього середовища</td></tr>
<tr><td>Можливості</td><td>Загрози</td></tr>
<tr><td colspan="2">Впровадження технологій IoT та ШІ для покращення виробничих процесів
Створення ефективних сервісів онлайн-присутності для збуту продукції
Створення цифрових та фізичних екосистем у сфері партнерства з іншими підприємствами</td><td>Конкуренція з великими підприємствами
Великі витрати на впровадження IoT та ШІ, які не дадуть очікуваних результатів
Нестабільність ресурсних ринків
Зміни споживчої поведінки
Технологічна залежність при можливому відказі систем</td></tr>
<tr><td rowspan="4">Фактори внутрішнього середовища</td><td>Сильні сторони</td><td>Об’єкти пріоритетного розвитку</td><td>Об’єкти невизначеності</td></tr>
<tr><td>Велика кількість товарного асортименту
Висока якість продукції
Залучення місцевої ресурсної бази для виконання підприємницької діяльності
Традиційні методи та технології при виробництві продукції
Гнучкі моделі масштабування бізнесу
Визнання у Home - сегменті</td><td>Стратегія 1: Формування єдиної оптово-роздрібної платформи, шляхом залучення локальних виробників харчової продукція для створення єдиної партнерської підприємницької екосистеми відповідно до тенденції Індустрії 4.0</td><td>Стратегія 2: Розробка гнучкої онлайн-моделі присутності бізнесу в інтернеті для виконання підприємницької діяльності

Стратегія 3: Розробка сервісних клієнтських платформ відповідно до тенденції q-commerce</td></tr>
<tr><td>Слабкі сторони</td><td>Об’єкти невизначеності</td><td>Об’єкти реформування</td></tr>
<tr><td>Недостача кваліфікованих кадрів
Складності при інтеграції нових технологій з існуючими системами керування
Обмежені фінансові ресурси
Недостатність наявних знать у IoT та Ші</td><td>Проект 1. Створення тестової платформи для застосування технологій та інструментів Індустрії 4.0 між виробниками харчової продукції та основними національними вендорами</td><td>Проект 2. Впровадження та автоматизація виробничих процесів шляхом застосування IoT пристроїв та ШІ
Проект 3. Створення зовнішньої та внутрішньої системи автоматизації ланцюга створення цінності між постачальником та</td></tr>
</table>

			виробником (замовником)

**розроблено автором самостійно за результатами проведеного дослідження*

Розглянувши провідних вендорів Індустрії 4.0, їх пропозиції, ціни, технології, інструменти, ефективні бізнес-моделі та етапи впровадження на підприємствах харчової промисловості, побудуємо кореляційну SWOT-матрицю для визначення подальшого стратегічного розвитку харчових підприємств [1], див. табл. 1.

Як видно з даних табл. 1 кореляційна SWOT- матриця розвитку харчових підприємств за допомогою технологій та інструментів Індустрії 4.0 представляє перелік можливостей і загроз зовнішнього середовища, сильні і слабкі сторони внутрішнього середовища, вплив яких визначає подальші стратегії пріоритетного розвитку та проекти реформування застарілих елементів бренду.

До першої стратегії пріоритетного розвитку слід виділити: формування єдиної оптово-роздрібної платформи, шляхом залучення локальних виробників харчової продукція для створення єдиної партнерської підприємницької екосистеми відповідно до тенденції Індустрії 4.0.

До другої та третьої стратегії невизначеності віднесемо: розробку гнучкої онлайн-моделі присутності бізнесу в інтернеті для виконання підприємницької діяльності; розробка сервісних клієнтських платформ відповідно до тенденції q-commerce.

Отже, ключові стратегій та проекти, які можуть бути впроваджені на харчових підприємствах для їхнього розвитку в контексті Індустрії 4.0. Серед них виділяється формування єдиної оптово-роздрібної платформи для локальних виробників, що сприятиме створенню партнерської екосистеми. Також важливим є розробка гнучкої онлайн-моделі присутності бізнесу в інтернеті та сервісних клієнтських платформ, що відповідає сучасним тенденціям q-commerce. Окрему увагу приділено необхідності створення тестової платформи для апробації технологій Індустрії 4.0, впровадження автоматизованих виробничих процесів на основі IoT та штучного інтелекту, а також побудові інтегрованої системи управління ланцюгом створення цінності.

Запропоновані стратегії та проекти мають практичне значення для керівників та власників харчових підприємств, допомагаючи їм приймати обґрунтовані рішення щодо технологічної модернізації та стратегічного розвитку бізнесу.

Література:

1. Аблєєва І. Ю., Пляцук Л. Д. SWOT-аналіз соціо-економіко-екологічних систем. Суми: Сумський державний університет; 2022. 229 с.

Бажан Ангеліна
студентка 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. наук з держ. упр., доц. Онищенко О.А.

РОЛЬ ЛІДЕРСТВА В УПРАВЛІННІ СУЧАСНИМИ ПІДПРИЄМСТВАМИ

Лідерство відіграє ключову роль у забезпеченні ефективного управління сучасними підприємствами, сприяючи досягненню стратегічних цілей, інноваційного розвитку та гармонізації внутрішньоорганізаційних відносин. Це явище досліджується в межах різних наукових підходів, включаючи соціально-психологічний, організаційний і етичний аспекти, що дозволяє розкрити його багатовимірну сутність та значущість для управлінської діяльності.

Лідерство визначається як здатність керівника впливати на поведінку працівників і мобілізувати їх задля досягнення спільних цілей. Його ключові складові включають формування стратегічного бачення, мотивацію персоналу та створення сприятливих умов для їхньої професійної самореалізації. Відмінність лідерства від керівництва полягає у тому, що воно базується не лише на адміністративних повноваженнях, а й на особистісних якостях лідера, зокрема харизмі, емпатії та стратегічному мисленні [1].

Існують різні стилі лідерства, серед яких найбільш поширеними є авторитарний, демократичний і трансформаційний. Авторитарний стиль характеризується жорстким контролем і директивним підходом до прийняття рішень, тоді як демократичний стиль передбачає залучення колективу до управлінських процесів, що сприяє підвищенню мотивації персоналу. Трансформаційне лідерство акцентує увагу на натхненні та розвитку співробітників, стимулюючи їх до впровадження інновацій та забезпечуючи довгострокову організаційну ефективність [1].

У сучасному економічному середовищі лідери виконують функцію каталізаторів інноваційного розвитку. Вони сприяють створенню робочого середовища, що підтримує відкритий обмін ідеями, тим самим забезпечуючи конкурентоспроможність підприємств в умовах глобалізації та швидких технологічних змін. Формування організаційної культури, яка заохочує креативність і готовність до ризику, є важливим завданням сучасного лідерства.

Конфлікти є невід’ємною складовою функціонування будь-якої організації, а ефективне лідерство передбачає конструктивне їх врегулювання. Використання етичних принципів, активне слухання та здатність до об’єктивного аналізу дозволяють мінімізувати негативні наслідки конфліктів. Лідери, які вміють знаходити компромісні рішення та трансформувати конфліктні ситуації у можливості для зростання, сприяють підтримці організаційної стабільності та згуртованості колективу [1].

Особливе місце в управлінні підприємством займає етичне лідерство, яке ґрунтується на таких принципах, як чесність, довіра та взаємоповага. Лідери, що дотримуються цих принципів, формують сприятливе робоче середовище, у якому працівники відчувають свою значущість, що, у свою чергу, позитивно

впливає на їхню продуктивність і рівень лояльності. Крім того, сучасне лідерство передбачає ефективне застосування методів тайм-менеджменту для оптимізації робочих процесів. Раціональне планування, делегування повноважень і чітке визначення пріоритетів сприяють підвищенню ефективності як особистої діяльності лідера, так і команди загалом.

Таким чином, лідерство є багатогранним феноменом, що визначає ефективність управлінських процесів, формує організаційну культуру та сприяє інноваційному розвитку підприємств. Відмінність між керівництвом та лідерством полягає у поєднанні адміністративних функцій із впливом особистісних якостей лідера. Різні стилі лідерства дозволяють адаптувати управлінську стратегію відповідно до специфіки організації та її стратегічних завдань. Етичний аспект лідерства та його здатність до конструктивного вирішення конфліктів є ключовими чинниками підтримки згуртованості колективу та підвищення рівня продуктивності. У контексті сучасних викликів лідери відіграють центральну роль у створенні умов для стійкого розвитку підприємств та забезпеченні їх конкурентоспроможності на глобальному ринку.

Література:

1. Лідерство та командоутворення. Національне агентство з питань державної служби. URL: pdp.nacs.gov.ua (дата звернення: 20.03.2025).

Барсуков Євген
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: д-р наук з держ. упр., проф. Бікулов Д.Т.

ГЛОКАЛІЗАЦІЯ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ КОНКУРЕНТНИХ ПЕРЕВАГ УКРАЇНСЬКИХ ІТ-КОМПАНІЙ НА МІЖНАРОДНИХ РИНКАХ

Українська ІТ-індустрія в умовах активних військових дій є однією з найбільш динамічно зростаючих та перспективних галузей національної економіки. Маючи висококваліфікованих фахівців, конкурентоспроможні ціни та зростаючий досвід у розробці складних програмних продуктів та наданні ІТ-послуг, українські ІТ-компанії активно виходять на міжнародні ринки. Проте, для успішної конкуренції з глобальними гравцями, їм необхідно не лише пропонувати якісні та інноваційні рішення, але й враховувати специфіку та потреби конкретних локальних ринків. Саме в цьому контексті концепція глокалізації набуває особливого значення.

Глокалізація, що поєднує глобалізацію та локалізацію, передбачає адаптацію глобальних продуктів та послуг до місцевих умов, культурних особливостей, мовних нюансів та регуляторних вимог. Для українських ІТ-компаній, які прагнуть розширити свою присутність на міжнародних ринках, глокалізація стає важливим чинником формування стійких конкурентних

переваг. Вона дозволяє їм не лише залучати нових клієнтів, але й будувати з ними довгострокові та довірливі відносини, пропонуючи рішення, які максимально відповідають їхнім потребам та очікуванням.

Недооцінка важливості глокалізації може призвести до того, що навіть високоякісні та інноваційні продукти українських ІТ-компаній залишаться непоміченими або не зможуть повноцінно конкурувати на міжнародних ринках через недостатню адаптацію до місцевих реалій. Тому, розуміння та ефективне застосування принципів глокалізації є ключовим фактором для успішного виходу та закріплення українських ІТ-компаній на міжнародній арені.

Глокалізація для українських ІТ-компаній передбачає комплексний підхід до адаптації своїх продуктів та послуг для різних міжнародних ринків. Одним із першочергових кроків є лінгвістична адаптація. Переклад інтерфейсів користувача, документації, маркетингових матеріалів та технічної підтримки на місцеві мови є критично важливим для забезпечення зручності та доступності продуктів для іноземних користувачів. При цьому, важливо враховувати не лише точність перекладу, але й культурні нюанси та особливості місцевої мови.

Культурна адаптація є ще одним важливим аспектом глокалізації. Українським ІТ-компаніям необхідно розуміти культурні цінності, традиції, звичаї та особливості поведінки споживачів на цільових ринках. Це може впливати на дизайн інтерфейсів, функціональність продуктів, маркетингові стратегії та підходи до обслуговування клієнтів. Врахування культурних особливостей дозволяє компаніям будувати більш ефективну комунікацію з клієнтами та підвищувати рівень їхньої лояльності.

Адаптація до місцевих регуляторних вимог та законодавства також є необхідною умовою для успішної роботи на міжнародних ринках. Українським ІТ-компаніям необхідно бути обізнаними з місцевими законами про захист даних, інтелектуальну власність, електронну комерцію та інші нормативні акти, які можуть впливати на їхню діяльність. Забезпечення відповідності продуктів та послуг місцевим вимогам дозволяє уникнути юридичних проблем та підвищити рівень довіри з боку клієнтів.

Врахування специфічних потреб та вимог галузей економіки на цільових ринках є ще одним важливим аспектом глокалізації для українських ІТ-компаній. Наприклад, вимоги до програмного забезпечення для фінансового сектору в одній країні можуть суттєво відрізнятися від вимог в іншій. Адаптація продуктів та послуг до конкретних галузевих стандартів та потреб дозволяє українським ІТ-компаніям пропонувати більш цінніснi та конкурентоспроможні рішення для своїх клієнтів.

Ефективна глокалізація може забезпечити українським ІТ-компаніям ряд важливих конкурентних переваг на міжнародних ринках. По-перше, це підвищення рівня задоволеності клієнтів завдяки пропонуванню продуктів та послуг, які максимально відповідають їхнім потребам та очікуванням. По-друге, це розширення охоплення ринку та залучення нових клієнтів, які можуть бути не зацікавлені в неадаптованих глобальних рішеннях. По-третє, це зміцнення репутації компанії як надійного та відповідального партнера, який розуміє та

враховує місцеві особливості. По-четверте, це можливість встановлення більш тісних та довгострокових відносин з клієнтами завдяки персоналізованому підходу.

Для ефективного застосування стратегій глокалізації українським ІТ-компаніям необхідно інвестувати в дослідження цільових ринків, вивчати культурні особливості, мовні нюанси та регуляторні вимоги. Важливо також налагоджувати партнерські відносини з місцевими компаніями та експертами, які можуть надати цінну інформацію та підтримку в процесі адаптації продуктів та послуг. Створення локальних команд або представництв на цільових ринках також може сприяти більш ефективній глокалізації.

Для успішного застосування стратегій глокалізації українським ІТ-компаніям необхідно інвестувати в дослідження цільових ринків, налагоджувати партнерські відносини з місцевими гравцями та використовувати сучасні технології для автоматизації процесу адаптації. Розуміння та ефективне використання принципів глокалізації дозволить українським ІТ-компаніям успішно конкурувати на міжнародній арені та зміцнити позиції України як надійного постачальника високоякісних ІТ-послуг та інноваційних програмних продуктів.

Література:

1. Лучко Г. Й. Тенденції розвитку ІТ-сектора в Україні. *БІЗНЕСІНФОРМ.* № 3. 2024. С. 145-152.

2. Сайко В. Р., Лучко Г. Й. Тенденції розвитку диджиталізації в Україні. *Бізнес Інформ*. 2021. № 7. С. 109–114.

Батерук Мирослав
студент 1 курсу магістратури фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Павлюк Т.С.

РОЛЬ СКЛАДСЬКОЇ ЛОГІСТИКИ В ОПТИМІЗАЦІЇ ЛАНЦЮГІВ ПОСТАЧАННЯ

Метою логістичної діяльності є досягнення балансу між інтересами виробників, постачальників та споживачів. Це передбачає оптимізацію вхідних ресурсних потоків, внутрішніх процесів та відносин з клієнтами. Логістичні операції охоплюють планування доставки, транспортування, зберігання, виробництво та збут продукції.

Аналіз визначень логістичної системи показує, що вона є складною сукупністю підсистем, спрямованих на ефективну організацію логістики. Складська логістика, як одна з ключових підсистем, займається організацією, плануванням та управлінням складами, включаючи приймання, розміщення та облік товарів. Її основне завдання – забезпечити своєчасне переміщення та доставку товарів, використовуючи сучасну складську інфраструктуру.

Сучасні тенденції в управлінні складською логістикою включають впровадження інновацій, використання новітніх технологій, таких як крос-

докінг та RFID, а також автоматизованих систем управління складом (WMS). Складські комплекси відіграють важливу роль у функціонуванні логістичних компаній, впливаючи на їх конкурентоспроможність.

Ринок складської нерухомості в Україні зазнав значних змін через військові дії. Попит на складські приміщення варіюється в залежності від регіону, але загалом спостерігається тенденція до зростання, особливо в західних областях. Використання сучасних інформаційних технологій є ключовим фактором розвитку складської логістики, хоча це вигідно лише для великих компаній.

Перспективи ринку складської логістики в Україні включають збереження попиту, можливе підвищення орендної плати, активне будівництво нових складів та використання сучасних технологій. Досвід європейських країн, таких як Польща та Німеччина, показує важливість розвитку транспортної інфраструктури, впровадження новітніх технологій та державної підтримки.

В Україні спостерігається тенденція до аутсорсингу логістичних послуг, що сприяє розвитку мережі складів. Важливим є концентрація компаній на основній діяльності, відмовляючись від паралельного управління складами.

Для ефективного розвитку складської логістики необхідно обґрунтувати її рівні: макрорівень (оператори складської логістики), мезорівень (логістичний консалтинг) та мікрорівень (служби та відділи логістики підприємства). Напрямки розвитку включають створення національних та регіональних програм, зменшення витрат, автоматизацію та цифровізацію.

Пріоритетними напрямками розвитку внутрішньої транспортної логістики є розвиток інфраструктури, створення міжнародних транспортних коридорів та інтеграція в європейські та азійські транспортні системи. Розвиток складської логістики також залежить від модернізації матеріально-технічної бази, автоматизації, покращення інфраструктури, розвитку внутрішнього ринку послуг та митної інфраструктури.

Цифровізація є невід'ємною частиною розвитку складської логістики, включаючи автоматизацію процесів та аналіз даних. Використання систем управління логістикою (LMS) та інтеграція з 3PL-компаніями сприяють підвищенню ефективності.

Логістична діяльність організації може бути визначена як сукупність логістичних елементів, спрямованих на оптимізацію матеріальних потоків для досягнення максимального синергетичного ефекту.

Література:

1. Мащак Н.М., Зеленюк В.Р.Оптимізація складської діяльності підприємства на засадах логістики. Економіка та суспільство. Випуск № 43. 2022. URL: https://doi.org/10.32782/2524-0072/2022-43-33. URL: https://economyandsociety.in.ua/index.php/journal/article/view/1718/1655 (дата звернення: 12.03.2025).

2. Оцінка ефективності складської логістики підприємств. URL: https://www.daemmt.odesa.ua/index.php/daemmt/article/view/284 (дата звернення: 18.03.2025).

3. Удосконалення логістичної діяльності на підприємстві. URL: http://global-national.in.ua/archive/22-2018/82.pdf (дата звернення: 10.03.2025).

4. Багорка М.О., Якубенко Ю.Л. Напрями підвищення ефективності складської логістики. Сталий розвиток економіки. 2023. № 1 (46). URL: https://dspace.dsau.dp.ua/bitstream (дата звернення: 10.03.2025).

Бєліх Ігор
аспірант фак-ту менеджменту
Петрова К. В.
канд. наук з держ. упр., доц.

ПУБЛІЧНО-ПРИВАТНЕ ПАРТНЕРСТВО ЯК ІНСТРУМЕНТ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ РЕАГУВАННЯ НА НАДЗВИЧАЙНІ СИТУАЦІЇ У ТЕРИТОРІАЛЬНИХ ГРОМАДАХ УКРАЇНИ

Збройна агресія, що триває, створює додаткові ризики та виклики для територіальних громад за рахунок збільшення ймовірності різноманітних надзвичайних ситуацій техногенного характеру. Ефективне та швидке реагування на такі ситуації є критично важливим для збереження життя та здоров'я громадян, мінімізації матеріальних збитків та забезпечення стабільного функціонування громад. У цьому контексті, пошук нових та інноваційних підходів до організації реагування на надзвичайні ситуації набуває особливої актуальності. Одним із таких перспективних інструментів є публічно-приватне партнерство (ППП).

Публічно-приватне партнерство являє собою співробітництво між державним та приватним секторами з метою реалізації суспільно значущих проєктів та надання послуг. У сфері реагування на надзвичайні ситуації, ППП може стати ефективним механізмом для об’єднання ресурсів, знань та досвіду обох секторів, що дозволить значно підвищити якість та оперативність відповідних заходів. Залучення приватного сектору, з його гнучкістю, інноваційністю та доступом до передових технологій, може суттєво доповнити можливості державних органів, які часто обмежені бюджетними коштами та бюрократичними процедурами.

В умовах децентралізації та зростання відповідальності територіальних громад за безпеку своїх мешканців, використання механізмів ППП у сфері надзвичайних ситуацій є особливо актуальним. Це дозволить громадам залучати додаткові ресурси для створення та модернізації систем раннього попередження, придбання спеціалізованої техніки та обладнання, навчання рятувальних команд та організації тимчасового розміщення постраждалих. Таким чином, публічно-приватне партнерство може стати важливим фактором у

підвищенні стійкості та безпеки територіальних громад України перед різноманітними загрозами.

Основною метою цієї доповіді є обґрунтування доцільності та перспективності використання публічно-приватного партнерства як ефективного інструменту для підвищення ефективності реагування на надзвичайні ситуації у територіальних громадах України.

Публічно-приватне партнерство у сфері реагування на надзвичайні ситуації може мати різноманітні форми та охоплювати широкий спектр діяльності. Одним із напрямків може бути спільне створення та експлуатація інфраструктури, необхідної для реагування на надзвичайні ситуації. Наприклад, приватні компанії можуть інвестувати у будівництво та оснащення центрів управління в кризових ситуаціях, створення резервних систем зв'язку, будівництво тимчасових житлових модулів для постраждалих або модернізацію транспортної інфраструктури для швидкого доступу рятувальних служб до місця події.

Іншим важливим напрямком є залучення приватного сектору до надання спеціалізованих послуг у сфері реагування на надзвичайні ситуації. Це може включати залучення приватних медичних компаній для надання екстреної медичної допомоги, приватних охоронних фірм для забезпечення громадського порядку в зоні надзвичайної ситуації, приватних логістичних компаній для організації постачання гуманітарної допомоги або приватних компаній, що спеціалізуються на ліквідації наслідків стихійних лих чи техногенних аварій.

Публічно-приватне партнерство також може бути ефективним інструментом для обміну знаннями та досвідом між державним та приватним секторами. Приватні компанії часто володіють передовими технологіями та інноваційними підходами до управління ризиками та реагування на кризові ситуації. Залучення їх до спільних навчань, тренінгів та розробки спільних планів реагування може значно підвищити рівень готовності державних служб до дій у надзвичайних ситуаціях.

Важливою перевагою ППП є можливість залучення додаткових фінансових ресурсів для вирішення проблем у сфері реагування на надзвичайні ситуації. Приватні інвестиції можуть допомогти подолати дефіцит бюджетного фінансування та забезпечити впровадження необхідних заходів, які б інакше були б неможливими. При цьому, важливо забезпечити прозорість та підзвітність використання цих коштів, а також чітко визначити права та обов'язки кожної зі сторін.

Однак, впровадження публічно-приватного партнерства у сфері реагування на надзвичайні ситуації також пов'язане з певними ризиками та викликами. Одним із основних ризиків є можливість конфлікту інтересів між державним та приватним секторами. Приватні компанії можуть бути в першу чергу зацікавлені у отриманні прибутку, що може суперечити суспільним інтересам у сфері безпеки та захисту громадян. Тому, при укладанні угод про ППП необхідно чітко прописувати умови співпраці, критерії якості надання послуг та механізми контролю за їхнім виконанням.

Публічно-приватне партнерство є перспективним інструментом для підвищення ефективності реагування на надзвичайні ситуації у територіальних громадах України. Воно дозволяє об'єднати ресурси, знання та досвід державного та приватного секторів, що може призвести до значного покращення якості та оперативності відповідних заходів. Залучення приватних інвестицій та інноваційних технологій може допомогти подолати існуючі обмеження та підвищити рівень готовності територіальних громад до різноманітних загроз.

Література:

1. Льовочкін М. PROBLEMS OF PUBLIC-PRIVATE PARTNERSHIP IN UKRAINE AND WAYS OF SOLVING THEM. *Baltic Journal of Economic Studies*. 2016. №2. 75-83 pp.

Бікулов Руслан
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Маказан Є.В.

СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ПУБЛІЧНОГО УПРАВЛІННЯ У СФЕРІ МЕНЕДЖМЕНТУ ЗДОРОВ'Я

Сьогодні у розвитку охорони здоров’я на місцевому рівні система публічного управління стикається з рядом проблем. Водночас, сучасні технології, міжнародна підтримка та державно-приватне партнерство відкривають нові можливості для покращення якості медичних послуг.

Головна проблема у цій сфері є недостатнє фінансування. Причини обмеження фінансування громад такі:

У багатьох сільських та малих містах місцеві бюджети значною мірою залежать від податків, що надходять від підприємств та жителів, тому ресурси в таких громадах обмежені, що обмежує можливості для розвитку та надання якісних послуг [2].

Різниця в рівні розвитку між міськими та сільськими громадами призводить до нерівномірного розподілу ресурсів і фінансування, що спричиняє соціальні та економічні нерівності.

Малі громади потребують дотацій від держави, оскільки їх бюджетні доходи недостатні для покриття всіх потреб.

На рівні місцевих органів влади в деяких громадах виникає проблема з корупцією, що призводить до неефективного використання ресурсів та зниження довіри серед населення.

З перших днів повномасштабного військового вторгнення росії, українські медичні заклади стали об’єктами атак ворожої армії. На січень 2024 року зафіксовано руйнування 1696 об’єктів закладів охорони здоров’я. З них зруйновано – 195, пошкоджено – 1501 [1].

Відсутність достатніх фінансових ресурсів не дозволяє оновлювати медичне обладнання, впроваджувати нові технології та організовувати

навчання медичних кадрів. Це призводить до того, що система охорони здоров'я на місцях не завжди здатна задовольнити потреби населення в повному обсязі.

Ще однією критичною проблемою є брак кваліфікованих кадрів. Багато лікарів та медичних працівників виїхали за кордон через війну. Особливо гостро ця проблема відчувається у сільській місцевості, де дефіцит спеціалістів обмежує доступність медичних послуг. Недолік кваліфікованих лікарів і медичних сестер негативно позначається на якості медичного обслуговування, зменшує доступність послуг для населення, а також створює додаткове навантаження на медичні заклади в великих містах, куди часто звертаються жителі віддалених територій.

Важливою проблемою публічного управління у сфері менеджменту здоров'я є опір змінам. Частина керівників громад та медичних установ не готові до впровадження нових управлінських підходів та технологічних рішень. Бюрократичні перепони та низька цифрова грамотність серед персоналу також уповільнюють процес модернізації медичної сфери [3].

Ще однією важливою проблемою є відсутність сучасного медичного обладнання **та** недостатній рівень цифровізації медичних послуг. Багато медичних установ, особливо в малих громадах, використовують застаріле обладнання, що значно обмежує можливості для точного діагностування та ефективного лікування. В умовах, коли медицина все більше переходить до цифрових технологій, відсутність належної інфраструктури для обробки медичних даних, а також неоснащеність установ сучасними технологіями, створює додаткові труднощі у наданні медичних послуг. Це також ускладнює організацію дистанційного консультування та телемедицини, які стали важливими в умовах пандемії та інших надзвичайних ситуацій.

Враховуючи ці проблеми, необхідно розробити ефективні стратегії для їх подолання. Це може включати в себе залучення додаткових джерел фінансування, таких як міжнародні гранти та інвестиції, розвиток програм навчання медичних кадрів для регіонів, а також активну цифровізацію медичних послуг. Для цього необхідно також створювати стимули для фахівців працювати в малих громадах, підвищуючи рівень їхньої заробітної плати та надаючи їм соціальні гарантії.

Література:

1.Дослідженя Української Гельсінської спілки з прав людини «Два роки під прицілом. Медичні та освітні заклади, з якими воює Росія». URL: https://www.helsinki.org.ua/wpcontent/uploads/2024/05/Press_Med_Osvit_CoverA4-1-1.pdf

2. Світовий О. М., Мовчанюк А. В., Дяченко М. І. Реформування адміністративно-територіального устрою в умовах децентралізації влади: проблеми та перспективи. Право та державне управління. № 3. 2020. С. 157–161. DOI: https://doi.org/10.32840/pdu.2020.3.23

3. Patyka N., Sokolova A., Movchaniuk A., Sysoieva I., Khirivskyi R. Ukraine's rural areas in the conditions of decentralization and local self government reform: challenges and prospects. Agricultural and Resource Economics. 2023. Vol. 9. № 3. P. 266–295. DOI: https://doi.org/10.51599/are.2023.09.03.12

Бондарчук Владислав
аспірант фак-ту менеджменту
Маркова Світлана
д-р. екон. наук, проф.

ЕКОНОМІЧНА СТАБІЛЬНІСТЬ І АДАПТАЦІЯ ПЕРСОНАЛУ ПРОМИСЛОВИХ ПІДПРИЄМСТВ ПІД ЧАС ВІЙНИ В УКРАЇНІ

В умовах воєнного стану економічна стабільність промислових підприємств України є ключовим фактором забезпечення їхньої життєздатності та стійкості. Війна спричинила значні виклики для вітчизняної промисловості, включаючи руйнування виробничих потужностей, порушення логістичних ланцюгів, скорочення внутрішнього та зовнішнього попиту, а також кадрові проблеми. У цих умовах зростає необхідність адаптації персоналу до нових економічних реалій, що включає перенавчання, зміну форм зайнятості та підвищення мобільності робочої сили. Ефективні механізми економічної адаптації сприятимуть збереженню трудового потенціалу підприємств, підвищенню продуктивності праці та забезпеченню економічної безпеки країни.

З огляду на динамічні зміни ринку праці та загострення соціально-економічних проблем, адаптація персоналу потребує стратегічного підходу з боку підприємств та держави. Це передбачає впровадження програм підтримки зайнятості, фінансового стимулювання працівників, оптимізації управління людськими ресурсами та застосування інноваційних моделей організації праці. Дослідження економічної стабільності та адаптації персоналу промислових підприємств у воєнний період є актуальним, оскільки його результати можуть слугувати основою для розробки ефективних механізмів подолання кризи, збереження виробничого потенціалу країни та її післявоєнного відновлення. Військові дії в Україні спричинили значні виклики для промислового сектору, що позначилося на економічній стабільності підприємств та умовах праці персоналу. Руйнування виробничих об'єктів, логістичні труднощі, втрата ринків збуту та нестача кваліфікованої робочої сили стали основними факторами, що ускладнили функціонування промислових підприємств. У таких умовах ключовим завданням є збереження економічної стійкості, що передбачає адаптацію бізнес-моделей, переорієнтацію на альтернативні ринки, впровадження гнучких форм зайнятості та розробку державних програм підтримки.

Адаптація персоналу промислових підприємств здійснюється через різні механізми, зокрема дистанційну роботу, перекваліфікацію, тимчасове переведення працівників до інших регіонів чи секторів економіки. Важливу роль відіграє цифровізація виробничих процесів, яка дозволяє частково компенсувати втрати через автоматизацію та застосування сучасних технологій. Крім того, підтримка з боку держави та міжнародних організацій, зокрема через гранти, кредити та інвестиційні програми, сприяє збереженню робочих місць та створенню умов для відновлення виробничої діяльності.

Таблиця 1 - Основні чинники, що характеризують економічну стабільність та адаптацію персоналу промислових підприємств [1, 2, 3]

Показник	Довоєнний період (2021)	Під час війни (2023)	Зміни (%)
Рівень зайнятості у промисловості (%)	15,8	12,3	-22,2%
ВВП промисловості (млрд грн)	675	510	-24,4%
Частка експорту промислової продукції (%)	42	31	-26,2%
Кількість зруйнованих або пошкоджених підприємств	0	понад 3000	-
Інвестиції у промисловий сектор (млрд грн)	120	70	-41,7%

Отже, війна суттєво вплинула на промислові підприємства, призвівши до скорочення робочих місць, зменшення обсягів виробництва та експорту. Однак адаптаційні механізми, такі як фінансова підтримка, цифровізація та перепрофілювання персоналу, дозволяють знизити негативний вплив та сприяти майбутньому відновленню галузі.

Таким чином, війна в Україні суттєво вплинула на економічну стабільність промислових підприємств, спричинивши зниження рівня зайнятості, скорочення обсягів виробництва та експорту, а також руйнування значної частини інфраструктури. В умовах кризи підприємства змушені шукати нові механізми адаптації персоналу, зокрема через перепрофілювання працівників, впровадження гнучких форм зайнятості та цифровізацію виробничих процесів. Важливу роль у цьому відіграє підтримка з боку держави та міжнародних партнерів, що сприяє збереженню трудового потенціалу та частковому відновленню промислового виробництва.

Попри значні втрати, промислові підприємства України демонструють високий рівень адаптації до сучасних викликів. Подальше впровадження стратегій економічної стійкості, розвиток нових ринків, залучення інвестицій та вдосконалення кадрової політики дозволять мінімізувати негативні наслідки війни та забезпечити поступове відновлення промисловості. Дослідження цих процесів є важливим для формування ефективної політики управління економічною стабільністю та підтримки персоналу підприємств у кризових умовах.

Література:
1.Трекер економіки України під час війни - Центр Економічної Стратегії. URL: https://ces.org.ua/tracker-economy-during-the-war/?utm_source=chatgpt.com (дата звернення: 15.03.2025).
2. Економіка України в умовах війни. URL https://bank.gov.ua/admin_uploads/article/Poharska_pr_01-02.06.2023.pdf?v=5&utm_source=chatgpt.com (дата звернення: 15.03.2025).
3. Мурована Т. Вітчизняне підприємництво в умовах воєнного стану: основні тенденції та методи підтримки. *Економіка та суспільство*. 2023. №47. URL: https://economyandsociety.in.ua/index.php/journal/article/view/2144?utm_source=chatgpt.com (дата звернення: 15.03.2025).

Воробйов Костянтин
аспірант фак-ту менеджменту

СЦЕНАРІЙ ФУНКЦІОНУВАННЯ СИСТЕМИ БЕЗПЕЧНОСТІ ХАРЧОВОЇ ПРОДУКЦІЇ У ВНУТРІШНЬОМУ ТА ЗОВНІШНЬОГО СЕРЕДОВИЩІ

Функціонування системи безпечності харчової продукції у внутрішньому та зовнішньому середовищі є одним із ключових чинників продовольчої безпеки та економічної стабільності. У сучасних умовах глобалізації, інтенсифікації міжнародної торгівлі та зростаючих вимог споживачів до якості харчових продуктів забезпечення їхньої безпечності набуває стратегічного значення. Високі ризики харчових інцидентів, пов’язаних із мікробіологічними, хімічними та фізичними забрудненнями, вимагають ефективних механізмів контролю, запровадження інноваційних технологій моніторингу та управління ризиками на всіх етапах виробничо-логістичного ланцюга. Крім того, гармонізація вітчизняних стандартів безпечності харчових продуктів із міжнародними регламентами є необхідною умовою для виходу на зовнішні ринки та підвищення конкурентоспроможності продукції. У цьому контексті розробка ефективних сценаріїв функціонування системи безпечності харчової продукції дозволяє оптимізувати контрольні процедури, мінімізувати ризики забруднення та забезпечити стабільний розвиток харчової промисловості в умовах постійних викликів і трансформацій продовольчого сектору.

Тому доцільним є візуалізація процесу функціонування системи безпечності харчової продукції у внутрішньому та зовнішнього середовищі, див. рис. 1. Зображена системи стійкості у сфері безпечності харчової продукції ISO 22000 внутрішнього середовища на рис. 1., відповідає за безпечність харчової продукції на кожному етапі виробничого циклу, ідентифікацію та простежування небезпечних ризиків та ефективну рекламацію невідповідної продукції. Таким чином, на етапі закупівлі продукції підприємство вимагає від постачання документів, які підтверджують безпечність та відповідність продукції заявленим вимогам: СЕС, сертифікація відповідності продукції,

випробування, паспорта безпечності продукції відповідно до очікуваної партії, відгуки і рекомендації постачальника від інших споживачів. На етапі прийманні сировини важливо зробити вхідний контроль очікуваної продукції на предмет наявності СЕС, сертифікації відповідності продукції, випробування, паспорта безпечності продукції, документів перевірки фіто- та ветсанітарії, перевірити зовнішній та внутрішній стан продукції, порівняти отриману фактичну кількість та вагу та співставити отриману продукцію з вхідною документацією. На етапі переміщення продукції до зони зберігання та дозування сировини важливо перемістити сировину у підготовлене приміщення, яке відповідає температурному режиму з достатньою кількістю вологи, зробити тестові зразки сировини майбутньої виробленої партійної продукції для можливої ідентифікації при пошуку невідповідностей та майбутньої рекламації. Етап логістика та відправка готової продукції майже ідентичний з етапом закупівлі та приймання сировини так як підприємство виступає таким же постачальником сировини/продукції як і постачальник первинної сировини.

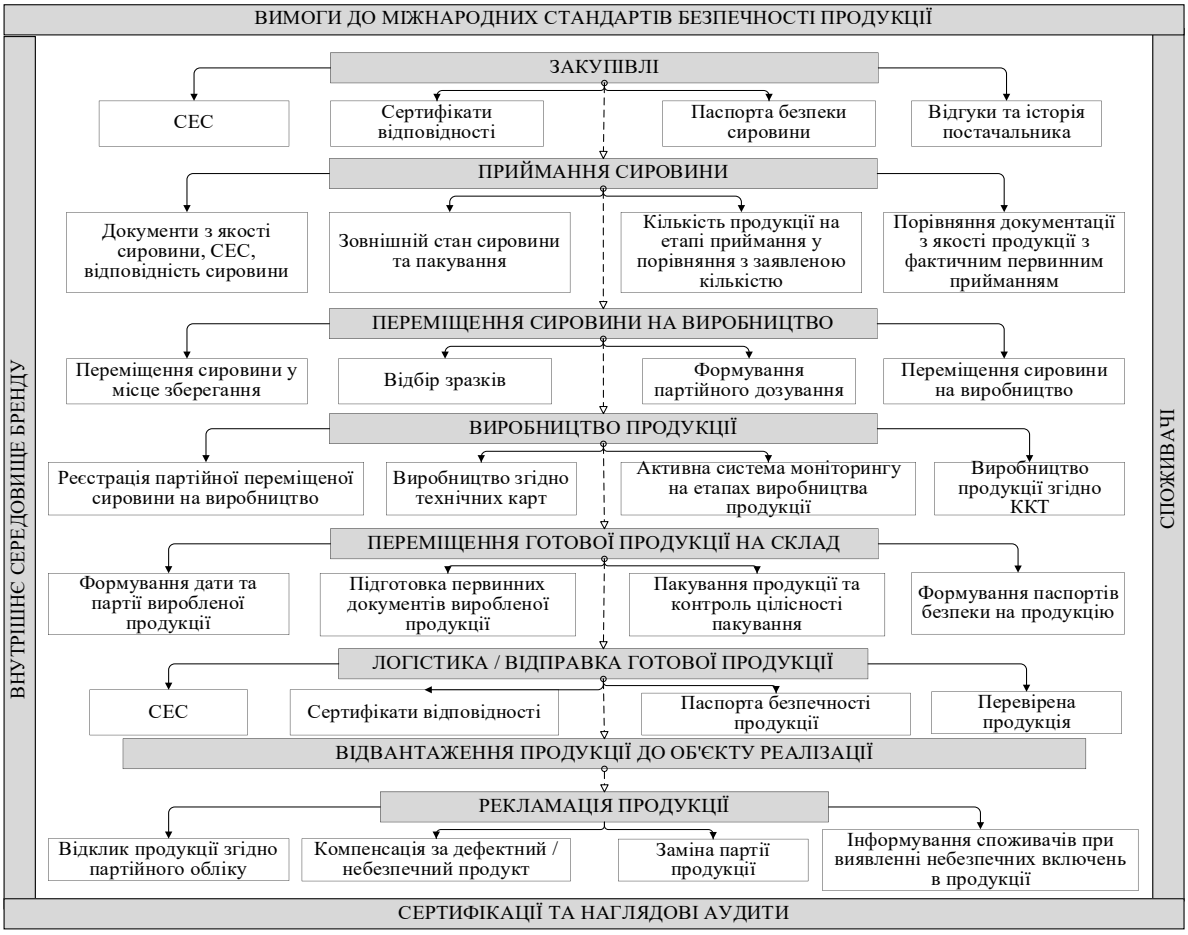

Рисунок 1. Процес функціонування системи безпечності харчової продукції у внутрішньому та зовнішнього середовищі

**розроблено автором самостійно за результатами проведеного дослідження*

Перевіривши партію готової продукції з доданими первинними документами, які підтверджусь безпечність та кількість продукції, підприємство відправляє свою продукції на реалізацію до точок збуту. При

виявленні невідповідностей в продукції, підприємство виконує процедуру рекламації та відкликає партію готової продукції, виконує її заміну або компенсацію. Тож, представлені етапи функціонування системи стійкості у сфері безпечності харчової продукції ISO 22000 внутрішнього середовища [1, 2] допомагають виконувати ідентифікацію і простежуваність кожного етапу технологічного циклу та запобігати появі небезпечного включення (невідповідності) в сировині та готовій продукції.

Література:

1. ДСТУ ISO 22000:2019 Системи керування безпечністю харчових продуктів. Вимоги до будь-якої організації в харчовій галузі. URL: https://zakon.isu.net.ua/sites/default/files/normdocs/dstu_iso_22000_2019.pdf

2. ISO 22000:2018. Food safety management systems — Requirements for any organization in the food chain. URL: https://www.iso.org/ru/standard/65464.html

Воробйова Софія
аспірантка фак-ту менеджменту

СЦЕНАРІЙ АВТОМАТИЗАЦІЇ ЛАНЦЮГА СТВОРЕННЯ ЦІННОСТІ У СЕГМЕНТІ «ONLINE-RETAIL» КОМЕРЦІЙНОГО ПІДПРИЄМСТВА

Автоматизація ланцюга створення цінності у сегменті «Online-Retail» є ключовим фактором для підвищення конкурентоспроможності, оскільки дозволяє оптимізувати ключові бізнес-процеси, зменшити витрати, покращити якість обслуговування клієнтів та забезпечити гнучкість у швидко змінюваному цифровому середовищі. Тому доцільною є реалізація процесу автоматизації ланцюга створення цінності за сегментом «Online-Retail», див. рис. 1.

Як видно з даних рис. 1., робота системи починається з прийому замовлення, яке може надходити з різноманітних омніканальних джерел [2]: корпоративного сайту, соціальних мереж, онлайн-месенджерів, IP-телефонії чи електронної пошти. Кожне замовлення миттєво фіксується в системі. Якщо клієнт вже існує в базі даних CRM, його інформація автоматично завантажується для подальшої обробки. У випадку нового клієнта система створює картку контрагента із зазначенням особистих даних, контактів і вподобань. Як тільки замовлення надходить у систему, воно передається в CRM за допомогою інтеграції через API [1]. На цьому етапі автоматично формується видаткова, яка включає дані клієнта, деталі замовлення та номер ТТН, отриманий через інтеграцію з кур'єрською службою. Цей процес дозволяє виключити людський фактор та прискорити обробку замовлень. Після створення видаткової клієнт отримує повідомлення через обраний ним канал зв'язку (SMS, Viber, Telegram) із підтвердженням замовлення та його поточного статусу. Далі інформація про замовлення передається на склад, де розпочинається процес комплектації. Працівники складу використовують

автоматизовану систему обліку, яка направляє їх до місць зберігання необхідних товарів. Кожен товар у замовленні сканується за допомогою штрих-коду, щоб підтвердити його відповідність накладній. У разі невідповідності система миттєво сповіщає співробітника та блокує подальшу обробку, доки помилка не буде усунута. Після того як усе замовлення зібрано та перевірено, система фіксує його готовність, оновлює статус у CRM та надсилає клієнту повідомлення про завершення комплектації.

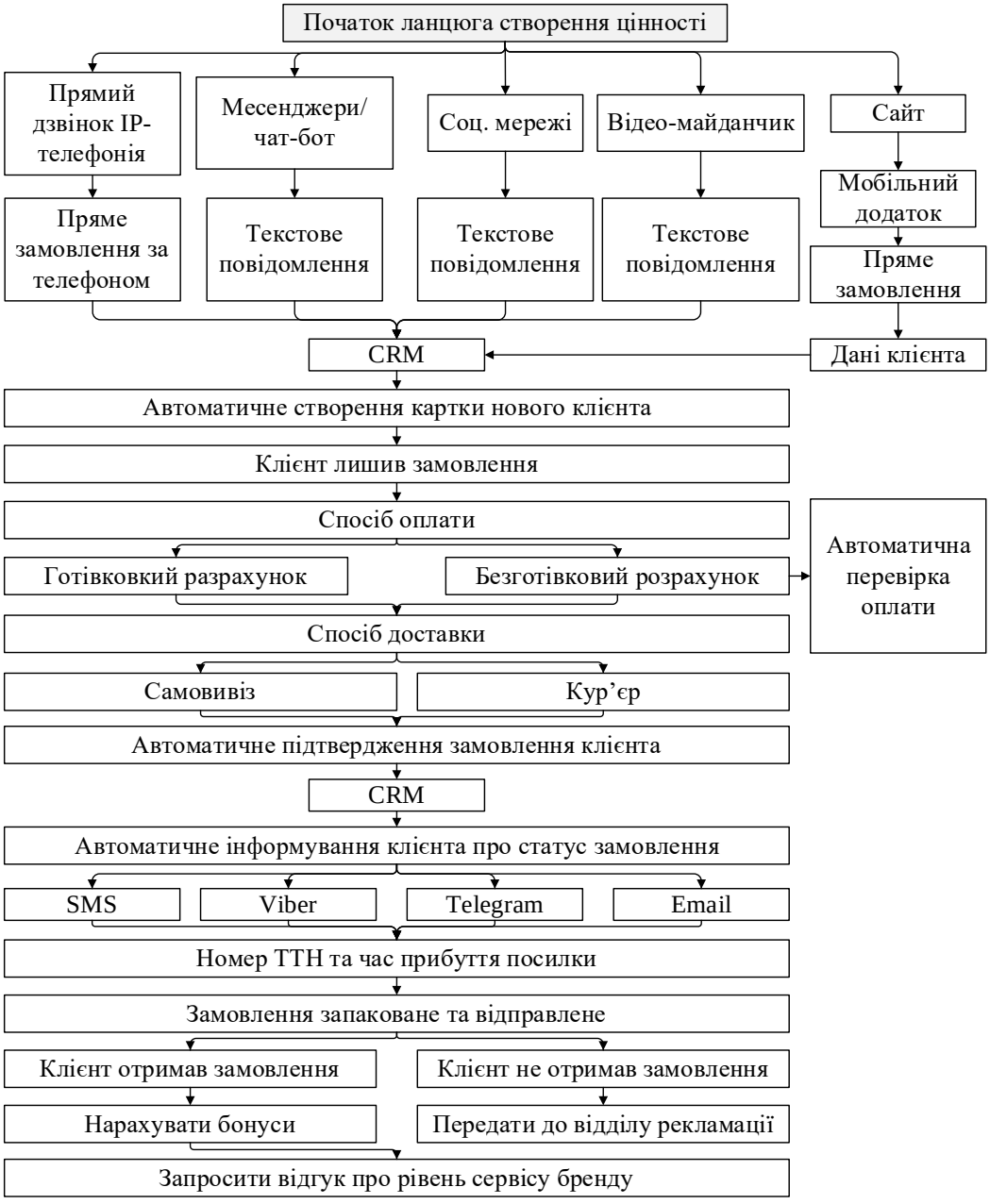

Рисунок 1. Процес автоматизації ланцюга створення цінності у сегменті «Online-Retail»

**розроблено автором на основі власних досліджень*

На наступному етапі замовлення передається кур'єрській службі. Інформація про замовлення, включаючи дані клієнта та номер ТТН, передається через API, що спрощує процес передачі та дозволяє відстежувати доставку в реальному часі. Клієнт отримує повідомлення з трек-номером для відстеження

статусу свого відправлення. Система автоматично інформує клієнта про кожен етап доставки: відправлення посилки, прибуття до пункту видачі чи місця доставки, закінчення терміну зберігання. Якщо клієнт не забирає замовлення вчасно, система надсилає йому нагадування через SMS або онлайн-месенджер. У разі відмови від отримання система ініціює інцидент-скрипт. Цей скрипт може включати автоматичну передачу замовлення на повторну доставку, пропозицію знижки чи акційної пропозиції, а також можливість оформити повернення коштів. Усі дії фіксуються в CRM для подальшого аналізу та обліку. Після завершення доставки, через тиждень, клієнту автоматично надсилається форма зворотного зв’язку через обраний канал. У цій формі клієнт може оцінити роботу компанії, швидкість доставки, зручність оформлення замовлення та рівень сервісу. Відповіді збираються в звіт, який використовується для аналізу задоволеності клієнтів і вдосконалення процесів компанії. Таким чином, система забезпечує комплексне управління замовленнями від моменту його створення до доставки та зворотного зв’язку.

Література:

1. Автоматизація та інтеграція логістичних процесів вашого бізнесу. URL: https://novapost.com/uk-ua/for-business/cooperation/integration/

2. Омніканальність — це майбутнє клієнтського сервісу. URL: https://remonline.ua/blog/omni-channel/

Гайдаманчук Іван
студент 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гудима О.В.

ОРГАНІЗАЦІЯ ЯК СКЛАДНА СИСТЕМА ТА ОБ'ЄКТ УПРАВЛІННЯ

Організація, як комплексна система та об'єкт менеджменту, демонструє собою багатошарове утворення, що об'єднує різноманітні грані взаємодії внутрішніх компонентів та навколишнього оточення.

Організація - це соціальне утворення, яке сконструйоване задля реалізації певної місії або досягнення поставлених завдань. Вона охоплює людський капітал, ресурси, інформаційні потоки, процеси та технології, які взаємодіють між собою у межах складної системи. Ця система вирізняється певними характеристиками, зокрема, цілісністю, відкритістю, ієрархічністю та динамізмом.

Як складна система, організація є складовою більшого середовища, з яким перебуває у безперервній взаємодії. На неї впливають зовнішні чинники, серед яких економічні умови, технологічні трансформації, політичні зміни, суспільні тенденції та конкурентне середовище. Разом з тим, організація має внутрішню структуру, яка забезпечує її функціонування та досягнення поставлених цілей. Ця структура містить формальні та неформальні компоненти: ієрархічні рівні управління, розподіл обов'язків та сфер

відповідальності, корпоративну культуру, комунікаційні канали та інші елементи.

Організація як об'єкт управління потребує чіткого керівного органу. Управління організацією зводиться до ухвалення рішень, що мають на меті забезпечити її дієвість та пристосування до змінних умов. Цей процес включає ряд ключових функцій:

- планування дає змогу організації визначити свої цілі та вибрати шляхи їх досягнення;
- організація формує структуру, яка забезпечує раціональний розподіл ресурсів та завдань;
- мотивація персоналу спонукає їх до продуктивної роботи та залучення до отримання результатів;
- контроль гарантує оцінку досягнень та коригування дій у випадку відхилень від запланованого [2, с. 154].

Сучасне управління організаціями спирається на різноманітні підходи. Системний підхід розглядає організацію як цілісну систему, що взаємодіє із зовнішнім середовищем та внутрішніми складовими. Ситуаційний підхід передбачає адаптацію управлінських рішень відповідно до конкретних обставин. Гуманістичний підхід зосереджується на людському факторі, визнаючи важливість потреб та мотивів працівників. Кількісний підхід дає можливість використовувати аналітичні інструменти для прийняття обґрунтованих рішень.

Необхідним аспектом є взаємодія організації з навколишнім середовищем. Для досягнення успіху організація повинна пристосовуватись до змін, використовувати можливості та мінімізувати ризики. Це вимагає гнучкості та інновацій в управлінні, а також здатності до стратегічного мислення.

Вивчення функціонування організації як єдиного цілого, а також різних її підсистем, а також розв'язання практичних проблем управління, пов'язаних з розробкою узагальнених моделей, які відображають усі фактори та взаємозв'язки реальної ситуації в її діяльності, потребує також дотримання наступних найважливіших принципів системного аналізу (системного підходу):

- процес прийняття рішень повинен починатися з визначення та чіткого формулювання кінцевих цілей;
- слід розглядати всю проблему як ціле, як єдину систему та виявляти всі наслідки та взаємозв'язки кожного конкретного рішення;
- необхідно виявляти та аналізувати можливі альтернативні шляхи досягнення цілі;
- цілі окремих систем не повинні входити в конфлікт із цілями всієї системи (програми) [1, с. 221].

Таким чином, організація як складна система та об'єкт управління є багатокомпонентним утворенням, що поєднує в собі внутрішню структуру, взаємодію з зовнішнім середовищем та управлінські процеси. Для забезпечення її ефективності необхідно враховувати особливості системи, розробляти

відповідні стратегії та застосовувати сучасні підходи до управління. Успіх організації залежить від здатності інтегрувати різні ресурси, адаптуватися до змін та досягати поставлених цілей.

Література:

1. Пономаренко Т. Структура освітньої організації як об'єкт управління. *Публічне урядування.* 2019. № 4 (19). С. 217-227.

2. Шкільняк М. М, Овсянюк-Бердадіна О. Ф., Крисько Ж. Л., Демків І. О. Менеджмент : підручник. Тернопіль : ЗУНУ, 2022 р. 258 с.

Гайдаманчук Іван
студент 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. наук з держ. упр., доц. Онищенко О.А.

ВПЛИВ ЛІДЕРСТВА НА ОРГАНІЗАЦІЙНУ ЕФЕКТИВНІСТЬ

Лідерство є одним із ключових чинників, що визначають ефективність управління сучасними підприємствами. В умовах глобалізації, динамічних ринкових змін та технологічного розвитку здатність керівників адаптуватися до нових викликів, формувати стратегію розвитку компанії та мотивувати співробітників набуває критичного значення. Лідерство впливає на рівень продуктивності працівників, прийняття стратегічних рішень, впровадження інновацій і забезпечення конкурентоспроможності підприємства. У цій роботі розглядаються основні концепції та стилі лідерства, їхній вплив на організаційний розвиток та адаптацію підприємств до мінливих умов ринку.

Лідерство в сучасних підприємствах визначає не лише загальний напрям розвитку організації, а й забезпечує реалізацію стратегічних цілей через ефективну взаємодію з персоналом. Лідери відіграють ключову роль у формуванні корпоративної культури, сприяють підвищенню рівня мотивації працівників і стимулюють їх до професійного розвитку.

Лідерство може реалізовуватися через різні стилі управління, які застосовуються залежно від контексту та потреб організації:

- Трансформаційне лідерство характеризується надихаючим впливом на працівників, формуванням високих цілей і заохоченням до інновацій. Трансформаційні лідери створюють середовище для самореалізації співробітників, стимулюють їхню ініціативність та прагнення до змін.

- Транзакційне лідерство ґрунтується на чіткій системі винагород і покарань, що забезпечує контроль за виконанням завдань. Цей стиль особливо ефективний у великих корпораціях, де необхідно забезпечити стабільність і дисципліну.

Лідерство є предметом досліджень багатьох науковців. Едвін Гізелі та Фред Філдер у межах «теорії ознак» визначали лідерство через певний набір характеристик, притаманних ефективним керівникам. Однак ця концепція не встановлює єдиного універсального набору якостей, що спонукало до розробки

нових підходів. Зокрема, розвиток отримали теорії поведінкового лідерства та ситуативного лідерства, які підкреслюють важливість контексту та специфічних управлінських дій для досягнення ефективного керівництва [1].

Одним із важливих аспектів лідерства є ефективна комунікація. Прозорість у взаємодії між керівництвом і працівниками сприяє формуванню довіри, підвищенню рівня задоволеності роботою та залученості співробітників. Лідери, які володіють навичками активного слухання, демонструють емпатію та надають конструктивний зворотний зв'язок, формують згуртовані команди, здатні ефективно розв’язувати організаційні завдання.

Швидкі зміни в економічному середовищі, розвиток цифрових технологій і процеси глобалізації зумовлюють необхідність впровадження адаптивного лідерства. Гнучкість, здатність до швидкого прийняття рішень і стратегічне бачення є визначальними характеристиками сучасних лідерів. Вони сприяють впровадженню інноваційних рішень і формуванню корпоративної культури, орієнтованої на розвиток.

Таким чином, лідерство відіграє вирішальну роль в управлінні сучасними підприємствами, оскільки визначає їхню конкурентоспроможність та довгостроковий успіх. Різні стилі лідерства застосовуються залежно від організаційного контексту, а ефективна комунікація та адаптивність є ключовими факторами успішного керівництва. У мінливому бізнес-середовищі здатність лідерів до стратегічного мислення, підтримки інновацій і розвитку персоналу є критично важливими для забезпечення стійкого розвитку компаній. Подальші дослідження в цій сфері мають зосереджуватися на вивченні взаємозв’язку між лідерством, корпоративною культурою та технологічними змінами у сучасному бізнесі.

Література:

1. Єфименко М.О., Ізюмцева Н.В. Роль лідерства в системі управління персоналом на підприємстві. *Інфраструктура ринку*. 2021. Випуск 24. С. 157-162.

Глухов Едуард
магістр 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гудима О.В.

УДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ МЕНЕДЖМЕНТУ ЯКОСТІ НА ПІДПРИЄМСТВІ

Система менеджменту якістю - це набір заходів, спрямованих на врахування потреб та очікувань споживачів, управління якістю продукції (або послугами), що виробляється підприємством.

З метою підвищення ефективності менеджменту та вдосконалення якості наданих продуктів та послуг, компанія повинна бути забезпечена необхідними

можливостями, персоналу та матеріальних ресурсів, а також бажання не лише керівництва, але й для зміни та прийняття змін у самих структурних одиницях [3, с. 47]. Необхідно передати важливість організаційної підтримки внутрішніх структурних змін, що сильно впливає на якість структурних змін, але й на кількість, пов'язаних з ними.

Поліпшення системи менеджменту якістю повинно забезпечити ефективність виробництва якості продукції, впровадження державного порядку в повному обсязі, працівників, які беруть участь у роботі, та створення позитивної репутації споживача [1, с. 133].

Дії вищого керівництва підприємства для вдосконалення системи менеджменту якістю включають: планування, організацію роботи, перевірку та вдосконалення.

Незважаючи на зусилля вищого керівництва, найбільше підприємств ще не брали участь у процесі вдосконалення системи менеджменту якістю. На сьогоднішній день існує ситуація, коли необхідність підтримки та вдосконалення системи управління якістю не сприймається більшою частиною працівників. Основна причина, що перешкоджає інтересу працівників до процесу менеджменту якістю, - це погана мотивація та їх усвідомлення важливості системи менеджменту якістю та її вдосконалення.

Постійне навчання персоналу в галузі якості спеціалістами лабораторії управління якістю, залучення керівництва підвищить ефективність роботи як окремих одиниць, так і діяльності підприємства в цілому.

Лабораторії управління якістю повинні вважатися можливістю збільшення кількості внутрішніх аудитів. Щоб звернути особливу увагу на ті підрозділи, де було виявлено велику кількість розбіжностей, де були виявлені критичні, повторні або подібні невідповідності. Залучайте працівників підприємства з відповідних відділів як експертів у своїй галузі роботи.

Ідентифіковані лабораторії управління якістю під час аудиту невідповідностей свідчать про недостатню обізнаність та розуміння працівників у потребі в системі управління якістю на підприємстві.

Для посилення контролю та впровадження особистої відповідальності лабораторії управління якістю необхідно розробити методологію «обчислення коефіцієнта якості» для одиниць (грошових штрафів, з відрахуванням зі спеціального фонду) у випадках повторного визначення критичних, повторних, подібних невідповідностей. А також для не виконання коригувальних та попереджувальних дій вчасно. Для кожного випадку треба встановити фіксований показник зниження коефіцієнта якості, який буде врахований при розподілі спеціального фонду відділу або конкретного працівника.

Для подальшого вдосконалення системи менеджменту якістю необхідно дотримуватися наступних рекомендацій:

- збільшити кількість внутрішніх аудитів;
- розробити методологію «Обчислення коефіцієнта якості» (грошові штрафи з відрахуванням зі спеціального фонду);

- контроль здійснення заходів для системи менеджменту якістю та впровадження коригуючих дій на основі результатів аудиту;

- проводити навчальні семінари для уповноважених підрозділів якості та внутрішніх аудиторів;

- покращити критерії ефективності процесу системи менеджменту якістю;

- впровадити «Програму внутрішнього аудиту системи управління якістю» та «План календаря для розробки (обробки, оновлення) стандартів організації системи менеджменту якістю»;

- введення електронного управління документами для підрозділів при затвердженні документів системи менеджменту якістю (стандарти, методи, положення, інструкції), електронний цифровий підпис для виконавців.

Поліпшення системи менеджменту якістю повинно забезпечити ефективність виробництва якості продукції, впровадження державного порядку в повному обсязі, залучення працівників у роботі та створення позитивної репутації споживача [2].

Отже, впровадження всіх рекомендацій дозволить апарату управління посилити контроль над функціонуванням системи менеджменту якістю, координувати роботу одиниць та послуг для досягнення встановленої мети, встановлення відповідальності виконавців та відкриття найсумніших місць у управлінні.

Література:

1. Баєва О.І. Теоретичні основи формування системи управління якістю на підприємстві. *Економічний простір*. 2024. № 190. С. 132-135.

2. Радченко О. П., Білоног Г. Ю. Удосконалення системи управління якістю продукції на підприємстві. *Ефективна економіка*. 2018. № 9. URL: http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=6535 (дата звернення: 20.03.2025).

3. Слободяник А. М., Сиза В. О. Удосконалення моделі інтегрованої системи менеджменту якості на агропромислових підприємствах. *Агросвіт*. 2021. № 4. С. 45-50.

Гоменюк Надія
студентка 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гудима О.В.

УДОСКОНАЛЕННЯ ЯКОСТЕЙ УСПІШНОГО МЕНЕДЖЕРА

Багаторічні дослідження і практика показують, що ефективність ведення бізнесу лише на третину обумовлюється вкладенням в матеріально-речові елементи виробництва. Інше залежить від людського фактора – кваліфікаційного рівня, інтелектуального потенціалу і здібностей керівників та спеціалістів.

Для процвітання підприємства необхідний професійний керівник, який має ряд професійних якостей та навичок. Особистість менеджера має винятково велике значення для управлінської діяльності, адже саме його індивідуально-психологічні властивості визначатимуть, як будуть вирішені ті задачі, що поставатимуть перед ним, чи виявить він себе відповідальним, ініціативним, самостійним працівником, чи зможе вийти із складних та незвичних ситуацій, чи всіх зусиль докладатиме для успіху, чи зуміє зацікавити та організувати інших для спільної роботи.

Вимоги до менеджера зведемо у дві групи:

1) ділові якості, які поєднують у собі компетенцію та організаторські здібності;

2) особистісні риси, які складаються з трьох підгруп: вольові як, морально-психологічні властивості, вимоги до здоров'я та способу життя [2, с.17].

Основні професійно-важливі якості менеджера – реалізм і вміння керувати. Адже кожен менеджер повинен правильно оцінювати свої сили і можливості, щоб потім не довелося розплачуватися за свої помилки. І найголовніше – вміння керувати, управляти, організовувати і підтримувати роботу колективу.

Планування має декілька ключових аспектів. Воно передбачає аналіз ситуації, встановлення цілей, розробку стратегії і тактик, а також прийняття рішень і планів дій. Крім того, працівникам мають бути призначені відповідні завдання, заздалегідь оцінений ризик і підготовлений план заходів для його уникнення.

Контроль є не менш важливим елементом успішного менеджменту. Він здійснюється за допомогою системи моніторингу і оцінки результатів виконання завдань. Контроль включає в себе збір, аналіз та порівняння даних для визначення відхилень від запланованого і вжиття необхідних заходів для їх усунення. Здатність ефективно планувати та контролювати дозволяє менеджеру краще організувати роботу команди, забезпечити досягнення поставлених цілей і отримати успіх у своїй професійній діяльності [1].

Для того, щоб стати успішним менеджером, потрібно володіти основними навичками, які допоможуть стати справжнім професіоналом у своїй галузі.

Перша навичка – вміння ефективно комунікувати. Менеджер повинен бути здатним спілкуватися як зі своїми підлеглими, так і з вищим керівництвом. Важливо вміти слухати і вміти передавати інформацію чітко і зрозуміло. Працюючи над собою, навчившись керувати мисленням, ви досягнете успіху в якості менеджера в компанії будь-якого масштабу.

Друга навичка – лідерські якості. Хороший менеджер має бути прикладом для своїх підлеглих. Він повинен мати здатність управляти командою, розподіляти ролі та завдання, створювати мотивацію для досягнення результатів. Ефективне управління командою є одним з найважливіших аспектів роботи менеджера.

Третя навичка – здатність приймати рішення. Менеджер повинен бути здатним швидко аналізувати ситуацію і приймати обґрунтовані рішення, які сприятимуть розвитку бізнесу і досягненню поставлених цілей. Важливо бути впевненим у своїх рішеннях і брати на себе відповідальність за їх наслідки [3].

Загалом, ефективне управління командою залежить від навику лідера розуміти свою команду, встановлювати цілі, мотивувати та надавати підтримку. Для становлення справжнім професіоналом у цій сфері, необхідно постійно практикувати та вдосконалювати свої уміння та навички керівника.

Найважливішою вимогою менеджера є здатність постійно працювати над собою. Тільки у цьому випадку можлива успішна адаптація до змін у суспільстві. Менеджер, який припинив роботу над собою, не може успішно вирішувати сучасні проблеми. Він повинен володіти сучасними знаннями у сфері теорії та досліджень людської поведінки, вміти передбачати ставлення людей до себе і розумно реагувати на нього. Важливою рисою для керівника є тактовність у взаємовідносинах. Умовою ефективної діяльності керівника є добре розвинуте стратегічне мислення, уміння заглянути на багато років уперед. Вести по правильному курсу підприємство у вирі сучасної економіки може керівник, який пильно дивиться вперед, вивіряючи курс на зміни зовнішнього середовища, кон'єктури ринку, політики держави.

Отже, з цього випливає, що менеджер – ключова фігура в будь-якій компанії. Його рішення формують перебіг всієї діяльності. Саме керівник визначає стратегічний курс та тактику, тому він зобов'язаний володіти усіма необхідними якостями та вміннями управлінця. Це потрібно для ефективного функціонування організації та, звісно ж, для отримання прибутку.

Література:

1. Канафоцька Г. Нова парадигма менеджменту XXI століття. URL : https://www.ar25.org/node/12949 (дата звернення: 16.03.2025).

2. Рудика В. І. Виклики та завдання для сучасного менеджера. Вісник Хмельницького національного університету. *Економічні науки*. 2021. № 2. С. 15-20.

3. Сім управлінських навичок, що знадобляться в 2025 році. URL : http://www.management.com.ua/tend/tend990.html (дата звернення: 16.03.2025).

Гончаренко Артур
здобувач третього освітньо-наукового рівня
освіти Запорізького національного університету
Олійник Олександр
канд. філос. наук, доц.

ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ ВІТЧИЗНЯНИХ ПІДПРИЄМСТВ В УМОВАХ ІНДУСТРІЇ 4.0

У контексті розвитку четвертої науково-технічної революції та глобальної цифровізації традиційні процеси зазнають суттєвих змін, зокрема і в сфері управління людськими ресурсами. Все більше міжнародних компаній активно впроваджують цифрові моделі та інструменти в HR (управління персоналом), щоб швидше адаптуватися до мінливого середовища. Паралельно з цим формується нова парадигма відповідального ставлення до найманих працівників, яка ґрунтується на принципах соціальної справедливості та захисту робітників. Це призводить до змін у підходах, формах та масштабах впровадження соціально відповідальних заходів у бізнес-практику та управління. Такий процес має свої особливості та неоднорідний характер.

Цифровізація бізнесу значно впливає на функціональні обов'язки HR-менеджерів, оскільки автоматизація завдань та процесів вимагає від персоналу нових компетенцій у сфері цифрових технологій. Сьогодні кадрова служба вже не просто виконує технічні функції, а виступає в ролі бізнес-партнера, забезпечуючи компанію кваліфікованими кадрами та сприяючи їхньому розвитку. Для ефективної роботи HR-відділів, зниження ризиків на всіх етапах відбору, навчання і розвитку співробітників, а також для налагодження ефективної взаємодії з персоналом, необхідно використовувати нові, зокрема цифрові, методи та технології.

Незважаючи на значні досягнення в обґрунтуванні змісту та функцій соціальної відповідальності бізнесу, а також у розкритті напрямків розвитку соціального забезпечення та захисту працівників, питання розвитку системи соціально відповідального управління персоналом в умовах цифровізації економіки все ще недостатньо опрацьовані. Зокрема, потребують вдосконалення теоретичні та науково-методичні підходи до інтеграції принципів соціальної відповідальності в систему кадрового менеджменту. Це особливо важливо в умовах, коли держава не завжди здатна повністю виконувати свої соціальні зобов'язання, і водночас необхідно зберігати економічну ефективність, коли соціальні інвестиції виправдовуються підвищенням продуктивності, зростанням обсягів реалізації та віддачі вкладених у соціальний розвиток персоналу коштів.

Управління людськими ресурсами, особливо в умовах цифрової економіки, піддається суттєвій модернізації. Розвиток цифрових платформ і технологій, поряд з реорганізацією ринку праці, змінює механізми зайнятості та взаємодії між роботодавцями і працівниками. У командах, де частина працівників працює віддалено, необхідно переглядати підходи до постановки

завдань і контролю за їх виконанням. Щороку з'являються нові додатки, спеціально адаптовані для вирішення завдань HR-менеджменту.

Реалізація соціально спрямованих проєктів стає невід'ємною частиною діяльності багатьох підприємств, для яких корпоративна соціальна відповідальність (КСВ) перетворюється на стійку модель довгострокової стратегії. Завдяки цифровим інструментам можна виділити кілька переваг для компаній, що впроваджують КСВ:

- підвищення репутації бренду на ринку;
- зростання лояльності клієнтів до компанії;
- конкурентна перевага в залученні працівників через формування сильного HR-бренду.

КСВ сприяє підвищенню суспільної свідомості. Для споживачів товарів і послуг важливими стають екологічність виробника, його вплив на навколишнє середовище, дотримання прав людини та підтримка найбільш вразливих соціальних груп.

Таким чином, розробка теоретичних, методичних і прикладних рішень забезпечує єдиний підхід до вирішення проблем, пов'язаних з трансформацією управління персоналом на основі соціально відповідального менеджменту з урахуванням процесів цифровізації економіки, що й обумовлює досліджувані особливості дослідження.

Література

1. Steps to Develop Digital Dexterity in Your Workplace. URL: https://www.gartner.com/binaries/content/ assets/events/keywords/digital-workplace/pcce13/4_ steps-infographics-3.pdf (дата звернення: 17.09.2024).

2. Communication from the Commission to the European Parliament, the Council, the European Economic and Social Committee and the Committee of the Regions: A renewed EU strategy 2011–14 for Corporate Social Responsibility. URL: http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.-do?uri=COM:2011:0681: FIN:EN: PDF(дата звернення: 17.09.2024).

Джемадінова Ельвіна
студентка 4 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гудима О.В.

ОСОБЛИВОСТІ АНТИКРИЗОВОГО МЕНЕДЖМЕНТУ В ІНДУСТРІЇ ГОСТИННОСТІ

Сучасне українське буття відчуває на собі тиск негараздів: війна, відлуння пандемії, економічний спад, інфляція й подібне. З одного боку, індустрія гостинності змушена реагувати на суспільні зміни, котрі торкаються підприємств готельно-ресторанного бізнесу, а з іншого – вона змушена враховувати обмеження, спричинені структурою реального сектору, його

конкретною специфікою та соціально-економічним кліматом. З огляду на численні нюанси готельно-ресторанного бізнесу, його вразливість до криз є вищою, ніж в інших галузях економіки. Відтак, механізм розробки програм антикризового менеджменту мусить відігравати важливу роль у їхній роботі. Доведено, що дієве подолання кризової ситуації має полягати у системному, безперервному, чітко визначеному процесі виявлення слабких місць та унеможливленні повторення подібних проблем у майбутньому.

Кризова ситуація перетворюється на суворе випробування для галузі гостинності. Зниження кількості туристів, коливання валютних курсів, напруженість у міжнародних відносинах та зменшення реальних доходів населення, зростання вартості закупівель – все це веде до зменшення заповнюваності готелів, скорочення відвідуваності ресторанів і відповідно, зменшення їхніх доходів. До того ж, прибутковість підприємств сфери гостинності падає також через підвищення цін та потребу індексації зарплат, що відбувається на фоні зростання інфляції.

Антикризове управління визначається як комплекс управлінських дій, націлених на виявлення, запобігання, вирішення та пом'якшення наслідків кризових явищ, а також причин, що їх викликають, на всіх рівнях економіки [1, с. 6]. Важливо враховувати, що в антикризовому управлінні ключову роль відіграють важливі аспекти діяльності підприємства, а саме: стратегічне і тактичне планування, а також фінансовий аналіз.

Напрямки та перспективи антикризового менеджменту в сфері гостинності поділяються на зовнішні й внутрішні аспекти.

Ключові зовнішні чинники антикризового управління, що потребують уваги включають:

- підтримку загальнонаціональної стратегії розвитку економіки через стратегію формування ринку гостинності;
- підвищення важливості фінансового та людського капіталу в розвитку індустрії гостинності, зокрема, через інвестиції в модернізацію готельного фонду, фінансування державних освітніх програм, що поєднують теоретичні знання та практичний досвід роботи в галузі;
- узгодження економічних інтересів основних гравців ринку гостинності: туроператорів, транспортних компаній, готелів, ресторанного бізнесу тощо;
- зростання соціальної відповідальності держави та бізнесу за забезпечення сталого й ефективного розвитку індустрії гостинності;
- впровадження нової системи класифікації готелів, яка б регулювала їх рейтинг та стимулювала інвестиційну привабливість;
- сприяння розвитку всіх регіонів України як перспективних туристичних напрямків; державна підтримка розвитку транспортної інфраструктури та культурних об'єктів (музеї, театри тощо);
- формування єдиного інформаційного простору та просування національного туристичного продукту на світовому та внутрішньому ринках;
- розвиток сучасних і затребуваних видів туризму: подієвого, медичного, ділового; збільшення потоку туристів в цих нішах, що сприятиме зростанню

заповнюваності готелів в регіонах, де пропонуються відповідні тури та програми [2, с. 63].

Внутрішні аспекти вдосконалення антикризового менеджменту українських готелів можуть бути окреслені таким чином:

- розвиток репутаційного капіталу підприємств сфери гостинності (посилення соціально та екологічно відповідального іміджу готелів та інших закладів);
- застосування інноваційних підходів та технологій у обслуговуванні клієнтів готельних підприємств (інструменти аналізу даних, креативні технології для розробки та подачі страв, нові електронні та мобільні сервіси бронювання, замовлень тощо);
- комплексна організація процесу навчання та підвищення професійного рівня працівників, як у межах готельного підприємства, так і за допомогою спеціалізованих навчальних закладів;
- організація всебічної системи маркетингових досліджень: зовнішні аспекти – аналіз конкурентів, клієнтів, тенденцій ринку; внутрішні аспекти – аналіз працівників та внутрішнього середовища загалом;
- розширення спектру супутніх послуг – організація фітнес-центрів, бізнес-центрів, салонів краси, екскурсійних бюро, туристичних агенцій тощо;
- розвиток персоналу, адже працівники є найважливішим та активно розвиненим ресурсом готельного підприємства.

Отже, були проаналізовані ключові теоретичні аспекти управління кризовими ситуаціями, характерними для індустрії гостинності, та визначено напрями їх вдосконалення, як на зовнішньому (державному, профспілковому) рівні, так і на внутрішньому (у діяльності самих готельних підприємств).

Література:

1. Бурак В. Г. Кроссекторальні проєкти в антикризовому менеджменті підприємств готельно-ресторанного бізнесу. Науковий вісник Херсонського університету. 2023. Випуск 48. С. 5-9. URL: https://ej.journal. kspu.edu /index.php/ej/article/ view/801/768 (дата звернення: 28.02.2025)

2. Поворознюк І., Будзінський В. Формування програм антикризового управління на підприємствах індустрії гостинності під час криз. *Економіка та суспільство*. 2023. № 55. С. 55-80.

Даниленко Юлія
студентка 1 курсу магістратури фак-ту менеджменту
Дибчинська Яна
канд. філол. наук, доц.

MANAGING INTERNATIONAL PROJECT: FEATURES AND CHALLENGES

In today's era of globalization and business internationalization, managing international projects is becoming increasingly relevant. Companies and organizations seek to expand their presence in global markets, which requires effective project management across different countries while considering various factors such as cultural differences, legal restrictions, language barriers, and geographical distance [1; 3].

The aim of analyzing the current challenges in international project management is to identify and study the key issues that companies and organizations face when implementing projects on a global scale. This will help develop effective strategies and approaches aimed at minimizing risks, improving management efficiency, and ensuring the successful completion of international projects.

International project management is a distinct discipline that demands project managers to have a comprehensive understanding of cultural differences, legal frameworks, and other critical factors that impact project execution across various countries.

The key characteristics of international projects include as follows [2].

Since projects may span multiple countries, project managers must account for the cultural, legal, and logistical specifics of each location. Project teams often comprise members from diverse national backgrounds, making intercultural communication and conflict resolution essential skills for the project manager. While effective communication is vital for any project, it becomes even more crucial in international settings due to time zone differences and language barriers. Managing resources such as workforce, equipment, materials, and finances can be more challenging in international projects, as they may be distributed across different countries with varying standards and regulations.

Managing international projects comes with various challenges that can complicate or even obstruct successful completion. The primary obstacles include as follows. Variations in cultural norms and practices can result in misunderstandings, conflicts, and reduced team efficiency. Diverse legal systems and regulatory requirements across different countries can create complexities in project execution. Communication difficulties due to language differences can lead to misinterpretations and potential mistakes in project operations. Differences in time zones and physical separation among team members can hinder coordination and contribute to project delays.

To successfully manage international projects, a project manager must use effective strategies that take into account the unique characteristics and challenges of

such projects. These strategies include deep understanding of cultural differences, effective communication, thorough planning and flexibility [4; 5].

The project manager must have a thorough understanding of the cultural characteristics of each country where the project is being implemented. This will help prevent misunderstandings and conflicts among project participants. No less significant is the ability to communicate effectively with project participants despite language barriers and time differences. Thorough planning the project, taking into account all possible risks and challenges, contributes to final efficiency as well. In general, the project manager must be prepared for changes that may occur during project implementation.

In addition to the above skills, an international project manager should be able to motivate and inspire the team to ensure effective collaboration, work efficiently with people from different cultures and perspectives.

Thus managing international projects is a complex task that requires deep knowledge, skills, and experience. However, with the right approach, international projects can be successful and bring significant benefits.

Thus international project management presents unique opportunities and challenges in today's globalized world. Its key features include working across different time zones, managing cross-cultural teams, dealing with international regulations, and leveraging diverse market opportunities. While these aspects enhance innovation and global reach, they also introduce complexities such as communication barriers, legal and compliance issues, and logistical difficulties.

To successfully navigate international projects, managers must develop strong cross-cultural communication skills, adapt to diverse work environments, and implement strategic risk management practices. Utilizing technology for collaboration, understanding local market dynamics, and fostering inclusive team dynamics are essential for overcoming challenges.

Ultimately, effective international project management requires flexibility, cultural intelligence, and a deep understanding of global business environments. By addressing these challenges proactively, organizations can achieve project success while benefiting from the vast potential of international markets.

References:

1. Ciric Lalic, D., Lalic, B., Delić, M., Gracanin, D., & Stefanovic, D. (2022). How project management approach impact project success? From traditional to agile. *International Journal of Managing Projects in Business*, *15*(3), 494-521. https://www.researchgate.net/profile/Danijela-Ciric/publication/358619333_How_project_management_approach_impact_project_success_From_traditional_to_agile/links/6458ceaa97449a0e1a87001a/How-project-management-approach-impact-project-success-From-traditional-to-agile.pdf

2. Kearney, J., Bond-Barnard, T., & Chugh, R. (2024). Soft skills and learning methods for 21st-century project management: a review. *International Journal of Information Systems and Project Management*, *12*(4), 2. https://www.researchgate.net/profile/Ritesh-

Chugh/publication/384694530_Soft_skills_and_learning_methods_for_21st-century_project_management_a_review/links/670842ceffe5b72812416e11/Soft-skills-and-learning-methods-for-21st-century-project-management-a-review.pdf

3. Parekh, R., & Olivia, M. (2024). Utilization of artificial intelligence in project management. *International Journal of Science and Research Archive, 13*(1), 1093-1102. https://www.researchgate.net/publication/384434918_Utilization_of_artificial_intelligence_in_project_management 4/publication/384434918_Utilization_of_artificial_intelligence_in_project_management/links/66f87814b753fa724d4f0fbc/Utilization-of-artificial-intelligence-in-project-management.pdf

4. Ribeiro, A., Amaral, A., & Barros, T. (2021). Project Manager Competencies in the context of the Industry 4.0. *Procedia computer science, 181,* 803-810. DOI: 10.14743/apem2021.1.387

5. Joubert Sh. (2024). 7 Essential Skills for Project Managers. https://graduate.northeastern.edu/knowledge-hub/essential-project-management-skills/

Динчев Сергій
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. філос. наук, доц. Сухарева К.В.

ПУБЛІЧНЕ УПРАВЛІННЯ ІНФОРМАЦІЙНИМ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯМ РЕІНТЕГРАЦІЇ ТИМЧАСОВО ОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ

Проблема реінтеграції тимчасово окупованих територій є надзвичайно актуальною для України. Одним із ключових аспектів цього процесу є ефективне інформаційне забезпечення, що сприяє формуванню довіри, відновленню правового порядку та забезпеченню соціальної стабільності. Публічне управління в цьому контексті відіграє ключову роль, координуючи зусилля державних органів, громадськості та міжнародних партнерів.

Інформаційне забезпечення реінтеграції включає в себе сукупність заходів, спрямованих на створення, обробку, розповсюдження та сприйняття інформації, що сприяє поверненню тимчасово окупованих територій до правового поля України.

Інформація має вплив на формування суспільної думки, зміну наративів та подолання пропаганди. Завдяки грамотній інформаційній політиці можна підвищити рівень довіри громадян та сприяти їхньому поверненню до спільного інформаційного простору України. Країни з подібним досвідом, такі як Німеччина, Хорватія, Грузія, використовували різні механізми інформаційної реінтеграції: мовну політику, культурні програми, контроль за медійним простором та освітні ініціативи.

Основну роль відіграють Міністерство з питань реінтеграції тимчасово окупованих територій, Національна рада з питань телебачення і радіомовлення, Служба безпеки України та інші органи, що контролюють інформаційний простір. Координація між державними установами, медіа, аналітичними центрами та міжнародними організаціями дозволяє створювати ефективні інформаційні кампанії та протидіяти ворожим впливам. Законодавча база включає закони щодо інформаційної безпеки, протидії дезінформації, підтримки мовної політики та захисту прав громадян, що повертаються на підконтрольну територію.

Серед ефективних інструментів – радіо, телебачення, друковані ЗМІ, соціальні мережі, мобільні додатки, які мають забезпечити доступ населення до перевіреної інформації. Необхідно розробити механізми виявлення та нейтралізації фейкових новин, створення аналітичних платформ для перевірки фактів, а також навчання населення інформаційній грамотності.

Реалізація програм культурної інтеграції, забезпечення доступу до українських освітніх та розважальних ресурсів, підтримка місцевих ініціатив сприятимуть зміцненню національної ідентичності. Серед основних критеріїв – охоплення аудиторії, рівень довіри до державних інформаційних ресурсів, зміна суспільних настроїв, інтеграція місцевого населення в український медійний простір.

Прикладами ефективних стратегій можуть бути кампанії з популяризації української мови та культури, впровадження україномовного контенту в регіонах, що зазнали окупації.

Основні виклики – інформаційна блокада, низький рівень довіри до офіційних джерел, конкуренція з ворожими пропагандистськими ресурсами.

Подальший розвиток інформаційної політики має включати адаптацію до цифрових технологій та розширення каналів комунікації.

Отже, забезпечення ефективного публічного управління інформаційною політикою реінтеграції тимчасово окупованих територій є критично важливим завданням для держави. Необхідне комплексне використання правових, організаційних та комунікаційних інструментів для створення стійкої інформаційної платформи, що сприятиме відновленню територіальної цілісності України та соціальної згуртованості суспільства.

Література:

1. Голованова, Н. (2022). Інформаційна політика України в умовах війни (архетипний підхід). *Наукові перспективи*, 6, 57−70.

2. Залєвська, І., & Удренас, Г. (2022). Інформаційна безпека України в умовах російської військової агресії. *Південноукраїнський правничий часопис*, 1−2, 20−26.

3. Ніколаєць, Ю. (2021). Вплив медійного дискурсу на формування політичних цінностей населення Сходу і Півдня України. *У Ієрархія цінностей населення Сходу та Півдня України: етнополітичний аспект в умовах російської агресії* (с. 245−295). ІПіЕнД ім. І. Ф. Кураса НАН України.

Івіна Каріна
студентка 4 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: д-р екон. наук, проф. Маркова С. В.

ОРГАНІЗАЦІЯ І УПРАВЛІННЯ РЕКЛАМНО-ІНФОРМАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПІДПРИЄМСТВА НА ЗОВНІШНІХ РИНКАХ

У сучасних умовах глобалізації вихід підприємств на міжнародні ринки є не лише можливістю для розширення бізнесу, а й необхідністю для забезпечення довгострокового розвитку та конкурентоспроможності. Організація рекламно-інформаційної діяльності підприємства – це комплекс заходів, спрямованих на ефективне планування, створення, розміщення та оцінку рекламних матеріалів з метою просування товарі або послуг, формування позитивного іміджу та залучення цільової аудиторії. Процес організації починається з підготовчого етапу, який включає маркетингові дослідження [1]. На цьому етапі аналізується ринок, споживча поведінка та конкурентне середовище. Далі відзначаються ключові цілі та завдання, які узгоджуються із загальною комунікаційною стратегією підприємства. На основі зібраних даних розробляється детальна стратегія, яка передбачає оцінку різних варіантів та вибір оптимального рішення. Перед запуском кампанії проводиться тестування рекламних звернень, щоб переконатися в їх ефективності та виявити можливі недоліки. Важливою складовою є вибір каналів розповсюдження, адже саме від них залежить наскільки ефективно донесено інформацію до аудиторії. Паралельно з цим складається детальний бюджет, який враховує всі витрати на реалізацію кампанії. На заключному етапі проводиться оцінка результатів, що дозволяє визначити, чи досягнуто поставлених цілей [2, 3].

Рекламно-інформаційну діяльність можна класифікувати за різними критеріями. Вона орієнтується на певну цільову аудиторію, яка може включати бізнес-партнерів, кінцевих споживачів або державні установи. В залежності від географічного охоплення реклама може бути локальною – орієнтована на невелику територію, регіональна – охоплює більшу територію, глобальна – спрямована на весь світ, мультинаціональна – охоплює кілька країн з урахуванням їхніх культурних особливостей [5].

Спосіб передачі інформації також впливає на її ефективність. Вона буває прямою, коли відкрито повідомляється про товар або послугу, нативною – інтегрується в контент без закликів до купівлі, та іміджевою, формуючи позитивний образ бренду. До рекламних каналів розповсюдження відносяться як традиційні методи (телебачення, друкована реклама, виставки та ярмарки), так і сучасні цифрові технології (соціальні мережі, контент-маркетинг, SEO-оптимізація та таргетована реклама) [4]. Варто враховувати, що компанії стикаються зі значними складнощами, пов’язаними з культурними відмінностями, мовними бар’єрами, законодавчими нормативами, а також впливом непередбачуваних чинників, таких як геополітична нестабільність.

В умовах сучасних викликів, таких як економічна нестабільність або війна, рекламна діяльність потребує особливої адаптації [6]. У такий період підприємства фокусуються більше на соціальній відповідальності, підтримці громадян та економіки країни. Зростає популярність кампаній спрямованих на допомогу армії, волонтерам, переселенцям та ін.

Через руйнування інфраструктури, обмеження у роботі ЗМІ та скорочення бюджетів бізнес все частіше використовує цифрові комунікації. Попри це компанії повинні швидко реагувати на суспільні настрої, уникати неоднозначних заяв та уважно стежити за тим, як їхні дії сприймаються аудиторією.

Не дивлячись на виклики, війна відкрила можливості для змін та переорієнтацію бізнесу. Деякі підприємства розширюють свою діяльність на міжнародні ринки, формують нові партнерства та розробляють продукти, що відповідають актуальним потребам суспільства.

Таким чином, воєнні умови змушують не лише адаптувати рекламно-інформаційну діяльність, а й шукати нові підходи до комунікацій, які б відповідали сучасним викликам та підтримували стійкість бренду.

Отже, організація та управління рекламно-інформаційною діяльністю на зовнішніх ринках потребує комплексного підходу, що поєднує стратегічне планування, креативні рішення та ефективне використання комунікаційних каналів для досягнення стабільного успіху підприємства на міжнародному рівні. В умовах війни, підприємствам необхідно проявляти гнучкість, соціальну відповідальність та активно використовувати цифрові технології для підтримки стійкості бренду та пошуку нових можливостей.

Література:

1. Ефективні канали реклами: ТОП онлайн та офлайн каналів реклами для просування бізнесу – Elat-Web. URL: https://elit-web.ua/ua/blog/effektivnye-kanaly-reklamy (дата зернення: 25.03.2025).

2. Що таке нативна реклама: історія, цілі, формати та приклади використання. URL: https://mc.today/uk/shho-take-nativna-reklama/ (дата зернення: 25.03.2025).

3. Організація проведення рекламної кампанії. URL: https://pidru4niki.com/73999/marketing/organizatsiya_provedennya_reklamnoyi_kampaniyi#google_vignette (дата зернення: 25.03.2025).

4. Реклама під час війни: «хайп» не означає ефективність. URL: https://epravda.com.ua/columns/2023/07/05/701876/ (дата зернення: 25.03.2025).

5. Маркетинг на межі. Яким став український інфопростір воєнного часу та чому бізнес хайпує на темах-тригерах, пояснює PR-фахівчиня Натлія Кривицька – Forbes.ua URL: https://forbes.ua/leadership/marketing-na-mezhi-yakim-stav-ukrainskiy-infoprostir-voennogo-chasu-ta-chomu-biznes-khaypue-na-temakh-trigerakh-poyasnyue-pr-fakhivchinya-nataliya-krivitska-13042023-13048 (дата зернення: 25.03.2025).

6. Миронов Ю. Б., Крамар Р. М. Основи рекламної діяльності. URL: https://kerivnyk.info/osnovy-reklamnoi-diyalnosti1-2 (дата зернення: 25.03.2025).

Калушко Євген
здобувач другого (магістерського) рівня
вищої освіти фак-ту менеджменту
Наук. кер.: д-р екон. наук, проф. Маркова С. В.

ФОРМУВАННЯ HR-БРЕНДУ ЯК КЛЮЧОВИЙ ФАКТОР УСПІШНОГО УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ

В умовах високої конкуренції за таланти та стрімких змін на ринку праці HR-брендинг стає одним із ключових інструментів ефективного управління персоналом. Сильний HR-бренд дозволяє компаніям залучати висококваліфікованих фахівців, підвищувати їхню лояльність і зменшувати плинність кадрів. Працівники дедалі частіше обирають роботодавців не лише за рівнем заробітної плати, а й за корпоративною культурою, можливостями професійного розвитку та загальною репутацією компанії. Саме тому формування позитивного іміджу роботодавця є стратегічно важливим завданням для будь-якої організації.

Сучасні технології та соціальні мережі значно впливають на сприйняття HR-бренду, оскільки кандидати можуть легко отримати інформацію про роботодавця з відкритих джерел. Це вимагає від компаній активної роботи над створенням привабливого та чесного бренду, який відображатиме реальні цінності організації. Внутрішній HR-брендинг сприяє мотивації та залученню персоналу, тоді як зовнішній – забезпечує стабільний потік нових талантів. Таким чином, формування та підтримка HR-бренду є важливою складовою успішної кадрової політики, що безпосередньо впливає на конкурентоспроможність бізнесу.

Згідно з дослідженнями міжнародних консалтингових агентств, HR-брендинг суттєво впливає на привабливість компанії для потенційних кандидатів. За даними LinkedIn, 75% претендентів вивчають репутацію компанії перед подачею заявки на вакансію. Близько 69% працівників з більшою ймовірністю залишаться у компанії з сильною корпоративною культурою та привабливим іміджем роботодавця. Крім того, компанії з потужним HR-брендом скорочують витрати на рекрутинг у середньому на 50%, адже їм легше залучати найкращих фахівців.

Статистичні дані також свідчать, що компанії з добре розвиненим HR-брендом мають нижчий рівень плинності кадрів. Згідно з дослідженням Glassdoor, 86% співробітників і кандидатів стверджують, що брак прозорості у HR-брендингу зменшує їхню довіру до роботодавця. Водночас організації, які інвестують у професійний розвиток персоналу, вдвічі рідше стикаються з

проблемою втрати цінних кадрів. Це доводить, що HR-брендинг не лише приваблює нових працівників, а й сприяє їх утриманню.

Таблиця 1 – Ключові показники впливу HR-брендингу на управління персоналом [1]

Показник	Значення	Джерело
Кандидати досліджують репутацію компанії перед подачею резюме	75%	LinkedIn
Зниження витрат на рекрутинг завдяки сильному HR-бренду	50%	LinkedIn
Співробітники з більшою ймовірністю залишаться в компанії з хорошою культурою	69%	Glassdoor
Вплив прозорості HR-бренду на довіру кандидатів	86%	Glassdoor
Компанії, які інвестують у розвиток персоналу, рідше стикаються з плинністю кадрів	2 рази нижче	Gallup

Дані табл.1 підтверджують, що ефективний HR-брендинг є стратегічним інструментом у залученні та збереженні висококваліфікованих працівників. Інвестиції в корпоративну культуру, прозору комунікацію та розвиток співробітників дають змогу компаніям зміцнювати свої позиції на ринку праці.

За даними досліджень Universum, 84% співробітників вважають, що сильний HR-бренд роботодавця позитивно впливає на їхню мотивацію та залученість. Також згідно з опитуванням Gallup, компанії з високим рівнем залученості працівників на 21% продуктивніші та отримують на 22% більше прибутку. Крім того, дослідження Forbes показує, що 72% керівників відзначають покращення корпоративної культури після впровадження стратегії розвитку HR-бренду. Водночас, за даними CareerArc, 55% кандидатів заявляють, що перед прийняттям пропозиції про роботу основну увагу звертають на відгуки про компанію в інтернеті. Ці показники підтверджують, що HR-брендинг є важливим чинником не лише для залучення талантів, а й для підвищення ефективності бізнесу [2].

Отже, HR-брендинг є стратегічним інструментом управління персоналом, що безпосередньо впливає на залучення, мотивацію та утримання висококваліфікованих фахівців. Сильний HR-бренд сприяє покращенню іміджу компанії, зниженню витрат на рекрутинг і підвищенню рівня залученості співробітників. Статистичні дані підтверджують, що організації з добре розвиненою корпоративною культурою та прозорою кадровою політикою мають вищі показники продуктивності та нижчу плинність кадрів.

Формування HR-бренду вимагає комплексного підходу, що включає розвиток корпоративної культури, ефективну комунікацію з потенційними та чинними співробітниками, а також активне використання сучасних цифрових технологій. Інвестуючи в HR-брендинг, компанії отримують конкурентну перевагу, адже залучення та утримання професійних кадрів є ключовим фактором сталого розвитку бізнесу.

Література:

1. Hurma – Як працює HR-брендинг. URL: https://hurma.work/blog/yak-praczyuye-hr-brending/ (дата звернення: 10.03.2025)
2. Hurma – Дослідження залученості персоналу. URL: https://hurma.work/blog/doslidzhennya-zaluchenosti-personalu-abo-yak-uvimknuti-svoih-spivrobitnikiv-po-maksimumu/ (дата звернення: 10.03.2025).

Кірюхін Даніїл
студент 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. наук з держ. упр., доц. Онищенко О.А.

ЛІДЕРСТВО В УПРАВЛІННІ ОРГАНІЗАЦІЯМИ: ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ТА СТИЛІ

Лідерство є однією з ключових складових ефективного управління організаціями та підприємствами. Без якісного керівництва неможливо реалізувати необхідні функції для розвитку компанії, забезпечити ефективне прийняття рішень та підтримувати конкурентоспроможність на ринку. Важливість лідерства зумовлена його впливом на організаційну культуру, мотивацію працівників та досягнення стратегічних цілей.

На сучасному етапі існує значна кількість підприємств, що функціонують у різних економічних сферах. Однак не всі вони досягають успіху. Одні компанії процвітають, розширюють сферу діяльності та збільшують прибуток, тоді як інші знаходяться на межі банкрутства. Однією з ключових причин такої ситуації є якість керівництва. Якщо колектив сформований грамотно, працівники ефективно взаємодіють, конфлікти вирішуються конструктивно, а рішення спрямовані на досягнення загального блага, то така організація має високі шанси на успіх.

Якість лідерства безпосередньо впливає на досягнення цілей і загальну ефективність організації. Лідерство можна розглядати як наявність певного набору якостей, що дозволяють здійснювати вплив на інших, або як процес несилового управління для досягнення стратегічних завдань. Вченими було сформульовано три основні теоретичні підходи до розуміння лідерства:

1. Харизматична теорія – стверджує, що лідером може стати особа, яка володіє певними якостями, здатна мотивувати працівників на ефективну роботу. Однією з основ цієї теорії є концепція «великої людини», яка бере свій початок ще з часів Давньої Греції та Риму. Відповідно до цієї концепції, лідерами народжуються, а не стають. Вчені намагалися визначити інтелектуальні, фізичні та індивідуальні риси, притаманні видатним лідерам.
2. Ситуаційна теорія – передбачає, що лідерами стають не завдяки особистим якостям, а залежно від певних ситуаційних факторів. Лідерство визначається взаємозв’язком між керівником та обставинами, в яких він функціонує.

3. Синтетична теорія – розглядає лідерство як процес організації відносин між співробітниками в колективі. У межах цієї концепції лідер виступає суб'єктом управління, який координує спільну діяльність групи.

4. Теорія рис – акцентує увагу на певних особистісних характеристиках, які притаманні ефективним лідерам. Вона передбачає, що лідери мають такі риси, як ініціативність, відповідальність, емоційна стійкість, рішучість, комунікативні здібності та впевненість у собі.

5. Трансформаційна теорія – визначає лідерство як процес зміни та натхнення підлеглих через формування бачення, мотивацію та інтелектуальну стимуляцію. Такий лідер створює умови для розвитку персоналу та організації в цілому.

6. Транзакційна теорія – базується на принципах винагороди та покарання. Лідер встановлює чіткі цілі та вимоги, а підлеглі виконують завдання відповідно до встановлених правил та стандартів.

Стиль керівництва є важливим фактором, що визначає характер взаємодії між керівником та підлеглими. Існує кілька основних стилів лідерства, які відображені в таблиці:

Таблиця 1 – Стилі керівництва [1]

Стиль керівництва	**Характеристика**
Авторитарний	Керівник приймає рішення самостійно, без залучення підлеглих. Його накази є обов'язковими для виконання. Даний стиль ефективний у кризових ситуаціях, але може призводити до зниження мотивації працівників.
Демократичний	Лідер залучає колектив до прийняття рішень, враховує думки співробітників. Такий підхід сприяє підвищенню ініціативності та відповідальності працівників.
Ліберальний	Керівник надає загальні вказівки, а працівники самостійно приймають рішення. Такий стиль застосовується у творчих та наукових колективах, де важлива самостійність.

Таким чином, лідерство є важливим чинником ефективного управління організаціями та підприємствами. Успіх компанії значною мірою залежить від якості керівництва, стилю лідерства та здатності лідера створювати сприятливий робочий клімат. Раціональний підхід до підбору кадрів, ефективна комунікація та підтримка довіри між керівником і працівниками сприяють досягненню стратегічних цілей та підвищенню конкурентоспроможності організації.

Література:

2. Роль лідерства в управлінні. *Освіта UA*. URL: https://osvita.ua/vnz/reports/management/14089/#google_vignette (дата звернення: 20.03.2025).

Кір'янов Роман
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: д-р наук з держ. упр., проф. Бікулов Д.Т.

ЦИФРОВІЗАЦІЯ ГРОМАДСЬКИХ ОРГАНІЗАЦІЙ ЯК ЧИННИК ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ПУБЛІЧНОГО УПРАВЛІННЯ В УКРАЇНІ

Україна переживає складний та надзвичайно важливий етап свого розвитку. В умовах постійних викликів, пов'язаних із внутрішніми та зовнішніми факторами, питання ефективного публічного управління набуває особливої гостроти. Громадські організації, будучи невід'ємною частиною громадянського суспільства, відіграють важливу роль у формуванні та реалізації державної політики, контролі за діяльністю органів влади та захисті прав і свобод громадян. Однак, для повноцінного виконання цих функцій, громадські організації самі потребують якісної трансформації, зокрема, шляхом активного впровадження цифрових технологій.

Цифровізація для громадських організацій в Україні перестає бути просто модною тенденцією і стає нагальною необхідністю. Вона відкриває нові можливості для оптимізації внутрішніх процесів, розширення комунікації з цільовими аудиторіями та залучення більшої кількості громадян до своєї діяльності. У контексті підвищення ефективності публічного управління, цифровізація громадських організацій є важливим чинником, оскільки сприяє підвищенню їхньої прозорості, підзвітності та здатності впливати на прийняття управлінських рішень.

Основною метою цієї доповіді є обґрунтування ролі та значення цифровізації громадських організацій як важливого чинника підвищення ефективності публічного управління в Україні.

Цифровізація громадських організацій є багатогранним процесом, який охоплює різні аспекти їхньої діяльності. Впровадження цифрових технологій дозволяє громадським організаціям значно оптимізувати внутрішні процеси, такі як документообіг, бухгалтерський облік, управління проєктами та комунікація між членами організації. Використання спеціалізованих програмних забезпечень та онлайн-платформ дозволяє автоматизувати рутинні завдання, звільняючи час та ресурси для більш важливої діяльності, спрямованої на досягнення стратегічних цілей.

Одним із ключових аспектів цифровізації є розширення комунікаційних можливостей громадських організацій. Завдяки використанню соціальних мереж, веб-сайтів, електронної пошти та інших онлайн-інструментів, громадські організації можуть ефективніше інформувати громадськість про свою діяльність, залучати нових членів та волонтерів, а також налагоджувати діалог із цільовими аудиторіями. Це особливо важливо для підвищення рівня обізнаності громадян про важливі соціальні проблеми та залучення їх до участі у їхньому вирішенні.

Цифрові технології також відкривають нові можливості для підвищення прозорості та підзвітності громадських організацій. Публікація звітів про діяльність, фінансових звітів та інформації про проєкти на веб-сайтах та інших онлайн-платформах дозволяє громадськості контролювати використання ресурсів та оцінювати ефективність роботи організації. Це сприяє підвищенню рівня довіри до громадських організацій та зміцненню їхньої репутації.

У контексті підвищення ефективності публічного управління, цифровізація громадських організацій має особливе значення. Завдяки використанню цифрових інструментів, громадські організації можуть ефективніше здійснювати моніторинг діяльності органів влади, аналізувати державну політику та готувати обґрунтовані пропозиції щодо її вдосконалення. Онлайн-платформи для збору підписів під петиціями, проведення онлайн-опитувань та громадських обговорень дозволяють громадським організаціям акумулювати думки та потреби громадян та доносити їх до органів влади.

Крім того, цифровізація сприяє налагодженню більш ефективної взаємодії між громадськими організаціями та органами державної влади. Використання електронних систем документообігу, онлайн-платформ для подання звернень та запитів, а також проведення онлайн-консультацій дозволяє спростити та пришвидшити процес комунікації між цими двома секторами. Це сприяє підвищенню рівня взаєморозуміння та співпраці у вирішенні важливих суспільних проблем.

Однак, процес цифрової трансформації громадських організацій в Україні стикається з певними викликами. Серед них можна виділити недостатній рівень цифрової грамотності серед представників громадських організацій, обмежені фінансові ресурси для впровадження цифрових технологій, а також недостатню розвиненість відповідної інфраструктури. Для подолання цих викликів необхідна системна підтримка з боку держави, міжнародних організацій та самого громадянського суспільства.

Цифровізація громадських організацій є важливим та невід'ємним елементом процесу підвищення ефективності публічного управління в Україні. Вона відкриває широкі можливості для оптимізації внутрішньої діяльності громадських організацій, розширення їхньої комунікації з громадськістю, підвищення прозорості та підзвітності, а також посилення їхнього впливу на формування та реалізацію державної політики.

Активне впровадження цифрових технологій дозволяє громадським організаціям стати більш ефективними, впливовими та спроможними у вирішенні важливих суспільних проблем. Це, в свою чергу, сприяє зміцненню громадянського суспільства, підвищенню рівня довіри до інститутів публічної влади та покращенню якості життя громадян.

Література:

1. Kniazieva T. V., Kazanska O. O., Orochovska L. A., Tsymbalenko Y. Yu. and Dergach A. V. Analysis of the Impact of Digitalization on the Quality and Availability of Public Services in Ukraine – A Comparative Approach with Insights from Estonia.

Statistics, Politics and Policy, vol. 14, no. 3, 2023, 375-398 pp. https://doi.org/10.1515/spp-2023-0012

Коваленко Олександр
студент 1 курсу магістратури фак-ту менеджменту
Довгополова Тетяна
викладач
Наук. кер.: доктор філософії Магомедова Т.М.

МАРКЕТИНГОВІ СТРАТЕГІЇ ЯК ІНСТРУМЕНТ ОПТИМІЗАЦІЇ ВАНТАЖНИХ ПЕРЕВЕЗЕНЬ АТ «УКРЗАЛІЗНИЦЯ»

Вантажні перевезення є важливим елементом транспортної інфраструктури, що забезпечує економічний розвиток України. АТ «Укрзалізниця» має вирішальне значення для транспортної галузі країни, тому оптимізація її діяльності через маркетингові стратегії є важливим завданням. Важливість ефективних маркетингових стратегій обумовлена необхідністю підтримання конкурентоспроможності на ринку, де існує велика кількість гравців. Сучасний ринок вантажних перевезень потребує швидких і ефективних рішень, здатних задовольнити потреби клієнтів і підвищити якість обслуговування. Одним із головних напрямків маркетингових стратегій є залучення нових клієнтів та забезпечення лояльності існуючих.

Для досягнення успіху на ринку вантажних перевезень необхідно впроваджувати комплексні маркетингові стратегії, які включають сегментацію ринку, чітке позиціювання послуг, ефективну комунікацію з клієнтами та постійне вдосконалення взаємодії з ними. Важливо враховувати специфіку вантажних перевезень, яка відрізняється від пасажирських перевезень, і включає фактори, такі як особливості вантажу, терміни доставки та специфічні вимоги до транспортування. Розробка стратегії повинна базуватися на аналізі потреб різних сегментів ринку та умовах, за яких вони готові співпрацювати з компанією [1].

Аналіз існуючих маркетингових підходів у компанії дозволяє виявити такі інструменти, як цифрові технології для оптимізації маршрутів, автоматизацію процесів та використання аналітики для прийняття рішень, що значно підвищують ефективність перевезень. Цифровізація процесів дозволяє зменшити час на обробку замовлень і оптимізувати використання ресурсів, що є важливим фактором для досягнення високої ефективності. Крім того, автоматизація та використання сучасних систем управління дозволяє знижувати витрати, що також впливає на зниження вартості послуг для кінцевих споживачів.

Для підвищення конкурентоспроможності на ринку вантажних перевезень важливо розробити стратегії, які орієнтуються на покращення якості обслуговування, зниження вартості перевезень, створення нових тарифних пакетів і вдосконалення лояльності клієнтів. Ці стратегії можуть включати

індивідуальний підхід до кожного клієнта, з урахуванням специфіки їхніх вимог та обсягу вантажу. Для великих клієнтів можна запропонувати спеціальні умови, які дозволять знизити загальні витрати на перевезення.

Одним із важливих напрямків маркетингової стратегії є розвиток інфраструктури, зокрема модернізація залізничних станцій і створення логістичних центрів, що дозволяє забезпечити своєчасність і якість перевезень, а також знижує операційні витрати. Це також передбачає покращення фізичної інфраструктури, наприклад, модернізацію рухомого складу та автоматизацію вантажних терміналів. Чим зручніше і швидше проходить процес вантаження і розвантаження, тим більша ймовірність того, що клієнти повернуться.

Впровадження цифрових технологій, таких як онлайн-платформи для моніторингу вантажів, мобільні додатки для клієнтів і автоматизовані системи обробки замовлень, дозволяє зробити процес перевезень прозорішим, зручнішим і швидшим. Такі інструменти не тільки підвищують ефективність, але й забезпечують високий рівень довіри з боку клієнтів, оскільки вони можуть відслідковувати свої вантажі в режимі реального часу. Це також дозволяє оперативно реагувати на будь-які зміни у процесі перевезення [2].

Для удосконалення маркетингових стратегій АТ «Укрзалізниця» рекомендується запровадити програми лояльності для постійних клієнтів, активно використовувати соціальні мережі для просування послуг, а також співпрацювати з іншими транспортними компаніями для покращення обслуговування вантажів. Система бонусів та знижок для постійних клієнтів дозволить не лише зберегти існуючих клієнтів, а й залучити нових.

Застосування цих стратегій дозволить «Укрзалізниці» покращити свою позицію на ринку вантажних перевезень, збільшити частку ринку та забезпечити стабільний розвиток в умовах сучасних економічних викликів.

Література:

1. Стратегія розвитку АТ «Укрзалізниця» до 2025 року. URL: https://uz.gov.ua/strategy2025 (дата звернення 17.02.2025).

2. Харитонов В. Сучасні виклики для логістики в умовах кризи. *Журнал «Економічна стратегія»*, 2022. URL: https://econstrategy.org.ua (дата звернення 07.02.2025).

Козлітін Дмитро
аспірант фак-ту менеджменту
Олійник Олександр
канд. філос. наук, доц.

КАДРОВІ РИЗИКИ ПРИ РЕЛОКАЦІЇ БІЗНЕСУ: ІДЕНТИФІКАЦІЯ, ОЦІНКА, МЕТОДИ УПРАВЛІННЯ

В умовах нестабільної економічної та політичної ситуації, особливо в контексті триваючої війни в Україні, питання релокації бізнесу набуває особливої актуальності. Переміщення підприємств, незалежно від їхнього розміру та галузі, є складним процесом, який неминуче супроводжується різноманітними ризиками. Серед них особливе місце посідають кадрові ризики, оскільки саме людський капітал є ключовим активом будь-якої компанії. Неправильне управління кадровими аспектами при релокації може призвести до втрати цінних співробітників, зниження продуктивності, збільшення плинності кадрів, ускладнення адаптації на новому місці та, зрештою, до невдачі всього процесу релокації.

Ідентифікація, оцінка та ефективне управління кадровими ризиками є критично важливими для успішної релокації бізнесу. Несвоєчасне виявлення потенційних проблем, пов’язаних з персоналом, або недостатня оцінка їхнього можливого впливу можуть призвести до значних фінансових та репутаційних втрат. Тому, розробка та впровадження дієвих методів управління кадровими ризиками є нагальною потребою для підприємств, які розглядають або вже здійснюють релокацію. Успішне управління людським фактором під час переїзду дозволить зберегти ключових співробітників, мінімізувати негативні наслідки для бізнес-процесів та забезпечити швидку адаптацію компанії до нових умов.

Кадрові ризики при релокації бізнесу є різноманітними та можуть виникати на різних етапах цього процесу. Одним із найважливіших ризиків є втрата ключових співробітників. Переїзд в нове місце може бути неприйнятним для деяких працівників з особистих, сімейних або соціальних причин. Втрата досвідчених та кваліфікованих фахівців може призвести до зниження продуктивності, погіршення якості продукції або послуг, а також до ускладнення передачі знань новим співробітникам.

Іншим значним ризиком є зниження рівня мотивації та лояльності співробітників, які погоджуються на переїзд. Стрес, пов’язаний зі зміною місця проживання, необхідністю адаптації до нових умов, а також невизначеність щодо майбутнього компанії на новому місці можуть негативно вплинути на їхній емоційний стан та продуктивність.

Виникають також ризики, пов’язані з процесом найму нових співробітників на новому місці. Пошук та підбір кваліфікованих фахівців у новому регіоні може бути складним та зайняти значний час. Існує також ризик

невідповідності кваліфікації нових співробітників вимогам компанії або нездатності швидко інтегрувати їх у корпоративну культуру.

До кадрових ризиків слід також віднести можливість виникнення конфліктів у колективі, особливо між співробітниками, які переїхали, та новоприйнятими працівниками. Різниця в менталітеті, підходах до роботи або рівні кваліфікації може призвести до непорозумінь та напруженості у відносинах.

Оцінка кадрових ризиків є важливим етапом управління ними. Для цього необхідно визначити ймовірність виникнення кожного ризику та оцінити потенційний вплив на діяльність компанії. Ймовірність втрати ключових співробітників може залежати від багатьох факторів, таких як готовність співробітників до переїзду, наявність привабливих альтернатив на новому місці, а також від політики компанії щодо підтримки співробітників при релокації. Вплив втрати ключових співробітників може бути оцінений з точки зору фінансових втрат, зниження продуктивності та репутаційних ризиків.

Для оцінки рівня мотивації та лояльності співробітників, які переїхали, можна використовувати опитування, анкетування та індивідуальні співбесіди. Результати цих досліджень допоможуть виявити потенційні проблеми та розробити заходи для їхнього вирішення.

Оцінка ризиків, пов’язаних з наймом нових співробітників, включає аналіз ринку праці в новому регіоні, оцінку складності пошуку фахівців потрібної кваліфікації, а також прогнозування часу та витрат на залучення нових працівників.

Управління кадровими ризиками при релокації бізнесу включає різноманітні методи та інструменти. Одним з найважливіших є розробка чіткої та продуманої комунікаційної стратегії. Співробітники повинні бути своєчасно та в повному обсязі проінформовані про плани компанії щодо релокації, причини переїзду, умови роботи на новому місці, а також про підтримку, яку вони можуть отримати від компанії.

Важливим методом управління кадровими ризиками є надання співробітникам, які погоджуються на переїзд, комплексної підтримки. Це може включати допомогу з пошуком житла, організацією переїзду, працевлаштуванням членів сім'ї, адаптацією до нового місця проживання, а також надання фінансової підтримки.

Для мінімізації ризиків, пов’язаних з наймом нових співробітників, необхідно розробити ефективну систему підбору та адаптації персоналу на новому місці. Важливо враховувати специфіку місцевого ринку праці, використовувати різні канали пошуку кандидатів та проводити ретельний відбір.

Отже, кадрові ризики є невід'ємною частиною процесу релокації бізнесу та можуть мати значний вплив на його успішність. Ідентифікація, оцінка та ефективне управління цими ризиками є критично важливими для мінімізації негативних наслідків та забезпечення плавної адаптації компанії до нових умов.

Розробка чіткої комунікаційної стратегії, надання комплексної підтримки співробітникам, ефективна система підбору та адаптації персоналу, створення сприятливої корпоративної культури, а також своєчасне виявлення та вирішення конфліктів є ключовими методами управління кадровими ризиками при релокації бізнесу.

Література:

1. Мережко В., Іванченко, Г. ОСНОВНІ ЕТАПИ ФОРМУВАННЯ СТРАТЕГІЇ РЕЛОКАЦІЇ ПІДПРИЄМСТВА В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ. *Економіка та суспільство*, 2023. 50. URL https://doi.org/10.32782/2524-0072/2023-50-83 (дата звернення: 21.03.2025).

Колбасова Альона
студентка 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гудима О.В.

ВПЛИВ МІЖНАРОДНИХ ЕКОНОМІЧНИХ КРИЗ НА СТРАТЕГІЇ УПРАВЛІННЯ КОМПАНІЙ

Відмінності в міжнародних економічних кризах значно впливають на діяльність компаній, тому що вони змушені змінювати стратегії управління. Рівень інвестування дефіциту, обмеження виробничих потужностей та зміни стертими патернами змушують компанії періодично міняти свої підходи.

На тлі нещодавніх випробувань, спричинених розповсюдженням коронавірусу, війною в Україні та іншими світовими негараздами, усвідомлення причин та наслідків впливу міжнародних економічних кризових явищ на світовий ринок стає вкрай важливим для створення результативних стратегій управління та зменшення загроз, що виникають перед суспільством.

Одним із основних наслідків криз, що відіграє запит на оптимізацію витрат повсякденної діяльності та зростання ефективності використання ресурсів є вислів «Компанії змушені переглядати свої фінансові стратегії, скорочувати операційні витрати та запроваджувати антикризові заходи» [1]. Це може бути зв’язано зі зменшенням витрат на персонал, виробничі трати, логістику та автоматизацію бізнес-процесів.

Значення набувають під час кризи інші аспекти маркетингової політики компаній. «В умовах економічної нестабільності споживачі змінюють свої пріоритети, що змушує компанії коригувати свої маркетингові стратегії» [2]. Наприклад, зростає роль цифрового маркетингу, персоналізованих пропозицій та лояльності клієнтів. Багато компаній починають активно продавати товари онлайн, що дозволяє скоротити витрати та розширити географію продажу.

Сучасні реалії господарювання диктують необхідність розробки стратегії, яка ґрунтується на переорієнтації роботи вітчизняних підприємств з урахуванням вимог зовнішніх ринків.

Зміни в ланцюгах постачання також вимагаються під час глобальних криз. «Порушення глобальних логістичних ланцюгів змушує компанії шукати нових постачальників і локалізувати виробництво» [3]. Це зменшує залежність від зовнішніх партнерів і сприяє розвитку регіонального ринку. Гнучкість і інновації також є важливими компонентами. Компанії мають більше шансів на успіх, якщо вони швидко реагують на кризові виклики та адаптують свої продукти та послуги. Автоматизація, штучний інтелект і нові технології підвищують конкурентоспроможність і зменшують витрати.

Оскільки окреме підприємство не здатне вплинути на загальну економічну ситуацію в державі, зосередимо увагу на ключових кроках, які слід інтегрувати в стратегію забезпечення міжнародної конкурентоспроможності на рівні конкретного підприємства:

- налагодження економічних взаємин з іноземними партнерами, беручи до уваги податкове навантаження на потенційному зовнішньому ринку для побудови ефективної взаємодії в майбутньому;
- оцінка власних конкурентних переваг на міжнародній арені та їх застосування у процесі забезпечення міжнародної конкурентоспроможності;
- підвищення якості продукції шляхом впровадження передових технологій, що сприятиме відповідності виробленої продукції міжнародним стандартам якості;
- застосування найбільш вигідних способів оплати за реалізовану продукцію, враховуючи валютний курс та валютну виручку, що може нейтралізувати негативний вплив економічної кризи на результати діяльності підприємства;
- раціоналізація витрат на транспортування продукції за кордон (обґрунтований вибір виду транспорту).

Наведені вище заходи мають реалізовуватись на основі чіткого бачення основних цілей та напрямків роботи підприємства на міжнародному ринку в умовах економічної нестабільності в країні, що ґрунтуються на формуванні злагоджених дій на міжнародному ринку.

Таким чином, глобальні економічні кризи мають значний вплив на бізнес-стратегії управління. Компанії змушені адаптуватися до нових обставин, змінювати маркетингові стратегії, оптимізувати витрати та змінювати ланцюги постачання. Інноваційність, гнучкість і здатність швидко приймати рішення є ключовими компонентами успіху в кризових ситуаціях.

Література:

1. Демченко Д.А., Носова Т.І., Жадько К.С., Калмиков О.В., Зміст економічних криз та їх вплив на формування та розвиток кадрового потенціалу підприємств. *Центрально-український науковий вісник*. Економічні науки. 2023. № 10(43). С. 62-70.

2. Савченко М.В., Лозінський А.В. Вплив глобальних економічних криз на стратегію розвитку циркулярно-орієнтованої економіки. *Актуальні проблеми економіки*. 2024. № 1 (271). С. 33-43.

3. Хачатрян В.В. Вплив кризових явищ в країні на міжнародну конкурентоспроможність підприємства. *Economic journal Odessa polytechnic university*. 2021. №2 (16). С. 92-97.

Конько Іван
студент 1 курсу магістратури фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. філос. наук, доц. Сухарева К. В.

БРЕНД-МЕНЕДЖМЕНТ У СИСТЕМІ БІЗНЕС-ПРОЦЕСІВ РОЗДРІБНОЇ МЕРЕЖІ КОМПАНІЇ ТОВ «ВИГІДНА ПОКУПКА»

У сучасних умовах високої конкуренції роздрібні мережі стикаються з необхідністю не лише оптимізувати бізнес-процеси, але й ефективно управляти брендом для забезпечення стійкої позиції на ринку. Бренд-менеджмент відіграє ключову роль у створенні цінності компанії, підвищенні її впізнаваності та лояльності споживачів. Важливим аспектом є інтеграція бренд-стратегії у систему бізнес-процесів, що дозволяє підвищити ефективність діяльності підприємства та забезпечити його довгострокову конкурентоспроможність.

Для досягнення цих цілей використовуються різні підходи до бренд-менеджменту, зокрема структурний, системний та процесний, які дозволяють адаптувати стратегію управління брендом відповідно до особливостей ринку та очікувань цільової аудиторії. Сучасні тенденції акцентують увагу на стратегічному плануванні, розвитку унікальної брендової ідентичності та впровадженні омніканальних комунікацій [1, с. 6].

Використання цифрових технологій, персоналізованого маркетингу та аналізу даних сприяє глибшому розумінню потреб споживачів і формуванню ціннісних пропозицій. Гнучкість і швидка адаптація до ринкових змін стають визначальними факторами успішного розвитку бренду, що дозволяє підприємствам роздрібної торгівлі зміцнювати свої позиції та забезпечувати сталий розвиток.

Бренди оточують нас всюди, вони стали невід’ємною частиною життя суспільства, формуючи вибір споживачів, їх звички та навіть спосіб мислення. Ефективне управління брендом, або бренд-менеджмент, дозволяє компаніям зберігати лояльність споживачів, розширювати свій вплив і адаптуватися до ринкових змін.

У бренд-менеджменті для ефективного розвитку використовують різні стратегії: розширення сімейства бренду (brand extension), коли існуюче ім'я застосовується для нових продуктів іншої категорії; розтягування бренду на нові товарні категорії (brand expansion), що дозволяє охопити ширший ринок; розширення асортиментної лінії (line extension) шляхом додавання варіацій уже наявних товарів; поглиблення бренду через суббренди (product extension), які зберігають зв’язок із материнським брендом, але мають власну

ідентичність [2, с. 139]. Ці підходи допомагають адаптувати бренд до ринкових змін і зміцнювати його позиції.

Відповідно до індексу Опендатабота, у рейтингу найкращі підприємства України 2025, у категорії роздрібна торгівля, ТОВ «Вигідна покупка» займає третє місце, із виторгом 37.98 млрд. грн. (7,18%), поступаючись ТОВ «Атб-маркет» – перше місце: виторг 208.91 млрд. грн (39.47 %), ТОВ «Сільпо-фуд» – друге місце: виторг 93.02 млрд. грн (17.58 %) [3]. Аналізуючи зростання виторгу ТОВ «Вигідна покупка» обходить конкурентів та демонструє найдинамічніше зростання виторгу серед роздрібних мереж України – на 40,6% за рік. Такий стрімкий розвиток свідчить про ефективне застосування бренд-менеджменту в бізнес-процесах компанії, що робить її показовим прикладом для дослідження.

Стратегічний бренд-менеджмент є важливою складовою успішної діяльності компанії, оскільки він дозволяє створити та підтримувати сильний, конкурентоспроможний бренд на ринку. Для ТОВ «Вигідна покупка» стратегічний бренд-менеджмент полягає в тому, щоб не лише задовольняти поточні потреби споживачів, а й передбачати їхні майбутні потреби та створювати продукти, що можуть їх задовольнити. Враховуючи сучасні тенденції на ринку, компанія активно інвестує в інноваційні технології, покращуючи якість продукції і забезпечуючи її доступність.

Одним із важливих аспектів стратегічного бренд-менеджменту ТОВ «Вигідна покупка» є орієнтація на якість продукції та постійне вдосконалення сервісу для споживачів. Компанія акцентує увагу на створенні цінності для своїх клієнтів через надання товарів, які відповідають високим стандартам якості за доступними цінами. Вона розвиває власну мережу постачальників та партнерів, що дає змогу формувати оптимальне співвідношення ціни та якості.

Ключовою складовою стратегічного бренд-менеджменту є ефективне позиціонування бренду на ринку. ТОВ «Вигідна покупка» вибудовує свою стратегію, орієнтуючись на запити різних груп споживачів і створюючи асортимент, що задовольняє широкий спектр потреб. Стратегія бренду спрямована на те, щоб бути доступним для найбільш широкої аудиторії, не лише через продукцію, а й через зручність покупок, підтримку лояльності клієнтів та бездоганний сервіс.

Завдяки гнучкому підходу та орієнтації на інновації, компанія активно реагує на зміни в ринкових умовах, що дозволяє їй підтримувати стабільне зростання та розширення клієнтської бази.

Таким чином, ефективний бренд-менеджмент у бізнес-процесах ТОВ «Вигідна покупка» сприяє її стрімкому зростанню та зміцненню позицій на ринку. Завдяки стратегічному підходу, орієнтації на якість продукції та впровадженню інновацій компанія забезпечує стабільний розвиток і розширення клієнтської бази.

Література:

1. Каркушко О. О. Управління брендом підприємства роздрібної торгівлі. *Економіка та суспільство.* Київ, 2025. № 71. С. 1 – 7.

2. Марченко О. М. Бренд-менеджмент у сучасному бізнесі : навч. посіб. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2023. 268 с.

3. Індекс Опендатабота. Найкращі підприємства України 2025. URL: https://opendatabot.ua/c/index/retail%20trade (дата звернення: 20.03.2025).

Кузнєцов Михайло
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: доктор філософії Магомедова Т.М.

ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ УДОСКОНАЛЕННЯ ДЕРЖАВНОГО РЕГУЛЮВАННЯ ЗЕМЕЛЬНИХ ВІДНОСИН У ГРОМАДАХ

Земельні відносини відіграють важливу роль у розвитку територіальних громад, особливо в умовах післявоєнного відновлення. Державне регулювання у цій сфері потребує вдосконалення для забезпечення прозорих процедур управління, справедливого розподілу земельних ресурсів та стимулювання місцевого економічного розвитку. Земля є не лише економічним ресурсом, а й соціальним фактором, що впливає на добробут громад.

Відновлення земельних відносин після війни є складним процесом, оскільки значна частина земель була пошкоджена або стала непридатною для використання. У таких умовах роль держави полягає у створенні ефективних механізмів управління земельними ресурсами, що враховуватимуть потреби громад та сприятимуть їх відбудові.

Однією з основних проблем державного регулювання земельних відносин є неврегульованість прав власності. Через військові дії багато документів на земельні ділянки було втрачено, а механізми їх відновлення залишаються недостатньо чіткими. Це створює правову невизначеність для власників землі та ускладнює проведення будь-яких юридичних операцій із земельними ділянками.

Крім того, процеси оформлення прав на землю супроводжуються складними та тривалими бюрократичними процедурами, що значно ускладнює доступ громадян до земельних ресурсів. Існуюча система погоджень часто вимагає звернення до кількох державних органів, що призводить до затягування строків ухвалення рішень.

Важливою проблемою є також високі корупційні ризики. Наявність непрозорих механізмів розподілу земель сприяє зловживанням з боку посадових осіб. У багатьох громадах бракує дієвих інструментів контролю за використанням земельних ресурсів, що призводить до незаконних дій, таких як самовільне захоплення земельних ділянок.

Ще однією серйозною перешкодою є дефіцит кадастрової інформації. Дані у Державному земельному кадастрі часто є неповними або застарілими, що ускладнює процес інвентаризації та управління земельними ресурсами. В окремих регіонах відсутня точна інформація про межі земельних ділянок, що створює конфлікти між власниками та органами влади.

Окремої уваги потребує питання залучення громад до процесів управління земельними ресурсами. На сьогодні місцеві громади мають обмежені можливості впливу на прийняття рішень щодо використання земельних ділянок, що знижує ефективність управлінських процесів. Участь громади у формуванні політики землекористування може значно підвищити рівень довіри до державних інституцій.

Для вирішення зазначених проблем необхідно запровадити комплекс заходів, спрямованих на вдосконалення державного регулювання земельних відносин. Перш за все, важливим кроком є оцифрування процесів, що дозволить спростити процедури реєстрації прав на землю та зробить ці процеси більш доступними для громадян. Електронні сервіси значно знизять корупційні ризики та прискорять прийняття управлінських рішень [1].

Не менш важливим є підвищення прозорості та посилення громадського контролю за прийняттям рішень щодо землекористування. Запровадження відкритих реєстрів сприятиме зменшенню корупційних ризиків та забезпечить доступ громадян до інформації про стан земельних ресурсів.

Децентралізація управління земельними ресурсами дозволить передати значну частину повноважень на рівень територіальних громад, що сприятиме підвищенню відповідальності місцевих органів влади та залученню громади до процесів прийняття рішень.

Окрему увагу слід приділити відновленню кадастрових даних. Проведення комплексної інвентаризації земель, оновлення кадастрової інформації та створення єдиної електронної бази даних дозволить налагодити ефективне управління земельними ресурсами у післявоєнний період. Це створить передумови для розробки стратегії сталого розвитку громади та планування просторового розвитку територій.

Запровадження механізмів партнерства між державою, громадою та бізнесом дозволить залучити додаткові інвестиції у розвиток земельних ресурсів. Успішна реалізація цих заходів створить сприятливі умови для розвитку місцевої економіки та підвищення якості життя у громадах.

Таким чином, удосконалення державного регулювання земельних відносин у територіальних громадах вимагає комплексного підходу. Основними напрямами мають стати спрощення процедур, децентралізація управлінських повноважень, цифровізація процесів та підвищення прозорості ухвалення рішень.

Реалізація цих заходів сприятиме сталому розвитку територіальних громад, відновленню земельних ресурсів у післявоєнний період та залученню інвестицій у місцеву економіку. Зміни у системі управління земельними ресурсами дозволять громадам ефективніше використовувати свої земельні

фонди, забезпечать соціальну справедливість та створять умови для відновлення і подальшого розвитку України.

Література:

1. І. Кравчук , Ілляс Р. Ахметов. Удосконалення державного регулювання раціонального використання земельних ресурсів. *Актуальні проблеми економіки № 5 (275),* 2024 С. 161-168

Кузнєцов Олександр
студент 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гудима О.В.

СУТНІСТЬ ТА СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ ПРИЙНЯТТЯ УПРАВЛІНСЬКИХ РІШЕНЬ

Жодна людина не може не пізнати на практиці процес прийняття рішень. Кожен із нас протягом дня приймає їх десятки, а протягом життя – і тисячі. Деякі з них – прості, інші – більш складні і вимагають ретельного обдумування.

Для менеджера прийняття рішення – це постійна, досить відповідальна робота. Необхідність прийняття рішення пронизує все, що робить керівник будь-якого рівня, формулюючи мету і добиваючись її досягнення. Навіть одним із показників діяльності менеджера є його здатність приймати правильні рішення.

За визначенням управлінські рішення – це сукупний результат творчого процесу (суб'єкта) та дій колективу (об'єкта управління) для вирішення конкретної ситуації, що виникла в зв'язку з функціонуванням системи [2]. Управлінські рішення є соціальним актом, що організовує і спрямовує в певне русло діяльність трудового колективу та виконує роль засобу, який сприяє досягненню мети, яка поставлена перед підприємством.

Процес розробки і прийняття рішень, як правило, включає ряд стадій:

- розробку і постановку мети;
- вибір і обґрунтування критеріїв ефективності та можливих наслідків рішень, які приймають;
- розгляд варіантів рішень, які приймають;
- вибір і кінцеве формулювання рішення [1, с. 57].

Право прийняття рішень окреслює сферу діяльності конкретних менеджерів щодо прийняття відповідних рішень. Певними правами щодо прийняття рішень наділені всі менеджери, але кожен з них чи відповідні їх групи можуть приймати тільки конкретні рішення. Загальні рішення мають право приймати лише лінійні керівники.

Впровадження управлінських рішень неможливе виключно за наявності матеріальних активів та керівника; потрібен також компетентний співробітник чи команда для їхньої реалізації з максимальною точністю. Недостатньо просто

озвучити наказ керівника, ключовими факторами в цій ситуації є координація та контроль, а також дієва система делегування та призначення, інакше ефект від управлінського рішення може трансформуватися з позитивного (прибуток) у негативний (збитки).

Роль управлінського рішення в організації надзвичайно важлива і багатогранна, оскільки стосується всіх сфер діяльності фірми, її співробітників, керівника, зовнішнього середовища та багатьох інших аспектів. Виключення будь-якого з вищезазначених компонентів може призвести до помилкового управлінського рішення, і в такому випадку його наслідки будуть негативними, а керівник замість очікуваних цілей понесе значні збитки та втратить потенціал своєї організації.

Враховуючи отримані результати аналізу, доцільно виділити ключові чинники, що створюють перешкоди на шляху ухвалення ефективних та результативних управлінських рішень. Ці фактори поділяються на внутрішні та зовнішні бар'єри. До зовнішніх факторів, зокрема, належать: невизначеність зовнішнього середовища, нестабільність політичної та економічної ситуації як в Україні, так і за її межами, невигідні умови отримання кредитів; недостатньо розвинена культура ділового спілкування; відсутність якісної та своєчасної інформації.

Внутрішні перешкоди включають: низьку якість розробки управлінських рішень і недотримання технології їх прийняття; недостатню наукову обґрунтованість, низька частка рішень, ухвалених колективно; незадовільний рівень комунікацій, нерозвинена корпоративна культура; низька мотивація персоналу; неефективна система контролю, відтік кваліфікованих спеціалістів, обмежені ресурсні можливості суб’єктів господарювання [3, с. 467].

На нашу думку, підвищення ефективності управління вимагає покращення якості розробки та прийняття управлінських рішень, що досягається шляхом модернізації змісту, форм і методів управлінської діяльності, оновлення внутрішньої системи комунікацій, підвищення рівня теоретичної підготовки керівників та фахівців, формування готовності до самоосвіти та саморозвитку, створення умов для підвищення професійної компетентності, організації ефективної інформаційної системи управління, розробки та впровадження дієвої системи контролю та мотивації персоналу.

Отже, процес прийняття управлінського рішення – це формалізований метод менеджменту, що базується на альтернативних варіантах, який являє собою сукупність циклічних, послідовних дій, що складаються з певних етапів і процедур, за допомогою якого керуюча система організації отримує можливість безпосередньо впливати на керовану систему з метою досягнення бажаної цілі або вирішення проблем організації. В умовах мінливого внутрішнього і зовнішнього середовища, питання якості, технології підготовки та прийняття управлінських рішень залишаються надзвичайно важливими.

Література:

1. Лозовський О., Горшков М. Ефективність управлінських рішень в менеджменті організації. *Економіка та суспільство.* 2023. № 55. С. 55-66.

2. Прийняття управлінських рішень: огляд, процес, методи та інструменти. URL: https:// worksection.com/ua/ blog/ management-decision-making.html (дата звернення: 21.03.2025)

3. Шевчук Д.М. Напрями підвищення управлінських рішень в діяльності організації. *Вісник студентського наукового товариства «ВАТРА» Вінницького торговельно-економічного інституту ДТЕУ*. Вінниця : Редакційно-видавничий відділ ВТЕІ ДТЕУ, 2023. Вип.180. С. 465-472.

Лаврінчук Сергій
студент 1 курсу магістратури фак-ту менеджменту
Довгополова Тетяна
викладач
Наук. кер.: доктор філософії Магомедова Т.М.

ВПЛИВ АВТОМАТИЗАЦІЇ НА ВНУТРІШНІ БІЗНЕС-ПРОЦЕСИ І ЕФЕКТИВНІСТЬ ОБСЛУГОВУВАННЯ КЛІЄНТІВ «НОВА ПОШТА»

Автоматизація в компанії «Нова Пошта» відіграє важливу роль у оптимізації внутрішніх бізнес-процесів і покращенні обслуговування клієнтів. Впровадження технологій автоматизації дозволяє значно підвищити швидкість обробки замовлень, зменшити кількість людських помилок і, як результат, знизити витрати компанії. Однією з ключових переваг автоматизації є можливість скорочення часу на виконання рутинних завдань, що дає змогу працівникам зосередитись на важливіших аспектах своєї роботи. Впровадження автоматичних систем сортування посилок дозволяє значно прискорити процес доставки, що підвищує рівень задоволення клієнтів і допомагає зберігати високу якість обслуговування.

Автоматизація логістики і впровадження систем для відстеження посилок дозволяють значно скоротити час обробки замовлень. Завдяки цьому процеси доставки стають швидшими і точнішими, а клієнти отримують можливість відслідковувати свої посилки в реальному часі. Окрім того, впровадження автоматичних систем підтримки клієнтів, таких як чат-боти, дозволяє оперативно реагувати на запити та питання, знижуючи час очікування і забезпечуючи високу ефективність комунікації.

Інтеграція ERP-систем в компанії допомагає автоматизувати внутрішні операції, зокрема управління запасами та фінансові процеси. Ці системи дозволяють знижувати операційні витрати і підвищувати загальну ефективність роботи компанії. Оскільки всі процеси взаємодії з клієнтами автоматизовані, компанія здатна ефективно обробляти велику кількість запитів без збільшення

витрат на персонал. Підвищується не лише оперативність, але й точність у наданні послуг, що безпосередньо впливає на лояльність клієнтів.

Автоматизація також дозволяє компанії ефективно збирати і аналізувати дані про клієнтів. Це дозволяє розробляти персоналізовані стратегії обслуговування, що ще більше покращує взаємодію з клієнтами. Аналіз поведінки клієнтів дає змогу визначити, які послуги користуються найбільшим попитом, і своєчасно реагувати на зміни у їхніх потребах. В результаті «Нова Пошта» може адаптувати свої послуги під запити ринку, що дає змогу підвищити ефективність обслуговування та залучити нових клієнтів.

Не менш важливим аспектом є зміни в роботі персоналу. Автоматизація знижує навантаження на співробітників, дозволяючи їм більше часу приділяти роботі з клієнтами. Так, завдяки автоматизованим процесам, зменшується кількість рутинних завдань, таких як введення даних або пошук інформації, що дозволяє працівникам фокусуватися на складніших і більш важливих завданнях. Крім того, автоматизація допомагає знизити рівень стресу серед персоналу, оскільки зменшується ймовірність помилок, пов’язаних із людським фактором.

Клієнти також позитивно сприймають автоматизовані сервіси, адже це дозволяє їм швидко отримати необхідну інформацію або послугу без затримок. Наприклад, чат-боти, які відповідають на питання клієнтів, дозволяють отримувати консультації без необхідності чекати на відповіді від операторів. Це значно покращує взаємодію між компанією та клієнтами, оскільки більшість запитів можна вирішити автоматично.

Однак впровадження автоматизації має свої виклики. Одним із найбільших ризиків є необхідність адаптації персоналу до нових технологій. Не кожен працівник здатний швидко освоїти нові інструменти, що може призвести до тимчасових збоїв в процесах. Крім того, для забезпечення безперервності роботи необхідна постійна підтримка та оновлення програмного забезпечення, що вимагає додаткових фінансових витрат.

Перспективи розвитку автоматизації в компанії «Нова Пошта» виглядають дуже перспективно. У майбутньому, з впровадженням нових технологій, автоматизація може охопити ще більше аспектів бізнес-процесів, таких як персоналізація обслуговування на основі штучного інтелекту та розширення можливостей для клієнтів. Це дозволить значно покращити конкурентоспроможність компанії на ринку, залучаючи нових клієнтів і підвищуючи рівень лояльності серед існуючих.

Загалом, автоматизація є важливим елементом стратегії розвитку компанії «Нова Пошта», сприяючи значному покращенню якості обслуговування клієнтів та ефективності внутрішніх бізнес-процесів. Вона допомагає зменшити витрати, збільшити швидкість обробки замовлень, покращити комунікацію з клієнтами та забезпечити персоналізовані послуги. Водночас необхідно враховувати виклики, пов’язані з адаптацією персоналу та технічним забезпеченням, що потребує постійної уваги та інвестицій в інфраструктуру.

Література:

1. Кріско Ю. Що таке автоматизація бізнес процесів: визначення, приклади та сервіси. Snowio. 2022. URL: https://snov.io/glossary/ua/business-process-automation-ua/ (дата звернення: 10.03.2025).

2. Що таке автоматизація бізнес-процесів? from ua. 2022. URL: https://from-ua.info/shcho-takeavtomatyzatsiia-biznes-protsesiv/ (дата звернення: 10.03.2025).

Мирошник Юрій
аспірант
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Полусмяк Ю.І.

ЯКІСТЬ УПРАВЛІНСЬКОГО РІШЕННЯ – ЯК ЕЛЕМЕНТ МОТИВАЦІЇ ТОП МЕНЕДЖЕРА ЗАКЛАДУ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я ПРИВАТНОЇ ФОРМИ ВЛАСНОСТІ

Від якості прийнятих управлінських рішень, залежить кінцевий результат діяльності будь якої організації (підприємства). Особливо актуальними – є управлінські рішення топ менеджерів, які приймаються як на стратегічному, так і операційному рівнях. На сучасному етапі – в Україні, досить стрімко розвиваються заклади охорони здоров'я приватної форми власності [1]. Від якості життя населення, на що безпосередньо впливає і якість надаваної медичної допомоги, залежить і якість робітничої сили, та відповідно економічний розвиток будь якої країни, що є очевидним. Таким чином вбачається що розвиток організацій які надають медичні послуги, носить стратегічний характер. На розвиток вказаних організацій, можуть впливати як зовнішні так і внутрішні чинники, і якщо на зовнішні чинники підприємство (організація) вплинути не може а від так потребує адаптації до останніх, то на внутрішні чинники підприємство здатне вплинути через механізм вдосконалення власної операційної діяльності що реалізується через механізм практичної реалізації тих чи інших управлінських рішень. Таким чином, актуальною на нашу думку є необхідність впровадження механізмів стимулювання топ менеджерів організацій у вказаній, по суті стратегічній галузі, направлених на розробку та реалізацію управлінських рішень які б оцінювалися безпосередньо за якісними критеріями. На підставі вищевикладеного, можливо дійти узагальнюючих висновків що галузь охорони здоров'я – є стратегічною для будь якої країни. На сучасному етапі, в нашій країні стрімко розвивається приватний сектор надання медичних послуг, що в свою чергу, обумовлює необхідність розробки системи критеріїв за для стимулювання топ менеджерів компаній у зазначеній галузі розробляти та впроваджувати у операційну діяльність комплексні (як правило стратегічні) управлінські рішення, направлені на підвищення доступності послуг, якості

обслуговування клієнтів, підвищення рівня задоволення останніх щодо надаваних послуг.

Література:

1. Зукін В. Нові реалії вимагають швидкої адаптації та нових підходів: перспективи розвитку приватної медицини в Україні. URL: https://delo.ua/opinions/novi-realiyi-vimagayut-svidkoyi-adaptaciyi-ta-novix-pidxodiv-perspektivi-rozvitku-privatnoyi-medicini-v-ukrayini-432357/ (дата звернення: 31.03.2025).

Мирошниченко Ксенія
здобувачка другого (магістерського) рівня
вищої освіти фак-ту менеджменту
Наук. кер.: д-р екон. наук, проф. Маркова С. В.

ЦИФРОВІЗАЦІЯ МАРКЕТИНГУ ЯК КЛЮЧ ДО УСПІХУ ТОВ «АТБ-МАРКЕТ» У КОНКУРЕНТНОМУ СЕРЕДОВИЩІ

Цифровізація маркетингу є критично важливою для ТОВ «АТБ-маркет» у сучасних умовах високої конкуренції на ринку рітейлу. У зв'язку з розвитком новітніх технологій та зміною споживчих звичок, компанія повинна використовувати цифрові інструменти для залучення нових клієнтів та утримання лояльності існуючих. Цифрові платформи дозволяють створювати персоналізовані пропозиції, автоматизувати маркетингові процеси та швидко реагувати на зміни в поведінці покупців, що є важливою умовою для підтримки конкурентних переваг.

У сучасному світі, де технології постійно розвиваються, використання цифрових інструментів маркетингу дозволяє ТОВ «АТБ-маркет» досягати значної ефективності в рекламних кампаніях, оптимізувати взаємодію з клієнтами та адаптуватися до нових вимог ринку. З огляду на високу динаміку змін у споживчих перевагах та наявність численних конкурентів, цифровізація маркетингу є важливим елементом стратегії компанії для досягнення сталого розвитку та підвищення своєї ринкової частки.

Цифровізація маркетингу для ТОВ «АТБ-маркет» є важливим стратегічним кроком, який дозволяє компанії адаптуватися до змін у поведінці споживачів та технологічних тенденцій. Зокрема, ТОВ «АТБ-маркет» активно впроваджує CRM-системи, що допомагає створювати персоналізовані пропозиції для клієнтів і підвищувати їх лояльність. Важливою складовою є інвестування у цифрові рекламні платформи, що дозволяє знижувати витрати на традиційні рекламні канали та досягати більшої ефективності в залученні нових покупців.

Згідно з даними аналітики, частка онлайн-продажів в загальному обсязі продажів ТОВ «АТБ-маркет» досягла 30%, що свідчить про успішну інтеграцію

цифрових каналів у маркетингову стратегію компанії. Порівняно з конкурентами, «АТБ-маркет» має більш високі показники в області використання CRM-систем та інвестування в цифрові платформи для реклами. Це дозволяє компанії забезпечувати персоналізовані послуги для клієнтів і знижувати витрати на традиційні методи просування, що є важливим конкурентним перевагою.

Зміни в поведінці споживачів, зокрема зростання популярності онлайн-покупок, також підтверджують ефективність цифрових стратегій «АТБ-маркет». Високий рівень задоволення клієнтів, який становить 4.6 з 5, демонструє, що компанія успішно інтегрує інноваційні цифрові інструменти для покращення взаємодії з покупцями. Це дозволяє «АТБ-маркет» не тільки зберігати лояльність наявних клієнтів, а й залучати нових, підвищуючи свою конкурентоспроможність на ринку.

Таблиця 1 – Цифрові технології в «АТБ-маркет» [2, 3]

Параметр	ТОВ «АТБ-маркет» (2023)	Конкуренти (2023)	Різниця (%)
Використання CRM для персоналізації	92%	80%	+12%
Інвестування в рекламу через цифрові платформи	85%	75%	+10%
Частка онлайн-продажів у загальному обсязі	30%	25%	+5%
Рівень задоволення клієнтів (оцінка)	4.6/5	4.2/5	+9.5%
Витрати на традиційні рекламні канали	18% від бюджету маркетингу	25% від бюджету маркетингу	-7%

Аналіз таблиці 1 показує, що ТОВ «АТБ-маркет» ефективно використовує цифрові технології для покращення маркетингових процесів, що підтверджується високими результатами в порівнянні з конкурентами [1]. Зокрема, компанія значно перевищує своїх конкурентів у використанні CRM-систем для персоналізації, що дозволяє створювати індивідуальні пропозиції для клієнтів і покращувати їх лояльність. Інвестування в рекламу через цифрові платформи також вище, що забезпечує більший охоплення цільової аудиторії при знижених витратах на традиційні канали. Це дозволяє компанії оптимізувати витрати і підвищити ефективність маркетингових кампаній. Відзначення високого рівня задоволення клієнтів і збільшення частки онлайн-продажів свідчать про успішність стратегії цифровізації.

Отже, цифровізація маркетингу є ключовим фактором успіху ТОВ «АТБ-маркет» в умовах високої конкуренції на ринку рітейлу. Компанія активно впроваджує сучасні технології, такі як CRM-системи, аналітику великих даних і цифрові платформи для реклами, що дозволяє їй персоналізувати пропозиції, підвищувати лояльність клієнтів і знижувати витрати на традиційні рекламні канали [4]. Завдяки цьому «АТБ-маркет» має змогу ефективно реагувати на зміни в поведінці споживачів та покращувати взаємодію з ними. Цифровізація маркетингових процесів дозволила компанії значно підвищити свою конкурентоспроможність, зокрема, за рахунок зростання частки онлайн-

продажів і високого рівня задоволення клієнтів. Дані свідчать, що ефективне використання цифрових інструментів допомагає не лише залучати нових покупців, а й утримувати лояльність існуючих, що є важливою умовою для сталого розвитку компанії в умовах конкурентного середовища. ТОВ «АТБ-маркет» демонструє успішний приклад адаптації маркетингових стратегій до цифрової епохи, що дозволяє їй зміцнювати свої позиції на ринку.

1. АТБ-маркет. Офіційний сайт. Інформація щодо впровадження CRM-систем та цифрових платформ. URL: https://www.atb.ua (дата звернення:10.03.2025).

2. Інститут маркетингу та цифрових технологій. Цифрові стратегії рітейлерів: аналіз і тренди. *Маркетинг у цифрі,* 2023. №12(2), С. 25-35.

3. Клієнтська лояльність та цифрові канали. Дослідження, проведене за участю рітейлерів в Україні. Доступно в дослідженнях PwC, 2023.

4. Дані по ринку рітейлу та цифровим платформам. Висновки дослідження McKinsey & Company щодо змін у покупках та маркетингових стратегіях. URL: https://www.mckinsey.com (дата звернення:10.03.2025).

Мосіна Дар'я
студентка 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гудима О.В.

ВПЛИВ ЗОВНІШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА НА ЕФЕКТИВНУ ДІЯЛЬНІСТЬ ОРГАНІЗАЦІЇ

Організація являє собою відкриту систему, що складається з великої кількості взаємозалежних елементів, тісно взаємодіючих із зовнішнім оточенням. Сьогодні розвиток української економіки визначається процесами ринкової трансформації. При цьому фактори зовнішнього середовища по-різному впливають на результати виробничо-комерційної та фінансової діяльності підприємств в конкретних умовах.

Поняття «зовнішнє середовище» охоплює різноманітні аспекти: економічні умови, споживачі, профспілки, конкуруючі підприємства, природні фактори, законодавчі акти та інші компоненти. Ці взаємопов'язані чинники мають вплив на діяльність організації, на її виробництво, інновації, торгівлю, фінанси. Зовнішнє середовище та організація не просто існують поруч, вони взаємно впливають і взаємодіють дуже активно.

В умовах ринкової економіки керівникам необхідно враховувати зміни зовнішнього середовища, адже організація як відкрита система залежить від нього щодо постачання ресурсів, енергії, персоналу, а також клієнтів. Оскільки виживання організації залежить від керівництва, менеджер повинен вміти виявляти ключові фактори зовнішнього середовища. Крім того, він повинен запропонувати адекватні стратегії реагування на зовнішні впливи [3, с. 184]. Адже вижити та ефективно функціонувати в змінному середовищі здатна лише

та організація, яка своєчасно перебудується та пристосується до умов, що змінюються навколо неї.

Визначаючи зовнішнє середовище, немає потреби намагатися охопити все неосяжне та врахувати абсолютно всі його компоненти. Керівник повинен виділяти лише ті аспекти зовнішнього оточення, що мають вирішальне значення для успіху організації. Жоден із зовнішніх чинників підприємства не може бути розглянутий окремо. Водночас, взаємозалежність між різними силами зовнішнього середовища бізнесу безперервно збільшується, паралельно з появою концепції гіпертурбулентності, що сигналізує про прискорення змін та поглиблення взаємодії зовнішніх факторів. Таке зовнішнє середовище визначається непередбачуваними, раптовими змінами, які складно піддаються розрахункам. Одночасно змінюються напрямки та інтенсивність потоків інформації та інших ресурсів, що призводить до непередбачуваності та невизначеності зовнішнього середовища. Скажімо, гіпертурбулентне зовнішнє середовище формується у процесі конкурентної боротьби, де учасники безперестанку змінюють правила гри та кількість учасників, або в період криз, що супроводжуються загальною боротьбою за виживання на ринку [2, с. 105].

У проведенні операцій організація змушена враховувати насамперед вимоги зовнішнього середовища прямої дії. Так, продаючи свою продукцію на ринку, організація повинна враховувати купівельний попит на неї, а також позицію конкурентів. Організація, звичайно, прагне продати якомога дорожче та більше продукції, але чи буде вона затребувана, якщо ціни виявляться неприйнятними для споживача або значно вищими за ціни на аналогічну продукцію конкурентів [1, с. 122]. Виникає конфлікт інтересів і в разі закупівлі необхідних матеріальних ресурсів у постачальників, отримання банківських кредитів, визначення рівня заробітної плати й умов праці, а також виплати різних податків до бюджету.

Окрім чинників прямої дії керівник повинен ураховувати також зовнішнє середовище непрямої дії. Воно не завдає прямого впливу на операції організації; оскільки не стикаються інтереси двох сторін, немає вибору альтернативи. Середовище непрямої дії не впливає на стан організації в даний момент. Проте такі чинники, як нові технології, економічний спад, інфляція, політичні зміни в сусідній державі, ставлення преси до певного виду бізнесу або конкретного бізнесмена, позначаться на діяльності організації в майбутньому та можуть навіть виявитися вирішальними.

Отже, організація є складною відкритою системою, яка активно взаємодіє з навколишнім середовищем, яке включає як фактори прямої, так і непрямої дії. У ринковій економіці ключовим завданням для керівників є правильне реагування на зміни зовнішнього середовища, яке впливає на всі аспекти діяльності організації. Успіх організації залежить від її здатності адаптуватися до цих змін і ефективно управляти ризиками, які виникають через вплив факторів зовнішнього середовища. Тому важливо виділяти ті чинники, які мають найбільший вплив на результативність організації, і розробляти стратегії для їх врахування та нейтралізації потенційних загроз.

Література:

1. Долгальова О., Пугач М. Оцінювання впливу факторів зовнішнього середовища на ефективність управління підприємством. *Галицький економічний вісник*. 2024. № 4 (89). С. 120-129.

2. Ковбатюк М.В., Беник Н.Г. Вплив факторів зовнішнього і внутрішнього середовища на процес функціонування та адаптації підприємств. *Водний транспорт*: зб. наук. пр. / Держ. ун-т інфраструктури та технол. Київ : [б. в.], 2016. № 2. С.101-108.

3. Омеко А. Зовнішні та внутрішні чинники впливу на рівень ефективності управління підприємством. *Економіка та суспільство.* 2024. № 68. С. 182-190.

Напрягло Діана
студентка 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гудима О.В.

ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ЗАВДАНЬ МЕНЕДЖЕРІВ

Менеджер є ключовою фігурою в організації, відповідальною за координацію, планування, контроль і управління ресурсами для досягнення стратегічних цілей підприємства. В умовах сучасного ринку, що характеризується швидкими змінами та високим рівнем конкуренції, ефективне виконання професійних завдань менеджером є критично важливим для успіху компанії.

До першочергових завдань, котрі слід виконати в колі виявлення сучасних компетенцій менеджерів, відноситься розуміння та визначення викликів, з якими вони стикаються в новій соціально-економічній дійсності. Наразі одним із найважливіших викликів для менеджерів є нестабільність політичного та економічного клімату. Зокрема, під час військових зіткнень в державах відбуваються масштабні переселення населення не лише в межах країн – епіцентрів бойових дій, але й за їх межами. Відтак втрачається частина людського потенціалу, відбувається зменшення клієнтської аудиторії, виникають значні труднощі у пошуку та залученні нових споживачів, в розробці альтернативних логістичних шляхів, здійснюється перерозподіл обов’язків серед персоналу в організаціях тощо. Нерідкими явищами стають пошкодження інфраструктури, руйнування партнерських взаємовідносин з представниками певних регіонів, що вносить суттєві зміни в діяльність організацій та вимагає негайного вирішення нестандартних критичних ситуацій [2, с. 173].

Серед поширених проблем в сучасних організаціях – непередбачувані обставини (нестабільні умови), які трапляються доволі часто. Адже не існує

ідеальних організаційних систем та процесів, які ніколи не дають збою. Отже, менеджери повинні швидко знаходити оптимальне вирішення ситуації з мінімальними збитками та втратами для організації. Однак надзвичайно важливо приймати рішення з оглядом на довгострокові перспективи та вміти передбачати можливі наслідки ухвалення певних рішень. Найвищим проявом професіоналізму сучасних менеджерів є далекоглядність, спрямованість на розв'язання не лише поточних проблем, а й прогнозування майбутніх проблемних ситуацій та вжиття необхідних заходів для їх уникнення.

Основними завданнями менеджера є:

- планування, яке використовують для встановлення цілей та розробки стратегій їх досягнення. Також до нього включається аналіз ситуації, прогнозування тенденцій, розробку детальних планів дій;

- організація, під час якого відбувається структурування робочого процесу, розподіл ресурсів та визначення відповідальностей. Керуючим створюється ефективна організаційна структура;

- керування, коли головне місце належить мотивації співробітників та створення відповідного напрямку для досягнення цілей. Менеджер лідирує, надихає та підтримує команду, забезпечуючи необхідне керівництво;

- контроль та оцінка результатів, бо контроль є невід'ємною частиною управлінської діяльності. Менеджер відстежує виконання завдань, оцінює результати роботи персоналу та приймає коригувальні заходи в разі відхилень від запланованих показників [1];

- прийняття управлінських рішень, адже управлінцями аналізуються ситуації, розглядаються альтернативи та обираються оптимальні шляхи вирішення проблем. В умовах невизначеності та ризиків цей процес вимагає глибокого аналізу та стратегічного мислення;

- комунікація. Успішний менеджер володіє навичками ефективного спілкування з працівниками, партнерами та клієнтами. Він має забезпечувати чітку передачу інформації, вести переговори та розв'язувати конфлікти.

За допомогою цих функцій менеджменту досягають успіху при ефективному управлінні ресурсами та координації зусиль команди.

Менеджери зобов'язані демонструвати глибоке розуміння внутрішніх бізнес-процесів, володіти навичками аналізу інформації та приймати рішення, базуючись на фактичних даних. Також надзвичайно важлива відмінна комунікація: вони повинні ефективно взаємодіяти з усіма зацікавленими сторонами, будь то підлеглі, вище керівництво, клієнти або бізнес-партнери.

Справжній успіх управлінця залежить від його лідерських якостей. Він має надихати колектив, а також демонструвати готовність до непередбачуваних обставин та здатність швидко реагувати на зміни в бізнес-кліматі. Відсутність лідерських навичок може призвести до труднощів в управлінні персоналом, зниження командної ефективності та втрати ініціативи з боку співробітників. Тому ключовим є не просто управління, а ведення за собою, сприяння створенню мотивуючої та результативної робочої атмосфери.

У підсумку, менеджер реалізує численні задачі, спрямовані на досягнення поставлених організацією цілей, збільшення її конкурентної переваги та підвищення загальної ефективності роботи. Ефективність виконання професійних обов'язків керівника залежить від його компетенції, наявності лідерських рис та гнучкості в умовах постійних змін.

Отже, постійне професійне вдосконалення стає необхідною складовою роботи сучасного управлінця.

Література:

1. Загальний огляд професії менеджера. URL: https://www.uniep.km.ua/hto-takyj-menedzher (дата звернення: 15.03.2025).

2. Герасименко О.О., Демченко А.С. Компетентності сучасних менеджерів: дефініція, дизайн моделі, інструментарій удосконалення. *Економіка та суспільство.* 2024. № 59. С. 169-178.

Напрягло Діана
студентка 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. наук з держ. упр., доц. Онищенко О.А.

ІННОВАЦІЙНЕ ЛІДЕРСТВО ЯК КЛЮЧОВИЙ ЧИННИК УСПІШНОГО УПРАВЛІННЯ ОРГАНІЗАЦІЯМИ

У сучасних умовах глобалізації, швидкого технологічного розвитку та зростаючої конкуренції ефективне управління організаціями стає критично важливим для їхнього успіху та стабільності. Одним із ключових аспектів управлінської діяльності є лідерство, яке визначає напрям розвитку компанії, її стратегію та здатність адаптуватися до динамічних змін ринку. Лідерство є не лише засобом управління персоналом, а й інструментом мотивації, стратегічного планування та інноваційного розвитку.

Лідерство – це процес впливу на людей з метою досягнення визначених організаційних цілей шляхом створення спільного бачення, координації зусиль та мотивації команди. Від ефективності лідерства залежить продуктивність співробітників, рівень їхньої залученості до робочого процесу, а також здатність компанії адаптуватися до змінного середовища.

Таблиця 1 – Стилі лідерства [1]

Стиль лідерства	Основні характеристики	Вплив на організацію
Харизматичний	Лідер володіє сильним особистим впливом, викликає довіру та ентузіазм у підлеглих.	Створює згуртовану команду, сприяє високій мотивації та стійкості до змін.
Авторитарний	Жорсткий контроль, централізоване прийняття рішень, низька залученість співробітників.	Забезпечує чітку дисципліну, проте може обмежувати ініціативність.

Демократичний	Врахування думки команди, колективне прийняття рішень, відкритість до дискусій.	Підвищує залученість персоналу, стимулює креативність та розвиток.
Ліберальний	Мінімальне втручання лідера, високий рівень самостійності працівників.	Ефективний у високопрофесійних командах, але може призводити до втрати контролю.
Інноваційний	Орієнтованість на нові ідеї, підтримка творчого підходу, відкритість до змін.	Дозволяє компанії швидко адаптуватися до ринкових змін та запроваджувати технологічні рішення.

У сучасному менеджменті виокремлюють різні стилі лідерства, кожен з яких має свої особливості, переваги та недоліки. Основні з них наведені в таблиці 1.

Інноваційне лідерство є одним із найважливіших факторів конкурентоспроможності організацій у сучасному світі. Воно поєднує в собі стратегічне бачення, відкритість до нових ідей, здатність до ризику та ефективне управління змінами. Інноваційний лідер не лише підтримує творчі ініціативи, а й формує середовище, яке сприяє генерації нових рішень та їх впровадженню.

Основні риси інноваційного лідера:

- Гнучкість мислення та готовність до експериментів.
- Високий рівень комунікаційних навичок та вміння працювати в мультидисциплінарних командах.
- Стратегічний підхід до управління змінами та трансформацією бізнесу.
- Активна підтримка культури інновацій та безперервного навчання.

Завдяки такому підходу організації можуть швидше адаптуватися до технологічних змін, виходити на нові ринки та формувати унікальні конкурентні переваги.

В цілому, лідерство відіграє вирішальну роль у формуванні ефективного управління підприємствами, визначаючи їхню стратегію, корпоративну культуру та здатність до розвитку. Особливе значення має інноваційне лідерство, яке сприяє створенню сприятливого середовища для нових ідей, технологічного розвитку та швидкого реагування на виклики ринку. Успішні інноваційні лідери здатні не лише керувати ресурсами, а й надихати команду, формувати бачення майбутнього та здійснювати стратегічні трансформації. Таким чином, інноваційне лідерство стає ключовим чинником успіху сучасних організацій, що прагнуть до сталого розвитку та конкурентних переваг на глобальному ринку.

Література:

1. Сергеєва Л. М., Кондратьєва В. П., Хромей М. Я. Лідерство : навч. посібн. /за наук. ред. Л. М. Сергеєвої. Івано-Франківськ : «Лілея-НВ», 2015. 296 с.

Нішенко Кирило
аспірант фак-ту менеджменту
Петрова Катерина
канд. наук з держ. упр., доц.

СТРАТЕГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ БЕЗПЕРЕРВНОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ГРОМАДИ ПІД ЧАС ВОЄННИХ ЗАГРОЗ

В умовах воєнних загроз, з якими, на жаль, зіткнулася Україна, забезпечення безперервності діяльності соціальних закладів громади набуває критичного значення. Саме ці установи – лікарні, школи, центри соціального захисту, заклади для людей похилого віку та інші – відіграють ключову роль у підтримці життєво важливих потреб населення, особливо найбільш вразливих його категорій. Перебої в їхній роботі можуть призвести до гуманітарної катастрофи, погіршення стану здоров'я громадян, порушення освітнього процесу та зростання соціальної напруги. Враховуючи поточну ситуацію в Україні, де воєнні дії тривають, розробка та впровадження ефективних стратегічних підходів до забезпечення безперервності діяльності соціальних закладів є нагальною необхідністю для кожної територіальної громади.

Забезпечення безперервності діяльності соціальних закладів громади під час воєнних загроз вимагає комплексного підходу, який охоплює різні аспекти їхнього функціонування. Одним із ключових стратегічних підходів є розробка та постійне оновлення планів дій у надзвичайних ситуаціях. Ці плани повинні чітко визначати алгоритми дій персоналу у разі виникнення різних видів загроз, включаючи обстріли, бомбардування, відключення електроенергії та водопостачання, а також евакуацію персоналу та підопічних у безпечні місця. Регулярні тренування та навчання персоналу з виконання цих планів є критично важливими для забезпечення ефективного реагування на кризові ситуації.

Іншим важливим стратегічним підходом є забезпечення належного рівня ресурсного забезпечення соціальних закладів. Це включає створення достатніх запасів медикаментів, продуктів харчування, питної води, палива, засобів гігієни та інших необхідних матеріалів. Важливо також мати резервні джерела енергопостачання та зв'язку, такі як генератори та супутникові термінали. Забезпечення фінансової стабільності соціальних закладів у кризових умовах також є надзвичайно важливим.

Стратегічним підходом є також визначення та підготовка альтернативних місць для розміщення соціальних закладів або їхніх окремих підрозділів у разі пошкодження основних будівель. Це можуть бути підвальні приміщення,

бомбосховища, інші будівлі комунальної власності або навіть тимчасові модульні споруди. Заздалегідь визначені та обладнані резервні локації дозволять швидко відновити роботу соціальних закладів у разі потреби.

Забезпечення безпеки персоналу та підопічних є пріоритетним стратегічним завданням. Це включає розробку та впровадження заходів фізичної безпеки, таких як укріплення вікон та дверей, облаштування укриттів, організація пропускного режиму та взаємодія з правоохоронними органами. Психологічна підтримка персоналу та підопічних, які переживають стрес, пов'язаний з воєнними діями, також є надзвичайно важливою.

Важливим стратегічним підходом є налагодження ефективної комунікації та координації між різними соціальними закладами громади, органами місцевого самоврядування, волонтерськими організаціями та іншими службами, залученими до реагування на надзвичайні ситуації. Створення єдиної системи оповіщення та обміну інформацією, проведення спільних навчань та координаційних нарад дозволить забезпечити злагоджену роботу всіх зацікавлених сторін.

В умовах воєнних загроз цифрові технології можуть відігравати важливу роль у забезпеченні безперервності діяльності соціальних закладів. Створення резервних копій важливих даних, використання хмарних сервісів, впровадження систем дистанційного надання послуг та налагодження онлайн-комунікації з підопічними та їхніми родинами можуть допомогти підтримувати роботу соціальних закладів навіть в умовах фізичної недоступності або обмежень у пересуванні.

Залучення громади до забезпечення безперервності діяльності соціальних закладів також є важливим стратегічним підходом. Інформування населення про плани дій у надзвичайних ситуаціях, залучення волонтерів до надання допомоги, організація збору коштів та матеріальної допомоги можуть значно підвищити стійкість соціальних закладів до воєнних загроз.

Забезпечення безперервності діяльності соціальних закладів громади під час воєнних загроз є складним та багатогранним завданням, яке вимагає комплексного та стратегічного підходу. Розробка планів дій у надзвичайних ситуаціях, забезпечення ресурсного забезпечення, підготовка альтернативних місць розміщення, гарантування безпеки персоналу та підопічних, налагодження ефективної комунікації та координації, використання цифрових технологій та залучення громади є ключовими стратегічними підходами, які дозволять соціальним закладам громади продовжувати виконувати свої життєво важливі функції навіть в умовах воєнних загроз.

Література:

1. Організація системи забезпечення національної стійкості на регіональному і місцевому рівнях : аналіт. доп. / [Резнікова О. О., Войтовський К. Є. Лепіхов А. В.] ; за заг. ред. О. О. Резнікової. Київ : НІСД, 2021. 140 с.

2. ВІДНОВЛЕННЯ ТА РЕІНТЕГРАЦІЯ: науковий погляд на стратегічні шляхи до сталого розвитку : монографія / Заг. ред.: Цимбалюк І. О.,

упорядкування Павліха Н. В. Луцьк : Вежа-Друк, 2024. URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/24527/1/vidn_reint_monogr.pdf (дата звернення: 25.03.2025).

Носов Дмитро
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Богданов С.М.

РОЛЬ ЗНАННЄВОГО МЕНЕДЖМЕНТУ В АДМІНІСТРАТИВНОМУ УПРАВЛІННІ ПІДПРИЄМСТВАМИ СФЕРИ ПОСЛУГ: ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА

В умовах зростаючої конкуренції та підвищених вимог споживачів, підприємства сфери послуг стикаються з необхідністю постійного вдосконалення своєї діяльності. Ключовим фактором успіху в цій галузі є якість надання послуг, яка безпосередньо залежить від знань та компетенцій персоналу. Саме тому знаннєвий менеджмент, як систематизований підхід до створення, зберігання, поширення та використання знань в організації, набуває особливої актуальності для адміністративного управління підприємствами сфери послуг.

Ефективне управління знаннями дозволяє підприємствам сфери послуг підвищувати кваліфікацію своїх співробітників, оптимізувати бізнес-процеси, покращувати якість обслуговування клієнтів та стимулювати інноваційну діяльність. В умовах швидких змін на ринку послуг, здатність швидко навчатися, обмінюватися досвідом та використовувати накопичені знання стає вирішальною конкурентною перевагою. Недостатня увага до знаннєвого менеджменту може призвести до втрати цінних знань, неефективного використання досвіду співробітників, зниження якості послуг та, як наслідок, до втрати клієнтів та зниження прибутковості підприємства.

Враховуючи специфіку сфери послуг, де взаємодія з клієнтами є ключовим елементом бізнес-процесу, знаннєвий менеджмент відіграє важливу роль у забезпеченні персоналізації послуг, швидкому вирішенні проблем та підвищенні рівня задоволеності клієнтів. Тому, розуміння теоретичних основ знаннєвого менеджменту та його практичного застосування є необхідним для ефективного адміністративного управління підприємствами сфери послуг.

Теорія знаннєвого менеджменту розглядає знання як цінний стратегічний актив організації, який необхідно ефективно управляти для досягнення її цілей. Вона базується на розумінні різниці між явними (формалізованими) та неявними (персональними) знаннями, а також на процесах їхньої трансформації та передачі. Для підприємств сфери послуг особливо важливими є неявні знання, які накопичуються в досвіді співробітників, їхніх навичках та розумінні потреб клієнтів.

Процеси знаннєвого менеджменту включають створення нових знань, їхнє документування та зберігання у вигляді баз даних, інструкцій, методичних матеріалів та інших форматів. Важливим етапом є поширення знань серед співробітників через навчання, тренінги, обмін досвідом, створення спільнот за інтересами та використання внутрішніх комунікаційних платформ. Ключовим процесом є використання знань для прийняття управлінських рішень, оптимізації бізнес-процесів, надання якісних послуг та розробки нових продуктів та послуг.

На практиці підприємства сфери послуг використовують різноманітні методи та інструменти знаннєвого менеджменту. До них належать бази знань, системи управління документами, портали знань, експертні системи, системи управління навчанням, інструменти для спільної роботи та обміну досвідом, а також методи фасилітації та менторингу. Вибір конкретних методів та інструментів залежить від специфіки діяльності підприємства, його розміру, організаційної культури та стратегічних цілей.

Вплив знаннєвого менеджменту на ефективність адміністративного управління підприємствами сфери послуг є значним. Ефективне управління знаннями сприяє підвищенню кваліфікації та компетентності персоналу, що безпосередньо впливає на якість надання послуг. Оптимізація бізнес-процесів на основі накопичених знань дозволяє знижувати витрати, підвищувати продуктивність та скорочувати час обслуговування клієнтів. Швидкий доступ до необхідної інформації та досвіду колег допомагає співробітникам оперативно вирішувати проблеми клієнтів та підвищувати рівень їхньої задоволеності. Стимулювання обміну знаннями та генерації нових ідей сприяє інноваційній діяльності та розробці нових, більш якісних та конкурентоспроможних послуг.

Для успішного впровадження та розвитку систем знаннєвого менеджменту на підприємствах сфери послуг необхідно враховувати ряд факторів. Важливим є підтримка керівництва та формування організаційної культури, яка заохочує обмін знаннями та постійне навчання. Необхідно також залучати співробітників до процесів створення, поширення та використання знань, надавати їм відповідні інструменти та мотивацію. Важливим є постійний моніторинг та оцінка ефективності впроваджених систем знаннєвого менеджменту з метою їхнього подальшого вдосконалення.

Знаннєвий менеджмент відіграє ключову роль в адміністративному управлінні підприємствами сфери послуг, забезпечуючи їхню ефективність, конкурентоздатність та сталий розвиток. Теоретичні основи знаннєвого менеджменту та його практичне застосування дозволяють підприємствам сфери послуг ефективно управляти своїм інтелектуальним капіталом, підвищувати якість надання послуг, оптимізувати бізнес-процеси та стимулювати інновації.

Для успішного впровадження знаннєвого менеджменту необхідно враховувати специфіку сфери послуг, забезпечувати підтримку керівництва, формувати відповідну організаційну культуру та залучати співробітників до процесів управління знаннями. Ефективно організований знаннєвий

менеджмент стає потужним інструментом для досягнення стратегічних цілей підприємств сфери послуг та забезпечення їхнього успіху на ринку.

Література:

1. Кравчук І., Присяжнюк О., Лавриненко С. ФОРМУВАННЯ ЗНАННЄВОГО ПОТЕНЦІАЛУ АДМІНІСТРУВАННЯ У ПРОФЕСІЙНОМУ РОЗВИТКУ МЕНЕДЖЕРА. *Економіка та суспільство*, №47. 2023. URL:https://doi.org/10.32782/2524-0072/2023-47-64 (дата звернення: 10.03.2025).

2. Адміністративний менеджмент: навчальний посібник / Н. Я. Михаліцька, М. Р. Верескля, В. С. Михаліцький. Львів: ЛьвДУВС, 2019. 320 с.

Олійник Максим
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: д-р наук з держ. упр., проф. Бікулов Д.Т.

УПРАВЛІНСЬКІ ВИКЛИКИ ЦИФРОВОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ В УМОВАХ ВЗАЄМОДІЇ ДЕРЖАВНИХ ОРГАНІВ ТА ГРОМАДСЬКИХ ОРГАНІЗАЦІЙ

В умовах сучасного розвитку інформаційних технологій цифрова трансформація стає ключовим фактором підвищення ефективності діяльності як державних органів, так і громадських організацій. Особливого значення набуває цей процес у контексті їхньої взаємодії, оскільки саме ефективна співпраця між цими двома секторами є запорукою розвитку громадянського суспільства та якісного публічного управління. Проте, впровадження цифрових технологій у цю сферу неминуче супроводжується низкою управлінських викликів, які потребують своєчасного виявлення та ефективного вирішення.

Сьогодні в Україні спостерігається активне впровадження цифрових інструментів у діяльність державних органів, спрямоване на підвищення прозорості, доступності та якості надання публічних послуг. Водночас, громадські організації також активно використовують цифрові технології для комунікації з громадськістю, залучення волонтерів, адвокації своїх інтересів та контролю за діяльністю влади. Однак, ефективна взаємодія між цими двома секторами в цифровому просторі часто ускладнюється різними факторами, включаючи відмінності в технічній оснащеності, рівні цифрової грамотності, підходах до управління даними та кібербезпеки.

Цифрова трансформація змінює парадигму взаємодії між державними органами та громадськими організаціями, відкриваючи нові можливості для співпраці, але водночас створюючи нові управлінські виклики. Одним із ключових викликів є забезпечення інтероперабельності цифрових систем та платформ, які використовуються державними органами та громадськими організаціями. Різні технічні стандарти, формати даних та програмне забезпечення можуть ускладнювати обмін інформацією та спільну роботу над проєктами. Подолання цього виклику потребує розробки та впровадження

єдиних стандартів, протоколів та технічних рішень, що забезпечують безперешкодний обмін даними між різними системами.

Іншим важливим управлінським викликом є забезпечення кібербезпеки та захисту персональних даних у процесі цифрової взаємодії. Обмін чутливою інформацією між державними органами та громадськими організаціями вимагає впровадження надійних механізмів захисту від несанкціонованого доступу, витоку даних та кібератак. Це передбачає розробку та впровадження комплексних стратегій кібербезпеки, навчання персоналу та використання сучасних технологій захисту інформації.

Різний рівень цифрової грамотності серед представників державних органів та громадських організацій також є значним управлінським викликом. Недостатні навички використання цифрових технологій можуть обмежувати можливості ефективної взаємодії та призводити до цифрового розриву. Для подолання цього виклику необхідно організовувати програми навчання та підвищення кваліфікації для представників обох секторів, спрямовані на розвиток їхніх цифрових навичок.

Управління змінами, пов’язаними з впровадженням цифрових технологій, є ще одним важливим управлінським аспектом. Цифрова трансформація часто вимагає перегляду існуючих бізнес-процесів, організаційної структури та підходів до управління. Успішне управління цими змінами потребує залучення всіх зацікавлених сторін, чіткого визначення цілей та завдань, а також забезпечення ефективної комунікації та підтримки співробітників.

Виникають також виклики, пов’язані з забезпеченням прозорості та підзвітності у процесі цифрової взаємодії. Використання цифрових інструментів може полегшити доступ до інформації, але водночас створює нові ризики щодо маніпулювання даними та зловживання владою. Для забезпечення прозорості та підзвітності необхідно розробляти чіткі правила та процедури використання цифрових технологій, а також впроваджувати механізми контролю за їхнім дотриманням.

Управлінські виклики також пов’язані з необхідністю адаптації нормативно-правової бази до умов цифрової трансформації. Існуючі закони та підзаконні акти можуть не враховувати специфіку цифрової взаємодії між державними органами та громадськими організаціями, що може створювати правові колізії та ускладнювати співпрацю. Тому, необхідне постійне вдосконалення законодавства у цій сфері.

Нарешті, одним із важливих управлінських викликів є забезпечення стійкості та безперервності цифрових сервісів, які використовуються для взаємодії між державними органами та громадськими організаціями. Збої в роботі інформаційних систем або відсутність доступу до Інтернету можуть паралізувати співпрацю та призвести до негативних наслідків. Для забезпечення стійкості та безперервності цифрових сервісів необхідно впроваджувати резервні системи, забезпечувати надійну технічну підтримку та розробляти плани дій на випадок надзвичайних ситуацій.

Отже, цифрова трансформація відкриває значні перспективи для підвищення ефективності взаємодії державних органів та громадських організацій, але водночас створює низку серйозних управлінських викликів. Забезпечення інтероперабельності систем, кібербезпеки, підвищення цифрової грамотності, управління змінами, забезпечення прозорості та підзвітності, адаптація нормативно-правової бази та забезпечення стійкості цифрових сервісів є ключовими аспектами, які потребують уважного розгляду та ефективного управління.

Література:

1. ДВОРНИК О. СТРАТЕГІЇ, ВИКЛИКИ ТА УСПІШНІ ПРАКТИКИ В ЕПОХУ ЦИФРОВОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ БІЗНЕСУ. *Development Service Industry Management*, 2023). (4), С. 107–111.

2. Кобушко Я. В., Манжола Б. В. Роль цифрової трансформації в оптимізації менеджменту організацій. *Проблеми сучасних трансформацій. Серія: економіка та управління,* 2023. (10). URL: https://doi.org/10.54929/2786-5738-2023-10-04-08

Онушко Катерина
студентка 3 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. юрид. наук, доц. Половинкіна Р. Ю.

СПОСОБИ ОЦІНКИ СТУПЕНЯ РИЗИКУ В УМОВАХ ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ В УКРАЇНІ

У сучасних умовах повномасштабної війни, що триває в Україні, питання оцінки ризиків стає особливо важливим. Військові дії створюють значні загрози для економіки, соціальної сфери та фінансової стабільності. Внаслідок руйнування інфраструктури, втрати ринків збуту, нестабільності валютного курсу та дефіциту ресурсів підприємства, державні установи змушені працювати в умовах високої невизначеності. Для забезпечення ефективного управління та мінімізації втрат необхідно використовувати різні методи оцінки ризиків, які дозволяють передбачати загрози, аналізувати їхні наслідки та розробляти ефективні механізми реагування.

Методи оцінки ризиків можна поділити на кілька основних груп. До першої групи належать класичні методи аналізу ризиків. Вони охоплюють визначення загроз, їхню класифікацію та оцінку наслідків. Такі методи дозволяють отримати загальне уявлення про ризики та визначити заходи для їхнього зменшення. Вони базуються на аналізі ймовірностей виникнення ризикових ситуацій, оцінці можливих втрат та визначенні шляхів зниження негативного впливу. Наприклад, статистичні моделі та експертний аналіз допомагають оцінити потенційні ризики у сфері безпеки, логістики та фінансів [1].

Друга група методів охоплює аналіз воєнних та геополітичних ризиків. Вони враховують поточну ситуацію в країні, міжнародні відносини та можливі загрози. Для цього використовують аналіз сильних і слабких сторін ситуації, можливостей та загроз, оцінку політичних, економічних, соціальних і правових факторів. Наприклад, аналіз політичної стабільності та військової обстановки дозволяє оцінити ризики для бізнесу, інвесторів та міжнародних партнерів. Зміни в законодавстві, введення санкцій або обмежень також впливають на рівень ризиків, що необхідно враховувати при розробці стратегій управління [2].

Фінансові ризики оцінюють за допомогою аналізу стійкості економіки, оцінки ліквідності підприємств, рівня інфляції та інших фінансових показників. Особливу увагу приділяють здатності банківської системи витримувати кризові ситуації та зберігати фінансову стабільність. Військові дії спричиняють нестабільність валютного ринку, зростання рівня інфляції та значне навантаження на державний бюджет. Для оцінки фінансових ризиків застосовують методи моделювання кризових сценаріїв, аналізу фінансових звітів та оцінки інвестиційної привабливості підприємств. Зокрема, фінансові установи використовують стрес-тестування, щоб перевірити, як економіка та окремі компанії зможуть впоратися з кризовими умовами [2].

Соціальні методи оцінки ризиків допомагають визначити вплив кризових ситуацій на населення. Важливими аспектами є доступ до медичних послуг, продовольства, житла та безпеки. Використовуються методи збору та аналізу даних про рівень життя людей, рівень безробіття, соціальну напругу тощо. В умовах війни особливого значення набуває моніторинг гуманітарної ситуації. Це включає оцінку кількості внутрішньо переміщених осіб, стану соціальної інфраструктури та ефективності державної підтримки. Соціальна нестабільність, зростання рівня злочинності та погіршення умов життя є важливими факторами, що впливають на загальну безпеку держави [2].

Комфплексний підхід до оцінки ризиків дозволяє отримати більш точну картину загроз та знайти ефективні механізми для їхнього зменшення. Використання сучасних методів аналізу та прогнозування допомагає мінімізувати негативні наслідки кризових ситуацій та забезпечити стабільний розвиток країни. Інтеграція різних підходів, таких як економічний аналіз, соціальні дослідження та прогнозування можливих сценаріїв, дозволяє організаціям і державним установам більш ефективно реагувати на виклики сучасності та знижувати рівень ризиків у нестабільних умовах. У результаті це сприяє зменшенню невизначеності та підвищенню рівня безпеки громадян, бізнесу та економічних процесів загалом [1;2].

Література:

1. Національний інститут стратегічних досліджень. Економічна безпека України в умовах довготривалої війни. 2022. URL: https://niss.gov.ua/publikatsiyi/analitychni-dopovidi/ekonomichna-bezpeka-ukrayiny-v-umovakh-dovhotryvaloyi-viyny (дата звернення: 24.03.2025).

2. Лапін В.М. Безпека життєдіяльності людини. Навч. посіб. Київ : Знання, 2021. 332 с.

Орловська Дарья
студентка 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гудима О.В.

КЛЮЧОВА РОЛЬ МЕНЕДЖЕРА В РИНКОВІЙ ЕКОНОМІЦІ

Кожна організація має спільні риси, серед яких важливе місце займає управління. Тому цілком природно, що управлінська діяльність також має ряд загальних характеристик. Незважаючи на відмінності у сферах діяльності, масштабах відповідальності та специфіці організацій, функціональні обов'язки керівників різних рівнів багато в чому схожі.

Торкаючись змісту роботи менеджера, можна знайти одну спільну рису управлінської роботи: ролі керівника. Роль, за визначенням Мінцберга, – «це набір певних правил поведінки, які відповідають конкретній установі або конкретній посаді» [2, с. 13]. Саме так, як герої у виставі мають свої ролі, що змушують їх поводитися таким чином, так і менеджери обіймають певні посади як керівники певних організаційних підрозділів, і саме це визначає їх службову поведінку. Особистість може впливати на характер виконання ролі, але не на її зміст.

Вченими виділено ключові ролі менеджерів, які вони виконують у різних ситуаціях. Ці ролі поділяються на три великі групи: міжособистісні, інформаційні та пов'язані з прийняттям рішень. Важливо розуміти, що ці ролі не функціонують окремо одна від одної, а тісно взаємопов'язані, формуючи єдиний механізм управління:

1. Міжособові ролі – головний керівник, лідер, зв´язуюча ланка.
2. Інформаційні ролі – той, хто приймає інформацію, розповсюджувач інформації, представник.
3. Ролі, пов´язані з прийняттям рішень, – підприємець, той, хто розподіляє ресурси, веде переговори, усуває порушення.

Керівники нижчої ланки – це управлінський рівень, який безпосередньо контролює роботу працівників.. Їхня діяльність охоплює контроль за використанням ресурсів, зокрема сировини та обладнання. Робота на цьому рівні є інтенсивною, багатозадачною та часто включає швидкі переходи між різними видами завдань.

Керівники середньої ланки – забезпечують координацію та контроль роботи керівників нижчої ланки. Функціональні обов'язки керівників середньої ланки можуть відрізнятися навіть у межах однієї компанії, що зумовлено особливостями роботи конкретного підрозділу.

Керівники вищої ланки відповідають за прийняття найважливіших рішень для організації в цілому. Керівники вищої ланки, які успішно діють, у великих

організаціях цінуються дуже високо, і їх праця добре оплачується. Робота керівника вищої ланки не має чіткого завершення, тому вона є дуже напруженою і великою за обсягом.

Успішний менеджер повинен володіти широким спектром ділових якостей, серед яких:

- висока ерудиція та професійна компетентність – глибокі знання в своїй галузі та здатність застосовувати їх на практиці;
- лідерські якості – вміння організовувати роботу команди, мотивувати працівників і вести їх до досягнення спільних цілей;
- підприємницьке мислення – здатність швидко адаптуватися до змін і ефективно діяти в умовах економічного ризику;
- комунікабельність і ініціативність – уміння будувати продуктивні ділові відносини, швидко реагувати на виклики та знаходити нові рішення;
- вимогливість і дисциплінованість – чітка організація роботи як власної, так і підлеглих [1, с. 24].

Окрім особистих якостей, менеджер повинен володіти організаційними здібностями, які допомагають згуртовувати колектив, мобілізувати його на досягнення результатів і ефективно розподіляти ресурси.

Керівник повинен вміти самостійно та ініціативно ухвалювати рішення без постійного контролю з боку керівництва, бути здатним передбачати та вирішувати проблеми, використовуючи нестандартні підходи.

Для ефективної діяльності сучасний менеджер має володіти фундаментальними знаннями в різних сферах:

- макро- та мікроекономіка – розуміння економічних процесів і ринкових тенденцій;
- менеджмент і лідерство – вміння управляти бізнес-процесами, командою та приймати стратегічні рішення;
- соціологія та психологія – знання поведінки людей у колективі та методів ефективного управління персоналом;
- право – розуміння основ законодавства, що регулює підприємницьку діяльність;
- інформаційні технології та комп’ютерна грамотність – використання сучасних цифрових інструментів у роботі.

На практиці ефективність управлінської діяльності залежить, з одного боку, від досвіду та якості менеджера, а з іншого – від його здібностей, що в процесі реалізації якихось здібностей набуваються знання, уміння та навички.

Отже, розвинуті здібності є обов´язковою рисою сучасного менеджера. Здібності – це індивідуально-психологічні особливості індивіда, його потенціал, що є умовою успішного виконання завдань.

Література:

1. Корсікова Н.М., Козак К.Б. Роль менеджера у розвитку потенціалу сучасного працівника. *Економіка, управління та адміністрування*. 2020. № 2 (92). С. 22-27.

2. Основи менеджменту: навч. посіб. для студентів спеціальності 073 «Менеджмент» освітньо-професійної програми «Менеджмент і бізнес-адміністрування» / КПІ ім. Ігоря Сікорського ; укладачі: Т.В. Лазоренко, С.О. Пермінова. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського. 2021.166 с.

Остапов Максим
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. наук з держ. упр., доц. Петрова К.В.

РОЛЬ ДЕРЖАВИ У СТИМУЛЮВАННІ ЛОКАЛІЗАЦІЇ ВИРОБНИЦТВА ВИСОКОТЕХНОЛОГІЧНОЇ ПРОДУКЦІЇ НА ФОНІ ГЛОБАЛЬНИХ ВИКЛИКІВ

В умовах загострення глобальних викликів питання зміцнення національної економіки та забезпечення її стійкості набуває особливої гостроти. Локалізація виробництва високотехнологічної продукції стає стратегічно важливим напрямком державної політики, оскільки сприяє не лише економічному зростанню та створенню нових робочих місць, але й підвищенню національної безпеки та технологічної незалежності.

Глобальні виклики, такі як порушення ланцюгів поставок, обмеження міжнародної торгівлі та посилення протекціоністських тенденцій, підкреслюють вразливість економік, які значною мірою залежать від імпорту високотехнологічної продукції. Розвиток власного виробництва в цій сфері дозволяє країнам зменшити цю залежність, забезпечити стабільне постачання критично важливих товарів та послуг, а також стимулювати інноваційну діяльність та розвиток науково-технічного потенціалу.

Метою дослідження є обґрунтування ролі держави у стимулюванні локалізації виробництва високотехнологічної продукції на фоні глобальних викликів.

Держава відіграє вирішальну роль у створенні сприятливих умов для локалізації виробництва високотехнологічної продукції. Одним із ключових інструментів державної політики є фінансова підтримка. Надання грантів, субсидій, пільгових кредитів та інших форм фінансової допомоги може значно знизити фінансове навантаження на підприємства, які інвестують у створення або розширення виробництва високотехнологічної продукції на території країни. Особливу увагу слід приділяти підтримці малих та середніх підприємств, які часто є рушійною силою інновацій.

Іншим важливим напрямком державної діяльності є інвестиції в науково-дослідні та дослідно-конструкторські роботи (НДДКР) та розвиток освітньої інфраструктури. Держава може фінансувати наукові дослідження в пріоритетних галузях високих технологій, створювати наукові парки та інноваційні кластери, а також підтримувати навчальні заклади, які готують кваліфікованих фахівців для високотехнологічних галузей. Створення

сприятливого середовища для інновацій та розвитку людського капіталу є ключовою умовою для успішної локалізації високотехнологічного виробництва.

Розвиток необхідної інфраструктури також є важливим завданням держави. Це включає будівництво та модернізацію транспортних мереж, енергетичної інфраструктури, телекомунікаційних систем та інших об'єктів, необхідних для ефективного функціонування високотехнологічних підприємств. Створення спеціальних економічних зон з особливим режимом оподаткування та регулювання може також стати потужним стимулом для залучення інвестицій у локалізацію виробництва.

Держава також відіграє важливу роль у формуванні сприятливого регуляторного середовища. Спрощення процедур ведення бізнесу, зменшення адміністративного тиску, забезпечення захисту прав інтелектуальної власності та створення стабільної та передбачуваної правової бази є важливими факторами для залучення як вітчизняних, так і іноземних інвесторів у високотехнологічні галузі.

Сприяння міжнародній співпраці та залучення іноземних інвестицій є ще одним важливим напрямком державної політики. Укладання міжнародних угод про науково-технічне співробітництво, участь у міжнародних наукових програмах, а також створення сприятливих умов для залучення прямих іноземних інвестицій у високотехнологічні галузі можуть значно прискорити процес локалізації виробництва та сприяти трансферу передових технологій.

В умовах глобальних викликів, держава також повинна забезпечити підтримку внутрішнього попиту на високотехнологічну продукцію вітчизняного виробництва. Це може здійснюватися через державні закупівлі, програми підтримки експорту, а також через створення сприятливих умов для розвитку внутрішнього ринку високотехнологічної продукції.

Крім того, держава повинна відігравати координуючу роль, забезпечуючи взаємодію між різними державними органами, науковими установами, бізнесом та громадськими організаціями у процесі стимулювання локалізації високотехнологічного виробництва. Розробка та реалізація комплексної державної стратегії у цій сфері, а також постійний моніторинг та оцінка ефективності вжитих заходів є важливими умовами для досягнення поставлених цілей.

Роль держави у стимулюванні локалізації виробництва високотехнологічної продукції є визначальною на фоні зростаючих глобальних викликів. Активна та цілеспрямована державна політика, що включає фінансову підтримку, інвестиції в НДДКР та освіту, розвиток інфраструктури, створення сприятливого регуляторного середовища, сприяння міжнародній співпраці та підтримку внутрішнього попиту, є ключовими факторами успішної локалізації високотехнологічного виробництва.

В умовах України, зміцнення національного високотехнологічного сектору є не лише важливим елементом економічного розвитку, але й стратегічним пріоритетом для забезпечення національної безпеки та технологічної незалежності. Ефективна державна підтримка локалізації

виробництва високотехнологічної продукції сприятиме створенню нових робочих місць, підвищенню конкурентоздатності національної економіки та її інтеграції у глобальні технологічні ланцюги.

Література:

1. Дубель М.В. Роль інноваційної промислової політики для національної безпеки країн. *Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса. Серія політичні науки*, 2024. №9. С. 60-66.

Пейчева Христина
магістр 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гудима О.В.

ПЕРСПЕКТИВИ РОЗРОБКИ СИСТЕМИ УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ НА ПІДПРИЄМСТВІ

Для покращення продуктивності системи управління якістю на підприємстві, важливо визначити нові цілі та активно працювати над їх реалізацією. Значна частина сучасних підприємств зіткнулася з серйозними викликами, тому розробка плану для підвищення ефективності системи управління якістю є критичною необхідністю.

Представимо низку заходів, які мають значний вплив на збільшення прибутків та позитивно впливатимуть на систему управління якістю. Щоб полегшити підприємству залучення фінансових ресурсів, а також розширення кола клієнтів, важливо розширити асортимент реалізованої продукції та зробити його більш різноманітним. Але не варто забувати, що нові товари повинні бути ще більш затребуваними, ніж вже наявні, інакше підприємство знову понесе збитки, а план дій буде неефективним.

Перш за все, необхідно провести ретельний аналіз сегментів ринку збуту, що допоможе підприємству визначитися з напрямками розширення виробництва.

Не менш актуальною проблемою для сучасних підприємств є жорстка конкуренція. Ринкова специфіка економічних взаємовідносин полягає у свободі вибору як для покупців, так і для продавців.

Ринковий механізм функціонує на основі взаємодії попиту та пропозиції, використовуючи варіативність цін, конкуренцію серед товарів та, відповідно, виробників. Конкуренція – ключовий елемент ринкового середовища, необхідний для розвитку підприємництва, тому організаціям слід застосовувати такі конкурентні стратегії: цінова конкуренція; нецінова конкуренція [1, с. 74].

Цінова конкуренція визначається використанням зниження цін для привернення уваги покупців та завоювання ринку. Застосовуючи цей метод, компанія розраховує, що нижча ціна на продукцію погіршить позиції конкурентів. Тимчасові збитки в прибутковості є наслідком отримання лідерських позицій на ринку, супроводжуваних збільшенням цін. Сьогодні,

окрім цінового демпінгу, основою конкурентної боротьби є зменшення витрат на виробництво та реалізацію. Ця методика являє собою довгострокову стратегію розвитку підприємства.

У теперішніх реаліях, нецiновий метод є основоположним в умовах ринкової економіки. Його суть полягає у поліпшенні якості товарів, удосконаленні сервісу, включаючи ціну. Це означає, що у змаганнях підприємство повинно зосереджувати увагу на:

- високій якості продукції;
- надійності зберігання товарів;
- ефективності продукції;
- дизайні упаковки;
- найкращих екологічних характеристиках;
- тривалому терміні експлуатації та зберігання;
- способі доставки товарів;
- прискоренні виконання споживчих замовлень [2, с. 144].

Незважаючи на згуртовану організаційну структуру, підприємствам часто потрібен новий персонал. Цей фактор суттєво вплине на систему управління якістю на підприємстві, оскільки нові погляди, свіжі думки та сили працівників зможуть розширити потенціал організації. Саме коли залучається новий персонал ззовні, клієнтська база розширюється. А решта працівників, відчуваючи внутрішню між колективною конкуренцією, виконуватимуть свою роботу більш чітко і більш координовані, що суттєво вплине на ефективність підприємства.

Сьогодні жодне підприємство не може функціонувати нормально без компетентної маркетингової політики. Тому компанія повинна використовувати рекламу своєї продукції, як методи вдосконалення системи управління якістю, так і всі заходи організації в цілому.

Найуспішніші підприємства, які використовують сучасні технології, дізнаються про нові продукти саме за допомогою реклами. Відповідно, нові продукти отримують попит швидше, а це означає, що передові технології та виробництво розвиваються значно вищими. Для просування своєї продукції компанія повинна використовувати:

- будь-яку форму комунікацій, яка призначена для просування товарів;
- різні види маркетингових заходів, що стимулюють закупівельну діяльність, роботу дистриб'юторів та торгового персоналу;
- використання публічного зв’язку, тобто зусилля щодо створення сприятливого уявлення про продукт, відкладені у свідомості споживача;
- фінансова підтримка, тобто спонсорство, надане компанією некомерційним підприємствам в організації різних заходів в обмін на створення співпраці з ними; Також спонсорство може значно збільшити престиж підприємства та формувати позитивне уявлення про його діяльність.

Таким чином, слід зазначити, що ці заходи можуть значно покращити систему управління якістю на підприємстві. Для цього потрібно продумати кожен крок для просування своєї продукції, одночасно співвідносячи поточний

фінансовий стан підприємства, і вже виходячи з економічних даних, які має підприємство, щоб створити компетентну політику для розширення асортименту продукції та боротьби з конкуруючими сторонами.

Література:

1. Короленко О., Поліщук І., Кутова Н. Ефективність системи управління якістю для підвищення рентабельності підприємства. *Економіка та суспільство,* 2024. № 69. С. 69-79.

2. Шереметинська О.В., Захарченко А.А. Формування системи якості підприємства. *Приазовський економічний вісник*. 2021. № 1(24). С. 140-145.

Пінчук Сергій
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Верітова О.С.

ПІСЛЯВОЄННА ТРАНСФОРМАЦІЯ ДЕРЖАВНОЇ МІГРАЦІЙНОЇ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ: СТРАТЕГІЧНІ НАПРЯМИ ТА УПРАВЛІНСЬКІ РІШЕННЯ

Після завершення воєнних дій Україна зіткнеться з безпрецедентними міграційними викликами та можливостями. Мільйони українців, які були змушені покинути свої домівки, почнуть повертатися, водночас країна матиме гостру потребу у відновленні економіки та залученні трудових ресурсів, зокрема, з-за кордону. Ефективна державна міграційна політика стане ключовим фактором успішної післявоєнної відбудови та сталого розвитку України. Непродумані або застарілі підходи до управління міграційними процесами можуть призвести до соціальної напруги, ускладнення економічного відновлення та поглиблення демографічної кризи. Тому, вже сьогодні необхідно розпочинати розробку стратегічних напрямів та управлінських рішень для післявоєнної трансформації державної міграційної політики України.

Актуальність цієї трансформації зумовлена не лише масштабністю очікуваних міграційних потоків, але й необхідністю врахування нових геополітичних реалій, євроінтеграційних прагнень України та міжнародних стандартів у сфері міграції та прав людини. Державна міграційна політика має стати більш гнучкою, інклюзивною та орієнтованою на потреби як держави, так і мігрантів, сприяючи їхній успішній інтеграції та внеску у розвиток українського суспільства. Відсутність чіткої стратегії та ефективних управлінських механізмів у сфері міграції в післявоєнний період може стати серйозною перешкодою на шляху до відновлення та процвітання України.

Післявоєнна трансформація державної міграційної політики України повинна базуватися на кількох ключових стратегічних напрямах. Першим і надзвичайно важливим напрямом є створення сприятливих умов для повернення та реінтеграції українських громадян, які вимушено перебували за

кордоном. Це включає розробку комплексних програм підтримки, які б забезпечували фінансову допомогу, сприяли працевлаштуванню, надавали психологічну підтримку та допомагали у вирішенні житлових питань. Важливим є також спрощення адміністративних процедур, пов'язаних з поверненням та відновленням документів.

Другим стратегічним напрямом є залучення іноземної робочої сили для відновлення економіки України. У повоєнний період країна матиме значну потребу у кваліфікованих фахівцях у різних галузях. Державна міграційна політика повинна передбачати спрощені процедури працевлаштування для іноземних громадян, створення привабливих умов для їхньої легальної міграції та інтеграції в українське суспільство. Особливу увагу слід приділити залученню фахівців з країн, які підтримували Україну під час війни.

Третім важливим напрямом є управління внутрішньо переміщеними особами (ВПО). Після завершення воєнних дій значна кількість українців залишатиметься переміщеною в межах країни. Державна міграційна політика повинна передбачати програми підтримки для ВПО, які б сприяли їхньому поверненню до місць постійного проживання або інтеграції в нових громадах. Важливим є забезпечення їхніх прав на житло, працевлаштування, освіту та медичне обслуговування.

Четвертим стратегічним напрямом є адаптація законодавства у сфері міграції до нових реалій та міжнародних стандартів. Необхідно переглянути та оновити існуючі закони та підзаконні акти, що регулюють міграційні процеси, з метою їхнього спрощення, гармонізації з європейським законодавством та забезпечення захисту прав мігрантів. Важливим є також ратифікація відповідних міжнародних конвенцій та угод.

Для ефективної реалізації визначених стратегічних напрямів необхідні чіткі управлінські рішення. Одним з ключових рішень є створення ефективної системи координації між різними державними органами, відповідальними за управління міграційними процесами. Необхідно забезпечити злагоджену роботу Міністерства внутрішніх справ, Міністерства закордонних справ, Міністерства соціальної політики, Державної міграційної служби та інших відомств. Іншим важливим управлінським рішенням є забезпечення достатнього фінансування програм підтримки мігрантів та ВПО. У державному бюджеті необхідно передбачити кошти на реалізацію відповідних заходів, а також залучати міжнародну фінансову допомогу. Важливим є також проведення інформаційних кампаній серед населення щодо питань міграції та інтеграції мігрантів, спрямованих на формування толерантного та інклюзивного суспільства.

Післявоєнна трансформація державної міграційної політики України є складним, але надзвичайно важливим завданням. Стратегічні напрями цієї трансформації повинні включати створення умов для повернення та реінтеграції українських громадян, залучення іноземної робочої сили, управління внутрішньо переміщеними особами та адаптацію законодавства. Ефективні управлінські рішення передбачають налагодження міжвідомчої координації, забезпечення фінансування, впровадження системи моніторингу та

оцінки, залучення міжнародних партнерів та проведення інформаційних кампаній.

Література:

1. Біженці з України: хто вони, скільки їх та як їх 5 повернути? Фінальний звіт Центр економічної стратегії.URL: https://ces.org.ua/refugees-from-ukraineukr-- report/ (дата звернення: 20.03.2025).

2. Тіщенкова С.О., Тищенкова І.О. Міграція населення в сучасному світі: наслідки, фактори впливу, правовий контекст. *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ.* 2020. № 1. С. 102-107.

Плотников Максим
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: д-р наук з держ. упр., проф. Бікулов Д.Т.

МІЖНАРОДНИЙ ДОСВІД ДЕРЖАВНОГО УПРАВЛІННЯ ВІДНОВЛЕННЯМ ПРИРОДНИХ РЕСУРСІВ У ПОВОЄННИЙ ПЕРІОД НА МІСЦЕВОМУ РІВНІ

Повоєнне відновлення України, зокрема її природних ресурсів, є надзвичайно важливим завданням, особливо для таких регіонів, як Запорізька область, що зазнали значного впливу воєнних дій. Руйнування інфраструктури, забруднення територій, пошкодження екосистем – це лише частина проблем, які потребуватимуть комплексного та системного вирішення. У цьому контексті, вивчення та адаптація міжнародного досвіду державного управління відновленням природних ресурсів, накопиченого країнами, що пережили збройні конфлікти, може стати цінним інструментом для ефективного відновлення на місцевому рівні.

Запорізька область, відома своїм промисловим потенціалом та унікальними природними ландшафтами, потребуватиме особливої уваги у процесі відновлення. Воєнні дії могли призвести до забруднення ґрунтів, водних ресурсів, пошкодження лісових масивів та об’єктів природно-заповідного фонду. Використання міжнародного досвіду дозволить уникнути помилок, застосувати передові технології та підходи до екологічної реабілітації, а також залучити міжнародну підтримку та фінансування для реалізації відповідних проєктів на місцевому рівні. Недооцінка міжнародного досвіду може призвести до неефективного використання ресурсів, затягування процесу відновлення та недостатнього врахування екологічних наслідків воєнних дій.

Використання міжнародного досвіду державного управління відновленням природних ресурсів на місцевому рівні може охоплювати широкий спектр напрямків. Одним із важливих аспектів є законодавче та нормативно-правове забезпечення процесу відновлення. Досвід інших країн, що пережили війни, може бути корисним у розробці ефективних законів та

підзаконних актів, які б регулювали питання екологічної реабілітації, компенсації збитків, запобігання майбутнім забрудненням та відповідальності за екологічні злочини.

Іншим важливим напрямком є розробка та впровадження ефективних механізмів фінансування відновлення природних ресурсів. Міжнародний досвід може підказати шляхи залучення коштів з державного бюджету, міжнародних донорських організацій, приватних інвесторів та інших джерел. Важливо також вивчити досвід створення спеціальних фондів та програм, спрямованих на екологічне відновлення.

Управління процесом відновлення на місцевому рівні вимагає ефективної координації між різними державними органами, органами місцевого самоврядування, громадськими організаціями та науковими установами. Міжнародний досвід може бути корисним у розробці моделей такої координації, визначенні ролей та відповідальності кожного учасника процесу. Залучення місцевих громад до процесу відновлення, врахування їхніх потреб та інтересів є також важливим аспектом, де міжнародний досвід може надати цінні уроки.

Технологічні рішення для відновлення природних ресурсів є ще однією сферою, де міжнародний досвід може бути надзвичайно цінним. Країни, що вже пройшли через етапи відновлення після конфліктів, накопичили значний досвід у застосуванні передових технологій для очищення забруднених територій, відновлення екосистем, моніторингу стану навколишнього середовища та запобігання новим забрудненням. Адаптація та впровадження цих технологій на місцевому рівні в Запорізькій області може значно прискорити та підвищити ефективність процесу відновлення.

Міжнародний досвід також може бути корисним у сфері оцінки екологічних збитків, завданих воєнними діями. Існують міжнародні методики та стандарти для проведення таких оцінок, які можуть бути застосовані в Україні для визначення масштабів руйнувань та потреб у відновленні.

Важливим аспектом є також міжнародне співробітництво у сфері відновлення природних ресурсів. Залучення міжнародних експертів, обмін досвідом, участь у міжнародних програмах та проєктах можуть надати значну підтримку зусиллям, спрямованим на відновлення природних ресурсів на місцевому рівні.

Використання міжнародного досвіду державного управління відновленням природних ресурсів у повоєнний період є важливим фактором успішного відновлення на місцевому рівні, зокрема в Запорізькій області. Досвід інших країн може бути цінним у розробці законодавства, залученні фінансування, координації зусиль, застосуванні передових технологій та оцінці завданих збитків.

Проте, адаптація міжнародного досвіду повинна здійснюватися з урахуванням специфічних умов України та її регіонів. Комплексний та системний підхід, що поєднує міжнародні знання та місцеві особливості, дозволить забезпечити ефективне та стале відновлення природних ресурсів на

місцевому рівні, сприяючи екологічній безпеці та стабільному розвитку Запорізької області та України в цілому у післявоєнний період.

Література:

1. «Зелений курс» відновлення України – щоб відбудувати екологічніше. *Антикризовий медіа-центр - Антикризовий медіа-центр, Краматорськ*. URL: https://acmc.ua/zelenyj-kurs-vidnovlennya-ukrayiny-shhob-vidbuduvaty-ekologichnishe-nizh-bulo/ (дата звернення: 16.03.2025).

2. Колесніченко О. Міжнародний досвід відновлення та відбудови держав і регіонів після військових конфліктів та екологічних катастроф: висновки для України. *Економічна правда*. URL: https://analytics.intsecurity.org/wp-content/uploads/2024/01/Ukr_EPravda_12_Recovery.pdf (дата звернення: 17.03.2025).

Проценко Владислав
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. філос. наук, доц. Олійник О. М.

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ БІЗНЕС-ЕКОСИСТЕМ УКРАЇНСЬКИХ ПІДПРИЄМСТВ В УМОВАХ СТАЛОГО РОЗВИТКУ

В умовах післявоєнного відновлення та євроінтеграційних прагнень України, формування стійкої та конкурентоздатної економіки є ключовим пріоритетом. У цьому контексті, концепція бізнес-екосистем, яка передбачає тісну взаємодію та співпрацю між різними суб'єктами господарювання, науковими установами, громадськими організаціями та органами влади, набуває особливого значення. Для українських підприємств, які прагнуть до сталого розвитку, формування ефективних бізнес-екосистем є не лише інструментом підвищення конкурентоздатності, але й необхідною умовою для інтеграції в глобальні ланцюги створення вартості та досягнення цілей сталого розвитку.

Сталий розвиток передбачає збалансоване врахування економічних, соціальних та екологічних аспектів діяльності підприємств. Формування бізнес-екосистем, орієнтованих на сталість, дозволяє українським підприємствам спільно вирішувати складні питання, пов'язані зі зменшенням негативного впливу на довкілля, впровадженням соціально відповідальних практик та забезпеченням економічної ефективності в довгостроковій перспективі. В умовах обмежених ресурсів та необхідності швидкого відновлення економіки, саме співпраця в рамках бізнес-екосистем може стати каталізатором інновацій, обміну знаннями та ресурсами, а також сприяти залученню інвестицій у зелені технології та сталі рішення.

Недооцінка особливостей формування бізнес-екосистем, орієнтованих на сталий розвиток, може призвести до фрагментації зусиль, неефективного

використання ресурсів та уповільнення процесу відновлення української економіки на засадах сталого розвитку. Тому, дослідження та розуміння специфіки формування таких екосистем є надзвичайно актуальним для українських підприємств та органів державної влади.

Формування бізнес-екосистем українських підприємств в умовах сталого розвитку має ряд особливостей, зумовлених як загальносвітовими тенденціями, так і специфікою української економіки та суспільства. Однією з ключових особливостей є зростаюча роль співпраці та партнерства між різними типами організацій. У сталих бізнес-екосистемах важливу роль відіграють не лише великі підприємства, а й малі та середні підприємства (МСП), стартапи, науково-дослідні установи, громадські організації та органи державної влади. Їхня тісна взаємодія сприяє обміну знаннями, технологіями, ресурсами та кращими практиками у сфері сталого розвитку.

Іншою важливою особливістю є інтеграція принципів циркулярної економіки в діяльність бізнес-екосистем. Це передбачає перехід від лінійної моделі виробництва та споживання до циклічної, де відходи одного підприємства стають ресурсами для іншого. Формування сталих бізнес-екосистем сприяє розвитку промислового симбіозу, спільному використанню ресурсів, повторному використанню та переробці відходів, що дозволяє зменшити негативний вплив на довкілля та підвищити ресурсну ефективність.

Цифрові технології відіграють важливу роль у формуванні сталих бізнес-екосистем українських підприємств. Платформи для обміну даними, системи моніторингу та обліку екологічних показників, інструменти для спільної розробки сталих рішень та онлайн-платформи для налагодження партнерства сприяють підвищенню прозорості, ефективності та масштабованості співпраці в рамках екосистем.

Соціальна відповідальність та етичні аспекти також є важливими особливостями формування сталих бізнес-екосистем. Підприємства, що входять до таких екосистем, повинні дотримуватися високих стандартів соціальної відповідальності, враховувати інтереси всіх зацікавлених сторін, включаючи працівників, місцеві громади та суспільство в цілому.

Державна політика та регулювання відіграють ключову роль у стимулюванні формування сталих бізнес-екосистем українських підприємств. Запровадження екологічних стандартів, надання податкових пільг та субсидій для підприємств, що впроваджують сталі технології, підтримка науково-дослідних проєктів у сфері сталого розвитку, а також створення сприятливого регуляторного середовища для розвитку зеленої економіки є важливими інструментами державної підтримки.

Формування бізнес-екосистем українських підприємств в умовах сталого розвитку є складним, але надзвичайно важливим процесом, який має ряд особливостей. Ключовими особливостями є зростаюча роль співпраці та партнерства, інтеграція принципів циркулярної економіки, використання цифрових технологій, підвищена увага до соціальної відповідальності та

етичних аспектів, а також визначальна роль державної політики та регулювання.

Ефективне формування сталих бізнес-екосистем може стати потужним драйвером для відновлення та розвитку української економіки на засадах сталого розвитку, підвищення конкурентоздатності українських підприємств на міжнародних ринках та досягнення цілей сталого розвитку. Для цього необхідна активна взаємодія між бізнесом, наукою, владою та громадськістю, а також створення сприятливих умов для інновацій, обміну знаннями та залучення інвестицій у сталі рішення.

Література:

1. The Paradigm of Innovative Development in the Conditions of Permanent Crisis: Collective monograph / edited by Carmen Jambrino Maldonado, Grygoriy Starchenko, Tetiana Stroiko. Universidad de Málaga. Málaga - Chernihiv : REICST, 2024. 280 p.

2. Теплюк М. А. Сучасні підходи до формування інноваційної бізнес-екосистем. *Вчені записки : зб. наук. пр.* Київ : КНЕУ, 2021. Вип. 25. С. 42–50.

Пругло Альбіна
студентка 4 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Хацер М.В.

ШЛЯХИ ПОКРАЩЕННЯ ФІНАНСОВОГО СТАНУ ТУРИСТИЧНИХ КОМПАНІЙ УКРАЇНИ В УМОВАХ ВОЄННОГО РОЗВИТКУ ГАЛУЗІ

У сучасних умовах воєнного розвитку України питання покращення фінансового стану туристичних компаній набуває особливої значущості. Військовий конфлікт, економічні санкції, зміни в соціально-політичному середовищі створюють серйозні виклики для всіх секторів економіки, зокрема і для туристичної галузі. Тому розробка заходів для стабілізації та розвитку фінансового стану туристичних компаній є необхідною для їхньої стійкості та здатності адаптуватися до нових реалій.

Проблематику розвитку туристичних підприємств в умовах війни, а також покращення фінансового стану туристичних компаній в межах воєнного розвитку економіки України досліджували такі науковці, як: Н. Бабко та О. Круковська [1]; Л. Безручко, С. Білоус, та М. Філь [2]; Т. Захарова [3]; О. Моргулець, О. Шевченко та Я. Агеєв [4] та ін. Однак динамічність розвитку економіки України та туристичної галузі країни, вимагає постійного пошуку можливостей покращення фінансового стану туристичних фірм, які функціонують на ринку туристичних послуг держави.

Як зазначають науковці [1, с. 87; 2], туризм сьогодні є однією з найбільш постраждалих галузей економіки через повномасштабне вторгнення, що, в принципі, не є несподіваним. Зазвичай питання туризму стають актуальними в

періоди миру, тоді як у часи війни проблеми цієї галузі переплітаються з більш загальними викликами для населення країни.

Готелі, ресторани, екскурсійні агентства та транспортні компанії відчувають фінансовий тиск і потребують адаптації до нових реалій. Проте криза може також стати можливістю для переосмислення стратегій і впровадження інновацій. Наприклад, у таких умовах важливим є розвиток внутрішнього туризму та залучення громадян до відвідування регіонів, які раніше були популярні лише серед іноземних туристів. Це може стати кроком до диверсифікації туристичного ринку та зменшення залежності від зовнішніх факторів. Невідкладною також є потреба у розвитку альтернативних форм туризму, таких як екологічний, культурний та гастрономічний, що можуть привабити тих, хто цінує природні красоти, історію та місцеву кухню [3].

Фінансова підтримка та інвестиції є надзвичайно важливими для розвитку туристичного бізнесу в Україні, особливо під час воєнного стану. Основна мета цього напряму полягає в наданні фінансових ресурсів та інвестицій для створення, розширення та модернізації інфраструктури, покращення рівня послуг, залучення туристів і стимулювання розвитку галузі. Фінансова підтримка та інвестиції активізують туристичний сектор в Україні, сприяючи сталому розвитку галузі, залученню більшої кількості іноземних туристів і створенню робочих місць для місцевого населення. Вони також допомагають відновленню туризму як під час воєнного стану, так і у період повоєнного відновлення країни [4].

В умовах воєнного розвитку економічної системи країни туристичні підприємства повинні шукати та реалізовувати заходи антикризового характеру, у тому числі у контексті стабілізації та покращення власного фінансового стану. Вважаємо, що ключовими шляхами покращення фінансового стану українських туристичних компаній в умовах впливу військових викликів на економічні відносини у країні повинні бути:

- підвищення рівня фінансової дисципліни, особливо, що стосується здійснення витрат та взаємовідносин з контрагентами, у тому числі іноземними компаніями зі сфери гостинності;
- підвищення гнучкості у забезпеченні фінансування операційної діяльності компанії, у тому числі через активізацію використання альтернативних джерел фінансування (краудфандинг, спонсорські кошти, благодійні кошти, кошти державних та недержавних, міжнародних, іноземних інститутів та ін.);
- прискорення темпів цифрової трансформації та посилення цифровізації всіх операційних і управлінських процесів, у тому числі управління фінансовим станом;
- підвищення рівня стресостійкості та безпеки працівників підприємства, у тому числі фінансових менеджерів, з метою зменшення кількості операційних помилок та підвищення продуктивності, результативності і ефективності роботи працівників.

Таким чином, покращення фінансового стану туристичних компаній України в умовах воєнного розвитку галузі є важливим завданням, яке вимагає комплексного підходу та стратегічних змін. Важливою складовою є також створення сприятливих умов для залучення іноземних туристів, що сприятиме подальшому економічному розвитку та зменшенню залежності від зовнішніх чинників.

Література:

1. Бабко Н.М., Круковська О.В. Фінансові моделі управління туристичними підприємствами та шляхи оптимізації їх витрат. Інвестиції : практика та досвід. 2024. № 21. С. 86-91.

2. Безручко Л., Білоус С., Філь М. Готельне господарство в умовах війни : сучасний стан та перспективи розвитку. Економіка та суспільство. 2023. № 47. URL: https://doi.org/10.32782/2524-0072/2023-47-43 (дата звернення: 24.03.2025).

3. Захарова Т. Напрямки розвитку туристичного бізнесу України. Економіка та суспільство. 2023. № 49. URL: https://doi.org/10.32782/2524-0072/2023-49-6 (дата звернення: 24.03.2025).

4. Моргулець О., Шевченко О., Агеєв Я. Туристичний бізнес України в умовах геополітичної нестабільності : стратегії розвитку. Економічний простір. 2024. № 189. URL: https://doi.org/10.32782/2224-6282/189-61 (дата звернення: 24.03.2025).

Риляков Ілля
здобувач третього (освітньо-наукового)
рівня вищої освіти
Наук. кер.: д-р екон. наук, проф. Маркова С.В.

РОЗВИТОК МЕХАНІЗМУ МОТИВАЦІЇ ПЕРСОНАЛУ ЧЕРЕЗ ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В УМОВАХ ГЛОБАЛЬНИХ ВИКЛИКІВ

У сучасних умовах глобалізації, коли технологічний розвиток та цифровізація змінюють структуру ринку праці, мотивація персоналу набуває особливого значення. Традиційні методи стимулювання працівників втрачають ефективність, що зумовлює необхідність впровадження інноваційних технологій мотивування. Використання штучного інтелекту, гейміфікації, персоналізованих програм розвитку та інших сучасних інструментів дозволяє підвищити залученість персоналу, сприяти продуктивності та створювати конкурентні переваги для підприємств. Окрім того, глобальні виклики, такі як віддалена робота, крос-культурні команди та зміна очікувань працівників щодо умов праці, вимагають розробки комплексного механізму мотивації, який враховуватиме не лише матеріальні стимули, а й нематеріальні фактори, такі як корпоративна культура, кар'єрні можливості, гнучкий графік та баланс між роботою і особистим життям. Саме тому дослідження інноваційних технологій

мотивування персоналу є важливим та актуальним для сучасного бізнес-середовища.

У сучасному глобалізованому середовищі механізми мотивації персоналу зазнають значних змін під впливом технологічного прогресу та трансформації ринку праці. Інноваційні технології, такі як цифрові платформи, штучний інтелект, великі дані та автоматизовані HR-системи, відіграють ключову роль у підвищенні продуктивності та залученості працівників. Вони дозволяють персоналізувати підходи до стимулювання, розробляти індивідуальні програми розвитку та аналізувати ефективність методів мотивування в реальному часі. Основні глобальні виклики, що впливають на мотивацію персоналу, включають діджиталізацію, зміну очікувань працівників, конкуренцію за таланти та необхідність адаптації до нових форматів роботи, таких як дистанційна та гібридна зайнятість. У відповідь на ці виклики організації впроваджують комплексні системи мотивації, що поєднують матеріальні (зарплатні бонуси, страхування) та нематеріальні стимули (кар'єрне зростання, корпоративна культура, work-life balance). Використання гейміфікації, мобільних додатків для навчання та платформ зворотного зв'язку сприяє підвищенню залученості працівників та формуванню лояльності до компанії.

Для ефективного розвитку механізму мотивації важливо інтегрувати інноваційні підходи у стратегію управління персоналом. Використання аналітики для прогнозування потреб працівників, застосування адаптивних мотиваційних програм та впровадження технологій штучного інтелекту у HR-процеси дозволяє підвищити ефективність організації та створити сприятливе робоче середовище. Впровадження цих рішень допомагає підприємствам не лише утримувати найкращі таланти, а й формувати стійку конкурентну перевагу в умовах динамічного ринку праці.

Таблиця 1 - Вплив інноваційних технологій на мотивацію персоналу [1, 2]

Технологія	Основні можливості	Очікуваний ефект
Штучний інтелект (AI)	Аналіз продуктивності, прогнозування потреб персоналу	Підвищення ефективності управління кадрами
Гейміфікація	Використання ігрових механік у процесі роботи та навчання	Підвищення залученості та мотивації
Великі дані (Big Data)	Персоналізований аналіз мотиваційних факторів	Оптимізація мотиваційних стратегій
Дистанційні платформи управління	Контроль продуктивності, автоматизація HR-процесів	Гнучкість, зниження навантаження на HR
Work-life balance програми	Гнучкий графік, віртуальні офіси, корпоративний wellness	Підвищення задоволеності працівників

Отже, розвиток механізму мотивації персоналу через інноваційні технології в умовах глобальних викликів є необхідною умовою для

забезпечення стійкості та конкурентоспроможності підприємств. Інтеграція таких технологій, як штучний інтелект, великі дані, гейміфікація та цифрові платформи, дозволяє створити більш адаптивні та персоналізовані мотиваційні стратегії. Це не лише підвищує продуктивність працівників, але й покращує їх залученість, що є важливим фактором для утримання талантів у сучасних умовах економічної нестабільності та постійних змін. Інноваційні підходи до мотивації персоналу допомагають організаціям краще адаптуватися до глобальних викликів, таких як діджиталізація та зміна формату роботи, забезпечуючи не тільки короткострокові, але й довгострокові результати. Впровадження технологій управління персоналом, орієнтованих на індивідуальні потреби працівників, зміцнює корпоративну культуру, сприяє розвитку організації та покращує баланс між роботою та особистим життям працівників, що стає важливим фактором для їхньої лояльності та мотивації.

Література:

1. Мельничук, І. І., Мельничук, О. І. Підвищення мотивації працівників українських підприємств в умовах кризи. *Вісник Національного університету «Львівська політехніка». Серія: Соціальні та економічні науки*, 2023. №7, С. 123-130.

2. Павлюк, І. Р., Бойко, М. В. Особливості мотивування персоналу підприємств в умовах поглиблення міжнародної співпраці. *Менеджмент та підприємництво в Україні: етапи становлення та проблеми розвитку*, 2023. (5), С. 44-53.

Семоненко Артем
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. філос. наук, доц. Олійник О. М.

ЗАСТОСУВАННЯ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ У КАТЕГОРІЙНОМУ МЕНЕДЖМЕНТІ ПІДПРИЄМСТВ-СУБ'ЄКТІВ ЗЕД

В умовах глобалізації та зростання міжнародної торгівлі, ефективне управління асортиментом товарів (категорійний менеджмент) є ключовим фактором успіху для підприємств, які здійснюють зовнішньоекономічну діяльність (ЗЕД). Застосування цифрових технологій у цій сфері відкриває нові можливості для оптимізації закупівель, управління запасами, аналізу попиту на міжнародних ринках та підвищення конкурентоздатності підприємств-суб'єктів ЗЕД. Враховуючи сучасний етап розвитку економіки України, зокрема в контексті післявоєнного відновлення та інтеграції у світові ринки, впровадження цифрових технологій у категорійний менеджмент стає не просто інновацією, а нагальною потребою для українських підприємств, що прагнуть до ефективної та прибуткової зовнішньоекономічної діяльності.

Цифрові технології дозволяють підприємствам-суб'єктам ЗЕД отримувати доступ до великих обсягів даних про міжнародні ринки, поведінку споживачів, цінові тенденції та діяльність конкурентів. Аналіз цієї інформації за допомогою сучасних аналітичних інструментів дає змогу приймати обґрунтовані рішення щодо формування оптимального асортименту товарів, вибору постачальників, визначення оптимальних цін та розробки ефективних маркетингових стратегій на міжнародних ринках. Недооцінка можливостей, які надають цифрові технології у сфері категорійного менеджменту, може призвести до неефективного управління асортиментом, втрати конкурентних переваг та зниження прибутковості зовнішньоекономічної діяльності підприємств.

Застосування цифрових технологій може значно підвищити ефективність кожного етапу категорійного менеджменту на підприємствах-суб'єктах ЗЕД. На етапі визначення категорії цифрові інструменти, такі як платформи для аналізу ринкових даних, інструменти веб-аналітики та соціального прослуховування, дозволяють підприємствам отримувати актуальну інформацію про потреби споживачів на міжнародних ринках, виявляти нові тренди та визначати перспективні категорії товарів для імпорту чи експорту.

На етапі визначення ролі категорії цифрові технології допомагають підприємствам-суб'єктам ЗЕД аналізувати рентабельність різних категорій товарів на міжнародних ринках, прогнозувати обсяги продажів та визначати оптимальну стратегію для кожної категорії з урахуванням особливостей місцевого ринку та дій конкурентів.

На етапі оцінки ефективності категорії використовуються системи обліку та аналізу продажів, CRM-системи та інструменти бізнес-аналітики, які дозволяють підприємствам відстежувати ключові показники ефективності кожної категорії товарів на міжнародних ринках, виявляти проблемні зони та оперативно приймати коригувальні рішення.

Цифрові технології також відіграють важливу роль в управлінні асортиментом на підприємствах-суб'єктах ЗЕД. Системи управління запасами, платформи для електронних закупівель та інструменти прогнозування попиту дозволяють підприємствам оптимізувати рівень запасів, мінімізувати витрати на зберігання та транспортування товарів, а також забезпечити своєчасне постачання необхідної продукції на міжнародні ринки.

У сфері ціноутворення цифрові інструменти, такі як системи моніторингу цін конкурентів, платформи для динамічного ціноутворення та інструменти аналізу цінової чутливості споживачів на різних ринках, допомагають підприємствам-суб'єктам ЗЕД встановлювати оптимальні ціни на свої товари, максимізуючи прибуток та зберігаючи конкурентоздатність.

Цифрові технології також значно полегшують взаємодію підприємств-суб'єктів ЗЕД з постачальниками та партнерами на міжнародних ринках. Платформи для електронного документообігу, системи управління ланцюгами поставок та інструменти для спільної роботи дозволяють оптимізувати комунікацію, спростити процес замовлення та доставки товарів, а також підвищити прозорість та ефективність співпраці.

Для просування товарів на міжнародних ринках підприємства-суб'єкти ЗЕД можуть використовувати широкий спектр цифрових маркетингових інструментів, таких як соціальні мережі, онлайн-реклама, email-маркетинг та контент-маркетинг. Аналітичні інструменти дозволяють оцінювати ефективність маркетингових кампаній та оптимізувати їх для досягнення максимального результату.

Незважаючи на значні переваги, впровадження цифрових технологій у категорійний менеджмент підприємств-суб'єктів ЗЕД може супроводжуватися певними викликами. До них належать необхідність значних інвестицій у технологічну інфраструктуру та програмне забезпечення, потреба у кваліфікованих фахівцях, здатних працювати з цими технологіями, а також ризики, пов'язані з кібербезпекою та захистом даних.

Застосування цифрових технологій є потужним інструментом для оптимізації категорійного менеджменту підприємств-суб'єктів ЗЕД. Впровадження сучасних цифрових рішень дозволяє підприємствам підвищити ефективність управління асортиментом товарів на міжнародних ринках, приймати обґрунтовані рішення на основі аналізу великих даних, оптимізувати ланцюги поставок, покращити взаємодію з партнерами та клієнтами, а також підвищити свою конкурентоздатність.

Література:

1. Микитенко Н. В. Категорійний менеджмент в системі 3D: теоретичні та практичні аспекти. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Економіка» : науковий журнал*. Острог : Вид-во НаУОА, березень 2020. № 16(44). С. 74–80.

2. Тупкало В. М. Цифрова економіка: зміна парадигми менеджменту підприємств. Економічний вісник НТУУ "Київський політехнічний інститут"». № 19, 2021. С. 177–181.

Сєлємєнєв Роман
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: д-р філософії PhD Магомедова Т.М.

ПРАВА ТА ОБОВ’ЯЗКИ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ У КОНТЕКСТІ СОЦІАЛЬНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

Проблема соціального забезпечення внутрішньо переміщених осіб (ВПО) є вкрай актуальною в умовах збройного конфлікту та гуманітарної кризи в Україні. Забезпечення прав і виконання обов’язків ВПО має важливе значення для захисту їхніх інтересів, інтеграції у нові громади та створення умов для гідного життя. Після вимушеного переміщення люди стикаються з численними труднощами, серед яких - втрата житла, роботи та доступу до соціальних

послуг. У таких умовах держава відіграє ключову роль у забезпеченні базових прав та підтримці цих осіб.

Відповідно до законодавства України, ВПО мають право на отримання довідки про взяття на облік, яка є підставою для реалізації інших прав. Одним із ключових прав є право на соціальну допомогу, зокрема щомісячні виплати на покриття витрат на проживання та оплату житлово-комунальних послуг. Держава також гарантує право на безоплатну правову допомогу для захисту інтересів ВПО у питаннях поновлення документів, відновлення житлових прав та отримання соціальних виплат.

ВПО мають право на отримання медичної допомоги, включаючи доступ до первинної, спеціалізованої та екстреної медичної допомоги на рівних умовах із іншими громадянами України. У разі потреби ВПО можуть скористатися програмами державного медичного страхування, що забезпечує додатковий рівень захисту їхнього здоров'я. Також передбачено право на освіту для дітей ВПО, яке реалізується шляхом зарахування до закладів дошкільної, загальної середньої, професійної та вищої освіти без проходження додаткових вступних випробувань.

Окремо слід відзначити право на працевлаштування, що забезпечується шляхом сприяння у пошуку роботи, участі у програмах професійної адаптації та перекваліфікації. Роботодавці, які наймають ВПО, можуть отримати компенсацію витрат на оплату праці, що стимулює працевлаштування переміщених осіб. Крім того, ВПО мають право на відшкодування шкоди, завданої внаслідок збройного конфлікту, зокрема через механізми компенсації за зруйноване або пошкоджене житло.

Поряд із правами ВПО мають і низку обов'язків. Одним із основних обов'язків є дотримання законодавства України, зокрема правил перебування на новому місці проживання. ВПО зобов'язані своєчасно повідомляти органи соціального захисту про зміну місця проживання або повернення до покинутого місця постійного проживання.

Для отримання соціальних виплат ВПО повинні подавати необхідні документи та оновлювати їх у разі змін обставин. Крім того, вони мають дотримуватися умов отримання державної допомоги, зокрема підтверджувати факт свого перебування на підконтрольній Україні території. У разі отримання соціальної допомоги внутрішньо переміщені особи повинні використовувати її за призначенням та не зловживати державними ресурсами.

Обов'язком ВПО є також відповідальне ставлення до майна, яке надається їм у тимчасове користування, наприклад житла чи іншої соціальної підтримки. Дотримання цих норм сприяє збереженню довіри між державою та внутрішньо переміщеними особами. Крім того, ВПО зобов'язані сприяти інтеграції у нові громади, дотримуватися місцевих правил та брати участь у громадському житті, що сприяє соціальній згуртованості.

Для покращення реалізації прав ВПО необхідно спрощення процедур отримання соціальних виплат та інших видів допомоги шляхом запровадження електронних сервісів. Важливим є створення єдиного реєстру ВПО, що

дозволить державі ефективніше координувати допомогу та контролювати її надання.

Особливу увагу слід приділити забезпеченню доступу ВПО до правової підтримки. Це можна реалізувати шляхом відкриття консультаційних центрів або організації гарячих ліній для надання юридичної допомоги. Також доцільно розробити державні програми з інтеграції ВПО у приймаючі громади, зокрема через створення робочих місць та підтримку малого бізнесу.

Підвищення обізнаності про права та обов'язки ВПО сприятиме кращій взаємодії з органами державної влади та полегшить процес адаптації. Варто також посилити контроль за цільовим використанням коштів, спрямованих на підтримку ВПО, аби уникнути зловживань. Запровадження регулярного моніторингу соціальних програм дозволить своєчасно виявляти проблеми та вносити необхідні корективи у систему соціального забезпечення [1].

Забезпечення прав та виконання обов'язків ВПО є важливим елементом соціальної політики держави. Необхідно вдосконалити механізми соціального захисту, забезпечити рівний доступ до медичних, освітніх і трудових ресурсів, а також створити умови для повноцінної інтеграції ВПО у громади. Це сприятиме соціальній згуртованості та відновленню суспільства в умовах післявоєнної відбудови країни.

Важливим завданням держави є створення сприятливого середовища для самореалізації ВПО, що дозволить їм зробити свій внесок у розвиток приймаючих громад. Підтримка з боку держави та суспільства створить умови для подолання наслідків вимушеного переміщення та сприятиме зміцненню соціальної єдності в Україні.

Література:

1. Передерій О. Проблеми захисту прав внутрішньо переміщених осіб в Україні. *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ.* 2023. № 2. С. 28–33. DOI: https://doi. org/10.31733/2078-3566-2023-2-28-33.

Смольський Руслан
студент 4 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гудима О.В.

ОСНОВНІ НАПРЯМКИ УДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ ЗАКУПІВЕЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Головне завдання постачання для підприємства – це забезпечення виробництва всіма необхідними матеріальними ресурсами у відповідний час, в оптимальній кількості та з необхідною якістю. Вирішуючи цю задачу, відділ постачання зобов'язаний аналізувати та враховувати реальний і прогнозований попит на всі ресурси, які використовуються у виробництві, динаміку цін на них, включаючи вартість послуг посередників, обирати найбільш вигідні умови

постачання, оптимізувати запаси, мінімізувати витрати на доставку та зберігання.

Нестача запасів на підприємстві створює проблеми: порушення ритму виробництва, зниження продуктивності праці, змушені заміни матеріалів, що може призвести до додаткових витрат.

Відсутність запасів готової продукції унеможливлює безперебійні відвантаження, що, в свою чергу, скорочує обсяг реалізації, зменшуючи прибуток. Водночас надмірні невикористані запаси сповільнюють обіг обігових коштів, відволікаючи матеріали від виробничого циклу та збільшують витрати на їх утримання. Тому в умовах ринкових відносин спеціалісти підприємства повинні ефективно управляти процесами постачання, збуту запасами та обіговими коштами, що інвестовані в ці запаси.

Система оперативного контролю й управління – це організація щоденної роботи співробітників Департаменту закупівель компанії, мета якої – формування торговельних запасів в економічно обґрунтованому обсязі [2].

Ця інформація дає змогу розв'язати такі завдання на підприємстві:

- визначити позиції запасів, що перебувають у дефіциті;
- обрати позиції матеріальних ресурсів, щодо яких сформовано надмірні запаси та які можливо реалізувати;
- оцінити забезпеченість запасами та їхній склад;
- визначити потребу у фінансових ресурсах для забезпечення необхідних запасів у запланований період та інше.

Мінімізація поточних витрат на утримання запасів – це завдання оптимізації, яке вирішується шляхом їх нормалізації [1, с. 55]. Для виробничих запасів ключовим є визначення оптимального обсягу партії сировини та матеріалів, що постачається. Чим більшим є обсяг поставки, тим менші відносні поточні витрати, пов'язані з розміщенням замовлення, доставкою продукції та її прийняттям.

Проблема управління постачанням товарів особливо актуальна для організацій, де потреба у певних видах товарів, що швидко вичерпуються, постійно виникає через неналагоджене їх постачання.

В той самий час, на складах часто присутні надлишкові обсяги товарів, які не користуються попитом або були «закуплені в резерв», значна частина з яких вже має протермінований термін придатності.

Відтак, керівництву та бухгалтерії підприємств необхідно зосередити увагу на контролі наявності, використанні та стандартизації запасів, операційному управлінні ними та плануванні обсягів закупівель. Сучасні комп'ютерні технології здатні надати суттєву допомогу в цьому питанні.

Основна мета розробки системи управління запасами полягає у підвищенні ефективності управління матеріальними резервами в організації, забезпеченні контролю за витратами на них, що сприяє збільшенню прибутковості підприємства за рахунок зменшення витрат на управління та оптимізації фінансових відносин з постачальниками сировини і матеріалів.

Впровадження автоматизованої системи управління запасами дозволяє досягти наступних покращень у роботі підприємства:

- раціональне використання матеріальних резервів;
- підвищення ліквідності надлишкових запасів матеріалів;
- прискорення обігу всіх видів запасів;
- забезпечення оптимальних витрат на закупівельні операції;
- визначення оптимального розміру партії постачання;
- скорочення обсягу запасів;
- забезпечення безперебійної роботи транспорту;
- ідентифікація дефіцитних позицій певних видів запасів;
- виявлення позицій з непрофільними запасами для подальшої їх реалізації;
- визначення потреби у фінансових ресурсах для забезпечення необхідних поставок матеріалів у запланований період тощо.

Впровадження інформаційної системи для управління запасами не потребує змін в організаційній структурі. Обмін даними в системі буде відбуватися з використанням комунікаційного обладнання.

Отже, впровадження автоматизованих систем закупівель на підприємствах дозволить уникнути надмірного накопичення товарних ресурсів на складах, оскільки фізичне та моральне старіння, а також псування під час зберігання призводять до фінансових втрат.

Література:

1. Длугопольський О., Чапрак Ю. Ключові напрямки дослідження та дилеми в сфері публічних закупівель: теоретичний фрейм. *Innovation and Sustainability*. 2023. № 1. С.51-63.

2. Соколова Ю.О., Павлішина Н.М. Роль ринкових сил в закупівельній діяльності підприємства державної форми власності в умовах цифровізації економіки. *Ефективна економіка*. 2021. № 8. URL: http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=9140 (дата звернення: 16.03.2025).

Солос Микита
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Богданов С.М.

КЛЮЧОВІ ФАКТОРИ УСПІШНОСТІ ЦИФРОВОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ БІЗНЕС-ПРОЦЕСІВ У РІЗНИХ ГАЛУЗЯХ ЕКОНОМІКИ УКРАЇНИ

В умовах післявоєнного відновлення та євроінтеграції України, цифрова трансформація бізнес-процесів стає стратегічно важливим інструментом для підвищення конкурентоздатності національної економіки в усіх її галузях. Впровадження сучасних цифрових технологій дозволяє українським підприємствам оптимізувати свою діяльність, знижувати витрати, підвищувати

ефективність виробництва, покращувати якість продукції та послуг, а також виходити на нові ринки. Враховуючи глобальні тенденції та необхідність швидкої адаптації до мінливого економічного середовища, успішна цифрова трансформація є критично важливою для забезпечення сталого розвитку української економіки та її інтеграції у світовий економічний простір. Недостатня увага до ключових факторів успіху цифрової трансформації може призвести до неефективного використання ресурсів, уповільнення темпів відновлення та втрати конкурентних переваг на міжнародній арені.

Метою дослідження є визначення та аналіз ключових факторів, що визначають успішність цифрової трансформації бізнес-процесів у різних галузях економіки України.

Успішна цифрова трансформація бізнес-процесів у різних галузях економіки України залежить від низки взаємопов'язаних факторів. Одним із найважливіших є наявність чіткого стратегічного бачення та підтримки вищого керівництва. Керівники підприємств повинні розуміти цілі та завдання цифрової трансформації, бути готовими до змін та забезпечувати необхідні ресурси для її реалізації. Стратегія цифрової трансформації має бути інтегрована в загальну стратегію розвитку підприємства та враховувати специфіку галузі, розмір компанії та її конкурентні переваги.

Орієнтація на клієнта є ще одним ключовим фактором успіху. Цифрові технології повинні використовуватися для покращення клієнтського досвіду, надання більш персоналізованих послуг та задоволення зростаючих потреб споживачів. Розуміння потреб клієнтів та використання даних для їхнього аналізу є важливим елементом успішної цифрової трансформації.

Залучення та навчання співробітників відіграє вирішальну роль у процесі цифрової трансформації. Успішне впровадження нових технологій вимагає наявності кваліфікованих кадрів, здатних їх використовувати та підтримувати. Підприємства повинні інвестувати в навчання та перекваліфікацію своїх співробітників, а також залучати нових фахівців з цифрових технологій.

Надійна технологічна інфраструктура та забезпечення кібербезпеки є необхідною умовою для успішної цифрової трансформації. Підприємства повинні мати доступ до якісного обладнання, програмного забезпечення та комунікаційних мереж. Захист даних та забезпечення кібербезпеки повинні бути пріоритетними завданнями на всіх етапах цифрової трансформації.

Використання даних для прийняття рішень є ще одним важливим фактором успіху. Цифрові технології дозволяють збирати та аналізувати великі обсяги даних про діяльність підприємства, ринкову кон'юнктуру та поведінку споживачів. Використання цих даних для прийняття обґрунтованих управлінських рішень сприяє підвищенню ефективності бізнес-процесів та досягненню стратегічних цілей.

Гнучкість та ітеративність процесу впровадження цифрових технологій є також важливими факторами успіху. Цифрова трансформація – це не одноразовий проєкт, а безперервний процес, який вимагає постійного вдосконалення та адаптації до змін. Підприємства повинні бути готові до

експериментів, швидкого прототипування та внесення змін до своїх бізнес-процесів на основі отриманого досвіду.

Сприятливе державне регулювання та підтримка також відіграють важливу роль у стимулюванні цифрової трансформації в економіці України. Держава може створювати сприятливі умови для розвитку цифрової інфраструктури, підтримувати інноваційні проєкти, сприяти розвитку цифрової грамотності населення та забезпечувати правовий захист цифрових технологій.

Успішна цифрова трансформація бізнес-процесів у різних галузях економіки України залежить від комплексного впливу багатьох факторів. Ключовими серед них є наявність стратегічного бачення, орієнтація на клієнта, залучення та навчання співробітників, надійна технологічна інфраструктура, використання даних для прийняття рішень, гнучкість процесу впровадження та підтримка держави.

Врахування та ефективне управління цими факторами дозволить українським підприємствам успішно здійснити цифрову трансформацію, підвищити свою конкурентоздатність, вийти на нові ринки та забезпечити стале економічне зростання України в умовах сучасних викликів.

Література:

1. Юрченко О. А., Чернишова О. О., Стойка І. І. Digital-трансформація бізнесу в умовах війни. Економіка та суспільство. 2022. Випуск 40. С. 1-8.

2. Подольчак Н. Ю., Білик О. І., Левицька Я. В. Сучасний стан цифровізації в Україні. Ефективна економіка. №10. URL: http://www.economy.nayka.com.ua/pdf/10_2019/6.pdf (дата звернення: 20.03.2025).

3. Цифрові трансформації в Україні: чи відповідають вітчизняні інституційні умови зовнішнім викликам та європейському порядку денному? Поліський фонд міжнародних та регіональних досліджень, 2020. 76 с.

4. Іртищева І.О., Крамаренко І.С. Факторинг як напрям стратегічного розвитку фінансового забезпечення агропродовольчої сфери. *Вісник ХНАУ*. №8. С. 16-21.

5. Irtyshcheva, I. et a The economy of war and postwar economic development: world and Ukrainian realities. *Baltic Journal of Economic Studies*. 2022. Vol. 8 No., P. 78-82.

Тимофієнко Станіслав
аспірант фак-ту менеджменту

МЕХАНІЗМИ РОЗВИТКУ ІНФРАСТРУКТУРИ ДЛЯ СТИМУЛЮВАННЯ ІННОВАЦІЙНО-ІНВЕСТИЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПІДПРИЄМСТВ

У сучасних умовах глобалізації та цифрової трансформації підприємства стикаються з викликами швидкої адаптації до змін ринкового середовища, що потребує ефективного функціонування інноваційної інфраструктури, включаючи технопарки, бізнес-інкубатори, венчурне фінансування, науково-дослідні центри та ІТ-кластери. Відсутність належної інфраструктури може значно гальмувати процеси модернізації та впровадження інновацій. Інфраструктурне забезпечення відіграє ключову роль у формуванні інвестиційно привабливого середовища, що сприяє залученню капіталу в інноваційні проєкти. Розвиток інфраструктури для стимулювання інноваційно-інвестиційної діяльності підприємств є ключовим чинником підвищення їхньої конкурентоспроможності та стійкості в умовах динамічного ринку. Інфраструктурне забезпечення охоплює науково-дослідні центри, технологічні парки, бізнес-інкубатори, венчурні фонди, цифрові платформи та логістичні системи, що сприяють швидкому впровадженню інновацій. Основним механізмом розвитку цієї інфраструктури є державна підтримка, яка може реалізовуватися через податкові стимули, грантові програми, кредитні пільги та державно-приватне партнерство.

Важливу роль відіграє фінансова підтримка з боку венчурних інвесторів, банківських установ та міжнародних фінансових організацій. Для ефективного залучення інвестицій необхідно створювати сприятливе середовище, що передбачає розвинену інноваційну екосистему, прозорі правові умови та доступність сучасної технологічної інфраструктури. Крім того, необхідно розширювати можливості підприємств у використанні цифрових технологій, зокрема хмарних сервісів, штучного інтелекту та блокчейн-рішень, що дозволяють оптимізувати бізнес-процеси та знижувати витрати.

Ще одним важливим механізмом є розвиток освітньої та наукової інфраструктури, що забезпечує підготовку висококваліфікованих фахівців для інноваційних підприємств. Співпраця бізнесу з університетами та науковими установами сприяє впровадженню новітніх технологій та створенню спільних дослідницьких проєктів. Крім того, важливою є роль кластерних ініціатив, які дозволяють підприємствам взаємодіяти між собою, формувати спільні інноваційні платформи та ефективно використовувати наявні ресурси. Таким чином, комплексний розвиток інфраструктури є основою для активізації інноваційно-інвестиційної діяльності підприємств та їхнього сталого зростання.

Таблиця 1 – Кроки та механізми розвитку інфраструктури для стимулювання інноваційно-інвестиційної діяльності підприємств

№	Крок	Механізм реалізації
1	Формування сприятливого	Розробка законодавчих ініціатив, податкових стимулів,

	правового середовища	державно-приватне партнерство
2	Розвиток фінансової підтримки	Гранти, субсидії, венчурне фінансування, пільгове кредитування
3	Створення інноваційних інфраструктур	Технологічні парки, бізнес-інкубатори, науково-дослідні центри
4	Запровадження цифрових технологій	Використання хмарних сервісів, штучного інтелекту, блокчейн-технологій
5	Підтримка освіти та науки	Співпраця з університетами, програми стажування, підготовка кадрів
6	Формування інноваційних кластерів	Взаємодія підприємств, створення платформ для обміну досвідом, інтеграція стартапів
7	Розвиток логістичної та виробничої інфраструктури	Будівництво сучасних технопарків, вдосконалення транспортних мереж
8	Міжнародна співпраця	Участь у міжнародних програмах, залучення іноземних інвесторів, технологічний трансфер
9	Створення системи моніторингу та оцінки ефективності	Впровадження показників оцінки ефективності розвитку інноваційної інфраструктури

У таблиці 1 визначені основні кроки та механізми розвитку інфраструктури, спрямовані на стимулювання інноваційно-інвестиційної діяльності підприємств. Вона охоплює ключові напрями, такі як правове регулювання, фінансова підтримка, створення інноваційних та логістичних структур, розвиток цифрових технологій, освітніх ініціатив та міжнародної співпраці. Впровадження системи моніторингу дозволить оцінювати ефективність цих заходів та своєчасно коригувати політику розвитку. Таким чином, комплексний підхід до розвитку інфраструктури сприятиме підвищенню конкурентоспроможності підприємств та їхній адаптації до сучасних ринкових умов.

Отже, ефективне інфраструктурне забезпечення є ключовим чинником для стимулювання інноваційно-інвестиційної діяльності підприємств. Реалізація комплексних заходів, таких як створення сприятливого правового середовища, розвиток фінансових інструментів, підтримка технологічних та освітніх ініціатив, а також інтеграція підприємств у міжнародні інноваційні екосистеми, дозволяє створити стійку основу для модернізації та підвищення конкурентоспроможності. Тільки через поєднання державної підтримки, підприємницької ініціативи та сучасних технологічних рішень можливо забезпечити сталий розвиток інноваційної та інвестиційної діяльності, що в свою чергу сприяє економічному зростанню та підвищенню ефективності підприємств.

Література:

1. Долішній, Б. І. Інноваційний розвиток економіки: механізми стимулювання та фінансування : монографія / Б. І. Долішній. Київ : Наукова думка, 2021. 320 с.

2. Гриньова В. М., Кузьмін О. Є. Інноваційна діяльність підприємств: теорія, механізми, стратегія : монографія Харків : Видавництво ХНЕУ, 2020. 280 с.

Трошина Аміна
здобувач другого (магістерського) рівня
вищої освіти фак-ту менеджменту
Наук. кер.**:** д-р екон. наук, проф. Маркова С. В.

ЛІДЕРСЬКІ КОМПЕТЕНЦІЇ КЕРІВНИКА ПРОМИСЛОВОГО ПІДПРИЄМСТВА В УМОВАХ СУЧАСНИХ ВИКЛИКІВ

Актуальність лідерських компетенцій керівника промислового підприємства в умовах сучасних викликів зростає в умовах швидких змін на ринку, технологічних інновацій та глобалізації. Успішне керівництво підприємством вимагає не тільки управлінських навичок, але й здатності адаптуватися до нових умов, ефективно комунікувати з різними зацікавленими сторонами та мотивувати команду на досягнення високих результатів. Лідерські компетенції, такі як стратегічне мислення, емоційний інтелект та здатність до прийняття рішень у стресових ситуаціях, стають критично важливими для забезпечення стабільності та розвитку підприємства в умовах високої конкуренції та нестабільності на ринку.

Сучасні виклики, зокрема цифровізація виробництва, зміни в трудових відносинах та постійне оновлення технологій, вимагають від керівників підприємств постійного вдосконалення своїх лідерських навичок. Спеціалісти з управління бізнесом зазначають, що лідери, здатні впроваджувати інновації, ефективно управляти змінами та будувати сильні команди, можуть значно підвищити конкурентоспроможність і фінансові показники компанії. Таким чином, розуміння та розвиток лідерських компетенцій є необхідною умовою для успішного управління промисловим підприємством в умовах сучасних економічних і технологічних змін.

Успіх промислового підприємства значною мірою залежить від лідерства. Лідерські компетенції керівника впливають на здатність організації адаптуватися до змін, впроваджувати інновації та забезпечувати сталий розвиток. На сучасному етапі лідери повинні володіти такими навичками, як стратегічне мислення, емоційний інтелект, здатність до прийняття рішень в умовах невизначеності, комунікативні здібності та вміння управляти змінами. Однак, згідно з останніми дослідженнями, існують суттєві відмінності у рівні цих компетенцій серед керівників різних підприємств, що прямо впливає на їх ефективність.

Статистичні дослідження та опитування керівників промислових підприємств показують, що значна частина керівників стикається з проблемами в управлінні змінами, комунікаціях із персоналом і впровадженні інновацій. Це

може бути пов'язано з недостатнім розвитком лідерських компетенцій або невідповідністю стилю управління до сучасних вимог бізнес-середовища. Водночас, компанії, де керівники активно розвивають свої лідерські навички, мають на 20-30% вищі показники ефективності та фінансові результати.

Таблиця 1 – Взаємозв'язок між рівнем розвитку лідерських компетенцій керівників та ефективністю підприємства [1]

Лідерські компетенції	Рівень розвитку (відсоток підприємств)	Підвищення ефективності підприємства (%)	Зниження витрат на управління (%)	Зниження плинності кадрів (%)
Стратегічне мислення	85%	25%	15%	10%
Емоційний інтелект	78%	22%	12%	8%
Здатність до прийняття рішень в умовах невизначеності	65%	20%	18%	12%
Комунікаційні здібності	90%	30%	10%	5%
Управління змінами	72%	28%	14%	9%

Рівень розвитку (відсоток підприємств) – відсоток підприємств, де керівники мають розвинуті відповідні лідерські компетенції. Підвищення ефективності підприємства (%) – відсоток підвищення ефективності підприємства (зростання продуктивності, фінансових результатів) у компаніях, де лідерські компетенції на високому рівні. Зниження витрат на управління (%) – зниження витрат на управлінські процеси через більш ефективне керівництво. Зниження плинності кадрів (%) – зниження рівня плинності кадрів завдяки покращеному управлінню персоналом. Ці цифри свідчать про те, що розвиток лідерських компетенцій безпосередньо впливає на результати підприємства в різних аспектах: від підвищення ефективності до зменшення витрат та покращення стабільності колективу. [2, 3]

Розвиток лідерських компетенцій керівників промислових підприємств є критично важливим фактором для забезпечення успішного управління в умовах сучасних викликів. Керівники, які володіють стратегічним мисленням, емоційним інтелектом та здатні ефективно приймати рішення в умовах невизначеності, значно підвищують ефективність підприємства, знижують витрати на управління та зменшують плинність кадрів. Це, в свою чергу, дозволяє організаціям не лише адаптуватися до швидких змін на ринку, але й активно впроваджувати інновації, що сприяють сталому розвитку. Підприємства, де лідери активно працюють над розвитком своїх компетенцій, мають вищі показники продуктивності та стабільності. Водночас, розвиток таких компетенцій дозволяє не лише покращити внутрішні процеси управління, але й забезпечити високий рівень задоволення працівників, що є важливим фактором для підвищення лояльності персоналу та досягнення високих результатів. Таким чином, інвестування в розвиток лідерських навичок є важливою складовою успішної стратегії управління промисловими підприємствами в умовах сучасних економічних і технологічних змін.

Література:

1. Яковенко О. В. Лідерство в умовах змін: теорія та практика управління персоналом на підприємствах. Київ: КНЕУ. 2021. 356 с.
2. Козак Л. І. Роль емоційного інтелекту в управлінні персоналом промислових підприємств. *Вісник Харківського національного університету,* 2022. №19(3), с. 78-89.
3. Петренко А. О. Аналіз управлінських стилів та їх вплив на ефективність роботи підприємств в умовах нестабільності. *Менеджмент і інновації*, 2023. № 5(2), с. 32-41.

Шаповалов Роман
магістр 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Гудима О.В.

ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ЦИФРОВІЗАЦІЇ ДЕРЖАВНОГО УПРАВЛІННЯ НА РЕГІОНАЛЬНОМУ РІВНІ

В сучасному світі економіка та управління стрімко еволюціонують та трансформуються від традиційних моделей до цифрових реалій. Серед ключових змін, зумовлених інформаційними технологіями, виділяються безпрецедентні можливості для збору, обробки та аналізу даних.

Цифрові тренди відчутно впливають на всі сектори, як публічні, так і державні. Йдеться про такі сфери, як Інтернет речей та автоматизація виробництва (формування «розумних підприємств»); цифрове моделювання та проєктування; машинне навчання; технології, що забезпечують віддалений доступ до інформації, робочого місця тощо (актуальність останніх суттєво зросла внаслідок світової ситуації, спровокованої пандемією COVID-19); кросканальні технології, що дозволяють ефективніше використовувати мобільні пристрої.

Найбільший вплив на оцифрування економіки надаватимуть перспективні технології: аналіз великих даних; технології штучного інтелекту та робототехніки; машинне навчання; хмарні обчислення та хмарне зберігання інформації; Інтернет речей.

Проте, цифрові технології скоріше не замінять, а вдосконалять існуючі форми економічної діяльності, розкриваючи прихований потенціал та підвищуючи їх ефективність [1, с.102].

Разом з інтеграцією новаторських цифрових інструментів у господарський механізм, процес цифровізації державного менеджменту розгортається планетарно. Ця трансформація реалізується з різною інтенсивністю, відображаючи розбіжності в рівнях цифровізації державного управління в різних державах. Державне управління має низку ключових трансформаційних напрямків, що дозволяють оптимізувати терміни надання

державних сервісів, прискорення ухвалення управлінських рішень, забезпечуючи надійний захист інформації:

1 Напрям – Електронний уряд, що гарантує кібербезпеку як у внутрішній системі, так і на міжнародній арені;

2 Напрям – Електронний уряд, здатний до проактивного прогнозування природних катаклізмів, сприяючи своєчасному застосуванню превентивних заходів та стратегій мінімізації негативних наслідків;

3 Напрям – Електронний уряд, здатний інтегрувати свої можливості з різними сегментами суспільства, нівелюючи розриви в цифровому розвитку серед громадян [3, с.247].

Розбудова цифрової економіки, плюс впровадження цифрових методів у державне управління формують перед країнами виклики у керуванні цією новою дійсністю.

На сьогоднішній день, цифрові технології – це ключовий елемент, що визначає вектор змін у системі державного менеджменту. Цифрові технології слугують засобом для реалізації стратегії цифрової трансформації державного управління [2].

У процесі нашого дослідження було вивчено потенціал покращення системи управління процесами цифровізації, шляхом розробки проекту моніторингу податків як складової національної програми «Цифрова економіка України», оцінено ефективність запропонованого проекту та ідентифіковано основні ризики, що виникають при впровадженні проекту «Моніторинг податків» з метою управління процесом цифровізації державного управління.

Проєкт з моніторингу податків розглядається як дієвий механізм втілення нової управлінської функції одночасно для трьох учасників: державних інституцій, податкової адміністрації та бізнесу.

В процесі оцінки проекту, виявлено його сильні та слабкі сторони, визначено можливі ризики та запропоновано рекомендації щодо їх усунення.

Перша перевага полягає у можливості відмови від традиційної процедури перевірки, з її повним залученням співробітників підприємства та податкової служби (зокрема, інспекцій на місцях). Моніторинг податків також забезпечить вирішення спірних питань у режимі «реального часу», тобто, сприятиме попередженню порушень, а не їх виправленню.

Друга перевага – ймовірність формування бізнес-дизайну підприємства, враховуючи бачення фіскального органу, попередньо узгоджене через мотивовані висновки.

Отже, користь від впровадження моніторингу податків визначається для української податкової служби, надаючи їй можливості більш оперативного, гнучкого, а отже, і якіснішого контролю за дотриманням податкового законодавства, правильністю розрахунку та своєчасністю сплати податків і зборів. Практична реалізація цифровізації полягає в застосуванні основних управлінських функцій в системі взаємодії як для державних органів, так і для підприємців (точка дотику в процесі цифровізації економіки та управління).

Література:

1. Крулевський А. В. Тенденції та перспективи цифровізації публічного управління в Україні. *Науковий вісник Одеського національного економічного університету*. 2024. № 5-6 (318-319). С. 99-106.

2. Хаустова М.Г. Вигоди, ризики та проблеми цифровізації суспільства: загальнотеоретичний аспект. *Електронне наукове видання «Аналітично-порівняльне правознавство».* 2023. № 5. С. 753-759. URL: http://journal-app.uzhnu.edu.ua/article/view/291041 (дата звернення: 19.03.2025).

3. Шостак Л., Більо І., Микитюк Є. *Потенціал цифровізації вітчизняного бізнес-середовища. Економічний аналіз.* 2021. Том 31. № 1. С. 245-151.

Шибеко Дмитро
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. наук з держ. упр., доц. Петрова К. В.

ОРГАНІЗАЦІЙНА ГНУЧКІСТЬ ПІДПРИЄМСТВ ЯК ОСНОВА ЕФЕКТИВНОГО СИТУАЦІЙНОГО УПРАВЛІННЯ В УМОВАХ ГЛОКАЛІЗАЦІЇ

В епоху глокалізації, що характеризується одночасним посиленням глобальної конкуренції та зростанням значення локальних особливостей, організаційна гнучкість стає ключовим фактором успіху для підприємств будь-якої галузі, зокрема й в Україні. Здатність швидко адаптуватися до мінливих умов зовнішнього середовища, оперативно реагувати на потреби локальних ринків, ефективно використовувати наявні ресурси та приймати своєчасні управлінські рішення є критично важливими для забезпечення стійкості та конкурентоздатності підприємств. В умовах післявоєнного відновлення української економіки, коли підприємствам доводиться працювати в умовах високої невизначеності та швидко змінювати стратегії, організаційна гнучкість набуває особливої актуальності як основа ефективного ситуаційного управління. Недостатня гнучкість може призвести до втрати ринкових можливостей, зниження ефективності діяльності та, зрештою, до втрати конкурентоздатності.

Метою дослідження є обґрунтування ролі організаційної гнучкості як фундаментальної основи для ефективного ситуаційного управління підприємствами в умовах глокалізації.

Організаційна гнучкість являє собою здатність підприємства оперативно та ефективно змінювати свою структуру, ресурси, стратегії та бізнес-процеси у відповідь на зміни зовнішнього та внутрішнього середовища. Вона включає такі важливі складові, як адаптивність, що відображає здатність пристосовуватися до нових умов; реактивність, яка характеризує швидкість реагування на зміни; ресурсність, що передбачає вміння ефективно перерозподіляти та

використовувати наявні ресурси; та децентралізація, яка дозволяє оперативно приймати рішення на різних рівнях управління.

В умовах глокалізації, коли підприємствам необхідно одночасно враховувати глобальні тенденції та локальні особливості різних ринків, організаційна гнучкість стає ключовою умовою для успішного ведення бізнесу. Підприємствам необхідно бути здатними швидко адаптувати свої продукти та послуги до потреб місцевих споживачів, враховувати культурні, мовні та регуляторні відмінності, а також оперативно реагувати на зміни конкурентного середовища на кожному конкретному ринку.

Ефективне ситуаційне управління передбачає прийняття управлінських рішень, які найкращим чином відповідають конкретній ситуації, що склалася. В умовах глокалізації, коли зовнішнє середовище є складним та динамічним, ситуаційне управління вимагає від підприємств високого рівня організаційної гнучкості. Здатність швидко аналізувати ситуацію, визначати ключові фактори впливу, оперативно приймати рішення та гнучко змінювати свої дії є запорукою ефективного управління в умовах невизначеності.

Організаційно гнучкі підприємства характеризуються наявністю ефективних комунікаційних каналів, розвиненою корпоративною культурою, яка заохочує ініціативу та експерименти, гнучкою організаційною структурою, яка дозволяє швидко перерозподіляти ресурси та змінювати функціональні обов'язки, а також наявністю кваліфікованого персоналу, здатного швидко навчатися та адаптуватися до нових завдань.

Для розвитку організаційної гнучкості як основи ефективного ситуаційного управління в умовах глокалізації українським підприємствам необхідно впроваджувати ряд заходів. Важливо формувати гнучку та адаптивну організаційну структуру, розвивати горизонтальні зв'язки та міжфункціональну співпрацю, делегувати повноваження та заохочувати самостійність співробітників. Необхідно також інвестувати в навчання та розвиток персоналу, розвивати лідерські якості керівників на всіх рівнях управління, а також створювати сприятливу корпоративну культуру, яка підтримує зміни та інновації. Впровадження сучасних інформаційних технологій та інструментів для аналізу даних також сприяє підвищенню організаційної гнучкості підприємств.

Організаційна гнучкість є фундаментальною основою для ефективного ситуаційного управління підприємствами в умовах глокалізації. Здатність швидко адаптуватися до змін, оперативно реагувати на потреби локальних ринків та ефективно використовувати ресурси є критично важливими для забезпечення конкурентоздатності та сталого розвитку українських підприємств на міжнародній арені. Розвиток організаційної гнучкості вимагає комплексного підходу, який включає зміни в організаційній структурі, корпоративній культурі, системі управління персоналом та впровадження сучасних технологій. Підприємства, які зможуть розвинути високий рівень організаційної гнучкості, матимуть значні переваги в умовах глобалізованого та швидко мінливого світу.

Література:

1. Кравченко С. І. Регулювання національної інноваційної системи у глокалізаційному аспекті. *Економіка промисловості*. 2019. No 4 (88). С. 58-74.

2. Бондар О.В. Ситуаційний менеджмент. К.: Центр учбової літератури, 2012. 388 с.

3. Полянська А.С. Роль менеджменту знань у ситуаційному управлінні на підприємстві. *Стратегія економічного розвитку України*. 2014. № 34. С.157–162.

Шайда Олександр
студент 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. наук з держ. упр., доц. Онищенко О.А.

ВИКЛИКИ ДЛЯ МОЛОДИХ ПІДПРИЄМЦІВ ТА ШЛЯХИ ЇХ ПОДОЛАННЯ

Створення власного бізнесу є привабливою перспективою, оскільки забезпечує незалежність та можливість самостійного прийняття рішень. Проте підприємницька діяльність пов'язана з численними викликами, які можуть спричинити труднощі, особливо на початкових етапах. Недостатня підготовка, неправильне планування та відсутність стратегічного підходу можуть призвести до закриття бізнесу в перші роки його існування. У даній роботі розглянуто основні проблеми, з якими стикаються новачки у сфері підприємництва, а також шляхи їх подолання.

Однією з ключових проблем, що виникає у підприємців-початківців, є відсутність бізнес-стратегії. Планування є основою успішного підприємництва, оскільки дозволяє визначити цілі, провести аналіз ринку, оцінити можливі ризики та розробити фінансову модель. Без чіткого бізнес-плану складно адаптуватися до змін ринку та приймати виважені управлінські рішення, що може негативно вплинути на діяльність компанії та її довгострокову перспективу [1].

Ще однією серйозною проблемою є недостатнє вивчення ринку та конкурентного середовища. Успішний бізнес неможливий без глибокого аналізу ринку, його тенденцій, споживчих уподобань та рівня конкуренції.

Фінансова грамотність є ще одним важливим чинником успішного ведення бізнесу. Багато підприємців стикаються з проблемами через неправильне управління фінансовими ресурсами. Надмірна економія або, навпаки, необґрунтовані витрати можуть спричинити нестачу коштів для розвитку компанії, боргові зобов’язання та, врешті-решт, банкрутство. Раціональне планування бюджету, контроль витрат та ефективне управління грошовими потоками є запорукою фінансової стабільності підприємства.

Важливу роль у функціонуванні бізнесу відіграє правильний вибір партнерів. Підприємці, які залучають до співпраці ненадійних або

невідповідних партнерів, можуть стикнутися з проблемами через розбіжності у поглядах, різні підходи до управління чи конфлікти інтересів. Для успішної співпраці важливо на початковому етапі визначити цілі, розподілити обов'язки та узгодити стратегію розвитку компанії.

Останньою, але не менш важливою проблемою є недостатня гнучкість у веденні бізнесу. Ринок постійно змінюється, тому компанії повинні швидко адаптуватися до нових умов, змінювати стратегію, впроваджувати нові технології та вдосконалювати свої продукти чи послуги. Відсутність гнучкості може призвести до втрати конкурентоспроможності та поступового занепаду бізнесу.

Для того щоб успішно розпочати бізнес, необхідно забезпечити попит на товар чи послугу. Це можливо завдяки ретельному дослідженню ринку, аналізу споживчих потреб та конкурентного середовища. Вивчення попиту дозволяє адаптувати пропозицію та підвищити шанси на успіх підприємства.

Підприємцям слід також детально аналізувати конкурентів. Якщо галузь насичена сильними гравцями, новачкам буде складно зайняти стійку позицію на ринку. Для успішного входу в конкурентне середовище необхідно розробити унікальну пропозицію, яка забезпечить перевагу перед іншими компаніями. Це може бути покращена якість продукту, конкурентна ціна, інноваційний підхід або освоєння ніші, що залишається поза увагою інших учасників ринку.

Важливим етапом у створенні бізнесу є складання бізнес-плану. Документ повинен містити визначені цілі, стратегію розвитку, фінансові розрахунки, оцінку ризиків та способи їх мінімізації. Бізнес-план також є необхідним для залучення інвесторів та отримання фінансування.

Юридичні аспекти також відіграють значну роль у веденні бізнесу. Перед відкриттям компанії необхідно з'ясувати, які ліцензії та дозволи потрібні для її діяльності. Недотримання правових норм може призвести до штрафних санкцій або навіть до закриття підприємства. Консультація з юристом допоможе уникнути можливих правових ризиків.

Одним з найбільших викликів для нових підприємців є отримання фінансування. Для успішного старту необхідно оцінити потребу в капіталі та знайти відповідні джерела його залучення. Якщо власних заощаджень недостатньо, варто розглянути можливість отримання кредитів для малого бізнесу, залучення інвесторів або участі в державних програмах підтримки підприємництва.

Завершальним етапом у підготовці до запуску бізнесу є консультація з фахівцями. Підприємці можуть звернутися до фінансових консультантів, бухгалтерів та юристів, щоб переконатися у відповідності всіх процесів законодавчим вимогам та мінімізувати ризики. Це дозволить уникнути проблем у майбутньому та забезпечити стабільний розвиток компанії.

Успішне відкриття бізнесу потребує ретельного планування та уникнення типових помилок. Основними проблемами, з якими стикаються підприємці-початківці, є відсутність бізнес-стратегії, недостатнє дослідження ринку, низька фінансова грамотність, неправильний вибір партнерів та недостатня гнучкість в

управлінні. Для підвищення шансів на успіх необхідно здійснювати маркетингові дослідження, аналізувати конкурентне середовище, розробляти чітку бізнес-стратегію, забезпечувати фінансову стійкість та своєчасно виконувати правові вимоги. Консультації з фахівцями допоможуть уникнути ризиків та сприятимуть сталому розвитку бізнесу.

Література:

1. 10 помилок підприємців-початківців. *KeepinCRM.* URL: https://keepincrm.com/10-mistakes-of-novice-entrepreneurs (дата звернення: 20.03.2025).

Шайда Олександр
студент 1 курсу фак-ту менеджменту
Наук. кер.: канд. екон. наук, доц. Хацер М.В.

ЦИФРОВА ТРАНСФОРМАЦІЯ БІЗНЕСУ: ВИКЛИКИ, ТРЕНДИ, ПЕРСПЕКТИВИ

Перехід на постіндустріальну модель розвитку супроводжується процесами цифрової трансформації бізнесу. Цифровізація для суб'єктів господарювання несе у собі додаткові можливості, у першу чергу щодо оптимізації витрат на управління персоналом, підвищення швидкості реакції на зміни навколишнього підприємницького середовища та отримання додаткових конкурентних переваг. З іншої сторони процеси цифрової трансформації несуть у собі додаткові ризики і проблеми для суб'єктів підприємницької діяльності, що пов'язані зі збільшенням витрат, змінами у управлінській структурі, побудовою ефективної системи відбору та використання цифрових технологій. В цих умовах зростає актуальність дослідження процесів цифрової трансформації бізнесу та пошуку шляхів підвищення ефективності цифровізації для підприємств. Особливо це важливо для суб'єктів підприємницької діяльності в Україні, які повинні шукати і реалізовувати можливості підвищення ефективності здійснення власної фінансово-господарської діяльності в межах військового розвитку економіки України та подальшого пост військового відновлення економічної системи країни.

Проблематику цифрової трансформації бізнесу досліджували наступні закордонні та вітчизняні вчені: А. Байєрі, Х. Салмела, Т. Тапанаінен [1]; Дж. Баптіста, М.-К. Штейн, С. Клейн, М.Б. Вотсон-Манхейм, Дж. Лі [2]; Г.М. Дергачова та Я.О. Колешня [3]; Р.М. Бугріменко і П.В. Смірнова [4] та інші. Відмічаємо значний науковий інтерес, як закордонних, так і вітчизняних вчених до питань і проблематики цифрової трансформації суб'єктів підприємництва.

В цих умовах, враховуючи напрацювання науковців [1; 2; 3; 4], вважаємо доречним під цифровою трансформацією бізнесу розуміти процеси переходу на використання цифрових технологій у різних видах діяльності суб'єктів

підприємництва, що супроводжуються суттєвими змінами у організації, управлінні та підготовці персоналу підприємств.

В процесі цифрової трансформації бізнес-одиниці стикаються з сукупністю викликів, що потребують ідентифікації та врахування. До головних викликів цифрової трансформації підприємств вважаємо доречним віднести: необхідність докорінної зміни організаційної структури управління та внесення суттєвих змін у внутрішню нормативну базу регулювання діяльності; зростання витрат на закупівлю і використання цифрових технологій, а також підготовку або перепідготовку персоналу; необхідність боротьби з нелояльністю персоналу; проблеми формування ефективних механізмів контролю за відбором цифрових технологій; зростання ризику втрати комерційних даних та ризику кібербезпеки.

В межах цифрової трансформації суб'єкти підприємництва повинні враховувати наявні тренди цифровізації підприємств, де можливо виділити наступні: швидку інтеграцію штучного інтелекту у фінансово-господарську діяльність; побудову цифрових інтегральних систем управління підприємством; розвиток цифрових платформ та екосистем для взаємодії з контрагентами (клієнтами); розвиток гібридних робочих моделей, що поєднують он-лайн та оффлайн взаємодію працівників, менеджерів та власників.

Цифрова трансформація бізнесу повинна враховувати перспективи цифровізації, де можливо виділити такі: нарощування кількості та різноманітності цифрових технологій для ведення бізнесу; акцент на персоналізацію послуг та продуктів; побудову ефективних комунікаційних систем між працівниками підприємства, між працівниками та менеджерами підприємства, між працівниками та клієнтами підприємства.

Наголошуємо на важливості цифрової трансформації для бізнес-одиниць та необхідність врахування цифровізації в межах стратегічного та операційного управління на підприємствах. Особливої ваги цифрова трансформація набуває для підприємств, які шукають додаткові можливості для розвитку і зростання, а також підвищення власної конкурентоспроможності, до яких можемо віднести українські підприємства. Вважаємо критично важливим для українського бізнесу прискорювати процеси цифрової трансформації та підвищувати ефективність власної цифровізації в умовах військового розвитку економіки України та подальшого пост військового відновлення економічної системи країни.

Література:

1. Baiyere A., Salmela H., Tapanainen T. Digital transformation and the new logics of business process management. European Journal of Information Systems. 2020. № 29 (3). Pp. 238-259.

2. Baptista J., Stein M.-K., Klein S., Watson-Manheim M.B., Lee J. Digital work and organisational transformation : Emergent Digital/Human work configurations in modern organisations. Journal of Strategic Information Systems.

2020. № 29 (2). URL: https://doi.org/10.1016/j.jsis.2020.101618 (дата звернення: 24.03.2025).

3. Дергачова Г.М., Колешня Я.О. Цифрова трансформація бізнесу : сутність, ознаки, вимоги та технології. Економічний вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут». 2020. № 17. С. 280-290.

4. Бугріменко Р.М., Смірнова П.В. Вплив розвитку цифрової трансформації на діяльність підприємства. Економіка та суспільство. 2024. № 59. URL: https://doi.org/10.32782/2524-0072/2024-59-29 (дата звернення: 24.03.2025).

Щербина Руслан
аспірант фак-ту менеджменту
Наук. кер.: доктор філософії PhD Магомедова Т.М.

РОЛЬ ОРГАНІВ ДЕРЖАВНОЇ ВЛАДИ ТА МІСЦЕВОГО САМОВРЯДУВАННЯ У РОЗВИТКУ СПОРТУ

Розвиток спорту в Україні потребує комплексного підходу та тісної співпраці між державними органами та місцевим самоврядуванням. Важливо, щоб на всіх рівнях влади була зрозуміла стратегія, що включає інвестиції в інфраструктуру, наукове забезпечення та розвиток спортивної науки. Оскільки спорт є важливою складовою національної ідентичності, його розвиток сприяє соціальному згуртуванню та підвищенню національної гордості.

Інвестиції в освіту та фізичне виховання є необхідною складовою системи розвитку спорту. Програми спортивного навчання в школах і університетах мають бути на високому рівні, щоб діти та молодь могли отримати не лише фізичні, але й моральні навички для досягнення успіху. У той самий час, важливим є розвиток системи спортивної освіти для дорослих, щоб забезпечити їм можливості для самоудосконалення.

Органи місцевого самоврядування повинні активно підтримувати ініціативи громадських організацій, спрямовані на організацію спортивних заходів. Важливими є також волонтерські проекти, які мають значення не лише для популяризації спорту, але й для розвитку локальних спільнот. Тому органи місцевого самоврядування повинні надавати підтримку таким ініціативам через фінансування, організацію ресурсів та активну участь у заходах.

Також необхідно акцентувати увагу на розвитку інклюзивного спорту. Це дозволить створити рівні можливості для людей з інвалідністю та забезпечити їх активну участь у спортивних заходах. Для цього потрібно адаптувати спортивні майданчики та обладнання, а також створити відповідну нормативно-правову базу.

Крім того, значна роль у розвитку спорту належить інформаційним кампаніям. Органи влади повинні активно працювати над поширенням

інформації про спортивні досягнення, здобутки вітчизняних спортсменів та їхню участь у міжнародних змаганнях. Висвітлення спортивних подій в ЗМІ створює позитивний імідж спорту та стимулює інтерес до фізичних активностей серед широкої аудиторії [1].

Не менш важливою є роль державних органів у створенні умов для розвитку спортивного туризму. В Україні є чимало природних ресурсів та історичних пам'яток, що можуть стати основою для організації спортивних заходів на міжнародному рівні. Створення таких умов сприятиме розвитку туризму та підвищенню економічної привабливості регіонів.

Одним із завдань органів місцевої влади є також забезпечення безпеки на спортивних заходах. Це включає не тільки забезпечення медичного супроводу, але й контроль за порядком, безпечним доступом до спортивних об'єктів і захистом прав учасників змагань.

Підтримка спортивної галузі повинна включати також розвиток спортивних медичних послуг. Це важливо як для професійних спортсменів, так і для любителів спорту. Забезпечення доступу до кваліфікованої медичної допомоги дозволить знизити травматизм та прискорити процес реабілітації після травм.

Для підтримки спортивних досягнень необхідно розвивати систему стипендій та грантів для спортсменів, тренерів та науковців у галузі спорту. Це дозволить мотивувати талановитих людей залишатись в Україні та сприяти їхньому розвитку на міжнародній арені.

Також варто зазначити, що стратегічний розвиток спорту повинен включати увагу до міжнародних відносин у цій галузі. Україна має можливості для співпраці з іншими країнами в організації спільних спортивних заходів, обміні досвідом та підвищенні кваліфікації тренерів.

Роль органів влади у розвитку спорту також включає співпрацю з міжнародними спортивними організаціями, такими як МОК, UEFA, FIBA тощо. Це дозволяє Україні отримати доступ до сучасних стандартів у спорті, а також забезпечує можливість для українських спортсменів брати участь у міжнародних змаганнях [2].

На рівні місцевих органів влади важливо також враховувати специфіку регіону та його потреби в розвитку спорту. Для гірських та прибережних регіонів можуть бути актуальними інші види спорту, ніж для міських територій.

Створення здорової спортивної культури потребує залучення різних верств населення до активного способу життя. Органи місцевого самоврядування повинні здійснювати активні заходи для популяризації спорту серед усіх соціальних груп, зокрема через доступні спортивні майданчики, організацію безкоштовних заходів та освітні програми.

Підсумовуючи, важливо зазначити, що розвиток спорту в Україні є комплексним завданням, яке вимагає співпраці на всіх рівнях: від державної влади до місцевих органів самоврядування та громади. Тільки через злагоджену взаємодію та підтримку з боку органів влади можна забезпечити сталий розвиток спорту та підвищити рівень здоров'я нації.

Література:

1. Гоцул І. Є. Основні напрямки вдосконалення механізму публічного управління у сфері фізичної культури та спорту в Україні. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського.* 2023. No 1. С. 35–39. DOI: https://doi.org/10.32782/TNU-2663-6468/2023.1/07 (дата звернення: 08.03.2025).

2. Пархоменко-Куцевіл О. І. Проблеми розвитку публічного управління у сфері фізичної культури і спорту. *Інвестиції: практика та досвід.* 2023. No 4. С. 137–142. DOI: https://doi.org/10.32702/2306-6814.2023.4.137(дата звернення: 08.03.2025).

СЕКЦІЯ «СОЦІОЛОГІЧНІ ТА ПОЛІТИЧНІ НАУКИ. ФІЛОСОФІЯ, УПРАВЛІННЯ ТА СОЦІАЛЬНА РОБОТА»

Агарков Олександр
студент 3 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: канд. соц. наук Бондаренко О.В.

МІЖДИСЦИПЛІНАРНІ ВИМІРИ СОЦІОЕКОЛОГІЧНИХ НАСЛІДКІВ ПОВНОМАСШТБНОГО ВТОРГНЕННЯ РФ В УКРАЇНУ

Соціоекологічні наслідки повномасштабного вторгнення рф в Україну є викликом для багатьох українців, оскільки війна, екологічні катастрофи та загальна нестабільність у багатьох її проявах негативно впливають на якість життя, психоемоційний стан населення та стан навколишнього середовища. Так, згідно з даними соціологічних опитувань, 50.1 % респондентів відчувають тривогу за власне майбутнє, а 46.5 % – за майбутнє України [1].

Зазначимо, що соціоекологічні проблеми мають комплексний вплив на українців та навколишнє середовище.. З одного боку, руйнування інфраструктури та промислових об'єктів призвело до забруднення повітря, води та ґрунтів. За даними досліджень, війна спричинила забруднення повітря, води та ґрунтів, а також забруднення 30% території України мінами та невибухлими боєприпасами [2].

Окрім екологічної шкоди для України, несе велику загрозу й соціальні наслідки російського вторгнення. Наприклад, за даними Агенції ООН по справам біженців, близько 3,7 мільйонів українців являються внутрішньо - переміщеними особа, і близько 6,9 мільйонів біженців з України виїхали за кордон [3]. На нашу думку, це стало викликом для приймаючих регіонів, зокрема в центральній та західній частинах країни. Ці зміни потребують додаткових зусиль для адаптації місцевих громад, забезпечення належних умов для переселенців та стабільності соціальних структур [4].

Вважаємо за важливе зазначити, що вторгнення рф спричинило катастрофічну демографічну кризу. Зокрема, зменшення народжуваності та зростання міграційних процесів. Так, рівень народжуваності становить близько однієї дитини на жінку, а для того щоб підтримувати стабільну кількість населення потрібен коефіцієнт близько двох дітей на одну жінку [5]. Відповідно, ця ситуація потребує міждисциплінарного підходу для подолання наслідків демографічної кризи, який поєднує розвиток економіки, освіти та системи охорони здоров’я. Соціологічна складова цього підходу може бути спрямована на виявлення вразливих груп населення, аналіз впливу екологічних загроз на суспільство, оцінку ефективності державних програм та вивчення громадської думки.

Література:

1. Фонд Демократичні ініціативи. Самопочуття українців під час війни: емоції, очікування, особистий досвід. URL:https://dif.org.ua/uploads/pdf/719283245643efe61db3ef6.62255231.pdf
2. Occupational and Environmental Medicine. Environmental health consequences of war in Ukraine. URL:https://occup-med.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12995-023-00398-y
3. WWF CEE. Assessing the Environmental Impacts of the War in Ukraine. URL: https://wwfcee.org/our-offices/ukraine/assessing-the-environmental-impacts-of-the-war-in-ukraine
4. UNHCR. Ukraine Emergency. URL:https://www.unrefugees.org/emergencies/ukraine/
5. Reuters. Ukraine's population has fallen by 10 million since Russia's invasion, UN says. URL:https://www.reuters.com/world/europe/ukraines-population-has-fallen-by-10-million-since-russias-invasion-un-says-2024-10-22/

Арсенюк Маргарита
магістрантка 1 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер: д-р політ. наук, проф. Кіндратець О.М.

ВПЛИВ ПОЛІТИЧНИХ, ДЕМОГРАФІЧНИХ, КУЛЬТУРНИХ ТА ІНСТИТУЦІЙНИХ ЗМІННИХ НА РОЗВИТОК ЯПОНІЇ ТА ПІВДЕННОЇ КОРЕЇ (ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ)

Актуальність даного дослідження зумовлена сучасною політичною ситуацією в світі та геополітичними змінами, що відбуваються нині. Глобалізація та швидкий розвиток міжнародних відносин суттєво впливають на країни світу. Порівняльний аналіз політичних, демографічних, культурних та інституційних змінних є важливим інструментом для розуміння трансформаційних процесів у різних країнах. Зокрема, порівняння двох східноазійських держав – Японії та Південної Кореї, є особливо актуальним, оскільки обидві країни є технологічно розвиненими, до того ж це є демократії, що мають спільну історико-культурну спадщину, але водночас значні відмінності в проходженні політичної трансформації. Також, обидві країни сьогодні можуть претендувати на місце наддержав, що здатні змінювати світоустрій за допомогою використання «м’якої сили».

Незважаючи на географічну та культурну близькість, Японія та Південна Корея розвивалися за різними історичними сценаріями. Обидві країни мали досвід авторитарних режимів у XX столітті, проте їхні політичні системи сьогодні демонструють різні рівні стабільності, громадської участі та боротьби з корупцією.

Порівняльні дослідження дозволяють не лише визначити спільні риси, а й виявити унікальні особливості кожної держави, що має значення для розробки міжнародних стратегій співпраці та обміну досвідом. Варто відмітити й історичні зв'язки Японії та Кореї. Через закритість регіону вони обмінювалися політичним, економічним та культурним досвідом [10].

Метою дослідження виступає здійснення комплексного порівняння Японії та Південної Кореї за ключовими політичними, демографічними, культурними та інституційними показниками, визначення факторів, що обумовлюють їхні схожості та відмінності. Був проаналізований вплив таких факторів як тип режиму, рівень демократії, політична стабільність та рівень корупції; демографічні показники; культурні та соціальні фактори, як то вплив традицій, політичної культури та рівень громадянської активності.

Прямий бінарний підхід застосовується для безпосереднього порівняння аналогічних показників у двох країнах. Оцінюючи політичну ситуацію в державі варто спиратися на такі фактори як: рівень демократії та політичний режим, корупція, прозорість влади, політичні інститути та стійкість політичної системи загалом. Японія є стабільною парламентською демократією на чолі з імператором який виконує суто представницькі та символічні функції [9]. Такий порядок був закріплений у 1947 році з новою конституцією після демілітаризації та демократизації держави. Сьогодні Японія займає високі місця у рейтингах політичних свобод.

Так, Японія отримала загальний рейтинг 96 зі 100, що класифікує її як «вільну» країну. Вона має максимальні бали за політичні права - 40 та високі бали за громадянські свободи [5]. Південна Корея також класифікується як «вільна» з рейтингом 83 зі 100. Вона отримала 33 бали за політичні права та 50 за громадянські свободи [5].

Японія та Південна Корея мають складну історію авторитарного управління. Японія пережила феодальний період шогунату Токуґави (1603–1868) з жорсткою соціальною ієрархією, а у XX столітті – мілітаристський режим (1930–1945), що призвів до агресивної експансії.

Південна Корея, після японської окупації (1910–1945), пройшла через військові диктатури Пака Чон Хі (1961–1979) та Чон Ду Хвана, перш ніж демократизуватися у 1987 році [2]. Попри напруженість у XX столітті, історична, культурна дипломатія між Кореєю та Японією сприяла поширенню буддизму, конфуціанських традицій, що вплинуло на формування їхніх суспільних та державних інститутів [3].

Корупція є світовою проблемою. Вона існує і в країнах, що є об'єктом нашого дослідження. За даними Transparency International [8], рівень корупції в Японії є нижчим, ніж у Південній Кореї, де час від часу спалахують корупційні скандали, пов'язані з владними елітами. Японія має низький рівень корупції, що підтверджується її високими позиціями в міжнародних рейтингах. Наприклад, у Індексі сприйняття корупції вона отримала 73 бали, що свідчить про ефективну боротьбу з корупцією. Японія також демонструє стабільність у цьому показнику протягом багатьох років [8]. Південна Корея, хоча й має

вищий рівень корупції порівняно з Японією, також досягла значного прогресу. В індексі сприйняття корупції вона займає 36 місце серед 167 країн, що є досить високим показником. Це свідчить про успішні реформи та заходи, спрямовані на зменшення корупції [8]. Обидві країни демонструють різні підходи до боротьби з корупцією, але їхні результати є прикладом для багатьох інших держав.

Японія стикається з демографічною кризою через старіння населення та низьку народжуваність, що створює тиск на соціальні програми [1]. У Південній Кореї спостерігається подібна тенденція, однак уряд активно запроваджує політику підтримки сімей та стимулювання народжуваності.

Згідно показників демографічна ситуація в Японії характеризується значними викликами. Країна стикається з катастрофічним падінням рівня народжуваності, який досяг історичного мінімуму. У 2024 році народжуваність становила лише 730 тисяч осіб, тоді як смертність перевищила 1,58 мільйона [1]. Це призводить до швидкого старіння населення: вже зараз близько 30% японців старше 65 років, а до 2070 року цей показник може зрости до 40% [1]. Уряд активно працює над стимулюванням народжуваності, виділяючи значні кошти на підтримку сімей та пом'якшуючи імміграційну політику.

Південна Корея також стикається з демографічними проблемами, зокрема критично низьким рівнем народжуваності. У 2022 році загальний коефіцієнт народжуваності становив - 0,78 дитини на жінку [4]. Прогнози експертів вказують, що до 2070 року населення країни може скоротитися на 27%, а частка людей старше 65 років досягне 46% [4]. Уряд Південної Кореї також впроваджує заходи для підтримки народжуваності та залучення іноземців до економіки. Але поки що ця політика не досягла поставлених результатів.

Обидві країни займають високі місця в рейтингах за тривалістю життя, але їхні демографічні проблеми вже суттєво вплинути на економіку та соціальну структуру.

У Японії політична культура характеризується стабільністю та традиціями консенсусного управління. Водночас у Південній Кореї громадянське суспільство є більш активним, з частими масовими протестами та високою політичною мобілізацією.

Японія має добре розвинену систему стримувань та противаг, це в свою чергу забезпечує ефективне функціонування політичних інститутів [6]. Південна Корея, хоча й успішно реформувала свою судову систему, все ще долає проблеми, пов’язані з історичною спадщиною авторитаризму [7].

Проведене дослідження демонструє, що Японія та Південна Корея, попри спільну історико-культурну базу, розвивалися за різними сценаріями. Основні відмінності проявляються у рівні стабільності політичних інститутів, демократії, демографічних викликах та ролі громадянського суспільства. Дослідження підтвердило, що метод бінарних порівняльних досліджень є актуальним та працюючим інструментом для вивчення держав. Це дозволяє глибше зрозуміти, які фактори, визначають їхній розвиток.

Література:

1. Демографи б’ють на сполох: рівень народжуваності у Японії найнижчий за весь час вимірів URL: https://www.ukrinform.ua/rubric-world/3968116-proekt-2025-obmezenna-deep-state-u-ssa-ci-zagroza-demokratii-u-sviti.html
2. Жолудь О. Південна Корея: справжні причини грандіозного зростання URL: https://voxukraine.org/pivdenna-koreya-spravzhni-prichini-grandioznogo-zrostannya
3. Кайгер Дж. Коротка історія Японії URL: https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.amazon.de/-/en/History-Japan-J-G-Caiger/dp/080482097X&ved=2ahUKEwjsxJvR1qyMAxW8lP0HHQGsIcsQFnoECCUQAQ&sqi=2&usg=AOvVaw07oDL2pdH7jZlt7iS8dDkc
4. Населення Південної Кореї може скоротитись на 27% із нинішніх 52 мільйонів до 38 млн URL: https://bastion.tv/naselennya-pivdennoyi-koreyi-mozhe-skorotitis-na-27-iz-ninishnih-52-miljoniv-do-38-mln_n56029
5. Freedom House (2024). Freedom in the World Report URL: https://freedomhouse.org/report/freedom-world
6. Kang, D. C. (2018). American Grand Strategy and East Asian Security in the Twenty-First Century. Cambridge University Press URL: https://academic.oup.com/psq/article/133/4/753/6848300
7. Kim, S. (2020). South Korea’s Democratization and the Role of Civil Society. Oxford University Press URL: https://upittpress.org/books/9780822957362/
8. Transparency International Corruption Perceptions Index URL: https://www.transparency.org/en/cpi/2023
9. Vogel, E. (2019). Japan as Number One: Lessons for America. Harvard University Press URL: https://archive.org/details/japanasnumberone0000voge
10. World Bank Governance Indicators (2023). URL: https://www.worldbank.org/en/publication/worldwide-governance-indicators

Батрак Костянтин
магістрант 1 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: д-р філос. наук, проф. Кривега Л.Д.

ВПЛИВ БІОГРАФІЧНИХ ОБСТАВИН ЖИТТЯ Ф. НІЦШЕ НА ЗМІСТ ЙОГО ФІЛОСОФІЇ

Фрідріх Вільгельм Ніцше народився 15 жовтня 1844 року в Рекені – помер 25 серпня 1900року у Веймарі. Німецький філософ, композитор, культурний критик і філолог, чиї твори справили глибокий вплив як на його сучасників, так і на світоглядні настанови людей та філософію 20 -21 століть. Розглянемо вплив подій в його біографії на його творчість.

Так, *дитячі втрати*, зокрема смерть батька у ранньому віці, та життя здебільшого у жіночому середовищі стали каталізатором його глибоких роздумів про сенс життя та релігійні догми, що відображені в працях «По той бік добра і зла», «Так казав Заратустра»[1], «До генеалогії моралі»[2], «Антихрист».

Далі. *Виховання в протестанстькій родин*і вплинуло на його погляд на релігію як організовану структуру, який згодом трансформувався в критичний аналіз християнських цінностей («Антихрист»).

Висувається думка, що *освітній шлях у класичних університетах* Бонна та Лейпцига заклав основу для його зацікавлення давньогрецькою культурою, що знайшло відбиток у ранніх працях, зокрема в роботі «Народженні трагедії» (Д. Галеві вважає що аналіз текстів на філології був не до вподоби Ніцше і він був сконцентрований на красі котру вловлював «інстинктивно» [4]) .

Тісний зв'язок із Ріхардом Вагнером в молодості надихнув Ніцше на роздуми про мистецтво, але подальший розрив (1872) через ідеологічні розбіжності (прийняття Вагнером християнської моралі, надання публіці того, що вона бажає) підкреслив його прагнення до індивідуального мислення.

Його *академічна кар'єра в Базелі*, хоч і була короткою через проблеми зі здоров'ям, сприяла формуванню методологічного підходу до філософії.

Хронічні фізичні страждання, включаючи мігрені та проблеми із зором починаючи з 18 років, а також ускладнення проблем зі здоров'ям, можливо через участь у франко-прусській війні (1870), стали, можливо, рушійною силою для його роздумів про волю до влади та ідею надлюдини та самоперевершення (хоча у «Веселій науці» він частково заперечує цю точку зору: «По суті, мені огидні всі моралі, які говорять: «Не роби цього! Зречіться! Подолай себе!» – Навпаки, я схильний до такої моралі, яка спонукає мене робити щось завжди і з ранку до вечора і вночі боротися і не думати ні про що інше, крім як робити це добре, так добре, як я можу робити сам!» [3]).

Невдачі в особистому житті (Лу Саломе, близька подруга, яка неодноразово відхиляла пропозиції Ф. Ніцше одружитись) та періоди ізоляції та самоаналізу, зокрема у швейцарських Альпах (Ендагін, селище Сель-Марія), надихнули його на створення таких творів, як «Так казав Заратустра», що відображають глибокий внутрішній світ автора.

Розрив з близькими друзями (Р. Вагнером, Пауль Ре, Лу Саломе) та критика загальноприйнятих моральних норм посилили його переконання у необхідності «переоцінки всіх цінностей».

Гостре розчарування в європейській культурі та політичних процесах, зокрема також через вплив А. Шопенгаура та Ф. Достоєвського стимулювало формулювання ідеї «смерті Бога» як символу кінця традиційних вірувань. Достовірно не відомо чи взяв він це твердження з «Бісів» Достоєвського, чи ні, адже у перекладі на французьку та інші мови вони були опубліковані після 1886 року, однак Лу Саломе (яка народилася в сім'ї російського генерала німецького походження) могла читати Достоєвського раніше в оригіналі.

Незважаючи на психічний зрив у 1889 році (кульмінацією якого

вважається зустріч з «туринським конем»), який позбавив його подальшої творчої діяльності, спадщина Ніцше продовжує впливати на філософію, літературу та мистецтво, надихаючи покоління своїм сумнівом у традиційних догмах.

Отже, підводячи підсумки, зазначимо наступне. Життєві перепиття Фрідріха Ніцше обумовили певним чином основні наративи його філософських міркувань, вплинули на змістовне наповнення та спрямованість його праць, зробили заклик до постійного вдосконалення девізом людського життя.

Література:

1. Ніцше Ф. *Так мовив Заратустра. Книжка для всіх і ні для кого*. Переклад з німецької: Ганна Савченко. Харків: Фоліо. 2019. 256 стор.
2. Ніцше Ф. *По той бік добра і зла. Генеалогія моралі*. Переклад з німецької Анатолій Онишко. Львів: Літопис, 2002. 320 с.
3. Ніцше Ф. *Весела наука*. Переклад з німецької: Володимир Чайковський. Харків: Фоліо. 2020. 288 стор.
4. Halevy Daniel. *Life Friedrich Nietzsche*. Published by CreateSpace Independent Publishing Platform, 2017. 381 p.

Білокопитов Володимир
аспірант 3 р. н. фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: д-р філос. наук, доц. Ель Гуессаб Карім

КОНЦЕПТ «СВОБОДА» КРІЗЬ ПРИЗМУ «HUMAN FREEDOM INDEX»

Свобода, як філософська категорія - можливість вияву суб'єктом своєї волі в умовах усвідомлення законів розвитку природи і суспільства. Свобода волі – здатність приймати рішення із знанням справи. Свобода і необхідність – філософські категорії, що виражають діалектичну суперечність між діяльністю людини як розумної істоти й об'єктивними законами природи та суспільства [1]. Вчені різних наукових напрямків намагаються визначити «мірило» людської свободи.

Людська свобода – це соціальна концепція, яка визнає гідність особистості і визначається тут як негативна свобода чи відсутність примусового обмеження. Оскільки свобода за своєю суттю є цінною і відіграє роль у людському прогресі, її варто вимірювати ретельно. «*Індекс людської свободи* – це ресурс, який може допомогти більш об'єктивно спостерігати за відносинами між свободою та іншими соціальними та економічними явищами, а також за способами, якими різні виміри свободи взаємодіють один з одним.» [2].

Human Freedom Index – це комплексний показник, що вимірює особисту, громадянську та економічну свободи людини за 86 критеріями. Його мета – об’єктивно продемонструвати зв’язок між свободою (що визначається як

відсутність примусових обмежень) та іншими соціальними й економічними явищами, а також розкрити, як різноманітні виміри свободи взаємодіють один з одним [2].

Рейтинг *Human Freedom Index* складається з оцінки двох ключових компонентів свободи людини: персональних та економічних свобод. Україна, на думку авторів рейтингу, має кращі позиції за рівнем персональних свобод – 81 місце у світі. Натомість за рівнем економічних свобод Україна посіла 112 сходинку. Зазначено прогрес країни за показниками розвитку громадянського суспільства, доступу до стійкої валюти та свободи міжнародної торгівлі. Водночас Україна продемонструвала нижчі результати за показниками регулювання бізнесу, захисту прав власності та надійності поліції [3].

Таким чином, можна зазначити, що відповідні наукові дискусії, соціальна, законотворча робота та роз'яснювальна діяльність є запорукою подальшого удосконалення уявлення щодо концепту «свобода» людини, та сприятиме розбудові демократичного суспільства.

UKRAINE

EASTERN EUROPE

	2000	2002	2004	2006	2008	2010	2012	2014	2016	2018	2020	2022
Human freedom	**6.10**	**6.57**	**6.57**	**6.87**	**6.81**	**6.84**	**6.91**	**6.36**	**6.56**	**6.57**	**6.73**	**5.84**
Ranking	**107**	**92**	**97**	**90**	**90**	**90**	**85**	**114**	**105**	**103**	**84**	**122**
Economic freedom	4.45	5.36	5.32	5.34	5.13	5.47	5.96	5.64	5.61	5.86	6.19	5.12
Personal freedom	7.29	7.44	7.46	7.97	8.02	7.81	7.59	6.87	7.24	7.08	7.12	6.36
Rule of law	**4.7**	**4.8**	**4.7**	**5.0**	**5.0**	**4.7**	**4.4**	**4.6**	**4.6**	**4.6**	**4.7**	**4.2**
Procedural justice	-	-	-	-	5.1	5.1	4.8	5.1	4.8	4.9	5.0	-
Civil justice	-	-	-	-	5.2	5.2	5.2	4.7	5.1	5.4	5.4	-
Criminal justice	-	-	-	-	3.9	3.9	3.3	4.0	3.7	3.6	3.7	-
Rule of law (V-Dem)	6.0	6.1	6.0	6.4	6.4	6.0	6.1	5.2	5.5	5.6	5.9	5.4
Security and safety	**7.5**	**7.9**	**8.1**	**8.5**	**8.7**	**8.7**	**8.2**	**4.7**	**6.9**	**7.1**	**7.9**	**7.6**
Homicide	7.4	7.4	7.8	8.2	8.4	8.7	8.5	8.2	8.2	8.2	8.9	8.9
Disappearances, conflicts, terrorism	7.6	8.4	8.4	8.9	8.9	8.6	7.9	1.2	5.7	6.0	6.9	6.3

Рис1. Рівень людської свободи в Україні, джерело[2, с.363].

Література:

1. Донченко О.П. (2009) Свобода як категорія права (герменевтичний аспект) *Актуальні проблеми держави і права*, URL: https://dspace.onua.edu.ua/server/api/core/bitstreams/467ca6ba-9dc3-4192-a63e-7d9d1b5e5d40/content
2. Ian Vásquez, Matthew D. Mitchell, Ryan Murphy, and Guillermina Sutter Schneider, THE HUMAN FREEDOM INDEX 2024 (2024) 433p. URL: https://www.cato.org/sites/cato.org/files/2024-12/2024-human-freedom-index.pdf
3. Позиції України... URL: https://brandukraine.org.ua/uk/news/ukraine-in-human-freedom-index-2023/

Блискавка Андрій
студент 4 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: канд. політ. наук, доц. Лепська Н.В.

СУЧАСНІ АВТОКРАТІЇ ЯК ЧИННИК ДЕСТАБІЛІЗАЦІЇ СИСТЕМИ ГЛОБАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ

Починаючи з 21 століття автократичні режими стають все більшим чинником дестабілізації системи глобальної безпеки. Ця загроза стає все більш явною з боку відомих та впливових автократичних режимів сучасності, а саме: Росії, КНР, Ірану, Північної Кореї, Білорусі, Туреччини, Азербайджану, Венесуели та інш. Нерідко автократії стають ініціаторами подій, які у підсумку призводять до поступового зламу й кризи глобальної безпеки [4]. Регіональні кризи та військові конфлікти, як приклад на території Східної Європи, Близького Сходу та Кавказу, стали можливими через зростаючий вплив автократичних режимів, але це скоріш результат будови міжнародної системи глобальної безпеки демократичними країнами у період XX-XXI століття [6].

Війна Російської Федерації проти України у повномасштабному форматі 2022 року триває вже понад 3 роки, але завдяки масштабу вона змогла проявити більш наявні проблеми у системі глобальної безпеки, якими користуються автократії у корисливих інтересах [1]. Міжнародні організації завжди традиційно виступали як підтримка глобальної та регіональної безпеки, намагаючись забезпечувати її у всіх сферах, однак військові конфлікти 21 століття наочно показували, що у таких організацій як ООН, Червоний Хрест, МАГАТЕ, МКС, ОБСЄ на сьогодні є відсутність дієвих важелів впливу на автократичні країни, щоб повноцінно виконувати проголошені цілі [1]. Разом із цим вони мають високий рівень бюрократизації та можуть підпадати під вплив автократій, що тільки ускладнює їхню роботу. Україна завжди виступала як традиційний експортер кукурудзи, пшениці та олії, однак початок морських боїв, мінування та загальної блокади морських портів України призвели до початку продовольчої кризи. Особливо важкими наслідки були для країн Африки, Близького Сходу та Південної Азії тому, що багато країн цих регіонів залежать саме від імпорту їжі, це демонструє крихкість світової продовольчої безпеки, коли сучасні автократичні режими можуть поставити під питання виживання мільйони громадян різних країн [5]. Разом із перерахованими вище прогалинами можна згадати також неузгодженість дій між гуманітарними структурами та превалювання національних інтересів над глобальними.

Вплив та тиск з боку сучасних автократичних режимів не обмежується прямими військовими конфліктами, але вони продовжують залишатися дієвим методом, коли інші зазнали провалу. На сьогодення автократичні режими можуть використовувати різні методи для посилення власних політичних позицій та підтримки дружніх режимів, у результаті це призводить до ще більшої дестабілізації глобальної безпеки [3]. Як один із класичних методів продовжує застосовуватися пряме військове зіткнення, але більш поширеним є використання саме гібридних методів війни, коли поєднуються військові й

невійськові засоби, як кібератаки, інформаційний вплив та економічний тиск. Це дозволяє підривати стабільність держав без формального оголошення війни.

Також автократичні режими активно використовують втручання у внутрішні справи інших держав через допомогу політично лояльним чи антисистемним силам всередині країни, отримування допомоги може відбуватись через політичні, фінансові та військові канали ресурсів. Впливові режими можуть залучити свої ресурси, щоб активно використовувати свою участь у міжнародних організаціях для блокування рішень, прикриття власних дій та просування альтернативних норм поведінки на глобальному рівні. Разом із перерахованими методами можуть використовуватись й інші як: власні ПВК, експлуатація кризових ситуацій, створення альтернативних альянсів чи колективних об'єднань, економічний тиск та дезінформацію.

Однак для розгляду автократичних режимів як чинника дестабілізації глобальної безпеки слід згадати, яким чином будувалися міжнародні відносини між демократичними та автократичними режимами у XX-XXI ст. Демократичні країни наприкінці XX ст. та у XXI ст. намагалися збільшувати дипломатичні та економічні зв'язки з автократичними режимами та залучати їх у питання підтримки глобальної безпеки. Збільшення даної взаємодії давало обом сторонам різні привілеї та вигоди, однак це було не єдиною ціллю такої взаємодії. Серед еліт демократичних режимів довгий час була присутня думка стосовно автократій, що процеси економічної та дипломатичної взаємодії із ними будуть призводити до поступової лібералізації та демократизації [7, С. 21-31]. Така політика підтримувалися багатьма країнами упродовж довгих років, під час яких автократії активно підтримували ці взаємовідносини задля росту вже власного економічного та політичного зовнішнього впливу. Аналізуючи цю політику у сьогоденні, можна цілком стверджувати, що вона є провальною та призвела лише до посилення автократій, які замість поступової демократизації навпаки намагались протистояли цим процесам. Завдяки такій взаємодії дані режими змогли посилити власні економічні та політичні позиції, щоб активно почати впливати та змінювати структуру глобальної безпеки у власних інтересах.

З огляду на вище сказане, можна зробити висновок, що на сьогоднішній момент сучасні автократичні режими дійсно виступають як один із чинників дестабілізації системи глобальної безпеки. Продовжують своє існування різні методи, що допомагають автократіям збільшувати свій вплив й разом із цим прогалини у глобальній безпеці лише допомагають їхній успішності. Розробка ефективних методів підтримки глобальної безпеки для протидії зростаючому впливу автократій залишається важливим завданням та питанням для сучасних демократичних країн.

Література:

1. Буряченко О.В. Демократія vs автократія на тлі російсько-української війни. Електронний журнал: *«Вісник НТУУ КПІ. Політологія. Соціологія. Право.»* URL: https://visnyk-psp.kpi.ua/article/view/285599.

2. Буряченко О. В. Криза міжнародної системи безпеки: неспроможність Ради Безпеки ООН. Науково-практичний журнал: *«Наукові праці МАУП Політичні науки та публічне управління»* URL:https://journals.maup.com.ua/index.php/political/article/view/2744/3205.
3. Миколайович В.С. Міжнародний вимір авторитаризму: модель та форми співпраці недемократичних держав. Науковий журнал: *«ПОЛІТІКУС»* URL: http://politicus.od.ua/4_2022/18.pdf.
4. Олексіївна І.В. Теоретичні основи дослідження авторитаризму як виклику міжнародному порядку. Електронний журнал: *«Міжнародні відносини. Економіка. Країнознавство. Туризм»* URL:**h**ttps://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwibzOuAssuMAxWzJBAIHZARLPAQFnoECB0QAQ&url=https%3A%2F%2Fperiodicals.karazin.ua%2Firtb%2Farticle%2Fview%2F22040%2F20411&usg=AOvVaw2XnAsZ1GifOhsp8WzxHIKy&opi=89978449.
5. Охріменко О.О. Війна та глобальна продовольча криза: наслідки та шляхи подолання. Електронний журнал: *«Економічний вісник НТУУ Київський політехнічний інститут»*. URL: https://ev.fmm.kpi.ua/article/view/264629.
6. Ткач О. Згортання демократії як небезпека повернення до авторитаризму. Український науковий журнал: *«Політичні дослідження»* URL: https://ipiend.gov.ua/wp-content/uploads/2021/11/Tkach.pdf.
7. A. Applebaum. Autocracy, Inc.: The Dictators Who Want to Run the World. New York. Penguin. 2024. 224 p.

Буц Олексій
студент 2 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: канд. соц. наук Бондаренко О.В.

ВИМІРИ СОЦІАЛЬНОЇ ЗГУРТОВАНОСТІ УКРАЇНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТБНОГО ВТОРГНЕННЯ РФ В УКРАЇНУ

Соціальна згуртованість українського суспільства набула ще більше актуальності під час повномасштабного вторгнення рф в Україну. За умов кількісних ресурсних переваг рф, саме згуртованість українського суспільства є тим якісним ресурсом, що обумовлює здатність зберегти державу та розбудувати українську націю.

Важливість даної проблематики обумовлює значну міждисциплінарну рефлексію щодо згуртованості, як одного з важливих чинників резильєнтності українського суспільства, його державних та соціально-економічних інститутів. Так, Елла Лібанова досліджує резильєнтність соціоекономічної системи України щодо шоків війни, для пристосування до яких, на її думку, не було а ні економічних, а ні хронологічних ресурсів[1].

Зазначимо, що теоретичне обґрунтування резильєнтності вказує на стійкість, пружність системи та її здатність відновитись до стану, який був напередодні шоку. Також теоретично можливим є як стан колапсу системи внаслідок недостатньої резильєнтності, так і трансформація системи з переходом на новий рівень розвитку.

Соціологи розглядають динаміку соціально-психологічних характеристик українського суспільства. Так, Олена Злобіна досліджує соціально-психологічну резильєнтність українського суспільства в контекстах його колективної стійкості та згуртованості [2]. За результатами дослідження нею було визначено, що головними чинниками є національна та громадянська ідентичність що ґрунтується на приналежності до відповідної національної спільноти.

На нашу думку, це свідчить про важкий але надзвичайно важливий процес розбудови української нації. Також важливим маркером цього є готовність громадян зі зброєю в руках захищати свою Націю. За даними дослідження Групи Рейтинг разом з Gallup International (грудень 2023 року) близько 55% українців готові до збройної боротьби проти агресора[3].

Таким чином зазначимо, що міждисциплінарний підхід до вимірів згуртованості українського суспільства органічно базується на соціологічних розвідках. Згуртованість є ресурсом розбудови української нації, що особливо є актуальним за умов воєнної повномасштабної агресії з боку рф.

Література:

1. Елла Лібанова. Резильєнтність соціоекономічної системи України до шоків, спричинених війною: специфіка формування і реагування // Демографія та соціальна економіка. 2024. № 4 (58). С. 3-23.
2. Олена Злобіна. Динаміка соціально-психологічної резильєнтності населення України під час війни// Демографія та соціальна економіка. 2024. № 4 (58). С. 148-164.
3. Готовність за умов війни воювати за свою країну: дослідження «Рейтингу» з Gallup International. URL:https://ratinggroup.ua/research/ukraine/gotovnist-za-umov-vijni-voyuvati-za-svoyu-krayinu-doslidzhennya-rejtingu-z-gallup-international.html

Воловоденко Ярослав
студент 4 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: канд. психол. наук, доц. Бойко Г.В.

СОЦІАЛЬНА РОБОТА З ПРАЦЕВЛАШТУВАННЯ МОЛОДІ

Безробіття серед молоді є глобальною проблемою характерною для різних країн, в Україні воно особливо актуальне в умовах воєнного стану, який триває більше трьох років. Актуальність дослідження пов'язана з необхідністю визначення проблеми молодіжного безробіття на ринку праці та визначення моделей сприяння працевлаштуванню молодих фахівців.

Працевлаштування молоді розглядається науковцями як система спеціальних економічних та організаційно-правових заходів щодо забезпечення трудової зайнятості такої окремої категорії населення як молодь, що включає самостійний пошук та забезпечення роботою з сприянню відповідних державних і недержавних органів [3, с.41]. У повсякденному розумінні працевлаштування можна розглядати як спосіб зустрічного задоволення потреб молоді у працевлаштуванні та реалізації попиту роботодавця у фахівцях.

Мета полягає у теоретичному дослідженню соціальної роботи з працевлаштування молоді.

Аналіз відомостей Державної служби зайнятості, Нацбанку, Кабміну показав, що на кінець жовтня 2022 року близько 56 тис. осіб були офіційно у статусі безробітного. Станом на жовтень 2023 року цей статус мали 22,5 тис. осіб [2]. І на 2024 рік приблизно маємо 23 тис. офіційно непрацевлаштованої молоді. Тобто від початку воєнного стану в Україні, викликаного повномасштабним вторгненням рф, кількість безробітної молоді суттєво знизився, що вірогідно пов'язано з проблемою вимушеної еміграцією молоді під тимчасовий захист переважно європейських країн і виїздом в більш безпечні регіони України.

Попри активну діяльність Державної служби зайнятості щодо залучення молоді в поле зайнятості, показники рівня працевлаштування зазначеної вікової категорії залишаються невисокими. Як зазначає Л.Д. Яценко, молодь під час пошуку роботи стикається з характерними переважно для цієї вікової категорії проблемами, як-от: відсутність досвіду й навичок професійної адаптації; соціальна незрілість і незахищеність; невідповідність першого робочого місця рівню та якості отриманих професійних знань; високі вимоги роботодавців до професійних компетенцій та невідповідність запитів перших реальним професійним обов'язкам; невідповідність умов роботи очікуванням шукачів тощо [4].

Для вирішення зазначених проблем, вважаємо, що допоміжним буде застосування декількох практичних моделей, які будуть сприяти працевлаштуванню молоді.

По-перше, допоміжним може бути кар'єрне консультування, де кар'єрні консультанти, враховуючи поточну ситуацію надають допомогу молоді знайти робоче місце.

По-друге, віртуальні ярмарки вакансій теж можуть бути корисними, оскільки вони позитивно зарекомендували себе ще під час пандемії COVID-19, а віртуальний формат заходу тільки заохотить молодь взяти у ній участь.

По-третє, важливими є застосування програм сприяння працевлаштування для демобілізованої молоді. Якщо людина у віці до 35 років брала участь у бойових діях, то реінтеграція ветеранів через Міністерство у справах ветеранів України до цивільного життя та подальше залучення до робочих місць за посередництва громадських організацій виглядає оптимістично. Це допомагає молодій людині адаптуватися до життя, не відчувати почуття відстороненості, а до того ж бути соціально та економічно активним і тим самим розвивати економіку, сплачуючи податки.

По-четверте, цікавою є модель бізнес-інкубаторів для підприємництва. Програма «Власна справа», яка націлена на молодь 18-25 років залучити до відкриття власної справи за допомогою грантів надає допомогу у вигляді 150 тис. грн [1]. Поширення таких програм країною, разом із наставником, може підвищити залученість молоді до концепції співпраці «молодь із молоддю», захистити від дискримінації на робочих місцях, коли старші співробітники цькують молодих.

У підсумку маємо відзначити, що проблема працевлаштування молоді є ускладненою воєнним станом. Хоч статистика демонструє динаміку зменшення кількості молодих безробітних, існують завищені очікування роботодавців та відсутність практичного досвіду у молоді. Вирішити проблему можна завдяки комплексному підходу, що поєднує запропоновані методи із урахуванням індивідуальних потреб молоді і роботодавців.

Література:

1. Грантова підтримка молоді від Міністерства економіки України URL: https://chaszmin.com.ua/do-150-000-grn-grany-dlya-molodi-na-vidkryttya-biznesu-vlasna-sprava-ye-robota/ (дата звернення 27.03.2025).

2. Державний центр зайнятості URL: https://old.dcz.gov.ua/analitics/67 (дата звернення 27.03.2025).

3. Щотова Ю.М. Правове регулювання працевлаштування молоді в Україні: монографія / Ю.М. Щотова. К.: АПСВ, 2007. 192 с.

4. Яценко Л. Відновлення ринку праці в Україні в умовах війни: регіональні аспекти //Київ: Національний інститут стратегічних досліджень. 2024. С. 2024-03.

Гайсин Денис
студент 2 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер: д-р політ. наук, проф. Кіндратець О.М.

СУПЕРЕЧНОСТІ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ

Глобалізація – це складний процес, що включає економічні, соціокультурні, політичні та екологічні аспекти. Цей процес оцінюють неоднозначно, оскільки він супроводжується численними суперечностями, що створюють різноманітні виклики для суспільств і країн. Вони можуть проявлятися в різних сферах – від економічної нерівності до загроз для національній та культурній ідентичності. Т. Возняк називає глобалізацію викликом для людства [1].

Однією з основних суперечностей є зростання економічної нерівності світової економіки. Хоча глобалізація відкриває доступ до міжнародних ринків, вона також підсилює відмінності між багатими і бідними країнами, особливо через нерівномірний розподіл економічних взаємодій. Розвинені країни мають більше можливостей впливати на фінансові та торгові процеси, тоді як менш розвинені держави часто залишаються позаду, не маючи достатніх ресурсів для повної інтеграції в глобальну економіку. Це веде до посилення бідності та збільшення соціальної нерівності всередині окремих країн. Тому, незважаючи на певні можливості, які пропонує глобалізація, цей процес часто супроводжується зростанням економічної нерівності.

Глобалізація також викликає значні культурні зміни, що стають предметом суперечок. Її нерідко розглядають як загрозу національній ідентичності, оскільки вона сприяє поширенню західної культури, певних норм і цінностей. Завдяки розвитку технологій та медіа, культурне різноманіття розмивається, що може призвести до втрати національних традицій і звичаїв або до значних їх змін. Західна поп-культура, яка активно поширюється через інтернет, кіно та телебачення, проникає у внутрішню культуру країн, що провокує уподібнення. Це суперечить концепції багатокультурності й може знизити унікальність національної ідентичності і традиційних цінностей.

Політичний аспект глобалізації теж є неоднозначним. З одного боку, вона сприяє зміцненню міжнародної співпраці та розвитку глобальних інституцій, таких як ООН чи Світова організація торгівлі. З іншого боку, це може обмежувати суверенітет окремих держав, особливо коли рішення міжнародних структур не враховують інтересів менш впливових країн. Це призводить до суперечностей між глобальними та національними інтересами, що проявляється, зокрема, у випадках санкцій чи економічних обмежень.

Глобалізація має не лише економічні переваги, а й значний вплив на довкілля, спричиняючи екологічні суперечності. Збільшення інтенсивності міжнародної торгівлі та економічної діяльності веде до зростання екологічного навантаження на планету. Глобальні проблеми, такі як зміна клімату, виснаження природних ресурсів і забруднення довкілля, стають дедалі

гострішими. Зокрема, у постсоціалістичних країнах, де економічна система ще не стабілізована, глобалізація часто призводить до надмірного використання ресурсів і поглиблення екологічних проблем. Додатково, нерівномірний доступ до екологічних технологій та нестача міжнародної співпраці ускладнюють розв'язання глобальних екологічних викликів.

Інтерес до проблеми наслідків глобалізації зберігається тривалий час. У колективній монографії «Еволюція світ-системи глобалізму (Стратегічні імперативи співрозвитку)» розглядаються різні аспекти цього процесу [2]. Особливе місце серед цих досліджень займають проблеми безпеки [3].

Глобалізація відкриває широкі можливості для розвитку, проте водночас породжує значні соціальні, економічні, культурні та екологічні проблеми. Для ефективної адаптації до цього процесу необхідно врахувати плюси і мінуси. Варто намагатися запобігти негативного впливу глобалізації на національну культуру, економіку, безпеку та екологію, але водночас навчитися скористатися її позитивними аспектами.

Література:

1. Возняк Т. Глобалізація як виклик для людства URL: https://www.ji.lviv.ua/n19texts/vozn-gl.htm

2. Еволюція світ-системи глобалізму (Стратегічні імперативи співрозвитку) : кол. монографія / [Білорус О. Г., Гаврилюк О. В., Зернецька О. В. та ін.] ; кер. авт. кол. і наук. ред., д.е.н., проф., академік О. Г. Білорус. Київ : КНЕУ, 2014. 429 с. URL: https://elibrary.ivinas.gov.ua/69/1/14-4991.pdf

3. Буравльо Є.П. Глобалізація: проблеми безпеки. Київ. : Ін-т пробл. нац. безпеки, 2007. 195 с.

Зайцев Назар
магістр 1 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: д-р. політ. наук, проф. Горло Н.В.

ІНТЕГРАЦІЯ НАЦІОНАЛЬНИХ МЕНШИН ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ УКРАЇНСЬКОЇ ПОЛІТИЧНОЇ НАЦІЇ

В етнополітології існує багато поглядів і підходів щодо визначення термінів «національна», «багатонаціональна», «моноетнічна», «поліетнічна» держава. В межах цієї роботи ми будемо відштовхуватися від того, що Україна є національною державою, тобто такою, що має одну політичну націю – українську, та поліетнічною, тобто державою, на теренах якої проживає велика кількість етносів і народностей. Поліетнічність, в свою чергу, вимагає від української влади впровадження ефективної етнонаціональної політики задля формування міцної української політичної нації.

Дані соцопитування, що було проведено провідними соціологічними центрами України в 2017 році, показали, що 90,6% населення країни вважають

себе українцями, а 9% населення складають національні та етнічні меншини [1]. Варто зазначити, що в це соціологічне дослідження не були включені окуповані росією території, на яких традиційно проживала велика кількість росіян та інших етнічних груп. Проте етнонаціональна політика України здійснюється в межах території, що контролюється владою України. Тому, до деокупації, Уряд справедливо має використовувати статистику, що включає підконтрольні Києву території, тільки якщо не розробляються конкретні заходи, спрямовані на майбутню деокупацію та інтеграцію цих територій.

Незважаючи на значну чисельну перевагу українців над іншими національними та етнічними меншинами, Україна мусить провадити етнонаціональну політику згідно з сучасними уявленнями про права меншин на збереження своєї самобутності, що закріплені основними міжнародними документами, в першу чергу Рамковою конвенцією про захист національних меншин 1995 року. А також Конституцією України, а саме статтею 11, яка визначає важливість розвитку та консолідації української нації з урахуванням прав корінних народів і національних меншин та розвитку їх культурної, релігійної, мовної, етнічної самобутності [2].

На нашу думку, головним інструментом такої етнонаціональної політики має стати інтеграція, тобто залучення меншин до повноцінної участі в суспільному, політичному, економічному та культурному житті країни. Інтеграція, на відміну від асиміляції, не передбачає втрату самобутності та примусу зі сторони держави, а має на меті створення умов, за яких кожен громадянин, незалежно від його походження, може почуватися рівноправним членом українського суспільства.

Національна інтеграція створить умови для політичної консолідації української нації. Консолідація, на думку М. Степико, це основний чинник будівництва національного суспільства, що ґрунтується на колективному розумі, моралі, пам’яті, цінностях та насназі, задля політичного, економічного та військового становлення українського суспільства [3, с. 100]. Тобто національна інтеграція є фундаментом політичної консолідації, яка, в свою чергу, стає основою для побудови міцного національного суспільства, здатного вирішувати нагальні завдання та виклики.

Забезпечення національної інтеграції має відбуватися обопільно. Зі сторони держави це забезпечення рівних прав та прав на розвиток самобутності, залучення в економічне, культурне та політичне життя країни. Зі сторони меншин це, в першу чергу, визнання спільних принципів і цінностей, на яких ґрунтується українська держава, в тому числі функціонування української мови як державної. Саме мовне питання найчастіше є головною проблемою у процесі інтеграції. Так, К. Червеняк, досліджуючи інтеграцію румунів, ромів та угорців в українське етнокультурне середовище, вказувала на високий рівень мовної стійкості та національної самосвідомості румунів і угорців як головних перешкод інтеграції [4, с. 153].

Тобто основним інструментом етнонаціональної політики України має бути інтеграція національних та етнічних меншин. Вона забезпечить

формування єдиної та сильної української політичної нації, що функціонує на засадах рівності, дотриманні прав меншин та розвитку їх самобутності, спільних загальнонаціональних інтересів та цінностей.

Водночас успішна інтеграція вимагає обопільних зусиль. Зі сторони держави це передбачає створення умов для підтримання самобутності меншин, повагу до їхніх прав і свобод, а також забезпечення їхньої участі в прийнятті рішень. Зі сторони меншин вимагається визнання спільних цінностей і принципів, на яких ґрунтується українська державність, зокрема функціонування української мови як державної.

Інтеграція національних меншин є не лише інструментом зміцнення внутрішньої єдності, але й стратегічним шляхом до побудови міцної та демократичної України. Вона дозволяє об'єднати різні етнічні групи навколо спільних цілей, завдань та викликів, особливо в часи військової агресії проти України.

Література:

1. Захаров Д. Кількість громадян, які декларують українську національну ідентичність, перевищила 90% – соцопитування. *Дзеркало тижня*. URL: https://zn.ua/ukr/UKRAINE/kilkist-gromadyan-yaki-deklaruyut-ukrayinsku-nacionalnu-identichnist-perevischila-90-socopituvannya-245852_.html (дата звернення: 16.03.2025).

2. Конституція України. *Офіційний вебпортал парламенту України*. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254к/96-вр#Text (дата звернення: 16.03.2025).

3. Степико М. Українська ідентичність: феномен і засади формування : монографія. Київ : НІСД, 2011. 336 с.

4. Червеняк К. Проблеми та перспективи інтеграції національних меншин в українське етнокультурне середовище. *Соціально-гуманітарний вісник* : Матеріали міжнар. науково-практ. конференсії, м. Харків, 23 лип. 2020 р. Харків, 2020. С. 151-153.

Зиміна Анастасія
магістрантка 1 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: д-р філос. наук, доц. Ель Гуессаб К.

СОЦІАЛЬНІ СЛУЖБИ У ПОДОЛАННІ НАСЛІДКІВ БЕЗВІДПОВІДАЛЬНОГО БАТЬКІВСТВА

Безвідповідальне батьківство є серйозною соціальною проблемою в Україні, що негативно впливає на добробут дітей та сімей. Відсутність належного догляду, виховання та матеріального забезпечення з боку батьків може призвести до соціального сирітства, низької соціалізації дітей та підвищеного ризику правопорушень. У цьому контексті важлива роль

соціальних служб, які спрямовані на запобігання, мінімізацію та подолання наслідків безвідповідального батьківства.

Сучасні соціальні служби в Україні використовують комплексний підхід до вирішення цієї проблеми. Одним з основних напрямків є превентивна робота, спрямована на запобігання виникненню випадків безвідповідального батьківства. Це включає консультування батьків, надання психологічної підтримки, проведення освітніх програм з питань відповідального батьківства та формування позитивних батьківських навичок. Важливим аспектом є підвищення рівня правової обізнаності громадян щодо можливостей отримання соціальних послуг та державної підтримки. Наприклад, програми «Батьківський хаб» та «Школа відповідального батьківства» реалізуються в кількох регіонах України й допомагають батькам здобути необхідні знання та навички.

У випадках, коли сім’ї опиняються в кризових ситуаціях, соціальні служби надають негайну допомогу та підтримку. Це може включати соціальний супровід, надання тимчасового притулку, допомогу в оформленні необхідних документів та юридичну підтримку. Зокрема, у період воєнного стану в Україні кількість сімей, які потребують термінової соціальної підтримки, значно зросла, що вимагає розширення можливостей соціальних служб та оперативного реагування на виклики [1].

Важливим аспектом роботи соціальних служб є реабілітація сімей, які потребують допомоги у подоланні проблем, пов’язаних з виконанням батьківських обов'язків. Соціальні працівники працюють з батьками над відновленням їхніх функцій, сприяють їхній соціальній адаптації, допомагають у працевлаштуванні та забезпеченні належних умов для виховання дітей. У випадках, коли повернення дитини до біологічної сім’ї є неможливим або небезпечним, соціальні служби сприяють влаштуванню дітей у сімейні форми виховання, такі як опіка чи прийомні сім'ї. В Україні активно розвивається система патронатного виховання, що дозволяє тимчасово влаштовувати дітей у безпечне середовище та мінімізувати їхній контакт з інституційними закладами [2].

Для підвищення ефективності роботи соціальних служб в Україні необхідно постійно вдосконалювати законодавчу базу, забезпечувати достатнє фінансування та підвищувати професійний рівень соціальних працівників. Важливим є розвиток системи підготовки та підвищення кваліфікації фахівців, впровадження інноваційних методик роботи та налагодження ефективної міжвідомчої співпраці з іншими державними органами, громадськими організаціями та волонтерськими рухами. Зокрема, необхідно спростити процедури отримання соціальних послуг та забезпечити більшу доступність програм допомоги для сімей у складних життєвих обставинах.

На міжнародному рівні існує позитивний досвід у сфері подолання наслідків безвідповідального батьківства. Наприклад, програми раннього втручання в країнах Європейського Союзу надають підтримку сім'ям з дітьми раннього віку, включаючи медичні, освітні та соціальні послуги. У Сполучених

Штатах Америки діє «Family First Prevention Services Act», який спрямований на профілактику розлучення дітей з сім'ями та надання необхідної підтримки сім'ям у кризових ситуаціях, що дозволяє зменшити кількість дітей, які потрапляють до закладів інституційного догляду [3]. Цей досвід може бути корисним для вдосконалення українських соціальних програм.

В умовах сучасних викликів, зокрема триваючого воєнного стану в Україні, роль соціальних служб у підтримці сімей та захисті дітей стає надзвичайно важливою. Подальше зміцнення та розвиток системи соціальних служб є ключовим фактором для забезпечення належного захисту прав і інтересів дітей та подолання негативних наслідків безвідповідального батьківства. Важливо продовжувати інтегрувати міжнародний досвід, удосконалювати механізми міжвідомчої взаємодії та забезпечувати стійку підтримку сімей у кризових ситуаціях.

Література:

1. Міністерство соціальної політики України. URL: https://www.msp.gov.ua/ (дата звернення: 07.03.2025).
2. Законодавчі рамки сімейних форм альтернативного догляду за дітьми у деяких країнах Європи. URL: https://www.unicef.org/ukraine/documents/family-based-alternative-child-care (дата звернення: 09.03.2025).
3. Fact Sheet: Family First Prevention Services Act. *First Focus Campaign for Children*. URL: https://campaignforchildren.org/resource/fact-sheet-family-first-prevention-services-act/?utm_source=chatgpt.com (дата звернення: 05.03.2025).

Козар Анна
студентка 2 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер: д-р політ. наук, проф. Кіндратець О.М.

ПРОБЛЕМА НЕЗАХИЩЕНОСТІ ОДНОСТАТЕВИХ ПАР В УКРАЇНІ

В наш час ЛГБТ активісти вже досягли певного прогресу в розширенні прав цієї спільноти в Україні, але одностатеві пари все ще обмежені в своїх правах та можливостях.

Тема юридичних обмежень одностатевих пар в Україні стала ще більш актуальною під час повномасштабної війни, адже у період кризових ситуацій один партнер не зможе виступити в ролі родича іншого, наприклад, у випадку його ушпиталення, зникнення тощо.

З такою проблемою стикаються наразі й представники ЛГБТ у війську: у разі загибелі військового інший партнер не матиме законних підстав для його упізнання та поховання. Те саме стосується і соціального забезпечення партнера військовослужбовця, яке наразі не є доступним.

Однак, набуваючи статусу найближчих родичів у випадку легалізації цивільного партнерства, пара матиме низку юридичних прав по відношенню одне до одного. У випадку поранення, набуття статусу особи з інвалідністю або смерті когось із сім'ї, інший її член зможе отримати допомогу від держави. Те саме стосується й успадкування майна, яке у випадку відсутності заповіту, може перейти у власність цивільному партнеру загиблого [1].

Спроби досягти легалізації одностатевих шлюбів з боку громадськості були влітку 2022 року у вигляді петиції на офіційному сайті Президента України. Володимир Зеленський у відповідь на це заявив, що права всіх громадян мають бути рівними, але згідно з Конституцією України, шлюб це союз між чоловіком та жінкою, а під час воєнного стану зміст Конституції змінити не можливо. Водночас глава держави запевнив, що Уряд вживає відповідних заходів для забезпечення всіх прав і свобод людини в Україні [2].

Зацікавленість у цьому питанні показали і народні депутати. Інною Совсун та її колегами було зареєстровано законопроєкт у Верховній раді про легалізацію цивільного партнерства в Україні як між чоловіком та жінкою, так і між представниками різних статей навесні 2023 року. Але, закон поки що так і не було ухвалено [3].

Варто наголосити, що ставлення до представників ЛГБТ спільноти в Україні з часом стало більш толерантним. Згідно з даними опитування, яке проводилось у травні-червні 2024 року Київським міжнародним інститутом соціології, 70,4% респондентів підтримали тезу про те, що ЛГБТ повинні мати такі самі права як й інші. Щодо реєстрованого партнерства позитивно виступили 28,7 %, негативно, в свою чергу – 35,7%, а нейтрально – 25,6 % [4].

Важливим аспектом інтеграції до Європи є забезпечення рівних можливостей для всіх пар. Позиціонуючи себе як держава, що захищає демократичні цінності, Україна має їм відповідати, адже демократичний режим за своєю сутністю має захищати права не лише більшості, а й інших членів суспільства. В іншому ж випадку, гомосексуальні пари можуть іммігрувати в державу, де одностатеве партнерство є легалізованим, що негативно позначиться на демографічній ситуації в Україні.

Література:

1. Скібіцька Ю., Коберник К. Влада й активісти обговорюють закон про цивільне партнерства. Це значить, що скоро легалізують одностатеві шлюби? Не зовсім. Пояснюємо разом із «Гендер Зед. URL: https://babel.ua/profit/91639-vlada-y-aktivisti-obgovoryuyut-zakon-pro-civilni-partnerstva-ce-znachit-shcho-skoro-legalizuyut-odnostatevi-shlyubi-ne-zovsim-poyasnyuyemo-razom-iz-gender-zed

2. Офіційне інтернет-представництво Президента України. Відповідь на петицію «Легалізація одностатевих шлюбів» URL: https://petition.president.gov.ua/petition/144562

3. Еспресо. Через відсутність законодавства про цивільні партнерства, Україна вважатиметься порушницею Європейської конвенції з прав людини, -

нардепка Совсун. 12.08.2024. URL: https://espreso.tv/suspilstvo-cherez-vidsutnist-zakonodavstva-pro-tsivilni-partnerstva-ukraina-vvazhatimetsya-porushnitseyu-evropeyskoi-konventsii-z-prav-lyudini-nardepka-sovsun

4. Київський міжнародний інститут соціології. Сприйняття ЛГБТ людей та їх прав в Україні: Результати телефонного опитування, проведеного 26 травня - 1 червня 2024 року. URL: https://www.kiis.com.ua/?lang=ukr&cat=reports&id=1417&page=1

Колода Артур
студент 2 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер: д-р політ. наук, проф. Кіндратець О.М.

АУРЕЛІО ПЕЧЧЕЇ ПРО ШІСТЬ ЦІЛЕЙ У КНИЗІ «ЛЮДСЬКІ ЯКОСТІ»

Іноді здається, що сучасний світ біжить із шаленою швидкістю, не замислюючись, куди саме і для чого. Прогрес – це добре, але що робити, коли його наслідки вже починають створювати загрози для людства.

Ауреліо Печчеї, однин із засновників цього Римського клубу, у книзі «Людські якості» пише не просто про глобальні проблеми, а про цілі, яких людство має прагнути.

Чому виник Римський клуб, яка його роль і чому сьогодні його ідеї знову звучать з особливою актуальністю? Римський клуб виник не випадково. Це не був просто ще один академічний гурток чи місце для інтелектуальних бесід. Це була відповідь на дуже конкретні страхи й виклики, що назрівали у 60-ті роки XX століття. Тоді світ активно індустріалізувався, економіки зростали, технології проривалися вперед. Здавалося б, усе добре, але саме в цей час все більше науковців і мислителів починають бити на сполох: ресурси не безмежні, екосистеми деградують, клімат змінюється, соціальні нерівності зростають. Людство стикається з безліччю проблем, до яких воно ще не готове. І ось у 1968 році з ініціативи італійського підприємця Ауреліо Печчеї та шотландського вченого Александра Кінга в Римі зібралася група людей, які вирішили не мовчати. Так з'явився Римський клуб — неформальне об'єднання науковців, економістів, політиків, екологів і просто небайдужих.

Їхня мета була дуже проста і водночас складна: проаналізувати глобальні проблеми і сприяти тому, щоб людство не знищило саме себе. У 1972 році була опублікована знакова доповідь Римського клубу «Межі зростання». Вона ґрунтувалась на комп'ютерному моделюванні розвитку світу за різних сценаріїв, і висновки були не дуже втішні: якщо людство нічого не змінить, катастрофа буде неминуча. Мене найбільше вразило це те, як глибоко ці люди мислили не тільки про економіку чи природу, а й про саму людину. У цьому сенсі книга Печчеї «Людські якості» – це справжній маніфест, який змушує замислитися, а що, власне, з нами, людьми? Бо всі проблеми світу — це зрештою не якісь зовнішні стихії, а наслідки нашої поведінки, нашого способу

мислення. Саме про це Печчеї і пише. Він вважає, що для того, щоб подолати кризи, людству потрібні не лише технології й політична воля, а й, що найважливіше, зміна внутрішньої природи людини. Звідси й шість цілей, які він окреслює в книзі. Вони не прості, але дуже справжні. Перша ціль – *розвиток нових людських якостей*, яких вимагає нова епоха. Печчеї говорить, що ми повинні навчитися мислити глобально, бути відповідальними не лише за себе, а й за інших, за природу, за майбутні покоління. Це наче щось абстрактне, але якщо вдуматися — скільки б проблем вирішилося, якби ми всі навчилися дивитися трохи далі за власний паркан. Друга – *створення нової системи цінностей*. Сучасне суспільство часто ґрунтується на споживанні, гонитві за матеріальним. Але Печчеї вважає, що це хибна основа. Ми маємо переосмислити, що справді важливо: не речі, а стосунки; не статус, а зміст життя; не прибуток, а гармонія з собою і світом. Можливо, це звучить ідеалістично, але мені здається, що багато хто інтуїтивно вже розуміє цю потребу. Третя ціль — *нові форми солідарності*. У світі зростаючих нерівностей, конфліктів і відчуження, людству потрібно вчитися співпрацювати. Не просто бути терпимими, а шукати спільну мову, нові моделі єдності, які не ґрунтуються на примусі, а на взаємоповазі. Це, напевно, одна з найважчих задач, бо нас століттями вчили думати «свої – чужі», «вигідно — невигідно», а не «разом – сильніше». Четверта *перетворення освіти*. Тут Печчеї особливо категоричний: стара система навчання більше не працює. Вона вчить накопичувати факти, але не дає розуміння, як жити. Нове покоління має навчатися мислити критично, діяти творчо, бути гнучкими, але при цьому зберігати етичні орієнтири. Чесно кажучи, я сам часто відчуваю, що школа не зовсім готує до реального життя, і думки Печчеї у цьому сенсі дуже резонують. П’ята ціль – *створення нових економічних і політичних структур*. Печчеї розуміє, що навіть найкращі наміри людей обмежуються системами, в яких вони живуть. Якщо економіка стимулює жадібність, а політика — маніпуляцію, то важко очікувати світлого майбутнього. Він не закликає до революцій, але до глибоких реформ – обов’язково. І нарешті, шоста – *визнання необхідності духовного розвитку*. Це, мабуть, найбільш незвична і «ненаукова» з цілей, але вона мені видалася дуже глибокою. Печчеї не говорить про релігію в традиційному сенсі. Йдеться радше про внутрішню зрілість, усвідомлення свого місця у світі, пошук сенсу. І дійсно, хіба не це є тим, що відрізняє людину від простої машини? Коли я читаю подібні тексти, часто виникає відчуття – а що я можу? Я звичайний студент, живу собі в Україні, далеко від тих глобальних клубів і конференцій. Але потім думаю: Печчеї якраз і говорить про те, що все починається з людини. З одного погляду, з однієї маленької дії. Якщо ми хочемо змінити світ – треба почати з себе. Римський клуб – це не якась елітарна структура, а радше нагадування: людство має шанс тільки тоді, коли усвідомить свою єдність і відповідальність. Аурелio Печчеї своїми словами, як на мене, дав нам моральний компас. Його «шість цілей» не просто програма дій, а щось глибше – вони про те, якими ми маємо стати, щоб не лише вижити, а й зберегти

людяність. Наостанок хочу сказати: мені здається, такі тексти як «Людські якості» – це не лише про великі проблеми, а й про надію. Надію на те, що ми ще можемо зупинитися, переосмислити, і змінити напрям. І, можливо, колись історики майбутнього скажуть: так, у XXI столітті люди все ж змогли стати кращими. Бо хтось повірив, що це можливо.

Література:

1. Peccei A. The Human quality. Oxford ; New York : Pergamon Press Collection. 1977. 214 p.

Коротких Єгор
студент 1 курсу фак-ту історії та міжнародних відносин
Наук. кер.: д-р філос. наук, проф. Кривега Л.Д.

СКЕПТИЦИЗМ, ЙОГО РОЗВИТОК ТА ПОДАЛЬШИЙ ВПЛИВ

Розповсюдження скептичних настроїв в умовах бурхливого розвитку соціуму актуалізувало дослідження цієї світоглядної настанови і філософського напряму. Скептицизм – це філософська течія, що виникла в Стародавній Греції та набула змістовного розвитку в різні історичні періоди. Основою скептицизму є сумнів у можливості досягнення достовірного знання, а головним принципом – утримання від остаточних суджень про істинність чи хибність будь-яких тверджень. Скептицизм формує особливий підхід до пізнання, заохочуючи перевірку кожного висновку та критичне ставлення до знання.

Античний скептицизм зародився в Стародавній Греції, і його засновником вважають Піррона з Еліди (бл. 360 - 270 рр. до н. е.). Піррон розробив концепцію епохє – утримання від суджень, що веде до атараксії – душевного спокою. Він вважав, що істина є недосяжною, а всі твердження можна поставити під сумнів. Учень Піррона, Тімон Фліунтський, продовжив його ідеї, систематизувавши їх у формі афоризмів та сатиричних поем.

Пізніше скептицизм знайшов вираз у Академічній школі, де його очільником став Аркесілай (315 - 240 рр. до н. е.). Він стверджував, що знання є лише ймовірним і жодне твердження не може бути остаточно доведеним. Карнеад (214 - 129 рр. до н. е.) поглибив ці ідеї, обґрунтувавши принцип імовірності як орієнтир для практичної діяльності. Академічний скептицизм став опонентом стоїцизму, відкидаючи можливість пізнання об’єктивної істини.

Розвиток скептицизму в римський період пов’язаний із працями Секста Емпірика (II - III ст. н. е.), який зібрав та систематизував аргументи скептиків у творах «Пірронівські ескізи» та «Проти математиків». Він описав десять тропів агриппійського скептицизму, які демонструють відносність людського знання та неможливість його обґрунтування [1].

Скептицизм здійснив значний вплив на розвиток філософії в Новий час. Французький мислитель Мішель де Монтень (XVI ст.) сприйняв скептицизм як метод особистої інтелектуальної свободи та самопізнання. Рене Декарт, хоч і відомий як раціоналіст, використовував методичний сумнів як основу для побудови системи достовірного знання.

У XVIII столітті скептицизм був ключовим для епістемології Девіда Г'юма, який поставив під сумнів каузальність та обґрунтування знання. Іммануїл Кант у своїй «Критиці чистого розуму» намагався подолати скептицизм шляхом синтезу раціоналізму та емпіризму, визнаючи обмеженість людського пізнання.

У XX столітті скептицизм набув розвитку в аналітичній філософії, зокрема в працях Людвіга Вітгенштейна та Карла Поппера. Ідеї скептицизму вплинули на розвиток критичного раціоналізму та агностицизму [2].

Якщо підводити підсумок, то скептицизм – це не лише сумнів у можливості пізнання, а й принципова установка на критичний аналіз знання. Він сприяв розвитку наукового мислення та формуванню методології сумніву, що використовується у сучасній науці та філософії. Вплив скептицизму простежується у філософії Декарта, Г'юма, Канта, а також у сучасній епістемології, де його принципи сприяють переосмисленню фундаментальних основ знання.

Література:

1. Габріель Маркус. Форми скептицизму / З німецької переклав Володимир Абашнік // Наукові записки Харківського економіко-правового університету / Збірник наукових статей. Харків: ХЕПУ, 2014. №1 (16). С. 103 - 107.

2. Гайдеманн Дітмар. Античний пірронівський скептицизм / З німецької мови переклав Володимир Абашнік // Античність та університетська філософія. Харків: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2019. С. 20 - 25.

Кравченко Роман
аспірант фак-ту соціології та управління
Наук. кер. : д-р філос. наук, доц. Чайка І.Ю.

ОРГАНІЗАЦІЙНІ КОДЕКСИ ЯК ФАКТОР ІНТЕРІОРИЗАЦІЇ КОРПОРАТИВНИХ ЦІННОСТЕЙ СПІВРОБІТНИКАМИ ОРГАНІЗАЦІЇ

Сучасна успішна організація незалежно від того є вона прибутковою, чи некомерційною, виробничою чи сервісною характеризується перш за все розвиненою організаційною культурою. Організаційна культура, як унікальний системний феномен, покликана узгодити інтереси всіх груп, залучених до функціонування організації – керівництва, персоналу, постачальників і споживачів, громади, в межах якої знаходяться її виробничі потужності.

Організаційна культура будується на провідних етичних принципах, дотримання яких сьогодні визначає успішність організації не лише у вимірі її прибутковості, але й в контексті її соціальної відповідальності.

Європейська комісія, досліджуючи організаційну культуру зазначила: «Те, до чого можна застосувати назву «культура», справді відіграє важливу роль у визначенні активізму й ефекту діяльності інституції чи її складників. І хоча організаційна культура не є єдиним важелем діяльності, вона, безсумнівно, є тим виміром життя організації, який не можна ігнорувати» [3].

Формування організаційної культури сьогодні відбувається під впливом світоглядних орієнтирів корпоративного менеджменту і провідних гуманістичних цінностей суспільства, на неї впливають провідні для організації стилі і методи управління. Культура сучасної успішної організації є культурою відкритою, тією, що підтримує прозору комунікацію на всіх рівнях, стимулює проактивну життєву позицію співробітників, постійне самовдосконалення, толерантність та врахування всього розмаїття ідей та думок. Це культура діалогічна, така, що стимулює врахування інтересів всіх стейкхолдерів, сприяє розвитку взаємодії і командної роботи. В рамках такої культури ефективна комунікація забезпечує постійний відкритий рух інформації, створення стимулюючого середовища для навчання і постійного підвищення кваліфікації співробітників.

Базовим компонентом організаційної культури є корпоративні цінності. Британський антрополог Б. Малиновський і автор структурно-функціональної теорії культури А. Радкліфф-Брауні підкреслювали, що система цінностей – органічна частина культурної цілісної системи, що визначає ступінь впорядкованості і керованості організацією.

Корпоративні цінності характеризуються такими властивостями як значимість і загальноприйнятість. Саме цінності впливають на процес цілепокладання в організації, і визначають, якими будуть засоби реалізації цих цілей. Цінності є інтегруючим фактором в організації, і дороговказом, що орієнтує співробітників на прийняття рішень, поведінку, яка буде схвалена в рамках конкретного організаційного середовища.

Корпоративні цінності в своїй основі мають знання і уявлення, що пов’язані із сенсом існування організації, наділяють дії співробітників значенням, дозволяють їм робити вибір в мінливому середовищі. Такі цінності можна назвати генотипом організації, адже вони відображають її унікальні характеристики, специфіку її життєустрою.

Нові співробітники сприймають корпоративні цінності не лише іманентно, спостерігаючи за тим, хто, що і як робить в організації, отримуючи позитивний чи негативний зворотний зв'язок на ті чи інші свої дії. Важливим фактором інтеріоризації організаційних цінностей є Кодекси етики чи ділової поведінки, що створюються у всіх сучасних успішних організаціях. Першими корпоративними кодексами були стисло сформульовані ідеї, на кшталт, «Компанія дотримується стандартів системи вільного підприємництва», у компаніях США початку XX ст. Іноді ці резюме доповнювалися переліком

норм взаємовідносин між організацією, її клієнтами та конкурентами. У середині XX ст. корпоративні етичні кодекси набули популярності і поширилися в Європі та Японії. В Японії такі документи, як правило, визначали відношення до організації (відданість, вдячність); відношення до роботи (ретельність, відповідальність, старанність, ощадливість, відчуття гордості за свою роботу); відношення до старших (повага, чемність); відношення до співробітників (співробітництво, визнання заслуг).

Як зазначає директор корпорації Leadership Edge Incorporated Д. Хокінс життя за кодексом «повинно сприяти не лише досягненню цілей компанії, але й досягненню особистісних цілей кожного працівника: люди повинні розуміти, як життя за кодексом забезпечить їх особистісне зростання в організації» [2. с. 36].

Базова структура організаційного кодексу може включати: 1. Загальні положення корпоративної ідеології організації. 2. Місію та міфи. 3. Опис організаційної структури. 4. Формулювання мети і завдань організації. 5. Опис форм відповідальності. 6. Характеристики внутрішньої політики. 7. Ритуали та традиції. 8. Висновки. 9. Додатки [1].

Отже, наявність в організації розробленого кодексу сприяє адаптації нових членів організації, які через вивчення його положень можуть сформувати уявлення щодо організаційних цінностей і бажаних поведінкових стратегій, і одночасно систематизують правила і норми взаємин організації, її співробітників і менеджменту із зовнішнім середовищем. Все це, в свою чергу, сприяє постійному розвитку і вдосконаленню організаційної культури.

Література:

1. Кубко В. П. Процес створення корпоративних кодексів. *Праці Одеського політехнічного університету*. 2008. Вип. № 1 (29). С. 314–317
2. Нідзієва В. А. Корпоративний кодекс як інструмент управління організаційною культурою загальноосвітніх навчальних закладів. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2015. №7. С.35–38.
3. Посібник з формування організаційної культури на публічній службі. URL: https://nads.gov.ua/storage/app/sites/5/human%20resourses/Посібник_з_формування_організаційної_культури_1.pdf.

Лаврівський Вадим
аспірант 2 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: д-р філос. наук, доц. Ель Гуессаб К.

МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНО-ФІЛОСОФСЬКОГО АНАЛІЗУ АДВОКАТСЬКОЇ ЕТИКИ

Проблематика методологічного осмислення феномена адвокатської етики в соціально-філософському дискурсі – питання відкрите і недостатньо досліджене в умовах бурхливих соціальних змін. Тема адвокатської етики є

предметом для міждисциплінарного вивчення і дискусій в широкому колі філософських, правових, культурологічних та інших дисциплін. Філософська рефлексія адвокатської етики спрямована на з'ясування можливих шляхів вдосконалення діяльності адвоката, зростання рівня справедливості та масштабів свободи людини в контексті її соціального буття.

Філософське дослідження передбачає розробку методологічного комплексу, за допомогою якого здійснюється осмислення адвокатської етики. Необхідно також з'ясувати соціально-філософський категорійний статус поняття «адвокатська етика» та його міждисциплінарний статус у структурі методологічних підходів.

Соціально-філософське дослідження завжди спрямоване на з'ясування сутнісних рис досліджуваного об'єкту, логіки його виникнення та розвитку в суспільстві, притаманних атрибутів та модусів. Для наукового дослідження характерна логічна та концептуальна несуперечливість, системність, авторська позиція, обґрунтованість висновків.

Соціальне призначення філософії полягає в тому, щоб своїм специфічним методологічним комплексом і пізнавальними можливостями з'ясувавати сутнісні характеристики об'єкту соціального світу та смислоутворювальні орієнтири активності людини, залучити людину через її професійну діяльність до соціально-конструктивної дії, до світу мудрості, «царини софійності». Соціально-філософський пошук спрямований формулювати уявлення про універсальні форми культурного доробку людства, виявляти і презентувати в ідеях про істинні думки та найбільш оптимальні форми дії. Здійснення соціально-філософського аналізу адвокатської етики та перешкод на шляху її вдосконалення передбачає з'ясування специфіки і предметного поля соціальної філософії. Зазначимо, що соціальна філософія – концептуально автономна область філософського знання, яка звернена на суспільство, людину як на суб'єктів соціокультурних взаємин, що діють в соціальному просторі.

Методологічна основа дослідження містить комплекс філософських і наукових методів та принципів, а саме: системний, діалектичний, соціокультурний, компаративний, синергетичний, екзистенціальний, антропологічний підходи. Розглянемо більш детально методологічний дизайн нашого дослідження. Отже, підставами соціально-філософського аналізу адвокатської етики слугують методи (підходи):

- *системний* (адвокатська етика та її розвиток розглядається як складна цілісна система, що, в кінцевому рахунку, складається із простих елементів та обумовлена як об'єктивними, так і суб'єктивними факторами);
- *діалектичний* (адвокатська етика розглядається в її процесуальній сутності як прояв та зв'язок);
- *соціокультурний*, який передбачає, що кожне соціальне явище та будь-яка професійна діяльність аналізується з позицій їхньої обумовленості конкретними соціокультурними факторами, що впливають на буття суспільства та людини.

- *компаративний* (порівняння адвокатської етики в різних соціокультурних системах, виокремлення її особливостей в різноманітних соціокультурних традиціях як принцип досягнення об'єктивного знання);
- *синергетичний* (аналіз адвокатської етики як нелінійного та багатоваріантного процесу, що протікає в різноманітних соціокультурних обставинах);
- *екзистенційний* (установка на виявлення і опис специфічного досвіду, ядро якого - індивідуально-особистісний досвід дослідника як адвоката зі власним стажем та досвід інших людей щодо адвокатської діяльності);
- антропологічний (його застосування до адвокатської етики полягає у з'ясуванні «людиновимірного характеру» адвокатської дільності та її етики).

У нашому дослідженні нами також використовується історіко-ретроспективний ракурс та принцип діалектичної єдності соціальної теорії і практики.

У соціально-філософському аналізі адвокатської етики слід виділити також такі аспекти дослідження як: *онтологічні засади* адвокатської етики; *гносеологічні засади* її філософського осмислення; *аксіологічний* ракус адвокатської етики; *організаційно-політичне підґрунтя функціонування* адвокатури та адвокатської етики; *принципи визначення адвокатської винагороди; специфіка взаємин з клієнтами та колегами в адвокатурі.*

Лелека Анастасія
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р філос. наук, доц. Ель Гуессаб Карім

КРУГИ АДУ В «БОЖЕСТВЕНІЙ КОМЕДІЇ» ДАНТЕ АЛІГ'ЄРІ

Данте Аліг'єрі – видатний італійський поет і письменник XIV століття, якого часто називають «батьком італійської літератури». Його шедевр, «Божественна комедія», є одним з найвизначніших творів світової літератури. Ця комедія стала всесвітньо відомою і справила вплив на подальший розвиток не тільки італійської, а й усієї європейської літератури [3].

У «Божественній комедії» Данте Аліг'єрі зображує подорож свого ліричного героя через три сфери загробного світу: Пекло, Чистилище та Рай. Ця подорож є алегоричним зображенням шляху людини до божественного спасіння. Загалом подорож героя потойбічним світом була основою багатьох середньовічних релігійних творів у жанрі видінь. Подібні мандри використовувались у літературі та міфах і раніше, зокрема відомі серед них іранський твір «Арда Віраф намаг», епізод з «Енеїди» про відвідини Енеєм

батька на тому світі, подорожі у потойбіччя героїв грецьких міфів (Геракл, Орфей), подорож до Утнапіштіма вавилонського героя Гільгамеша тощо [2].

Головний герой поеми Данте, переживає важкі часи автор змалював його перешкоди у вигляді трьох хижаків – леопарда, лева та вовчиці, котрі уособлюють людські спокуси та пороки: брехню, пихатість та егоїзм. У поемі Данте Аліг'єрі світ, у якому опиняються герої, унаочнює деяке неприродне потойбіччя. Поема складається із трьох частин: «Пекло», «Чистилище», «Рай» – відповідно трьом станам людської душі в загробному світі. Кожна частина складається з 33 пісень (кратне магічному числу 3) [3].

Автор змальовує 9 кіл пекла і 9 небесних сфер (10 – Емпірей, де живе Господь). Між пеклом і раєм поет розміщує чистилище. Пекло в «Божественній комедії» уявляється як воронка, що сягає до центру Землі. Воно складається з дев'яти кіл, кожне з яких призначене для певної категорії грішників. Глибина падіння в пекло залежить від тяжкості гріха. Існує два рівні пекла: верхній, у якому гріхи підпадають під поняття «нездержливість» (2 – 5 коло), і нижній, де гріхи засновані на «тваринності» (6 – 9 коло) . Чим важчий гріх людини, тим нижче падає її душа крізь воронку й отримує важче покарання. Данте розділяє грішників за трьома рівнями пороку: нездержливість, злобливість та тваринність. Пекло в уявленні Данте – це не просто місце вічних мук, а складний багаторівневий світ, що відображає середньовічну концепцію гріха і покарання. Воно поділене на дев'ять кіл, кожне з яких відповідає певному виду гріха. У перших колах мучаться ті, хто піддався нестримним пристрастям: обжерливі, хтиві, гнівливі. Глибоко в надрах Пекла знаходяться зрадники, які зазнають найстрашніших мук [1].

Супроводжуваний римським поетом Вергілієм, символом людського розуму, Данте спускається все глибше в пекло. Вергілій допомагає йому зрозуміти сенс побаченого і підготуватися до зустрічі з Беатріче, яка символізує божественну любов [3].

Кожне коло Пекла має свою унікальну атмосферу і покарання. Наприклад, у другому колі хтивих їх носиться вітер, що символізує їхню нестримну пристрасть. У третьому колі обжерливих вони лежать у бруді під дощем, який ніколи не припиняється. А в дев'ятому колі, найглибшому і найхолоднішому, заморожені зрадники, серед яких Юда Іскаріот [3].

Отже пекло – це не лише місце страждання, а й місце очищення. Проходячи через всі кола пекла, герой поступово позбавляється своїх гріхів і готується до підйому на Чистилище. Автор не лише засуджує гріх, але й викликає співчуття до страждаючих душ. Пекло в його творі – це не просто місце покарання, а складний світ, який відображає багатогранність людської природи.

Література:

1. Пікун, Л. В. Особливості усвідомлення пекла у «Божественній комедії» Денте Аліг'єрі й у серіалі «Гра в кальмара». Закарпатські філологічні студії,

2022. № 25. С. 195–200. URL: http://zfs-journal.uzhnu.uz.ua/archive/25/part_2/35.pdf (дата звернення 09.11.2024).
2. Рошко М. М. Подорож головного героя як ініціація у «Божественній комедії» Данте Аліг'єрі та «Маленькому принці» Антуана де Сент–Екзюпері. Науковий вісник Ужгородського університету, 2014. № 2 (32). С. 84-89. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvuufilol_2014_2_17 (дата звернення 10.11.2024).
3. Числова символіка «Божественної комедії» Данте Аліг'єрі / В. І. Степнова. Актуальні проблеми філологічних наук: матеріали студ. наук. конф. присвяч. 245-річчю з дня народж. Г. Ф. Квітки-Основ'яненка, 22 листопада 2023, Харків, Україна / Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди [за заг. ред. А. Г. Козлової]. Харків, 2023. С. 74 – 76.

Лукашева Вероніка
студентка 3 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: канд. політ. наук, доц. Лепська Н.В.

РОЛЬ НАЦІОНАЛІЗМУ В КОНФЛІКТАХ XXI СТОЛІТТЯ

Націоналізм – політична ідеологія, принципами якої є цінність нації, як найбільше значення у державотворчому процесі. Чільне місце у цій ідеології займають інтереси нації: мова, культура, традиційна територія, належне місце у світі і найголовніше – забезпечення добробуту нації. Націоналізм відіграє важливу роль у розвитку конфліктів у внутрішньому, так і на міжнародному рівнях. Якщо брати форми націоналізму, то буде спостерігатись різний вплив на політичні процеси і конфлікти.

Розглядаючи націоналізм і його вплив на конфлікти у XXI столітті, варто звертати увагу на різноманітність варіантів його існування, бо кожен з цих варіантів має власні особливості, характеристики і функціонування. Бенджамін Міллер у своєму дослідженні пропонує розглядати кілька форм націоналізму [1].

Задоволений націоналізм – тип націоналізму, що характерний для країн, де національна ідентичність і державні кордони збігаються. Такі держави, зазвичай, є політично стабільними та внутрішньо неконфліктними по тій причині, що культурні та етнічні аспекти мають єдність і спрямовують до мирного співіснування. У сучасному світі прикладом може слугувати Японія, яка має майже ідеальний баланс між національною ідентичністю та державними кордонами. Тому в цій державі низький рівень етнічних конфліктів

Бездержавний націоналізм – існує в умовах, коли національні меншини не мають власної держави, що призводить до боротьби за автономію або незалежність. Найчастіше такий націоналізм несе за собою внутрішні конфлікти у державі, бо спрацьовує ефект прагнення до самовизначення та відстоювання своїх інтересів, що призводить до напруги та ескалації

конфліктів. Наразі ситуація з курдами на Близькому Сході залишається напруженою, бо їх автономії в Сирії, Туреччині та Іраку прагнуть створення незалежної курдської держави, що й спричиняє військові конфлікти та насильницькі дії.

Консолідуючий націоналізм – характерний для країн, що мають бажання об'єднати різні етнічні групи в одну національну спільноту. Але при цьому цей процес є складним і може провокувати насильницькі зіткнення та політичні кризи, бо не всі етнічні групи готові об'єднатись в одну національну ідентичність. Такий тип націоналізму можна спостерігати на прикладі Малайзії, яка хоче об'єднати різні етнічні групи, зокрема, китайців та індійців, що і несе за собою політичну напругу, хоча країна досі зберігає стабільність.

Іредентистський націоналізм – характеризується збереженням або відновленням національної цілісності через анексію етнічно споріднених територій, що в свою чергу призводить до міжнародних конфліктів. Також може проявлятись загострення конфліктів між сусідніми державами. На прикладі анексії Криму у 2014 році росією можна спостерігати, як діє такий тип націоналізму. У цьому прикладі росія намагається «повернути» територію, що нібито є переважно російською, тобто має більшу частку саме російського населення.

Популістський націоналізм – найчастіше виникає в державах, де спостерігається падіння національної конгруентності, але при цьому, збережена сильна державна влада. Такий тип націоналізму веде до політичної поляризації всередині держави та провокує внутрішні конфлікти. Варто взяти за приклад США, бо наразі спостерігається внутрішня поляризація суспільства та соціальні конфлікти, зокрема, в контексті президенства Дональда Трампа.

Вплив різних форм націоналізму може супроводжуватись, як підтримкою етнічної групи чи груп, так і спровокувати певні конфлікти, що можуть мати характер, як внутрішніх так і зовнішніх.

У більшості випадків ідеї національної однорідності, що мають риси радикалізму, можуть ставати провокатором до насильницьких дій, по прикладу геноциду чи етнічної чистки. Культурна гомогенізація, коли йде витіснення одними етнічними групами інших, може використовуватись у певних виправданнях щодо насильства та порушень прав людини [2].

Отже, націоналізм є багатогранним явищем, яке має багато форм, що можуть спричиняти певні конфлікти та використовуватись як маніпулятивний інструмент проти населення. Але при цьому націоналізм також може й об'єднувати суспільство задля досягнення спільної мети та у створенні стабільної й незалежної держави. У XXI столітті конфлікти, пов'язані з різними формами націоналізму, є актуальними і поширеними. Тому важливо розуміти структуру націоналізму за його формами, щоб певною мірою вміти прогнозувати та управляти конфліктами на різних рівнях.

Література:

1. Miller, Benjamin. (2022). Nationalism and Conflict: How Do Variations of Nationalism Affect Variations in Domestic and International Conflict? URL: https://preprints.apsanet.org/engage/apsa/article-details/6314f71449042a66aacbd09a
2. Conversi, D. (2010). Cultural Homogenisation, Ethnic Cleansing and Genocide. URL:https://oxfordre.com/internationalstudies/display/10.1093/acrefore

Манько Юлія
студентка 3 курсу факультету
фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р філос. наук, доц. Ель Гуессаб К.

ФІЗОСОФСЬКА РЕФЛЕКСІЯ ФЕНОМЕНУ ЩАСТЯ

Щастя є дуже важливою складовою частиною людських цінностей та має велике значення в житті сучасної людини. Кожна людина прагне досягти щастя як найбільшого життєвого блага. Усі уявлення про нього та розуміння його сутності впливають на її життя [1]. Перераховуючи різні думки людей щодо щастя, можна сказати, що для більшості щастя полягає в чомусь наочному і очевидному: в удачі, в задоволенні, в пошані, в багатстві і т.п. «Щастя, говоримо ми, – це те ж саме, що благополуччя і гарне життя». Тому «питання про щастя – це не просто питання про те, як бути щасливим, задоволеним або навіть доброчесним, але перш за все в тому, в чому полягає щасливе життя і до чого людині слід прагнути в першу чергу» [2].

Будь-яке суспільство в конкретний історичний період характеризується певним набором та ієрархією цінностей, які є способом соціальної регуляції і позначаються певними поняттями в повсякденній мові людей. Чи не найбільш виразно сукупність цінностей, характерних для конкретного періоду розвитку тієї чи іншої культури, спільноти чи особистості, відображає уявлення людей про щастя. Згідно зі своїм повсякденним розумінням щастя люди вибудовують і свою життєву стратегію, бо саме щастя – це такий феномен особистісного і суспільного життя, в якому як у фокусі віддзеркалюється все розмаїття їхніх потреб і прагнень. Немає жодних підстав сумніватись у значущості й цінності в житті людини того, що прийнято називати словом «щастя» [1].

З погляду соціально-філософського підходу до змістовного наповнення поняття «щастя» воно є суб'єктивною мірою повноти людського буття. Філософська конкретизація даного поняття дозволяє більш детально розглянути цей феномен як певний ступінь наближення реальності людського буття до бажаного стану шляхом набуття нових особистісних потенцій і реалізації прагнень у суспільно значущій діяльності [1]. Мислителі прагнули з багатьох

індивідуальних уявлень вивести загальне поняття істинного людського щастя. Як же історично ставилася проблема щастя? [3].

Сократ говорив, що щастя – зовсім не радість, задоволення, воно – в іншому: у внутрішньому стані душі, у володінні чеснотами, головна з яких – справедливість. Мислитель був переконаний, що щасливим може бути тільки людина прекрасна душею, справедлива, та, чия душа не зачеплена злом, або, поступившись, прагне звільнитись від зла. Справжнє, істинне щастя – це турбота про свою душу, орієнтація на розум, істину і доброзичливість, прагнення завжди залишатися людиною, зберігати свою внутрішню гідність [3].

Платон також вважав, що щастя – доброчинність, а найвища чеснота – справедливість. Саме вона – справедливість, є ключем до щастя. Філософ знаходить справедливість у державі що об'єднує усіх індивідів у єдине ціле, що приборкує індивідуалізм у різних його проявах і здатна, за Платоном, забезпечити щастя. Але у Платона це щастя не особисте, а щастя цілого, держави [3].

Інших поглядів дотримувався Епікур: краса почуттєвої насолоди, захоплення життям — ось цінності людської душі, яка не вічна, вона розпадається, зникає у вічності, а щастя – явище земне, прижиттєве. Проте, наполягаючи на насолоді, Епікур на живу, яскраву стихію почуттів накладає заборони і норми розумного, стверджуючи, що, якщо жити розумно і морально, можна жити приємно. І йде далі. Блаженство і щастя – це шлях до свободи, звільнення від страхів, журби, страждань. Епікур виступив проти святого: він прагнув звільнити людину від страхів перед невідомим – волею Богів, Роком, Долею – і відкрити шлях до віри в себе. Саме власна свобода від страхів, заборон робить людину щасливою. А щаслива людина не буде вершити зло [3].

Аналіз творів провідних філософів дозволяє зрозуміти всю різноманітність уявлень про щастя і шляхи його досягнення, що склалися в різні історичні епохи. «Одним здається, що щастя – чеснота, іншим – розсудливість, третім – відома мудрість, а іншим – усе це разом або що-небудь одне в поєднанні із задоволенням, або не без участі задоволення, є і такі, що включають у поняття щастя і матеріальний добробут», – зазначав Аристотель [2]. Питання про те, що таке щастя і що означає бути щасливим, з давніх-давен хвилювало людину. Давньогрецьке слово eudaimonia («справжнє щастя») складалося із двох слів – eu («добро») і daimon («божество»), тобто дослівно означало, що долю людини захищають боги [1]. Особливість щастя полягає в тому, що для нього немає рамок, воно завжди нове, несподіване, неповторне, воно в постійному русі, становленні. Розуміння щастя одного індивіда не співпадає із розумінням іншого [3].

Підсумовуючи розглянуті нами вище основні філософські концепції тлумачення щастя, ми можемо констатувати, що загальна структура цього феномена відбивається в декількох взаємозумовлених площинах:

1) щастя є цілком об’єктивним станом людини, який відображає позитивні риси в розгортанні людської долі, успіх в якійсь справі, життєвий талан тощо;

2) щастя – суто внутрішній, психологічний стан переживання інтенсивної радості від здійснення тих чи інших намірів, переживання захвату і блаженства;

3) у загальнофілософському аспекті щастя найчастіше осмислюється як володіння вищими благами життя (це й означає термін «евдемонія»);

4) поняття щастя уособлює суб'єктивну моральну реакцію особистості на володіння цими благами, що знаходить прояв у певному задоволенні від життя загалом. Саме таке розуміння щастя, яке на наше переконання, включає достатньо повний спектр свідомості і самосвідомості людини як форми, в якій людина акумулює власні свідомі і підсвідомі інтенції щодо самореалізації і блага [1].

Література:

1. Афанасьєва Л., Олексенко Р. Вісник Львівського університету. Серія філос.-політолог. студії. 2019. Випуск 22, с. 16-22 / Феномен щастя в контексті філософського дискурсу, URL: http://fps-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/22_2019/4.pdf (дата звернення 24.11.24)
2. Щастя як найважливіший аспект прояву основної проблеми філософії, URL: https://studies.in.ua/shpora-filosophy/682-91-schastya-yak-nayvazhlivshiy-aspekt-proyavu-osnovnoyi-problemi-flosofyi.html (дата звернення 24.11.24)
3. Філософське осмислення проблеми щастя, URL: https://studfile.net/preview/2266237/page:26/ (дата звернення 24.11.24)

Нетребенко Єлизавета
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р філос. наук, доц. Ель Гуессаб К.

ГЛОБАЛІЗАЦІЯ ТА ФІЛОСОФІЯ КУЛЬТУРИ: ВИКЛИКИ ЗІТКНЕННЯ ЦІННОСТЕЙ

Глобалізація, як всеосяжний процес економічної, культурної та соціальної інтеграції, неминуче впливає на різноманітність культур. З одного боку, вона сприяє поширенню ідей, цінностей та звичаїв по всьому світу, створюючи умови для взаємозбагачення культур. Глобалізація, з іншого боку, доволі часто призводить до одноманітності культурного ландшафту і загрожує збереженню унікальних особливостей різних народів.

Основою, на якій базується філософське пізнання культури, є зв'язок людини з духовним світом. Культура доволі яскраво підкреслює екзистенційні ситуації. Витвори культури, такі як: література, живопис, архітектура, музика – в своєрідній формі представляють людське життя в його безпосередній буденності. Зокрема, ситуацію морального вибору, в якій на практиці виявляється глибина людського [4].

Філософське поняття культури наближає нас до екзистенції безпосереднього, унікально-особистісного переживання власного існування – людського буття. Крім того, філософське розуміння людини неможливе поза філософським осмисленням культури. Воно допомагає розібратися у способах взаємин людини і світу, зрозуміти цінності, властиві людині, особливості її внутрішнього світу. Таким чином, філософія культури окреслює те, що вважається найважливішим для філософського пізнання людини. Ось чому філософія культури так тісно пов'язана з герменевтикою, феноменологією, екзистенціальною філософією та філософською антропологією. Саме тому можна сказати, що філософія культури є галуззю гуманітарного знання. І, відповідно, вона є складовою частиною самої системи культури [5].

Одним з ключових питань, що виникають в умовах глобалізації, є збереження культурної самобутності. Як казав відомий філософ і соціолог Зігмунт Бауман, глобалізація створює відчуття «рідкої сучасності», в умовах якої індивід постійно перебуває у русі, а культурні цінності стають все більш рухливими та мінливими. Саме це може призвести до втрати відчуття приналежності до певної культурної спільноти та послаблення традиційних зв'язків [3].

Зіткнення різноманітних культурних цінностей породжує ряд філософських проблем. Одна з них пов'язана з визначенням універсальних цінностей, здатних об'єднати все людство. Філософи доволі довго намагаються знайти відповідь на це питання, пропонуючи різні концепції прав людини, гуманізму та толерантності. Тим не менш, глобалізація демонструє, що досягти консенсусу щодо універсальних цінностей – дуже складне завдання, оскільки різні культури мають свої власні уявлення про добро і зло, справедливість і несправедливість.

Ще одною важливою проблемою є збереження культурного розмаїття в умовах глобалізації. Французький філософ Жан Бодрійяр зазначив, що глобалізація призводить до створення «симулякру» – копії реальності, яка замінює собою автентичний досвід. Це загрожує зникненням унікальних культурних традицій і збідненням людського досвіду [2].

Статистичні дані підтверджують, що глобалізація призводить до поширення західних культурних цінностей і способу життя. Наприклад, англійська мова стала де-факто мовою міжнародного спілкування, а американська масова культура домінує в багатьох країнах світу. Це явище, яке називається «американізація», викликає занепокоєння у багатьох дослідників, які вважають, що це загрожує збереженню культурної ідентичності інших народів.

Проте, не варто недооцінювати здатність культури адаптуватися та синтезувати. Глобалізація може стати стимулом для розвитку нових культурних форм, що поєднують елементи різних традицій. Так, для зразку, у багатьох країнах світу з'являються нові музичні стилі, які поєднують традиційні інструменти і мелодії з сучасними ритмами та аранжуваннями [1].

Таким чином, глобалізація – це складний і суперечливий процес, який одночасно створює нові можливості для культурної взаємодії і загрожує збереженню культурного розмаїття. Для того, щоб знайти баланс між цими двома тенденціями, нам потрібно розвивати діалог між різними культурами, заохочувати взаємоповагу та толерантність, а також підтримувати культурні ініціативи щодо збереження культурної спадщини.

Література:

1. Історія світової культури: Навч. посібник / Левчук Л.Т., Панченко В.І., Гриценко В.С., Єфіменко В.В., Лосєв І.В., Шинкаренко О.В. К.: Либідь, 1994.
2. Кримський С.Б. Діяльність та культура / Магістеріум. 2003. Вип.12. Культурологія. С.4-8.
3. М’язова І. Ю. Міжкультурна комунікація: зміст, сутність та особливості прояву (соціально-філософський аналіз) : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. філос. наук : спец. 09.00.03 «Соціальна філософія та філософія історії» / І. Ю. М’язова. К. : КНУ ім. Т. Шевченка, 2008. 18 с.
4. Павліченко А. Ціннісні орієнтації у системі становлення особистості / А. Павліченко // Психологія і суспільство. № 4. 2005. С. 98–121
5. Проф. Сидоренко Л.І. Філософське осмислення культури і цивілізаційних процесів URL: http://www.philsci.univ.kiev.ua/biblio/sid-culture.htm

Павленко Богдана
магістрантка 1 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: д-р політ. наук, проф. Кіндратець О.М.

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ПОЛІТИЧНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ В ІНДОНЕЗІЇ ТА ФІЛІППІНАХ В ДРУГІЙ ПОЛОВИНІ XX ТА НА ПОЧАТКУ XXI СТ.

Політичні системи мають реагувати на виклики глобалізації, соціальні зміни та внутрішні політичні процеси. Демонстрація різної траєкторії розвитку демократії обумовлена історичним контекстом, культурними особливостями та інституційними факторами.

Сучасні політичні процеси відзначається значною складністю, а це вимагає системного підходу до їхнього аналізу. Одним із найефективніших методів порівняльного дослідження є бінарний аналіз, який був використаний у цьому дослідженні (на прикладі двох країн – Індонезії та Філіппін). Він передбачає порівняння двох політичних систем з метою виявлення закономірностей, подібностей та розбіжностей у їхньому розвитку.

У нашому розумінні, демократичний розвиток держав часто залежить не лише від внутрішніх чинників, а й від впливу міжнародних організацій, політичної та економічної взаємодії країн. Важливою є оцінка ролі

міжнародних акторів у стимулюванні демократичних реформ, що сприяє розробці стратегій для ефективного використання зовнішньої підтримки [3].

Індонезія та Філіппіни стали на шлях демократизації після періоду панування авторитарного режиму. Процеси трансформації в цих країнах мають унікальні особливості, що зумовлені їхньою історичною спадщиною, соціально-економічними умовами та впливом міжнародних акторів в час демократичних перетворень.

Існують різні підходи, які дозволяють виявити спільні риси та відмінності у процесах демократизації цих держав, зокрема роль політичних еліт, громадянського суспільства та міжнародного впливу. Обидві країни пережили колоніальне правління, боротьбу за незалежність і періоди авторитарного керівництва. Однак, варто зазначити що у другій половині XX століття політичні курси цих держав почали суттєво різнитися.

Індонезія здобула незалежність у 1945 році, проте довгий час перебувала під владою авторитарного режиму Сухарто. Лише у 1998 році, після його відставки, країна розпочала рухатися до демократії. У першій половині 1950-х років Індонезія здійснила спробу запроваджування парламентської демократії за західним зразком. Проте цей політичний експеримент не призвів ані до стабільності, ані до значних економічних зрушень.

Основним фактором, що ускладнив процес демократизації, стала висока політизація населення, зумовлена антиколоніальною революцією та боротьбою за незалежність у 1945 – 1949 роках. В умовах значної етнічної, мовної та релігійної різноманітності, а також невисокого рівня освіти та культури, активне залучення широких верств населення до політичних процесів сприяло не консолідації, а фрагментації суспільства, що ускладнювало формування ефективних державних інститутів [4].

Часті зміни коаліційних урядів у Індонезії відбувалися без глибокого усвідомлення управлінських викликів, що призвело до наростання політичної та економічної кризи в країні наприкінці 1950-х років. Дестабілізуючим фактором стала активізація сепаратистських рухів на островах, зокрема Суматрі, Калімантані та Сулавесі, що загострило внутрішню ситуацію. В умовах зростання загроз територіальній цілісності президент Сукарно прийняв рішення про запровадження військового стану та поступово сформував авторитарну модель управління, відому під назвою «спрямована демократія», яка передбачала концентрацію влади в руках державного керівництва з обмеженням демократичних процесів [2, p. 296]. Відтоді Індонезія поступово запровадила багатопартійну систему, розширила громадянські свободи та створила незалежні державні інституції.

У той час Філіппіни стали незалежною державою у 1946 році. Демократична система, успадкована від США, неодноразово зазнавала криз через корупцію, військові перевороти та автократичні тенденції. Особливо яскравим прикладом є період правління Фердинанда Маркоса, що тривав з 1965 по 1986 рік. Лише після «Жовтої революції» країна повернулася до демократичних норм [5].

Тобто, Філіппіни здійснили перехід від авторитарного режиму у 1986 році, проте верховенство права залишається нестабільним, а судова система часто діє в інтересах політичної та економічної еліти. Хоча насильницькі повстання тривали протягом десятиліть, їхній вплив на державну стабільність останніми роками значно послабився.

Таблиця 1. *Узагальнення бінарного дослідження по блоках двох країн.*

Блок	Індонезія	Філіппіни	Узагальнення
Природні ресурси та географія	багата на природні ресурси (нафта, газ, вугілля, боксити), що забезпечують основу для економічного зростання. Велика територія та контроль за важливими морськими шляхами.	має значні земельні ресурси, але через природні катаклізми (тайфуни, землетруси) її економічний розвиток є нестабільним.	Індонезія має вигідніші природні умови для довгострокового розвитку ніж Філіппіни.
Демографічний потенціал	280,7 млн осіб, густота – 147,4 осіб/км², високий рівень природного приросту.	113,1 млн осіб, густота – 377,1 осіб/км², значний рівень еміграції.	Філіппіни стикаються з міграційними викликами, тоді як Індонезія має стійкий демографічний приріст.
Політична стабільність	відносно стабільна демократія, високий рівень патріотизму. Президент є главою держави та уряду, обирається прямим голосуванням на 5 років.	політична нестабільність, вплив зовнішніх акторів. Президент обирається на 6 років без права переобрання, виконує функції глави держави та уряду.	Сильніша політична система Індонезії сприяє стабільному розвитку. Обидві країни мають президентську форму правління та унітарну систему управління. Відмінність: в Індонезії президент може бути переобраний, у Філіппінах – ні.
Політичні партії та виборча	Подібність: багатопартійна система. Відмінність: в Індонезії партії мають більше значення, у Філіппінах – політика персоналізована.		

система			
Економічний розвиток	ВВП ~$1.3 трлн, провідні галузі – видобувна промисловість, виробництво.	ВВП ~$440 млрд, залежність від аутсорсингу та грошових переказів.	Індонезія має більш стійку та збалансовану економіку.
Геополітичне положення	контролює ключові морські маршрути між Індійським та Тихим океаном.	важливий гравець у Південно-Китайському морі, загострені відносини з Китаєм.	Обидві країни є стратегічно важливими, але Індонезія має менше загроз.

Попри подібну політичну систему та географічне розташування, Індонезія має стабільнішу політичну систему та більш диверсифіковану економіку, тоді як Філіппіни стикаються з викликами, пов'язаними з політичною нестабільністю та економічною залежністю від зовнішніх факторів. Зокрема, індонезійська транспортна інфраструктура, що включає порти, автомобільні та залізничні сполучення, а також авіасполучення, є більш розвиненою. Крім того, країна забезпечує вищу швидкість Інтернету та ширший доступ до цифрових технологій, що свідчить про динамічніший прогрес у сфері інновацій та модернізації.

Отже, Індонезія та Філіппіни зіткнулись з подібними викликами, оскільки політика «спрямованої демократії» породила багато питання в усіх векторах політики. Даний аналіз Індонезії та Філіппін продемонстрував, що успішність демократичних перетворень залежить від стійкості інституцій, участі громадянського суспільства та економічної стабільності. Індонезія змогла створити більш збалансовану політичну систему, тоді як Філіппіни залишаються вразливими до авторитарних тенденцій. Вивчення цих процесів є важливим для розуміння механізмів демократичних трансформацій у поставторитарних державах.

Література:

1. Case W. Populist threats and democracy’s fate in Southeast Asia: Thailand, the Philippines, and Indonesia. Routledge, 2017. 72 p.
2. Kingsbury D. The Politics of Indonesia. Oxford : University Press, 1998. 296 p.
3. Linz J., Stepan A., Problems of Democratic Transition and Consolidation, Southern Europe, South America, and Post-Communist Europe, Baltimore/ London 1996. 479 p.

4. O'Donnell G., Schmitter P. Transitions from Aulhorian Rule. Tentative Conclusions about Uncertain Democracies. Baltimore and London: Johns Hopkins Unversity Press, 1986. 320 p.
5. Проголошення незалежності острівних країн Південно-Східної Азії URL: https://osvita.ua/vnz/reports/world_history/31549/ (дата звернення: 29.03.2025)

Пенязь Павло
аспірант 3 р. н. фак-ту соціології та управління,
Наук. кер.: д-р філос. наук, доц. Ель Гуессаб Карім

КОРУПЦІЯ ЯК СОЦІАЛЬНО-ФІЛОСОФСЬКА ПРОБЛЕМА

Корупція, це таке соціальне явище, що супроводжує людство майже весь час його існування, деформуючи основні соціальні процеси, які відбуваються в суспільстві, походить (від лат. *corruptio* — псування, розбещування, підкуп, хабар).

Які ж причини виникнення корупції? Який фундамент і умови її функціонування в громадських та політичних структурах? Правовий дискурс з приводу корупції можна знайти у Платона і Арістотеля, для яких корупція виступала різновидом пороку. Проблема корупції, яку Арістотель описує за допомогою різних понять, у тому числі користолюбства, призводить до «виродження» держави [1].

Августин Блаженний вважав, що корупція – властивість людської натури, моральний розлад, що виникає в результаті втрати цілісності і чистоти. Ідея корупції вплітається в сферу політичного в теософії Томи Аквінського. Він вважає, що людську природу можна розглядати як чисту – до первородного гріха і корумповану – після скоєння первородного гріха. Томас Гоббс вказує на те, що корупція приводить до руйнування держави та призводить до міжусобиць [1]. В суспільстві домінує думка, що саме однією з головних причин корупції є бідність, тобто без бідності не було б і корупції. Та чи це насправді так? Бідність і корупція стали сьогодні головною національною загрозою будь-якої країни [2].

Значна частина населення вважає, що законодавство створюється не для людини, а для обслуговування влади, а право сприймає як таке, що відповідає інтересам владних структур. У результаті відбувається роздвоєння особистості - особа розуміє значення й зміст суспільних цінностей і правових норм, але діє всупереч їм, під тиском неписаних правил, характерних для корупційних практик. У соціумі поширюється правовий нігілізм (від лат. *nihil* — ніщо) та повсюдно відтворюються юридико-нігілістичні упередження, в уявленнях людей закріплюється орієнтація на протиправну поведінку та вчинки. Високий рівень правового нігілізму в Україні наочно характеризує настрій у суспільстві, відображає відношення його громадян до закону і до структур влади та вказує на високий рівень корумпованості суспільства [3].

Антикорупційний дискурс, який формується масмедіа та громадянським суспільством, має особливу владу. На думку М. Фуко: «Дискурс неприборканий, нескінченний, наділений своєю владою; він породжується соціальними порядками, але може їм протистояти, а тому суспільство встановлює особливі процедури контролю – насамперед у тих сферах дискурсу, де задіяні влада та бажання» [4].

Література:

1. Владленова, І. В. (2017). Корупція в Україні та досвід Польщі: філософсько-політичне підґрунтя проблеми. // *Вісник НЮУ імені Ярослава Мудрого. Серія: Філософія, філософія права, політологія, соціологія*. № 2 (33). 7–15. https://doi.org/10.21564/2075-7190.33.109636
2. М. Михальченко, О. Михальченко, Є. Невмержицький, (2010) Корупція в Україні: політико-філософський аналіз: Монографія. К.: ІПіЕНД імені І.Ф.Кураса НАН України. 615 с.
3. Сахань. О.М (2015) Корупція в сучасній Україні як джерело деструктивності влади. // *Вісник НЮУ імені Ярослава Мудрого. Серія: Філософія, філософія права, політологія, соціологія*. № 4 (27), С. 112–129. https://dspace.nlu.edu.ua/bitstream/123456789/14588/1/Sahan_112-129.pdf
4. Foucaul M. (1970). Order of discourse. Paris: the Collège de France.

Полтавець Єлисей
студент 4 курсу фак-ту соціології та управління,
Наук. кер.: канд. філос. наук, доц. Бірюкова Т.Ф.

РОЛЬ ГРОМАДСЬКОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У РОЗВИТКУ ГРОМАДЯНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА ТА СТІЙКОСТІ УКРАЇНСЬКОЇ ДЕРЖАВИ

Сучасний український соціум потребує формування свідомих громадян, які розуміються на своїх правах, обов’язках, здібностях та спроможностях, використовуючи які, вони будуть сприяти поступальному демократичному розвитку української держави. Воєнний стан, який існує в Україні вже понад три роки, та виклики війни значно актуалізували роль та значення активного громадського суспільства, в якому провідну роль завжди відіграє молодь. Одним з механізмів, що залучає молодь до функціонування громадянського суспільства, виступають різноманітні студентські рухи та студентське самоврядування. Чисельні дослідження щодо ролі студентських рухів, студентського самоврядування у формуванні громадської активності студентської молоді обумовлені низкою чинників, серед яких є розуміння того, що під час навчання у закладах вищої освіти поряд із набуттям знань, студенти, що залучені до участі у студентському самоврядуванні, беруть участь у різноманітних громадських активностях, набувають організаторських і

управлінських здібностей. Це сприяє вихованню ініціативності, відповідальності та здатності до самоорганізації, що необхідно для побудови ефективного громадянського суспільства.

Дослідженню формування громадської активності студентської молоді, чинників, що сприяють її підвищенню, присвятила свої наукові доробки низка вітчизняних дослідників, серед яких: А. Бережна, О. Войчун, Є.Головаха, Л.Хижняк, Н. Черниш та ін.

Для дослідження ролі студентської молоді в питаннях розвитку громадянського суспільства та стійкості української держави було використано метод ретроспективного аналізу, що дозволило прослідкувати, як формувалась громадська активність студентської молоді у різні історичні періоди. Значну роль у формуванні громадської активності студентства відіграли різноманітні студентські рухи, які активізувалися ще у XIX ст. і продовжували діяти усі наступні періоди.

Особливістю студентських рухів XIX ст. в Україні було те, що вони формувалися під впливом «освіченого абсолютизму» та ідей романтизму, які були поширені в країнах Європи, та сприяли формуванню перших кроків національного відродження в нашій країні. В період 1810-1830 років у низці українських університетів діяла мережа гуртків студентської молоді, основним завданням якої було запровадження української мови для викладання в навчальних закладах. Так, наприклад, студентські громадські діячі вели активну боротьбу у польському революційному русі за українські національні інтереси. Українська студентська молодь, яка навчалась в університетах Відня і Львова, відстоювали потребу повсякденного користування українською мовою.

Вагому роль у впливі на розвиток громадської активності студентської молоді відіграла літературна спілка української молоді «Руська трійця» у Львівському університеті. Друкований ними альманах «Русалка Дністрова» мав на меті утвердити в соціумі ідею української єдності з Наддніпрянською Україною а також необхідність боротьби за власні національні права.

У 80-ті роки XIX ст. різноманітні активності студентів концентрувалось у наукових гуртках при академічних товариствах. Їх діяльність в основному зосереджувалася на організації різноманітної допомоги для студентської молоді, особливо для забезпечення її книжками (підручниками та науковими збірками). Вагому роль в житті українського студентства відіграли два Віча студентів (1899 і 1900 рр.) усіх вищих навчальних закладів на території колишнього Галицько-Волинського князівства. На Вічі у 1899 р. обговорювалося питання про потреби українського університету у Львові, в результаті чого була ухвалена відповідна резолюція. А у 1900 р. відбулося друге Віче української студентської та шкільної молоді, на якому делегати прийняли рішення у вигляді клятви боротися за самостійність України як держави [3]. Під час Першої світової війни, та після її завершення студентська молодь продовжувала відстоювати українські національні інтереси.

Однією з найбільш вагомих подій, де провідну роль відіграли студентська молодь, яка вплинула на державотворення України і яку шанують і нині – це

бій під Крутами, який відбувся 29 січня 1918 біля залізничної станції Крути. Певна частина українських сил складалася в тому числі з першої сотні Студентського куреня, представниками якої були студенти Київського університету Святого Володимира, Українського народного університету та учнів старших класів гімназії ім. Кирило-Мефодіївського братства Києва. Бій під Крутами, мав вагоме історичне значення, бо сприяв затриманню більшовиків на декілька днів, що дозволило УНР вперше за понад 150 років добитися міжнародного визнання України.

Одним із рушіїв отримання Україною незалежності також була студентська молодь. Так, ще у 80-х роках ХХ ст. почали активно організовуватися самодіяльні студентські об'єднання, зокрема в Київському, Львівському, Одеському, Сімферопольському та інших університетах. Громадська активність молоді в ті часи була обумовлена прагненням брати участь у процесах перебудови, а також висловлювати своє ставлення до представників офіційних органів влади.

Найбільш громадська активність студентства, яка стала однією з «перших ластівок» розбудови громадянського суспільства в Україні перед отриманням незалежності, проявилася у «Революції на граніті». 2-го жовтня 1990 року в Києві, на Майдані, з'явилися намети. Група студентів, переважно з київських та львівських вишів, оголосила голодування і висунула низку політичних вимог. Цей громадянський акт непокори молоді в результаті змінив обличчя тодішньої, ще радянської, України. Центр столиці на два тижні став епіцентром політичних мітингів і дискусій. До студентів приходили як політичні діячі, так і вчорашні дисиденти. Переломним стало 15 жовтня, тоді в Києві було оголошено загальний студентський страйк. Студенти вдалося прорвати міліцейський кордон біля Верховної Ради та організували на площі наметове містечко. Як результат – до Верховної Ради були запрошені лідери акції. В результаті дискусій, депутати абсолютною більшістю голосів ухвалили рішення задовольнити вимоги студентів. Так «Революція на граніті» стала однією з найуспішніших акцій, з якої почалася нова сторінка в історії України [1].

Наступним яскравим проявом громадянського суспільства та стійкості української держави завдяки активізації студентської молоді в тому числі, стала «Помаранчева революція». У ній активну участь брали молодіжні та студентські організації: «Пора», «Чиста Україна», «Студентська хвиля», «Спротив». Як відмічає Т. Яворська, саме молодь і студентство було рушійною силою українських революцій [4].

Після «Помаранчевої революції», яка розпочала активну розбудову громадянського суспільства в Україні, але, нажаль, не досягла своїх результатів у повному обсязі, революційний дух студентства тільки зміцнювався. Проросійська політика В. Януковича сприяла тому, що студентська молодь все більше висловлювала незадоволеність її результатами, а відмова підписати Угоду про асоціацію з ЄС взагалі викликала обурення, що призвело до початку «Революції гідності». Активну участь у «Революції Гідності» брали студенти, які організували масштабний страйк. У ніч на 30 листопада 2013 р., коли

відбулося побиття студентів, стало переломним моментом, який перетворив протест зі студентського в протест всеукраїнський. Тож, на наведених прикладах можемо зазначити, що громадська активність студентської молоді, яка проявлялася у формі різноманітних студентських рухів, дійсно сприяла виборюванню незалежності української держави, розвитку громадянського суспільства та зміцнення її стійкості.

Так, за даними соціологічного дослідження Національного інституту стратегічних досліджень, яке проводилося у період з 2015 по 2018 років, прослідковувалася динаміка збільшення кількості інститутів громадянського суспільства. Але при цьому збільшення кількості членів громадських об'єднань не спостерігалася. Відповідно до результатів соціологічних досліджень прослідковується, що у 2018 р. свою участь у громадських об'єднаннях підтвердили лише 2,4% опитаної молоді, в той час як у 2015 – 8,5%, а у 2017 – 6,8% [2]. Тобто, прослідковується зниження громадської участі студентської молоді. До основних причин низького рівня громадської та соціально-політичної активності на думку молоді є: 1) відсутність вільного часу для громадської діяльності (40,6%); 2) відсутність інформації про молодіжні організації (29,6%); 3) небажання, щоб їх використали непорядні політичні лідери (23,8%). Певний відсоток молоді – 16,8%, вважає, що об'єднання громадян можуть принести позитивні результати, а 14,2% взагалі не бачить сенсу в діяльності тих громадських об'єднань, які їм відомі [2]. Це свідчить про те, що громадянське суспільство в Україні, незважаючи на періодичні «революції», залишається слабким та атомарним. До основних причин такої дихотомії можна віднести: 1) відсутність у студентської молоді певних знань та вмінь для ефективного використання соціальних можливостей; 2) відсутність налагодженості процесів самоорганізації суспільства; 3) відсутність знань щодо існуючих інструментів впливу громадян і організацій громадського суспільств; 4) недостатня підтримка і заохочення молоді до громадської діяльності з боку громадських об'єднань.

Повоєнне відновлення України буде вимагати надзвичайних зусиль українського народу, в тому числі і студентської молоді, як у процесах відновлення, так і прискореного руху нашої країни до вступу у ЄС. Тож стимулювання участі студентства у волонтерстві, правозахисній діяльності та громадських ініціативах наразі залишається вкрай актуальним. Вагому роль в цьому процесі відіграє студентське самоврядування. Воно сприяє формуванню лідерських якостей та управлінських навичок здобувачів освіти. Усвідомлення даних можливостей студентського самоврядування має перспективну роль в сучасних умовах, бо саме генерування нових лідерів, які вийшли із студентського самоврядування, в перспективі сприятимуть сучасному та ефективному розвитку і зміцненню громадянського суспільства, , посиленню стійкості української держави.

Література:

1. Гінда В. Студентський граніт незалежності. *Збруч*. 02 жовтня 2015. URL: https://zbruc.eu/node/42120 (дата звернення: 15.03.2025).
2. Громадянське суспільство України: сучасні практики та виклики розвитку : аналіт. доповідь / В. Яблонський, Т. Андріюченко, І. Бекешкіна та ін. ; за заг. ред. О. А. Корнієвського. Київ : НІСД, 2018. 128 с.
3. Ковалюк Р. Український студентський рух на західних землях. XIX–XX ст.: монографія. Львів: Ін-т українознавства ім. І. Крип'якевича НАН України, 2001. 275 с.
4. Яворська Т. Молоді, затяті і завзяті: як студенти творили українські революції. Еспресо. 17 листоп. 2023. URL: https://espreso.tv/molodi-zatyati-i-zavzyati-yak-studenti-tvorili-ukrainski-revolyutsii (дата звернення: 18.03.2025).

Пономаренко Олексій
студент 1 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: д-р філос. наук, доц. Чайка І.Ю.

АКТУАЛЬНІСТЬ ЕТИЧНОГО ВЧЕННЯ СТОЇКІВ В СУЧАСНОМУ УКРАЇНСЬКОМУ КОНТЕКСТІ

Стоїцизм як етичне вчення сформувався в античній Греції та Римі й акцентував увагу на самоконтролі, моральній витривалості, прийнятті неминучого та зосередженні на власних чеснотах [4, с. 435]. Стоїки вважали, що справжня сила людини не в тому, що вона може змінити світ навколо себе, а в тому, як вона реагує на цей світ. Основні ідеї стоїків, особливо погляди Сенеки, Епіктета та Марка Аврелія, залишаються актуальними й сьогодні, зокрема, для українського суспільства в умовах сучасних викликів.

Важливу увагу в своїх роздумах стоїки приділяють витримці перед труднощами. Марк Аврелій говорить: «Хай що тобі припаде – усе це одвіку було для тебе наготовано: і саме твоє існування, і ось це, що тобі припало, було споконвічно впрядено у сплетіння причин» [3, с. 94]. Труднощі слід сприймати як випробування, що допомагають загартувати дух.

Українське суспільство стикається з випробуваннями, зокрема, війною, економічними проблемами, політичними викликами. Стоїчна концепція «терпіння та стійкості» допомагає зберігати моральну силу та внутрішню рівновагу в складні часи.

Епіктет вчив, що людина може контролювати лише свої думки, вчинки та реакції. Справжня сила походить не від зовнішнього успіху, а від здатності залишатися незворушним перед труднощами. Потрібно навчитися розрізняти те, що ми можемо змінити, і речі, які не в нашій владі. Адже час, витрачений на намагання вплинути на непорушні об'єкти, це час, який ми не приділили речам, які насправді можемо змінити [1, с. 20]. В сучасному світі, коли багато речей

залишаються поза нашим впливом, стоїцизм пропонує сконцентруватися на власній поведінці та чеснотах, а не на зовнішніх обставинах.

Кожен може контролювати свої вчинки, свої думки та своє ставлення до подій. Такий підхід допомагає не впадати у відчай, не витрачати сили на страх і ненависть, а спрямовувати їх на конструктивні дії, які можуть привести до реальних змін.

Під час воєнних дій звичайна людина мало на що може вплинути в глобальних питаннях і процесах, але треба ці намагання спрямовувати в русло своєї особистості.

Стоїки вважали, що справжнє щастя залежить не від багатства чи влади, а від моральної досконалості людини. «Багатство – недобра річ; марнотратство – погана; поміркованість – добра» [2, с. 83]. Це важливий меседж для сучасного українського суспільства, яке прагне розвивати чесність, відповідальність та справедливість.

Марк Аврелій наголошував, що людина має діяти на благо спільноти: «Зробив щось для суспільства – то й сам скористав. Завше тримай це напохваті й нізащо не спиняйся» [3, с. 103]. У сучасній Україні стоїчний ідеал відповідальності перед суспільством знаходить втілення у волонтерському русі, взаємопідтримці, активному громадянському житті.

Положення етики стоїків цілком застосовні до сучасного українського суспільства. У часи нестабільності та випробувань вони можуть стати моральним орієнтиром для особистого розвитку та суспільного життя, допомагаючи людям зберігати силу духу, витривалість і відповідальність перед собою та іншими.

Література:

1. Голідей Р., Генсільман С. Стоїцизм на кожен день. 366 роздумів про мудрість, стійкість і мистецтво жити / пер з англ. Антоніна Ящук. Київ : Наш Формат, 2022. 464 с.
2. Епіктет. Енхейридіон і фрагменти. Буенос-Айрес: Видавництво Юліяна Середяка, 1976. 105 с.
3. Марк Аврелій. Наодинці з собою. переклав з гр. Ростислав Паранько. Львів : Видавництво «Апріорі», 2018. 184 с.
4. Стоїцизм. *Літературознавча енциклопедія : у 2 т.* / авт.-уклад. Ю. І. Ковалів. Київ : ВЦ «Академія», 2007. Т. 2 : М-Я. 435 с.

Рибалка Михайло
магістрант 1 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: д-р філос. наук, проф. Кривега Л.Д.

ВПЛИВ ОСНОВНИХ ПОДІЙ ЖИТТЯ АВГУСТИНА АВРЕЛІЯ НА ЙОГО ФІЛОСОФІЮ

Однію з форм розвитку філософії є історико-філософська біографістика, в рамках якої завдяки біорафічному методу вивчається вплив біографії мислителя на його філософську творчість. У випадку з Августіном Аврелієм (354 - 430 роки життя), єпископом, християнським богословом, філософом, можна виокремити певні події та часові періоди, що обумовили проблематику та світоглядні настанови його філософії. Розглянемо деякі з них.

Дитинство і молодість. Августин народився в містечку Тагаст (сучасний Алжир) в сім'ї, де батько був язичником, а мати – християнкою. Його пошуки сенсу життя та духовного спокою через маніхейство і пізніше через неоплатонізм стали основою для розробки його власної християнської філософії, в якій питання теології, сутності історії, держави, добра і зла стали центральними.

Хрещення і духовне прозріння. Після того, як Августин прийняв християнство в 387 році, його особисті переживання змінили його погляд на світ. У «Сповідях» [1] він описує своє навернення до християнської віри як великий момент духовного прозріння. Прийняття християнства допомогло Августину розробити теорію благодаті, згідно з якою людська природа є зіпсованою через первородний гріх, і лише через Божественну допомогу люди можуть досягти спасіння. Це ставало основною темою його трактатів.

Проблеми внутрішнього конфлікту і роздумів. Життя Августина було сповнене внутрішніх конфліктів і боротьби між тілесними бажаннями і духовними прагненнями. Він часто ставив питання про свободу волі, причини зла в світі та існування Бога. У своїх працях він активно розвивав ідею про те, що свобода волі є важливим аспектом людського буття, однак, вона є обмеженою через гріховність людини. Це сприяло розвитку теорії про взаємодію Божої благодаті та людської волі.

Політичні та соціальні умови. Августин жив у часи падіння Римської імперії, і це стало важливим контекстом для його роздумів про державу, суспільство і мораль. Він багато писав про роль християнства в суспільному житті, зокрема, в «Місті Божому» [2], де виступав із теорією двох міст – Божого і земного, намагаючись пояснити, чому падіння Риму не є кінцем світу, а лише частиною Божого плану.

Теологічні роздуми і інтелектуальний спадок. Августин створив систему християнської теології, яка охоплювала такі теми, як первородний гріх, спасіння, благодать, свобода волі та відносини між Богом і людиною. Його роздуми стали основою для середньовічної християнської філософії та теології, вони глибоко вплинули на думку Середньовіччя, а також визначили напрямки розвитку християнської думки у наступні століття.

Особисте життя філософа. У молодості Августин був дуже залежний від своїх сексуальних бажань. Він мав тривалі стосунки з жінкою, від якої у нього був син, але цей період був для нього наповнений внутрішньою боротьбою. Він часто описував свою залежність від плотських бажань як одну з основних причин своєї духовної порожнечі та відчуття незадоволеності. Це свідчення внутрішнього конфлікту між тілесними бажаннями і духовними прагненнями стало основою для його глибоких роздумів про моральність, чистоту та роль плотських бажань у житті людини. У своїх працях, зокрема в «Сповідях» [1], Августин описував, як він шукав задоволення через сексуальні стосунки, але врешті не знаходив в них справжнього спокою. Цей досвід став поштовхом для його роздумів про благодать, яка може зцілити людину від таких залежностей і привести її до духовного просвітлення.

Час війни і падіння Римської імперії. Августин жив у період, коли Римська імперія перебувала на межі розпаду. Рим був захоплений варварами, а внутрішні війни і політичні кризи лише посилювали атмосферу невизначеності і страху. Падіння Риму в 410 році стало шокуючим для багатьох, і Августин, як і багато його сучасників, пережив цей історичний момент як символ кризи. Цей період ставав важливим для формування його концепції «Міста Божого» (De Civitate Dei) [2].

Августин прагнув пояснити, чому падіння Риму не є катастрофою для християнства, і чому християнське місто, «Місто Божого», є вищим і вічним, на відміну від земних імперій, які приходять і йдуть. Його філософія стала способом знайти духовний сенс у світі, що був розірваний війнами та політичними потрясіннями. Філософ вважав, що справжнє пізнання і мудрість можна знайти лише через зв'язок з Богом, а не через людські концепції чи розумові здогадки. Він піддав сумніву філософію людської логіки і доводив, що лише через віру в Бога людина може досягти істинного розуміння світу. Це стало основою його теологічних праць і концепції Божої благодаті. Таким чином, життя Августина обумовило спрямованість, проблематику та принципи його філософських роздумів.

Література:

1. Святий Августин. Сповідь / Перекл. з латини Юрія Мушака. Видання третє. Київ: Основи, 1999. 319 с.
2. Augustine, Saint. The city of God. Translated by Marcus Dods. Edinburgh T. & T. Clark, 1913. URL: https://archive.org/details/cityofgodtransla02auguuoft/page/n5/mode/2up?form

Рудомьотов Руслан
аспірант 3 р. н. фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: д-р філос. наук, доц. Ель Гуессаб Карім

ФЕНОМЕН СВОБОДИ У ФІЛОСОФСЬКО-ОСВІТНІЙ ПАРАДИГМАТИЦІ

Основна потреба людини, відповідно до гуманістичних теорій особистості – це самоактуалізація, прагнення до самовдосконалення і самовираження. Створюючи свою теорію особистості, Роджерс виходив з того, що кожна людина має прагнення і здатність до особистого самовдосконалення. Будучи істотою, наділеною свідомістю, вона сама для себе визначає сенс життя, його цілі і цінності, є вищим експертом і верховним суддею. Центральним поняттям в теорії Роджерса стало поняття «Я», що включає в себе уявлення, ідеї, цілі і цінності, через які людина характеризує саму себе і окреслює перспективи власного розвитку. Основні питання, котрі кожна людина ставить і повинна вирішувати, такі: «Хто я?», «Що я можу зробити, щоб стати тим, ким я хочу бути?» [1].

В гуманістичній концепції особистості поняттю «свобода» відведено центральне місце, а саме, тут воно розглядається як основна умова її існування і саморозвитку. «...від Античності до Відродження свобода вважалась прерогативою Бога: саме він дає людині свободу жити праведно й безгрішно. В епоху Відродження з'явились інші концепції, в яких свобода виступала як волевиявлення, вільний вибір і відповідальність людини за свою діяльність не тільки й не стільки перед Богом, скільки перед суспільством і перед собою. Ці концепції стали основою розвитку індивідуалізму в усіх верствах суспільства. Саме індивідуалізм сприяє розвиткові вільної творчої діяльності людей, тому найвищою цінністю проголошується людина з потенційними здібностями до самотворення. У Нові часи свобода пов'язується з пізнанням необхідності й моральною відповідністю сенсу життя, а свобода творчого самовираження поєднується з відповідальністю за його результати» [2].

Як зазначає Ірина Утюж, культурний складник людського буття виражається передусім у провідному значенні антропологічного принципу, покладеного в основу професійної гуманітарної освіти людиноцентризму. Це зумовлено тим, що така освіта «соціокультурно антропологічно детермінована... аксіологічна за своєю природою, тобто самоцінна... формує ціннісні пріоритети особистості й суспільства» [3].

Нині, в межах світ-системної парадигми, освіту можна розглядати як ієрархізований, але все більш багатовимірний простір з можливостями дослідження внутрішніх процесів, що відбуваються в ньому все більшою мірою у режимі самоорганізації, та з урахуванням все більш зростаючої соціально-ціннісної ролі освіти в суспільстві у добу «цифрового інтелекту». Тож, концепція розвитку педагогіки свободи має теоретичне і практичне значення для обґрунтування сучасної стратегії розвитку як аксіосфери освітнього

простору так і соціальності у цілому. Оскільки змістовним аспектом системи цінностей є концептуалізація свободи, то аксіологічні виміри цього феномена мають майбутнє, за умов якщо спостерігач і спостережене мають майбутнє [4].

Література:

1. Ліфарєва Н.В. (2003) Психологія особистості, Київ: ЦУЛ, 240 с. , URL: https://studentam.net.ua/content/view/3213/86/
2. Растригіна, А. М., & Іваненко, Н. В. (2021). Педагогіка свободи в парадигмальному просторі сучасної освіти і виховання: Монографія. Дніпро: ФОП Середняк Т.
3. Утюж, І. Г. (2013). Сучасні освітні парадигми: соціально-філософський кон-текст. Дис.. док.філос. наук: 09.00.03, Київ. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. https://uacademic.info/ua/document/0513U000378
4. El Guessab, K., Bilokopytov, V., & Rudomotov, R. (2025). Pedagogy of freedom in axiological dimensions of education. Filosofiya Osvity. Philosophy of Education, 30(2), 28–42. https://doi.org/10.31874/2309-1606-2024-30-2-2

Філонова Анастасія
студентка 4 курсу фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: д-р філос. наук, доц. Чайка І.Ю.

ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА МОДЕЛЬ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА: ОСОБИСТІСНІ РИСИ, ПСИХОПАТОЛОГІЯ ТА МЕХАНІЗМИ ПОВТОРЮВАНОСТІ

Домашнє насильство є складним соціально-психологічним явищем, яке може розглядатися з різних наукових позицій. Одним із підходів до його пояснення є індивідуально-психологічна модель, що фокусується на особистісних характеристиках як агресора, так і жертви, їхньому психічному стані, рівні самоконтролю та особливостях минулого досвіду.

Ця модель пояснює насильство через психологічні особливості обох сторін конфлікту. Агресор може мати імпульсивність, низьку емпатію, психопатичні риси, домінантність або патологічну потребу в контролі. Жертва, у свою чергу, нерідко характеризується низькою самооцінкою, залежністю, тривожністю або страхом змін. Значну роль у формуванні таких патернів поведінки відіграє ранній дитячий досвід, зокрема пережите насильство у сім’ї.

Мета дослідження – проаналізувати індивідуально-психологічну модель пояснення домашнього насильства, визначити основні особистісні риси агресора та жертви, а також розглянути механізми повторюваності насильницької поведінки.

Один із перших підходів до пояснення насильницької поведінки належить Зигмунду Фройду. Його психоаналітична теорія передбачає, що насильство

може бути результатом несвідомих конфліктів, дитячих травм або нереалізованих агресивних імпульсів.

Згідно з його підходом агресор може відтворювати моделі поведінки, які засвоїв у дитинстві, особливо якщо в його сім'ї були випадки насильства. Жертва може мати психологічну схильність до підкорення, що також формується з дитячих років [2, с.236]. Наприклад, якщо дитина виросла в середовищі, де покірність була умовою «безпеки», то в дорослому житті вона може продовжувати несвідомо вибирати агресивних партнерів.

Ця теорія пояснює, чому багато жертв домашнього насильства не йдуть від своїх партнерів, навіть, коли мають можливість: вони можуть несвідомо сприймати такі стосунки як «норму» або навіть відчувати певну прихильність до агресора.

Теодор Міллон досліджував зв'язок між особистісними розладами та схильністю до насильства. Він визначив, що домашні агресори часто мають особистісні патології, серед яких найбільш поширені: нарцисичний розлад, коли агресори вважають себе вищими за інших, нехтують почуттями близьких, маніпулюють жертвами та виправдовують свою жорстокість; антисоціальний розлад (психопатія), якому характерна відсутність емпатії, схильність до порушення соціальних норм, маніпулятивна поведінка; садистичний розлад при якому йде отримання задоволення від приниження інших, жорстоке поводження, контроль над партнером через страх [3]. Особи з такими розладами часто виправдовують свої дії, покладаючи відповідальність на жертву, що створює замкнене коло насильства.

Важливий внесок у розуміння жертви домашнього насильства зробила Ленор Вокер. Вона розробила концепцію «Синдрому битої жінки», яка пояснює, чому жертви не можуть легко залишити токсичні стосунки.

Жінки, які тривалий час піддаються насильству, можуть: втратити почуття контролю над власним життям; розвинути почуття провини та сорому, вважаючи себе винними у насильстві, переживати навчену безпорадність, коли будь-які спроби змінити ситуацію здаються безглуздими.

Вокер також розробила концепцію «Циклу насильства», що складається з трьох фаз. Перша фаза це наростання напруги. Початковий період, коли агресор починає проявляти дратівливість і невдоволення та відбуваються словесні образи, погрози, контроль за поведінкою жертви. В цей час жертва намагається «заспокоїти» кривдника, уникає конфліктів, догоджає йому, проте агресор дедалі більше виявляє свою владу, демонструє контроль над жертвою. Через це емоційна напруга в сім'ї зростає, що врешті-решт призводить до наступного етапу. Друга фаза це вибух, коли безпосередньо відбувається фізичне, психологічне, сексуальне або економічне насильство. Жертви часто не чинять опору через шок, страх або попередні психологічні маніпуляції. У деяких випадках жертва намагається звернутися за допомогою або навіть залишити кривдника, але не завжди це вдається. Іноді через такі дії, насильство може повторитись. І остання третя фаза це примирення або «фаза медового місяця». Після спалаху агресії кривдник починає демонструвати каяття, вибачення,

дарує подарунки, обіцяє змінитися [1, с.518]. Завдяки цим діям жертва може відчувати полегшення і повірити в зміни, що змушує її залишатися у стосунках. Цей цикл може мати повторювальний характер, проте з кожним разом насильство стає дедалі сильнішим, а проміжки між його фазами коротшими.

Отже, індивідуально-психологічна модель домашнього насильства пояснює це явище через особистісні характеристики агресора і жертви. Вона підкреслює роль дитячих травм, психологічних розладів, рівня емпатії та самоконтролю в розвитку насильницької поведінки. Розуміння психологічних механізмів насильства допомагає не лише пояснити, чому воно відбувається, але й розробити ефективні стратегії допомоги жертвам та корекції поведінки агресорів.

Література:

1. Тичина Д. М. Віктимологічні ознаки та властивості жертв домашнього насильства. *Юридичний науковий електронний журнал.* 2023. № 5. С. 516–519.
2. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Нові висновки. Пер. Таранщук П. Тернопіль: Навчальна книга, 2021. 552 с.
3. Kelland M. Personality Theory in a Cultural Context. Houston: OpenStax CNX, 2015. URL: https://surl.li/uvhnhx (Дата звернення: 28.03.2025)

Шустенко Олег
аспірант 3 р. н. фак-ту соціології та управління
Наук. кер.: д-р філос. наук, доц. Ель Гуессаб Карім

СУСПІЛЬНА ДУМКА ТА ВЛАДА: РИСИ ВЗАЄМОВПЛИВУ

Відносини між народом та владою були об’єктом дослідження з давніх часів. Питанням довіри та поваги народу до влади приділяв увагу, наприклад, китайський мислитель Конфуцій. Зокрема, він стверджував, що в державі з гарним управлінням повинно бути вдосталь продовольства, достатньо зброї та народ повинен довіряти правителям. Філософ вважав, що при крайній потребі можна відмовитися від зброї та продовольства, але не від довіри народу, бо «без довіри народу держава не зможе встояти» [1].

Суспільна або громадська думка є певною сукупністю думок індивідів щодо спільної проблеми, відображає інтереси певної групи людей. Теоретичні дослідження феномену суспільної думки досліджується як публічний та раціональний механізм тиску на владу у працях Г. Зіммеля, М. Вебера, Г. Блумера, Ю. Габермаса, як фактор впливу на «четверту владу» у праях М. Кастельса, М. Макчеснейя, Г. Майна та ін.. Вплив громадської думки у політичній владі та міжнародних відносинах досліджувалась у роботах У. Бека, Ю. Габермаса, Р. Даля, Р.Робертсона, И. Фрідмена та ін..

Чим активніший дозвіл влади брати участь народу у суспільно-політичних процесах, тим вона більш демократична. Щоб оцінити реальну практику взаємодії суспільної думки та різних видів влади, можна уявити протилежні типи такої взаємодії. При тоталітарному режимі суб'єкт влади ототожнюється з «батьком» сім'ї, який «піклується» про своїх підлеглих, а ті, у свою чергу, зобов'язані йому віддано служити. Загальнонародна суспільна думка, у цьому випадку збігається за змістом з офіційною державною політикою та ідеологією, не може мати будь-якої іншої.

У демократичних суспільствах владні структури і органи державного управління проголошують ідеологію соціального партнерства, за якою громадська думка має можливість виражати себе у різних формах. Сама громадська думка в таких умовах стає плюралістичною: усі верстви спільноти отримують право вільно висловлювати своє ставлення до подій.

Досвід розвинених країн свідчить, що участь громадської думки в державному управлінні та прийнятті політичних рішень має забезпечуватися низкою демократичних гарантій: юридичними, політичними і суспільними.. Введення громадської думки в управлінські акти дає змогу синхронізувати в суспільстві об'єктивні процеси, відносини з суб'єктивними оцінками, думками людей [2].

Форми взаємодії між інституціями неурядового сектора та державними органами й установами досить різноманітні, а їх конкретні види залежать від особливостей національної правової системи та політичних традицій [3].

У сучасних демократичних державах доступ громадськості до інформації державного значення забезпечується у два способи: забороною цензури і створенням механізму отримання офіційних документів. Інформування широкого загалу про діяльність уряду і прийняті ним рішення забезпечуються: через парламент (звіти, відповіді на депутатські запити та ін.); через засоби масової інформації (тексти правових актів, статті, інтерв’ю, прес-релізи та ін.) [3].

У добу «цифрового суспільства» та «цифрової держави» основні ознаки включають у себе:

Електронний уряд (e-Government): Державні послуги, такі як отримання дозволів, оплата податків, реєстрація бізнесу та інші, надаються онлайн через цифрові платформи. Громадяни та підприємства можуть взаємодіяти з державою віддалено, без потреби фізичної присутності.

Цифрова ідентифікація: Держава розробляє системи цифрової ідентифікації, що дозволяють громадянам підтверджувати свою особу та електронний підпис під час здійснення онлайн-транзакцій з державою та іншими учасниками.

Відкриті дані (Open Data): Держава надає суспільству відкритий доступ до певних даних, таких як статистика, бюджетні показники, державні закупівлі та інші.

Цифрова безпека: Це включає кіберзахист, захист персональних даних та боротьбу з кіберзлочинністю [4].

Цифрова держава призначена підвищити ефективність державних послуг, прискорити економічне зростання та забезпечити більш відкрите та прозоре управління, тотальний контроль не тільки за інформацією, а й за думками.

Література:

1. Кіоссе Л. М., 2015. Громадська думка як складова легітимної політичної влади, *Актуальні проблеми політики*. Вип. 56. URL: https://dspace.onua.edu.ua/server/api/core/bitstreams/26b59efb-f939-47fc-827e-faa878729478/content
2. Подлєвський С., 2009. Взаємовплив політичної влади та громадської думки в контексті трансформацій суспільства. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 22. Політичні науки та методика викладання соціально-політичних дисциплін*. Випуск № 1. URL: https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/3171/Podlevskiy.pdf;jsessionid=4A0C2F3CE6DB23544DD17866973ACFBF?sequence=1
3. Шевченко О.О. 2018, Взаємодія суспільства і влади. URL: https://tnu.edu.ua/sites/default/files/normativbasa/vzaemodsvleksait.pdf
4. Буряк Г., Йовдій Г. Цифровізація держави. URL: https://zovu.org/digital-state-problems-tool/

«СЕКЦІЯ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»

Бігус Дарина
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Омельяненко Г.А.

ФІТНЕС У СИСТЕМІ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

Сучасна освітня система спрямована не лише на інтелектуальний розвиток учнів, а й на формування здорового способу життя. Фітнес як комплексний підхід до фізичної активності є ефективним засобом підтримки здоров'я, профілактики захворювань та формування дисципліни у школярів [1]. Інтеграція фітнесу у систему фізичного виховання закладів загальної середньої освіти сприятиме підвищенню рівня фізичної активності серед молоді та закріпленню корисних звичок на майбутнє.

Останні освітні реформи, зокрема концепція Нової української школи, передбачають удосконалення методів фізичного виховання, що включає впровадження інноваційних варіативних модулів. Використання фітнесу як складової фізичної культури сприяє активному засвоєнню теоретичних знань та практичних навичок, а також допомагає учням орієнтуватися в різних видах фізичної діяльності. Запровадження фітнес-напрямків у шкільні програми дозволяє відійти від традиційних методів фізичного виховання та зробити навчальний процес більш адаптивним до сучасних потреб учнів [2].

У сучасному світі активно розвиваються нові фітнес-напрямки. Фітнес включає різні види фізичних навантажень, серед яких силові вправи, кардіотренування, функціональні вправи, йога та пілатес, кросфіт і високоінтенсивні інтервальні тренування. Така фізична активність позитивно впливає на серцево-судинну, опорно-рухову та нервову системи, підвищуючи загальну витривалість організму [3]. Впровадження цих напрямків у систему фізичного виховання допоможе урізноманітнити заняття, зробити їх цікавими та доступними для кожного учня. Інноваційні технології, такі як мобільні додатки, смарт-годинники та дистанційні тренування, дозволяють персоналізувати підхід до фізичної активності та підвищити рівень зацікавленості учнів у заняттях спортом [4].

Фізична активність має значний вплив на емоційний стан особистості. Регулярні заняття спортом сприяють зниженню рівня стресу, покращенню концентрації та підвищенню мотивації. Крім того, участь у фітнес-програмах допомагає школярам розвивати самодисципліну та відповідальність за власне здоров'я [5].

Одним із ключових факторів досягнення ефективних результатів у фітнесі є правильне харчування. Збалансований раціон, збагачений необхідними макро- та мікроелементами, сприяє зростанню м'язової маси, зниженню ваги та покращенню загального стану здоров'я. Окрім того,

регулярні тренування є ефективним методом профілактики багатьох захворювань, зокрема ожиріння, діабету, серцево-судинних хвороб. Також фізична активність зміцнює імунну систему, підвищуючи стійкість організму до різних інфекцій [6]. Навчання учнів основам спортивного харчування дозволить сформувати у них розуміння важливості раціонального підходу до власного організму.

Висновки. Інтеграція фітнесу в систему середньої освіти має значний потенціал для покращення фізичного та психічного здоров'я школярів. Регулярна фізична активність сприяє гармонійному розвитку організму, формуванню здорових звичок та підвищенню рівня життєвої енергії. Фітнес у шкільній системі не лише сприятиме покращенню фізичної підготовленості учнів, а й самодисципліні та формуванню позитивного ставлення до здорового способу життя.

Література:

1. Охріменко В., Янченко І. Фітнес: фізичне та інтелектуальне виховання. *Готельно-ресторанний та туристичний бізнес: реалії та виклики :* тези доп. Міжнар. студ. наук. конф. (Київ, 12 квіт. 2022 р.). Київ : Держ. торг.-екон. у-т, 2022. С. 383–385.

2. Семенова Ю. Ю. Ставлення учнів середніх класів до варіативного модулю фітнес-йога на уроках фізичної культури. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення.* 2023. С. 123–129.

3. Андрєєва О. В., Максименко А. О., Лишевська В. Сучасні підходи до використання фітнес технологій як засобу корекції фізичного стану підлітків. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова.* 2020. Випуск 7 (127) 20. С. 9–14.

4. Мошенська Т., Долгополова Н., Сорочинська М. Застосування онлайн-платформ та фітнес-додатків для формування здорового способу життя. *Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту.* 2023. №7. С. 75–83.

5. Меньших О. Е., Костогриз-Куликова Н. В., Петренко Ю. О. Новітні фітнес-технології у роботі спортивних секцій вищих навчальних закладів : навч.-метод. посіб. Черкаси : ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2014. 84 с.

6. Зубарєва О. І. «Fitness style» як відтворення ідеології хелсизму в сучасному суспільстві. *Україна як суспільство ризику* : Всеукраїнська наукова конференція (м. Дніпро, 23 квітня 2021 року). Дніпро : Видавничо-поліграфічний дім «Формат А+», 2021. С. 50–52.

Гладущенко Геннадій
студент 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: ст. викладачка Парій С.Б.

АРМСПОРТ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Актуальність. Армспорт є ефективним засобом фізичного виховання студентської молоді, який сприяє розвитку сили, витривалості та координації. Включення елементів армрестлінгу до програм фізичного виховання закладів вищої освіти дозволяє урізноманітнити заняття, зробити їх більш доступними та цікавими для студентів. Крім того, змагальний аспект армспорту мотивує молодь до регулярних занять фізичною активністю, підвищує рівень дисципліни та сприяє формуванню здорової спортивної конкуренції. Зростаюча популярність армспорту серед студентів та можливість його інтеграції у навчальні програми роблять цю тему актуальною в контексті модернізації фізичного виховання у закладах вищої освіти.

Армрестлінг це вид боротьби на руках, який потребує максимального зосередження і швидкості реакції, сили відточеної техніки. Армспорт, згідно з аналізом виконання змагальних дій, відноситься до швидкісно-силових видів спорту. Особливості рухової діяльності та рівень подолання опору вказують на важливість застосування спортсменами динамічних зусиль, які при зростанні протидії суперника переходять у статичні [1].

Розвиток сили є одним із ключових аспектів у даному виді спорту, оскільки вона необхідна для утримання, перетягування та подолання опору суперника. Однак, якщо фізична перевага опонента є значною і груба сила не забезпечує перемоги, вирішальне значення набувають технічні навички. Використання спеціалізованих технік, таких як «гак», «верх», «бічний натиск» тощо, дозволяє ефективно протидіяти суперникові. У разі, якщо технічні прийоми не дають бажаного результату, вирішальним фактором стає витривалість – спортсмен, здатний довше утримувати позицію та контролювати ситуацію, отримує перевагу в поєдинку. Армрестлінг сприяє всебічному фізичному розвитку спортсмена, формує стратегію мислення, орієнтовану на досягнення перемоги, і зміцнює психологічну стійкість.

Студентський армрестлінг є одним із поширених видів спорту в багатьох країнах світу. Його популярність обумовлена відсутністю потреби у спеціальному екіпіруванні чи спеціалізованих спортивних приміщеннях, що робить цей вид спорту доступним для широкого кола студентів.

У Сполучених Штатах Америки армрестлінг є одним із найпопулярніших видів змагань серед учнів середніх шкіл та студентів університетів. Щорічно проводяться національні чемпіонати з армрестлінгу серед студентів, що залучають учасників з усієї країни. У європейських країнах також сформовані студентські армрестлінгові спільноти, які сприяють розвитку цього виду спорту

на академічному рівні [2].

У Європі також існує розвинена студентська армреслінгова спільнота. Однією з найзначущіших подій у студентському армрестлінгу є Всесвітні студентські ігри, які щороку організовуються Міжнародною федерацією студентського спорту (FISU) [3]. Міжнародна федерація армспорту займається розвитком армреслінгу у світі. Її керівні органи були створені у 1967 році за ініціативи США, Канади, Бразилії та Індії. До 2020 року федерація об'єднала 81 країну [2].

На сучасному етапі все більше закладів вищої освіти приділяють увагу розвитку студентського армрестлінгу, визнаючи його важливу роль у фізичному вихованні молоді. Інтеграція елементів армспорту в навчальні програми сприяє залученню ширшої аудиторії до систематичних занять спортом, що, у свою чергу, позитивно впливає на популяризацію та подальший розвиток армрестлінгу [4].

Висновок. Армспорт є ефективним засобом фізичного виховання студентської молоді, що сприяє розвитку сили, витривалості, координації та технічних навичок. Його включення до освітніх програм закладів вищої освіти дозволить урізноманітнити заняття, зробити їх доступнішими та більш мотивуючими для студентів. Завдяки змагальному аспекту армрестлінг формує дисципліну, стратегічне мислення та психологічну стійкість. Враховуючи доступність армрестлінгу та його позитивний вплив на фізичний розвиток молоді, подальша популяризація та впровадження цього виду спорту в систему освіти є перспективним напрямом модернізації фізичного виховання у закладах вищої освіти.

Література:

1. Науково-методичні основи силової підготовки кваліфікованих армрестлерів із використанням спеціалізованого тренажерного обладнання : монографія / Д. О. Безкоровайний, О. І. Камаєв, І. О. Мазуренко. Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2022. С. 12.

2. Павлюк І., Долиніна М. Організаційні основи розвитку студентського армспорту в Україні. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманов*. 2023. Випуск 4 (163) 23. С. 146–150.

3. Armwrestling – FISU International University Sports Federation recognized sport. URL: https://www.waf-armwrestling.com/fisu/ (дата звернення 12.03.2025).

4. Синіговець В. І., Пильтяй С. В. Моделювання фізичної підготовленості юнаків 15-17 років в процесі занять армспортом. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. 2025. Випуск 1 (186) 2025. С. 146-151.

Єльшевич Крістіна
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: ст. викладачка Парій С.Б.

ЕВОЛЮЦІЯ ГАНДБОЛУ: ВІД ЗАРОДЖЕННЯ ДО ПОПУЛЯРИЗАЦІЇ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

Актуальність. Гандбол є одним із популярних командних видів спорту, що активно розвивається на міжнародному рівні та широко впроваджується в систему фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти України [1].

Метою роботи є аналіз історичного розвитку гандболу від його зародження до сучасного стану, а також особливостей його впровадження у навчальні програми закладів загальної середньої освіти.

Гандбол – це швидка командна гра та олімпійський вид спорту, де дві команди по сім гравців (шість польових і воротар) змагаються, намагаючись закинути м'яч у ворота суперника. Матч триває два тайми по 30 хвилин, під час яких використовуються передачі, удари, блокування та захист. Гра зародилася у 1898 році, коли данський викладач фізичного виховання Хольгер Нільсен вперше включив її до занять з фізичної культури.

У 1906 році в Німеччині була створена перша команда, яка грала за правилами, схожими на сьогоднішні. У 1917 році Німецька федерація гандболу ухвалила перші правила гри, які стали основою для розвитку гандболу як спортивної дисципліни. У 1920 році гандбол був включений до програми Олімпійських ігор для жінок, а вже у 1938 році і для чоловіків. З того часу гандбол став одним із найбільш популярних видів спорту у світі. Міжнародна федерація гандболу (IHF) була заснована в 1946 році, і з того часу гандбол став інтернаціональним видом спорту. З часом гандбол розвивався, удосконалювалися правила, тактика та тренувальні методики, що зробило його одним з популярних ігрових видів спорту на світовій арені [2].

Основні правила гри у гандбол доволі прості.

1. Матч складається з двох таймів по 30 хвилин кожен, з перервою 10-15 хвилин між ними. У разі рівного рахунку в фінальних стадіях турнірів проводиться додатковий час.

2. Гравець може утримувати м'яч не більше трьох секунд.

3. М'яч можна передавати за допомогою передач або кидків.

4. Поле розділене на дві частини: основну частину майданчика та воротарську зону. Воротар – єдиний гравець, який може перебувати в межах воротарського майданчика (6-метрової зони).

5. Команда захисту намагається заблокувати атаки, застосовуючи технічні прийоми, такі як блокування кидків, а також активно перериваючи передачі та дії суперника.

6. Під час атаки команда намагається перемістити м'яч до воріт суперника через короткі передачі, швидкі контратаки та точні кидки.

7. За порушення правил можуть бути застосовані штрафи: штрафні кидки (7-метрові), виключення з гри на 2 хвилини для гравця або більш суворі покарання в разі грубих порушень (червона картка) [3].

Сьогодні гандбол набув великої популярності у світі, проводяться численні міжнародні змагання, такі як чемпіонати світу і континентальні першості. У 1990-х роках почалося активне розповсюдження гандболу в Африці, Азії та Латинській Америці, і з того часу кількість учасників міжнародних змагань продовжує зростати. Він став важливим елементом спортивних програм у школах і університетах у багатьох країнах світу.

Навчальний модуль «Гандбол» включено до чинної програми фізичної культури Нової української школи. Зазвичай уроки фізкультури містять базові вправи для розвитку навичок гри в гандбол, а також ознайомлення з правилами гри. У середній ланці загальної середньої освіти навчання проводиться в ігровій формі, з використанням рухливих ігор. Це дозволяє вивчити стійку гандболіста, розміщення гравців на майданчику та їх амплуа, а також закріпити набуті знання [4].

Починаючи з 2024/2025 навчального року гандбол включено до Всеукраїнської шкільної ліги «Пліч-о-пліч». Шкільна ліга з гандболу відбуватиметься у змішаному форматі. У ній братимуть участь юнаки та дівчата 5-7 класів. Кількість учасників команди складає не більше 25 учнів. Склад команди на гру 10 гравців [5].

Висновок. Гандбол пройшов довгий шлях від зародження наприкінці XIX століття до світового визнання та активного впровадження в систему фізичного виховання закладів загальної середньої освіти. Інтеграція гандболу в освітній процес має не аби яке значення, сприяючи розвитку фізичних якостей учнів, командної взаємодії та здорового способу життя.

Література:

1. Куртова О., Мунтян В. До проблеми навчання школярів техніки гандболу. *Modern ways of development of science and the latest theories :* the XIII International Scientific and Practical Conference, Madrid, December 11-13, 2023. Spain, Madrid. P. 259-262.

2. This is handball. European Handball Federation. URL: https://surl.li/cejocr (дата звернення: 25.02.2025).

3. Соловей О.М., Соловей Д.О. Теоретичні основи гандболу: навчальний посібник. Дніпро, 2017. 161 с.

4. Баженков Є. В., Бідний М. В., Ребрина А. А., Данільченко В. О., Коломоєць Г. А., Дутчак М. В. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-9 класи» для закладів загальної середньої освіти. URL: https://surl.li/lgfaig (дата звернення: 28.02.2025).

5. Шкільна ліга з гандболу серед 5-7 класів. URL: https://scl.gov.ua/tournament/18 (дата звернення: 27.02.2025).

Захарова Аліна
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р. пед. наук, проф. Конох А.П.

НЕТРАДИЦІЙНІ МЕТОДИ ОЗДОРОВЛЕННЯ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

Актуальність. У сучасних підходах до фізичного виховання дітей у дошкільних закладах важливим аспектом є впровадження нетрадиційних методів, які не лише урізноманітнюють заняття, а й роблять їх більш ефективними та захоплюючими. Ці методи позитивно впливають на фізичний розвиток, емоційний стан, розумову активність і соціальні навички дітей, сприяючи їх гармонійному зростанню [1].

Нетрадиційні оздоровчі методи, такі як звукотерапія, кольоротерапія, пісочна терапія, ароматерапія, ходіння босоніж, дихальні вправи та йога, активно використовуються у дошкільних закладах. Вони включають різноманітні природні елементи – звуки, кольори, запахи та текстури – що робить заняття не тільки фізично корисними, а й психологічно комфортними для дітей.

Звукотерапія сприяє покращенню координації рухів і емоційного стану через музику, ритмічні мелодії та природні звуки. Кольоротерапія позитивно впливає на настрій, а пісочна терапія допомагає розвивати дрібну моторику та має заспокійливий ефект. Ароматерапія з використанням природних ароматів створює сприятливу атмосферу для навчання та фізичних вправ [2].

Вплив нетрадиційних методів виходить за межі лише фізичної активності – вони покращують емоційний та когнітивний розвиток дітей. Наприклад, ходіння босоніж по траві чи піску зміцнює м'язи стоп та запобігає плоскостопості. Дихальні вправи і йога допомагають дітям розвивати гнучкість, контролювати емоції та покращувати концентрацію уваги. Використання яскравих предметів і матеріалів під час рухливих ігор додає захоплення та залучає дітей до активності [3].

Інтеграція нетрадиційних методів у фізичне виховання не обмежується лише певними видами вправ. Під час ранкової гімнастики можна використовувати спокійну музику або природні звуки для створення позитивного настрою. Ароматерапія, наприклад, з використанням лаванди чи цитрусових, допомагає дітям стабілізувати емоційний стан і покращити концентрацію. Влітку заняття на природі з використанням пісочниць, води, квітів стають ще ефективнішими для фізичного та психологічного розвитку [2].

Також великий ефект дають сенсорні килимки з натуральних матеріалів, які стимулюють нервові закінчення в стопах та покращують фізичний розвиток. Водні процедури, такі як плавання та загартовування, зміцнюють імунітет і покращують кровообіг. Арт-терапія, включаючи малювання пальчиками, ліплення з глини та створення аплікацій із природних матеріалів, не лише

розвиває моторику, а й допомагає дітям виражати свої емоції та знімати стрес.

Ще одним ефективним методом є використання театральних елементів у фізичних вправах, що стимулює дітей до активної участі у рольових іграх. Імітація рухів тварин або казкових персонажів робить заняття більш захопливими та сприяє розвитку творчого мислення [3].

Висновок. Використання нетрадиційних методів у фізичному вихованні дошкільнят відкриває нові можливості для їхнього розвитку. Вони не тільки зміцнюють здоров'я, але й формують позитивне ставлення до фізичної активності. В умовах сучасного суспільства, де діти часто стикаються зі стресами та перевтомою, важливо створювати сприятливі умови для їх гармонійного розвитку. Інноваційні підходи в фізичному вихованні допомагають дітям не лише зміцнювати здоров'я, а й насолоджуватися процесом рухової активності, що сприяє формуванню здорових звичок на все життя.

Література:

1. Горінова А. Традиційні та нетрадиційні методи загартування дітей дошкільного віку. *Інноваційні процеси в дошкільній освіті: теорія, практика, перспективи* : зб. наукових праць / за заг. ред.: О.О. Максимової, М.А. Федорової. Житомир: ФОП Левковець, 2024. С. 103–106.

2. Корх В. М. Психотерапевтичні технології та психологічні практики підтримки дітей в умовах війни. *Сучасні проблеми екологічної психології: Життєві стратегії особистості в умовах воєнного стану :* матеріали XX всеукраїнської науково-практичної конференції (Київ, 14-15 травня 2024 року) Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2024. С. 67–71.

3. Бурсова С., Вашак О. Інноваційні підходи до фізичного виховання дітей раннього віку : методи та практики. *Українська професійна освіта.* 2024. №15. С. 101–107.

Костіна Марія
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: ст. викладачка Парій С.Б.

СИСТЕМА ВПРАВ ПІЛАТЕС У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ: ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ

Актуальність. Сучасний малорухливий спосіб життя серед студентської молоді вимагає впровадження ефективних методів фізичної активності. Система Пілатес, як комплексна методика вправ, спрямована на розвиток сили, гнучкості та координації рухів, є одним із найперспективніших напрямків фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Завдяки поєднанню динамічних і статичних вправ із контролем дихання, методика Пілатес сприяє

укріпленню м’язового корсету, корекції постави та загальному фізичному оздоровленню студентів [1].

Сьогодні зростає зацікавленість у методах фізичної активності, що сприяють не тільки зміцненню м’язової системи, а й гармонійному розвитку всього організму. Однією з таких методик є Пілатес, створений Джозефом Пілатесом у першій половині XX століття. Методика Пілатеса – це цілісна система вправ, що спрямована на розвиток фізичної сили, гнучкості та координації рухів. Його основою є шість ключових принципів: концентрація, контроль, центрування, точність, плавність рухів і дихання. Система передбачає виконання вправ для всіх груп м’язів. Основний акцент робиться на свідомій взаємодії тіла та розуму (Body & Mind) під час виконання вправ. Велике значення приділяється контролю дихального ритму, правильності рухів і усвідомленню їхнього впливу на певні групи м’язів. Попри поширену думку, що Пілатес схожий на йогу, він є окремою системою, орієнтованою на розвиток гнучкості, витривалості та зміцнення м’язового каркаса. Вправи безпечні та підходять для людей різного віку. Незважаючи на видиму простоту, методика дозволяє активізувати навіть найменші м’язи, які в повсякденному житті практично не задіюються [2].

Методика Пілатес як сучасний підхід до фізичного розвитку поєднує в собі елементи йоги, балету та ізометричних вправ, що дозволяє зміцнювати м’язи, покращувати гнучкість та баланс. Його універсальність дає змогу адаптувати тренування під рівень фізичної підготовленості кожного студента, роблячи методику доступною для всіх [3].

Особливості використання Пілатесу у фізичному вихованні студентів базуються на декількох ключових аспектах [4].

Фізичний аспект:

- розвиток сили, витривалості та координації рухів через контрольовані та плавні вправи;
- покращення роботи серцево-судинної та дихальної систем за рахунок синхронізації рухів із диханням;
- укріплення м’язового корсету, покращення постави та профілактика захворювань опорно-рухового апарату.

Психологічний аспект:

- методика Пілатес сприяє зниженню рівня стресу, покращенню емоційного стану та загального самопочуття;
- виконання вправ із концентрацією на диханні та рухах підвищує рівень усвідомленості та самоконтролю.

Соціальний аспект:

- групові заняття з Пілатесу розвивають навички взаємодії, підтримки та співпраці серед студентів;
- популяризація активного способу життя та оздоровчих методик серед молоді.

Гнучкість та універсальність:

- програми Пілатесу можна адаптувати до рівня фізичної підготовки

кожного студента;

– методика дозволяє проводити заняття як у спортивних залах, так і вдома без спеціального обладнання [5].

Висновки. Методика Пілатес як елемент фізичного виховання студентів сприяє гармонійному розвитку особистості, допомагає покращити фізичний стан, зміцнити м'язовий корсет і підтримувати психоемоційну рівновагу. Його доступність, ефективність і безпечність роблять цей метод перспективним для інтеграції у систему фізичного виховання закладів вищої освіти. Розширене використання Пілатесу у фізичному вихованні студентства сприятиме формуванню здорової, активної та стійкої до стресів молоді, що є основою для гармонійного розвитку суспільства.

Література:

1. Сергата Н. С., Сергатий М. О. Використання сучасних фітнес-технологій у фізичному вихованні студентів. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2024. Випуск 3К (176). С. 418–421.

2. Isacowitz R. Pilates. United States : Human Kinetics, 2006. 392 p.

3. Окопний А.М., Мадяр-Фазекош Е.О., Шароді В.М. та ін. Фізичне виховання студентів спеціальної медичної групи на основі методики пілатес. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт).* 2022. Вип. 9 (154). С. 74–77.

4. Котова О. В., Скрипченко І. Т. Застосування сучасних оздоровчих фітнес-технологій у фізичному вихованні студентів на заняттях пілатесом. *Проблеми фізичного виховання та здоров'я молоді в сучасному освітньому середовищі* : зб. матер. міжнар. форуму (м. Дніпро, 18 травня 2023 р.). Дніпро : ДДУВС, 2023. С. 179–182.

5. Воловик Н. І., Підвальна О. В. Пілатес – ефективний засіб застосування у фізичному вихованні в закладах вищої освіти. *Science, innovations and education: problems and prospects :* the 15th International scientific and practical conference (Tokyo, September 21-23, 2022). Japan : CPN Publishing Group, 2022. P. 107–111.

Костогриз Ілля
студент 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Коваленко Ю.О.

ЗАНЯТТЯ З ТАНЦЮВАЛЬНОЇ ХОРЕОГРАФІЇ ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

У результаті теоретичного налізу проблеми застосування спортивних бальних танців у фізичному вихованні школярів встановлено, що танець є ефективним засобом організації дозвілля дітей, молоді, культурної формою відпочинку. Спортивний танець має найширший спектром можливостей виховного, етичного, естетичного, оздоровчого впливу на розвиток школярів. Заняття танцями вдосконалюють пластику, розвивають музичний слух і почуття ритму, тренують і загартовують функціональні системи організму. Заняття хореографією сприяють удосконаленню нервової системи, позитивним зрушенням в її стані. Також заняття хореографією формують поставу, позитивно впливають на загальний стан здоров'я, розвивають фізичні якості.

Спортивний танець, інтегрований з уроками фізкультури, надає можливості для фізичної освіти як комплексу актуалізованих цінностей фізичної культури, адекватних інтересам, схильностям, потребам, потенційним можливостям школярів. В процесі занять спортивними танцями учні здобувають необхідні навички володіння своїм тілом, що сприяє розвитку культури фізичних рухів [1].

Хореографія допомагає дитині самовиражатися: як емоційно, так і фізично. Це і покращення загального стану здоров'я, і зміцнення імунітету, і всебічний розвиток дитини. Серед «фізичних» переваг хореографії для дітей:

зміцнення м'язів спини, рук і ніг; правильне кардіонавантаження; покращення припливу крові до органів; можливість позбутися зайвої ваги; профілактика сколіозу та проблем з хребтом; формування правильної постави та ходи; чітка координація рухів, пластичність та гнучкість тіла.

Щодо «емоційних» переваг хореографії для дітей, то: танці допомагають позбутися стресу та негативних емоцій; розвивається працьовитість, старанність, дисциплінованість; розвиток лідерських якостей; танці передбачають взаємодію з іншими дітьми, отримує навички командної роботи та спілкування; запам'ятовуючи танцювальні зв'язки, тренується пам'ять та уважність; розвивається музичний слух і відчуття ритму, формується хороший естетичний смак; танці дають змогу проявити себе та позбутися сором'язливості, вчать працювати на результат [2].

Експериментальним шляхом підтверджено ефективність застосування занять з хореографії з метою підвищення фізичної підготовленості, функціонального стану дітей молодшого шкільного віку.

Наприкінці експерименту показники, що характеризують функціональний

стан серцево-судинної (індекс Робінсона; індекс Кердо, коефіцієнт економічності кровообігу; проба Руф'є, показник реакції серцево-судинної системи на психоемоційний стрес, коефіцієнт витривалості) та дихальної систем (проби Штанге і Генчі, життєвого індексу, індекс Скібінського, ЖЄЛ) хлопчиків достовірно покращилися. Найбільший відносний приріст відмічено в показниках індексу Руф'є (-31,29%) та коефіцієнту витривалості КВ (-28,69%). Показники танцювальної підготовленості дітей покращилися наприкінці навчального року. Найбільш вираженими були зміни за показниками взаємодії в парі (300,5%) дітей, точності рухів (276%) та артистизму (55,8%). Також позитивних змін зазнали показники музикальності (на 35,35%) та відчуття ритму (на 23,67%). Відносний приріст за цими показниками також перевищував 20%, що свідчить про вплив саме методики занять, а не фізіологічні зміни розвитку організму.

Література:

1. Зозуля К. В. Основні дидактичні принципи навчання хореографії дітей дошкільного та молодшого шкільного віку. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах* : зб. наук. пр. 2019. Випуск 62. Т. 1. С. 16–21.
2. Тодорова В. Г. Хореографічна підготовка в техніко-естетичних видах спорту: монографія. Львів : ЛДУФК, 2018. 252 с.

Коціло Нестор
студент 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Коваленко Ю.О.

ВПЛИВ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАХОДІВ НА ПОКАЗНИКИ АДАПТАЦІЙНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Не виникає сумнівів, що складова частина людського капіталу здоров'я населення будь-якої країни є стратегічним ресурсом і національним скарбом [1]. А здоров'я усієї нації визначається перш за все станом здоров'я її підростаючого покоління.

Останні десятиліття, за свідченням багатьох фахівців залишається закономірні процеси щодо зниження стану здоров'я школярів [2]. І ця тенденція, нажаль, буде залишатися найближчим часом.

Як свідчать статистичні дані МОЗ України та матеріали наукових досліджень, сьогодні спостерігається тенденція до зростання загальної захворюваності, поширеності хронічних хвороб та інвалідності дітей [3].

Важливість та ефективність виховання здорової нації можлива лише за умови чіткого розуміння основ якості та тривалості життя людини, що закладаються ще в дитинстві, а здоровий спосіб життя забезпечує особистості

якісне існування з природою та суспільством. Однак, в освітньому просторі, натепер, на жаль, залишається тенденція до подальшої інтенсифікації навчального процесу та катастрофічне погіршення стану здоров'я дітей.

Тож пріоритетним у цьому напрямі є підвищення адаптаційних можливостей школярів. За даними різних авторів, стан здоров'я та перебіг різних захворювань не може розглядатися без урахування процесів адаптації організму. Фізіологічною сутністю адаптації є сукупність функціональних механізмів, які забезпечують адекватне пристосування організму до впливу навколишнього середовища, гармонійний розвиток і збереження належного рівня параметрів гомеостазу.

Тому метою дослідження було визначити вплив фізкультурно-оздоровчих заходів на показники адаптаційних можливостей учнів середнього шкільного віку. Експериментально доведено ефективність впливу фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі дня школярів на показники адаптаційних можливостей організму учнів.

Наприкінці експерименту в учнів ЕГ знизився базовий рівень (БР) рухової активності, рухова активність сидячого рівня (СиР) та малого рівня (МР). Рухова активність високого рівня школярів ЕГ становила від добової кількості часу 2,15% на початку навчального року, а наприкінці збільшилася до 4,4%. Наприкінці навчального року збільшилася кількість школярів із домінуванням середнього рівня рухової активності (до 54,2%) та зменшення з низьким (до 22,3%).

Зменшився рівень захворюваності в учнів ЕГ наприкінці експерименту.

Зафіксовано підвищення показників адаптаційних можливостей школярів ЕГ. Відмічено позитивну динаміку показників функціонального стану кардіо-респіраторної системи школярів ЕГ, рівня їхньої фізичної працездатності.

Достовірних змін у юнаків ЕГ зазнали показники ортостатичної проби, проби Штанге і Генчі, показник ЖЄЛ, показник ЧСС, показники фізичної працездатності (PWC_{170}) і максимального споживання кисню (МСК). У дівчат ЕГ – показники ЖЄЛ, адаптаційного потенціалу та фізичної працездатності (PWC_{170}) і максимального споживання кисню (МСК).

Література:

1. Формування здорового способу життя : навчально-методичні рекомендації / Авт. колект. Т. Андріученко, О. Вакуленко, В. Волков, Н. Дзюба, В. Коляда, Н. Комарова, І. Пєша, Н. Тілікіна (кер. авт. колект. О. Вакуленко). Київ : ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», 2018. 100 с.

2. Аксьонова О. Коефіцієнт корисної дії уроку з фізичної культури. *Актуальні наукові дослідження у сучасному світі* : зб. наук. праць XX Між. наук. конф. (Переяслав-Хмельницький, 21-22 грудня 2016 р.). 2016. Вип. 12(20), ч. 4. С. 9–16.

3. Москаленко Н. В., Власюк О. О., Степанова І. В., Шиян О. В., Самошкіна А. В., Кожедуб Т. Г. Інноваційні технології у фізичному вихованні школярів : під ред. Н. В. Москаленко. 2-ге вид. Дніпропетровськ : Інновація, 2014. 332 с.

Лисенко Володимир
студент 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: ст. викладач Парій С.Б.

ВЕЙКБОРДИНГ ЯК ЗАСІБ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ ТА ДОРОСЛИХ ЧЕРЕЗ СПОРТ І ВІДПОЧИНОК

Актуальність. Сучасний ритм життя часто обмежує можливості людей для активного відпочинку та занять спортом. Вейкбординг, як поєднання фізичної активності, екстремальних відчуттів і рекреації, є ефективним способом підтримки фізичного здоров'я, розвитку координації, сили та витривалості. Завдяки своїй доступності та різноманітності рівнів підготовки, цей вид спорту підходить як для дітей, так і для дорослих, забезпечуючи всебічний фізичний та психоемоційний розвиток [1].

Кабельний вейкбординг – це один із видів водного спорту, в якому спортсмени виконують різні трюки на вейкборді (дошці для вейкбордингу), що буксирується за допомогою каната, що прикріплений до троса, який тягнеться від спеціального кабеля. Цей спорт часто асоціюється з екстремальними захопленнями, адже він включає виконання складних трюків на воді, а також потребує високої фізичної підготовки та сміливості. Кабельний вейкбординг відрізняється від традиційного тим, що спортсмен не залежить від човна, а використовує кабель, що підвищує доступність цього виду спорту в різних локаціях, де є спеціалізовані вейк-парки. Найбільші вейк-парки в Україні знаходяться в Києві та Дніпрі.

Спортивний комплекс для кабельного вейкбордингу включає різноманітні трампліни та перешкоди для виконання трюків. Кабельний вейкбординг став популярним через свою доступність і можливість займатися ним у будь-якому парку, де є така інфраструктура. Спортсмени можуть не лише навчатися основ вейкбордингу, а й виконувати складні трюки, що включають стрибки, оберти, сальто та інші акробатичні елементи. Вейкбординг вимагає від спортсмена розвитку балансу, координації та м'язової сили. Водночас, завдяки можливості регулювати інтенсивність навантаження, цей вид спорту доступний для людей різного віку та рівня фізичної підготовки. Сприяє зміцненню опорно-рухового апарату, покращенню реакції, підвищенню витривалості та сприяє емоційній розрядці, що робить його ідеальним способом активного відпочинку [2-3].

Кабельний вейкбординг є ідеальним способом активного відпочинку на воді, що дозволяє зняти стрес, відірватися від щоденних турбот і поринути в атмосферу природи. Вейк-парки зазвичай знаходяться в мальовничих місцях, що дозволяє насолоджуватися відпочинком у колі друзів чи родини. Вейкбординг вимагає певної техніки та досвіду, тому спортивні парки часто організовують групові заняття, що дозволяє знайти однодумців і створити соціальні зв'язки [4].

Вейкбординг включає декілька аспектів впливу на фізичний та

психологічний стан осіб різних вікових категорій.

Фізичний розвиток у вейкборді – це покращення координації рухів і рівноваги, підвищення витривалості та загального тонусу організму, зміцнення м'язів спини, рук та ніг.

У психологічному плані вейкбординг є чудовою альтернативою традиційним спортивним іграм, адже він містить елементи спорту, що розвивають не лише фізичну витривалість, а й впевненість у собі, рішучість, здатність до подолання страхів і обмежень. Вейкбординг є захопливим і досить екстремальним видом спорту, що дозволяє людині відчути справжній адреналін. Для людей, які прагнуть до нових досягнень і не бояться викликів, цей вид спорту є ідеальним способом випробувати свої сили одночасно розвиваючи силу духу.

Важко переоцінити роль вейкбордингу у соціальній взаємодії та рекреації. Вейкбординг дає можливість дітям розвивати рішучість, впевненість у собі, та здатність долати труднощі. Батьки можуть стати для своїх дітей прикладом активного способу життя, а також спільно відпочивати, що значно зміцнює родинні стосунки. Важливою частиною цього процесу є те, що кабельний вейкбординг дозволяє дітям почати з раннього віку. Спортивні парки зазвичай пропонують тренування для дітей різного віку і рівня підготовки, що дає змогу батькам навчити своїх дітей основам вейкбордингу, при цьому контролюючи їх безпеку. Окрім того, з огляду на те, що вейк-парки зазвичай працюють з професійними інструкторами та забезпечують безпеку на воді, батьки можуть бути впевнені у безпеці своїх дітей під час тренувань.

Кабельний вейкбординг є ідеальним видом спорту для сімейного відпочинку. Батьки можуть тренуватися разом з дітьми, створюючи позитивну атмосферу для всієї родини, популяризуючи здоровий спосіб життя та активний відпочинок.

Висновок. Вейкбординг є не лише захопливим видом спорту, а й ефективним засобом гармонійного розвитку дітей і дорослих. Поєднуючи фізичне навантаження, емоційне задоволення та соціальну взаємодію, цей вид спорту сприяє зміцненню здоров'я, розвитку впевненості та формуванню активного способу життя. Розширення доступу до вейкбордингу через створення спеціалізованих спортивних майданчиків та програм навчання сприятиме його подальшій популяризації серед різних вікових груп.

Література:

1. Куницька А. О. Організаційно-методичні засади розвитку вейкбордингу в Україні : дис. ...д-ра філософії : 017 ; 01. Київ, 2023. 230 с.

2. IWWF cable wakeboard – officals guide. URL: https://surl.li/hexjea (дата звернення 20.03.2025)

3. Rule book by the Cable Wakeboard World Council of the International Waterski & Wakeboard Federation. URL: https://surl.li/odwsmn (дата звернення 20.03.2025).

4. Пономаренко А. Структура управління вейкбордингом у світі та в

Україні. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2022. №1. С. 101–106.

Оплачко Владислава
студентка 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: ст. викладачка Парій С.Б.

ОСНОВИ ІНФОРМАЦІЙНО-МЕДІЙНОЇ ГРАМОТНОСТІ: ТЕМАТИЧНІ КІНОСТРІЧКИ ЯК ЗАСІБ МОТИВАЦІЇ ДО РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

В умовах цифрової епохи інформаційно-медійна грамотність є необхідною навичкою для студентів, оскільки медіаконтент значно впливає на формування світогляду, мотивації та стилю життя молоді [1]. Використання тематичних кінострічок як засобу популяризації фізичної культури та спорту не лише підвищує рівень фізичної активності, а й розвиває критичне мислення щодо медійного впливу на здоровий спосіб життя.

Аудіовізуальний контент відіграє важливу роль у мотивації до фізичної активності. Спортивні фільми завдяки емоційним і мотивуючим сюжетам надихають молодь займатися спортом, формують прагнення до самовдосконалення та візуалізують шлях до досягнень через наполегливу працю й подолання власних слабкостей. Вони мотивують не зупинятися на досягнутому та ставити перед собою високі цілі.

Спортивні кінострічки популяризують здоровий спосіб життя, демонструючи історії людей, які, попри труднощі, досягли великих висот. Це надихає глядачів до активності, доводячи, що спорт – не лише шлях до перемог, а й важлива складова здорового життя.

Сюжети таких фільмів викликають сильні емоції та підсилюють мотивацію. Драматичні моменти та перемоги героїв формують відчуття сили та надихають діяти не лише у спорті, а й у житті.

Основна перевага спортивних кінострічок – їх здатність мотивувати, оскільки вони розповідають історії людей, які, долаючи труднощі, досягають великих результатів. Такі сюжети показують, що справжній успіх – це не просто перемога над іншими, а насамперед над собою, власними страхами та сумнівами.

Сюжети відповідних кінострічок переважно об'єднуються за своєю тематикою у декілька груп.

1. Важливість наполегливості та самодисципліни у досягненні цілей – підкреслюється, що досягнення значних результатів можливе лише завдяки сумлінній праці:

– «Гонка» (Rush, 2013) – кінострічка про суперництво двох гонщиків «Формули-1», яке демонструє, що успіх неможливий без самовіддачі та витривалості;

– «Пульс» (2021, Україна) – біографічна драма про українську

легкоатлетку Оксану Ботурчук, яка після тяжкої травми не лише повернулася до спорту, а й досягла світових перемог.

2. Значення командної роботи та підтримки – сюжет фокусується на ідеї важливості взаємодії та підтримки в команді, адже навіть індивідуальні досягнення неможливі без будь-якої допомоги:

– «Чудо» (Miracle, 2004) – заснований на реальних подіях фільм про збірну США з хокею, яка завдяки командному духу та наполегливості змогла перемогти фаворитів Олімпійських ігор;

– «Тренер Картер» (Coach Carter, 2005) – історія баскетбольної команди, де тренер навчає гравців важливості дисципліни, взаємної підтримки та відповідальності не лише у спорті, а й у житті

3. Подолання внутрішніх бар'єрів і страхів – увага акцентується на здоланні особистістю власних комплексів і дитячих страхів, спонукаючи глядача до думки, що перемога полягає не тільки у фізичній силі, але й у здатності подолати власні слабкості:

– «Сила волі» (Race, 2016) – історія афроамериканського легкоатлета Джессі Оуенса, який довів, що можна перемагати навіть у найважчих умовах дискримінації;

– «Крихітка на мільйон» (Million Dollar Baby, 2004) – глибока драма про жінку-боксерку, яка, попри всі труднощі, доводить, що завзятість і сила духу можуть змінити долю.

4. Вплив спорту на самореалізацію та формування лідерських якостей – розвивається ідея, що спорт сприяє у розвитку лідерських якостей, вчить відповідальності та командній взаємодії:

– «Пеле: народження легенди» (Pelé: Birth of a Legend, 2016) – біографічна драма про шлях знаменитого футболіста від злиднів до світового визнання;

– «Король Річард» (King Richard, 2021) – біографічна драма про батька легендарних тенісисток Вінус і Серени Вільямс, який виховав їх лідерами світового тенісу, всупереч труднощам [2].

Тематичні кінострічки є ефективним інструментом популяризації фізичної культури та спорту, формування здорового способу життя та мотивації до рухової активності. Вони не лише демонструють історії успіху та подолання труднощів, а й сприяють розвитку самодисципліни, витривалості, командного духу та лідерських якостей.

Таким чином, інтеграція інформаційно-медійної грамотності у сфері фізичної культури та спорту допоможе студентам краще розуміти вплив медіа на їхній світогляд, використовувати кінематограф як додатковий мотиваційний ресурс та сприяти залученню молоді до активного способу життя.

Література:

1. Сеньовська Н. Л. Окремі аспекти застосування художніх фільмів на заняттях із педагогіки. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: Педагогіка*.

2016. № 3. С. 201–207.

2. Десять мотивуючих фільмів про спорт на реальних подіях. URL: https://surl.li/olrnbp (дата звернення 24.03.2025).

Рукас Олександр
студент 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: ст. викладачка Парій С.Б.

ВЕЛОТУРИЗМ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Велотуризм є однією з ефективних форм активного відпочинку та фізичної активності, що поєднує елементи спорту, рекреації та екологічного виховання. Враховуючи зростаючу популярність активних видів відпочинку, інтеграція велотуризму в освітні програми може стати важливим напрямом розвитку фізичної культури в Україні [1].

Впровадження велотуризму до системи фізичного виховання студентів має низку переваг. Регулярні велопоходи сприяють покращенню роботи серцево-судинної та дихальної систем, зміцненню м'язів нижніх кінцівок та спини, підвищенню витривалості та координації рухів. Саме ці складники фізичного розвитку та фізичної підготовленості особливо страждають у студентів через тривале дистанційне навчання, малорухливий спосіб життя та велику кількість часу, проведеного за виконанням навчальних завдань. Окрім того, велопоїздки допомагають знижувати рівень стресу, сприяють емоційній розрядці та покращують психоемоційний стан студентів. Це особливо актуально в Україні в умовах війни, коли студенти переживають підвищений рівень стресу та емоційне напруження, потребують психологічного розвантаження та підтримки ментального здоров'я. Організація групових велопоходів також розвиває навички командної роботи, взаємодопомоги та відповідальності. Це особливо доцільно та необхідно для сучасного покоління, яке часто стикається з дефіцитом живого спілкування, недостатньою фізичною активністю та зниженим рівнем соціальної взаємодії через цифровізацію та онлайн-формати навчання [2].

Інтеграція велотуризму у навчальні програми студентів дозволить не лише отримувати знання про техніку їзди, правила дорожнього руху, а й про методику організації велопоходів та туристичного орієнтування. Отримані навички можуть стати корисними у майбутньому як для особистого активного дозвілля, так і для професійної діяльності, зокрема в сфері туризму, фізичного виховання, організації спортивних заходів та навіть екологічних ініціатив.

Залучення школярів до велотуризму також має позитивні наслідки, оскільки сприяє формуванню здорових звичок, покращує фізичну підготовку, розвиває навички орієнтування на місцевості, відповідальність і командну взаємодію, а також виховує екологічну свідомість та любов до активного

способу життя. Зокрема, створення велотуристичних секцій у школах сприятиме залученню дітей до активного способу життя, а організація велозмагань та походів, проведення шкільних велозльотів, екологічних велопробігів та змагань допоможе підвищити інтерес школярів до велоспорту. Включення основ велотуризму до шкільної програми фізичної культури дозволить формувати у дітей необхідні навички безпечного пересування на велосипеді. Створення безпечних велосипедних маршрутів та велодоріжок сприятиме поширенню велотуризму серед молоді у подальшому [1].

Проте, впровадження велотуризму до системи фізичного виховання різних вікових освітніх контингентів має окремі відмінності за декількома критеріями (табл. 1).

Таблиця 1 – Порівняльний аналіз впровадження велотуризму серед студентів і школярів

Критерій	Освітній контингент	
	студенти	школярі
Мотивація	– самостійний вибір активного способу життя, бажання покращити фізичну підготовленість, відпочинок від навчального навантаження	– вплив батьків, учителів і шкільних гуртків, залучення до командних заходів
Фізична підготовленість	– вища витривалість, можливість долати довші маршрути, менша необхідність у супроводі	– обмежена віком фізична підготовленість, коротші маршрути, потреба у постійному нагляді дорослих
Освітній контекст	– інтеграція у програми фізичного виховання та факультативні курси, велопоходи як частина рекреаційних заходів	– включення до варіативних модулів уроків фізичної культури, позашкільні заходи
Організаційні особливості	– велоклуби при університетах, самостійні або групові подорожі	– проведення шкільних велозмагань, екскурсійні велопоходи під керівництвом педагогів
Безпека	– самостійне планування безпеки, знання правил дорожнього руху, менша потреба у супроводі	– високі вимоги до безпеки, обов’язковий супровід дорослих, навчання правилам дорожнього руху
Інфраструктура	– доступність велопоїздок в межах міста, прокат велосипедів, можливість подорожей між містами	– обмежений доступ до інфраструктури, потреба у спеціально облаштованих маршрутах біля навчальних закладів

Отже, велотуризм є ефективним засобом активного відпочинку, фізичного розвитку та соціальної інтеграції молоді. Впровадження велотуризму серед студентів є більш автономним, оскільки вони можуть самостійно організовувати подорожі та брати участь у тривалих маршрутах. Для школярів необхідні адаптована інфраструктура та контроль з боку дорослих. Обидві категорії потребують популяризації велотуризму через освітні програми, заходи та

державні або громадські ініціативи.

Література:

1. Ободовський П., Іваніхіна О. Особливості роботи гуртка велосипедного туризму в умовах воєнного стану. *Теоретичні і прикладні напрямки розвитку туризму та рекреації в регіонах України* : збірник наукових праць. Дніпро : Середняк Т. К., 2024. С. 75–85.

2. Гуменюк Н. Я. Дослідження впливу дистанційної освіти на успішність навчання та психологічний стан студентів в умовах воєнного стану засобами інформаційних технологій. Перспективи та інновації науки. 2023. Випуск №10(28). С. 561–569.

Сергієнко Кіріл
студент 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Конох А.П.

АРТ-ТЕРАПІЯ, ЙОГА ТА ПРИРОДНІ ФАКТОРИ: НЕТРАДИЦІЙНІ МЕТОДИ ОЗДОРОВЛЕННЯ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Актуальність. Фізичне виховання дітей дошкільного віку має ключове значення для їхнього всебічного розвитку. Воно впливає не тільки на фізичний стан дитини, але й на її емоційний фон, соціальні навички та готовність до навчання. В умовах сучасності традиційні методи фізичного виховання не завжди задовольняють актуальні вимоги, тому все більше уваги приділяється використанню нетрадиційних методів оздоровлення [1].

Нетрадиційні методи оздоровлення поєднують фізичні вправи з елементами народної педагогіки, мистецтва, музики та природних факторів. Сюди відносяться арт-терапія, йога, дихальні вправи, лікувальна фізкультура та використання природних матеріалів для занять, які сприяють гармонійному розвитку дитини. Ці методи не лише поліпшують фізичне здоров'я, але й активізують емоційний та когнітивний розвиток [2].

Арт-терапія є одним із важливих напрямів нетрадиційного фізичного виховання. Вона включає використання творчих елементів – малювання, ліплення, музики та танців. Ці заняття допомагають дітям не лише розвивати фізичні якості, а й сприяють емоційному та психологічному розвитку. Наприклад, рухливі ігри під музику дозволяють дітям не тільки виконувати фізичні вправи, а й взаємодіяти з музичними звуками та ритмами, що стимулює творче мислення та сприяє розвитку координації та просторової орієнтації.

Арт-терапія в рухливих іграх Під час заняття з фізичної культури можна організувати гру, де діти рухаються під різні музичні ритми. Наприклад, при звуках веселих мелодій діти можуть імітувати рухи тварин (стрибати як

зайчики, ходити як ведмеді), що не лише сприяє розвитку координації, але й активізує уяву та емоційну взаємодію [3].

Йога, що включає спеціальні вправи для дітей дошкільного віку, є ще одним потужним інструментом у фізичному вихованні. Вправи для дихання допомагають знижувати стрес, покращують концентрацію уваги та зміцнюють м'язи, одночасно сприяючи розвитку гнучкості та координації рухів. Йога не лише покращує фізичний стан дітей, але й вчить їх емоційної рівноваги, концентрації та самоконтролю.

Йога для дітей. Спеціальні йога-пози для дошкільнят допомагають покращити їхню гнучкість і координацію. Наприклад, вправи «дерево» або «собака мордою вниз» не тільки зміцнюють м'язи, але й навчають дітей балансувати, а дихальні вправи допомагають знизити рівень стресу та покращити концентрацію [4].

Використання природних факторів є ще одним ефективним методом у фізичному вихованні. Прогулянки на свіжому повітрі, рухливі ігри в природному середовищі та заняття з природними матеріалами (пісок, камінці, дерев'яні палички) сприяють розвитку фізичних якостей дітей і зміцненню їхнього імунітету. Такі заняття також стимулюють уяву і креативність дітей, сприяючи їхньому загальному гармонійному розвитку.

Прогулянки з елементами фізичної активності. Вихід на свіжому повітрі може включати вправи, такі як біг з перешкодами, стрибки через лавки або рухи за зразком тварин. Природне середовище дозволяє не лише розвивати фізичні здібності, а й сприяє психоемоційному відновленню дітей [5].

Висновок. Застосування нетрадиційних оздоровчих методів у фізичному вихованні дітей дошкільного віку є важливим аспектом для їх гармонійного розвитку. Методи, такі як арт-терапія, йога, використання природних матеріалів та дихальні вправи, не лише зміцнюють фізичне та емоційне здоров'я дітей, а й допомагають формувати у них позитивне ставлення до фізичної активності. Це сприяє розвитку їхніх творчих здібностей, соціальних навичок та готовності до навчання, формуючи здорові звички на ранньому етапі життя.

Література:

1. Андрущенко Н. Здоров'язбережувальні технології в діяльності вітчизняних закладів дошкільної освіти : аналіз освітньо-розвивальних можливостей. *Освітньо-науковий простір.* 2024. Випуск 5 (2-2023). С. 19–26.

2. Маковецька Н. В., Коваленко Ю. О., Конох О. Є. Нетрадиційні методи оздоровлення дітей дошкільного віку : навчальний посібник. Запоріжжя : ЗНУ, 2005. 124 с.

3. Українцева Я. О. Арт-терапія як інноваційна здоров'язбережувальна технологія в освіті. Природничі науки та освіта : сучасний стан і перспективи розвитку: зб. наук. праць IV Міжнар. наук.-практ. конф (Харків, 7-8 листопада, 2024 р.). Харків : Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, 2024. С. 265–266.

4. Очкалов О. Ф. Особливості практики фізкультурно-оздоровчих

систем глибокого розслаблення. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки.* 2024. № 4 (363). С. 69–73.

5. Захарасевич Н. В., Кравець Н. С., Клевака Л. П. Роль фізичної активності у формуванні здорового способу життя дітей дошкільного віку. *Академічні візії.* 2024. №38. С. 1–11.

Стойков Максим
студент 1 курсу магістратури
фак-ту фіз. виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. філос. наук, доц. Товстоп'ятко Ф.Ф.

ЗАСТОСУВАННЯ КОГНІТИВНОГО ТРЕНІНГУ НА СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТТЯХ З ФУТЗАЛУ

Футзал, як високодинамічний командний вид спорту, вимагає від гравців не лише фізичної підготовки, а й високого рівня когнітивних здібностей. Когнітивний тренінг, спрямований на розвиток уваги, пам'яті, прийняття рішень та інших когнітивних функцій, може значно покращити ігрові показники футзалістів [1].

Ефективна гра у футзал вимагає від гравців таких когнітивних навичок, як швидкість, увага, просторове мислення, пам'ять.

1. Швидкість обробки інформації – це здатність швидко аналізувати ігрову ситуацію, приймати рішення та реагувати на дії суперників.
2. Перцептивна швидкість – швидкість сприйняття та розпізнавання візуальної інформації (рух м'яча, позиції гравців).
3. Швидкість прийняття рішень – здатність швидко та ефективно приймати рішення в умовах обмеженого часу та невизначеності.
4. Увага – здатність зосередитися на грі, відстежувати рух м'яча та гравців, ігноруючи відволікаючі фактори. Це включає як фокусовану, так і розподілену увагу.
5. Пам'ять – здатність запам'ятовувати тактичні схеми, дії суперників та власні помилки.
6. Просторове мислення – здатність оцінювати відстані, напрямки та кути, прогнозувати траєкторію руху м'яча [2].

Для розвитку когнітивних навичок у футзалістів можна використовувати різні методи, зокрема і когнітивного тренінгу. Спеціальні вправи на швидкість реакції, увагу, пам'ять (наприклад, вправи з м'ячем, візуальні тести, запам'ятовування послідовностей). Моделювання ігрових ситуацій, що вимагають швидкого прийняття рішень та аналізу інформації. Тактичні тренування з вивчення та відпрацювання тактичних схем, що сприяє розвитку пам'яті та стратегічного мислення. Візуалізація – уявлення ігрових ситуацій та власних дій, що покращує прийняття рішень та координацію рухів. Доцільне також використання спеціальних комп'ютерних програм для тренування

когнітивних функцій [3-4].

Когнітивний тренінг не повинен бути окремим блоком тренувань. Його слід інтегрувати в загальний процес навчання, використовуючи різні методи та вправи. Наприклад:

– розминка: початок тренування з простих вправ на увагу та швидкість реакції;

– основна частина: включення ігрових ситуацій, що вимагають швидкого прийняття рішень та аналізу інформації;

– заключна частина: використання вправ на пам’ять та візуалізацію [5].

Для оцінки ефективності когнітивного тренінгу необхідно використовувати різні методики. Проведення тестів на швидкість реакції, увагу, пам’ять на початку та в кінці тренувального циклу. Спостереження за ігровою поведінкою гравців під час тренувань та матчів. Аналіз відеозаписів ігор для виявлення сильних та слабких сторін гравців [6-7].

Висновки. Застосування когнітивного тренінгу на секційних заняттях з футзалу є ефективним методом підвищення ігрових показників. Систематичне використання різних методів та вправ, а також моніторинг ефективності дозволять досягти значних успіхів у розвитку когнітивних здібностей футзалістів та покращити їхню гру. Важливо пам’ятати про індивідуальний підхід до кожного гравця та враховувати його особливості.

Література:

1. Дейнеко І., Орленко Н., Шип Л., Порадник С. Контрольована фізична активність як передумова розвитку когнітивних функцій (на прикладі груп ПСМ з футзалу). *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15.* 2024. №12(185). С. 86–89.

2. Єрмоленко О. В., Єрмоленко М. В. Методика організації та проведення практичних занять з футзалу : методичні вказівки. Краматорськ : ДДМА, 2023. 55 с.

3. Faubert J. Professional athletes have extraordinary skills for rapidly learning complex and neutral dynamic visual scenes. *Scientific Reports*. 2013. №3(1). P. 1154.

4. Хлус Н. Педагогічна технологія спеціальної фізичної підготовки юних гравців у міні-футболі. *Спортивні ігри.* 2023. № 1(27). С. 74–83.

5. Борисова О., Дутчак М., Шльонська О. Аналітичний огляд сучасних наукових досліджень за проблемою підготовки спортсменів різного ігрового амплуа в командних ігрових видах спорту. *Спортивна наука та здоров’я людини*. 2024. №1(11). С. 39–57.

6. Коваленко Ю. О., Омельяненко Г. А. Психолого-педагогічні основи фізичної культури і спорту : навчальний посібник. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2024. 108 с.

7. Осіпова О. Роль психолога в ігрових видах спорту. *Universum.* 2024. №12. С. 100–104.

Товстоп'ятко Ілля
студент 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Коваленко Ю.О.

ВОЛЕЙБОЛ ЯК ЗАСІБ ПІДТРИМКИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ: ІНТЕГРАЦІЯ СУЧАСНИХ ПІДХОДІВ

Волейбол є не лише популярною командною грою, а й ефективним інструментом підтримки здорового способу життя. Дослідження підтверджують його позитивний вплив на фізичне та психоемоційне здоров'я, розвиток координації, витривалості та соціальної взаємодії. Сучасні підходи до залучення населення до волейболу передбачають використання цифрових технологій, інклюзивних програм та адаптивних методик тренувань [1, 2].

Результати аналізу підтверджують, що волейбол є одним із найбільш ефективних видів спорту для підтримки здорового способу життя. Його позитивний вплив охоплює кілька ключових аспектів: фізичний, психоемоційний, соціальний та технологічний.

Регулярні заняття волейболом сприяють розвитку кардіореспіраторної витривалості, оскільки гра включає інтенсивні рухи, зміну темпу та швидкі реакції. Поліпшується м'язовий тонус, особливо м'язів ніг, рук, кора та плечового поясу, що знижує ризик серцево-судинних захворювань та порушень опорно-рухового апарату. Відзначено покращення гнучкості, координації та балансу, що є важливими факторами профілактики травм. Гра у волейбол сприяє зниженню рівня стресу та емоційного напруження, оскільки фізична активність стимулює вироблення ендорфінів [3].

Волейбол є командним видом спорту, що розвиває комунікативні навички, лідерські якості та здатність до кооперації, що позитивно впливає на соціалізацію різних вікових груп. Заняття волейболом покращують когнітивні здібності, включаючи здатність швидко приймати рішення та адаптуватися до змінних умов гри.

Інклюзивні методики дозволяють адаптувати волейбольні тренування для людей з обмеженими можливостями, забезпечуючи доступність спорту для ширшого кола населення. Використання цифрових технологій (фітнес-трекерів, відеоаналізу техніки гри) дозволяє персоналізувати тренувальний процес, що підвищує мотивацію учасників. VR-тренажери та гейміфікація процесу навчання (ігрові додатки, онлайн-турніри) показали значне збільшення залученості молоді до волейболу [4].

Популяризація волейболу через соціальні мережі, масові заходи та благодійні ініціативи підвищує його доступність серед молоді та дорослих. Волейбольні клуби та аматорські ліги стають осередками здорового дозвілля, що сприяє зменшенню малорухливого способу життя. Впровадження волейболу в освітні програми (шкільні секції, університетські ліги) створює умови для ранньої фізичної активності та формування звички до здорового

способу життя [5].

Отже, волейбол є потужним інструментом підтримки здорового способу життя, що поєднує фізичний розвиток, психологічну стабільність, соціальну взаємодію та інноваційні підходи до тренувань. Його доступність, універсальність та позитивний вплив на організм роблять його важливою складовою сучасної системи фізичного виховання та рекреації.

Література:

1. Антіпова Ж. І., Заверзаев В. В. Фізичне виховання студентів закладів вищої освіти на основі навчання гри в волейбол : метод. рек. Одеса : видавець Букаев Вадим Вікторович, 2021. 48 с.

2. Нагорна В., Федоров М., Митько А. Психолого-педагогічні аспекти формування здорового способу життя школярів засобами волейболу. *Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності* : матер. VII Всеукр. наук. електронної конф. з міжнародною участю (м. Київ, 29 жовтня 2024 р.). Київ, 2024. С. 117–118.

3. Радченко О. В., Дмитрук В. С., Ковальчук В. Я. Актуальні проблеми студентського волейболу в Україні. *Спортивні ігри.* 2020. №3. С. 82–90.

4. Zhytovoz M. Sports technologies in the practice of physical education of students with hearing impairments in higher education institutions of inclusive type. *Paradigm of knowledge*. 2021. №2 (46). URL: https://surl.li/mizvfn (дата звернення 10.03.2025).

5. Міщук Д. М., Сироватко З. В., Абрамов С. А. Ігрові види спорту. Волейбол» : навч. посіб. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2023. 143 с.

Товстоп'ятко Ілля
студент 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: ст. викладач Парій С.Б.

СПОРТИВНЕ ОРІЄНТУВАННЯ ЯК ОСВІТНІЙ ІНСТРУМЕНТ

Використання спортивного орієнтування в освітньому процесі має давню традицію та успішно застосовується в різних країнах світу, зокрема у Скандинавії, Великій Британії, Новій Зеландії тощо. У деяких освітніх системах воно навіть розглядається як ефективна альтернатива класичним урокам фізичної культури. Завдяки поєднанню фізичної активності та когнітивних завдань цей вид спорту сприяє комплексному розвитку особистості [1].

Сучасна освіта вимагає не лише накопичення знань, але й розвитку практичних навичок та компетенцій. В епоху цифрових технологій доступ до інформації став простішим, проте набуття певних умінь вимагає безпосередньої практики. Наприклад, географічні терміни, визначення координат та особливості рельєфу можна вивчати онлайн, проте опанування навичками

орієнтування на місцевості потребує реальної взаємодії з природним середовищем, використанням карти та компаса. Спортивне орієнтування допомагає студентам застосовувати отримані знання в реальних умовах, розвиваючи просторове мислення, стратегічне планування та здатність приймати рішення у стресових ситуаціях.

Цей вид активності особливо корисний для підготовки фахівців у галузях географії, туризму, військової справи та фізичної культури. Географи, наприклад, не обмежуються лише теоретичними знаннями, а вчаться практично застосовувати їх у природних умовах. Майбутні менеджери туризму набувають компетенцій з організації маршрутів, орієнтування та супроводу груп у туристичних походах. Військові курсанти розвивають навички тактичного пересування на місцевості, швидкого аналізу ситуації та ухвалення рішень у динамічних умовах [2, 3].

Ключовим аспектом спортивного орієнтування є розвиток загальної фізичної підготовки в поєднанні з інтелектуальною діяльністю. Це один із небагатьох видів спорту, який одночасно тренує фізичні, психофізіологічні та розумові здібності. Під час подолання дистанції спортсмен має аналізувати карту, знаходити оптимальні маршрути та ефективно використовувати свої фізичні ресурси, що сприяє розвитку витривалості, координації рухів, оперативного мислення та концентрації уваги.

Наукові дослідження підтверджують, що систематичні заняття спортивним орієнтуванням позитивно впливають на фізичний та психічний стан людини. Регулярні тренування з бігу, орієнтування на місцевості та аналізу картографічних даних сприяють зміцненню серцево-судинної та дихальної систем, підвищенню рівня стресостійкості та загальної працездатності. Крім того, фізична активність стимулює викид ендорфінів, що покращує настрій та сприяє психоемоційному здоров’ю [4].

Важливою особливістю спортивного орієнтування є його доступність та можливість організації занять навіть на прилеглій до освітнього закладу території. Це дозволяє зробити процес навчання більш інтерактивним, цікавим та корисним для студентів різних спеціальностей. Окрім фізичної підготовки, такі заняття розвивають навички командної роботи, лідерства та відповідальності, що є важливими складниками професійної підготовки майбутніх фахівців.

Отже, спортивне орієнтування є ефективним освітнім інструментом, що сприяє всебічному розвитку особистості, формуванню професійно важливих компетенцій та покращенню здоров’я. Його впровадження в освітній процес може значно підвищити якість освіти, зробити її більш практично орієнтованою та відповідною до сучасних викликів суспільства.

Література:

1. Скрипченко І. Т. Інноваційні технології в туризмі : навчальний посібник. Дніпро : Журфонд, 2021. 137 с.

2. Король С. А., Долгова Н. О. Спортивне орієнтування у фізичному

вихованні студентів технічних спеціальностей : теоретико-методичний аспект : монографія. Суми : СумДУ, 2020. 201 с.

3. Бабич М., Небожук О., Климович В., Пилипчак І., Лашта В., Романів І., Яровий М. Засоби спортивного орієнтування – як ефективний засіб підвищення швидкості військовослужбовців артилерійської розвідки. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 1.* 2023. №12(172). С. 12–15.

4. Шип Н. Є. Контроль фізичної та технічної підготовки на уроках зі спортивного орієнтування. *Діагностика та запобігання освітніх втрат учнів закладів загальної середньої освіти у фізкультурній галузі* : зб. тез доп. за результатами круглого столу «Подолання освітніх розривів та освітніх втрат – головна умова покращення якості освітнього процесу з фізичної культури в ЗЗСО у 2023/24 навчальному році (Харків, 18 жовт. 2023 р.). Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2023. С. 45–50.

Чернявська Євгенія
студентка 1 курсу магістратури
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. філос. наук, доц. Товстоп'ятко Ф.Ф.

ПІДВИЩЕННЯ ВИТРИВАЛОСТІ ПІДЛІТКІВ У ПІДГОТОВЦІ ДО АЛЬПІНІСТСЬКИХ СХОДЖЕНЬ У ПОЗАШКІЛЬНІЙ СЕКЦІЇ

Акутуальність. Альпінізм є складним видом спорту, який вимагає високого рівня фізичної підготовки, зокрема витривалості. Підготовка до альпіністських сходжень включає різні аспекти фізичного, технічного та психологічного тренування, які є особливо важливими для підлітків. У цей період відбувається активний розвиток організму, зміцнюється м'язова та серцево-судинна система, формується мотивація до досягнення спортивних цілей [1].

Позашкільні секції відіграють важливу роль у фізичному розвитку молоді, оскільки забезпечують системний підхід до тренувань, включаючи кардіонавантаження, силові вправи, тренування рівноваги та гнучкості. Крім того, участь у таких секціях сприяє формуванню навичок самодисципліни, командної роботи та управління власними ресурсами в екстремальних умовах. Одним із ключових викликів підготовки підлітків до альпінізму є розвиток витривалості, що дозволяє долати тривалі фізичні навантаження та адаптуватися до змінних умов навколишнього середовища [2].

Дане дослідження спрямоване на вивчення ефективних методів підвищення витривалості підлітків у процесі підготовки до альпіністських сходжень у позашкільних секціях. Зокрема, аналізуються фізіологічні особливості підлітків, оптимальні види тренувань та їхній вплив на фізичний розвиток юних спортсменів.

Основні аспекти підготовки.

1. Аеробні навантаження є ключовими для розвитку витривалості. Програма тренувань включає: біг на середні та довгі дистанції (3-5 км); інтервальні тренування для покращення серцево-судинної витривалості, велотренування та плавання як альтернативні засоби підготовки.

2. Силова витривалість. Для покращення витривалості м'язів передбачено спеціалізовані вправи: робота з власною вагою (згинання-розгинання рук в упорі, підтягування на поперечині, присідання), використання гирь і штанг для розвитку вибухової сили, динамічні вправи на баланс і стійкість.

3. Технічна та тактична підготовка. Важливим компонентом є навчання правильним технікам пересування по скельному рельєфу, використанню альпіністського спорядження та тактичного планування маршрутів.

4. Психологічна підготовка. Психологічна стійкість відіграє важливу роль в альпінізмі. Для її розвитку використовуються дихальні практики для контролю стресу, симуляція складних умов сходження, мотиваційні тренінги та командна робота [3-5].

Результати дослідження. Згідно з результатами експериментальних тестувань, підлітки, які проходили запропоновану програму тренувань, показали значне покращення витривалості, а саме: середній рівень фізичної підготовки зріс на 20% за три місяці; зменшилася частота втомлюваності під час тривалих фізичних навантажень, покращилися показники координації та рівноваги.

Висновки. Підвищення витривалості підлітків у позашкільних альпіністських секціях є важливим аспектом їхньої фізичної підготовки. Оптимальне поєднання аеробних, силових та психологічних методів підготовки сприяє покращенню загальної витривалості та готовності до складних сходжень.

Застосування системного підходу до тренувального процесу дозволяє не лише підвищити фізичну підготовку підлітків, а й сприяє розвитку дисципліни, відповідальності та командної взаємодії. Важливою складовою є також адаптація тренувального плану до індивідуальних потреб кожного спортсмена, що дає змогу ефективніше покращувати його фізичні можливості та витривалість.

Подальші дослідження можуть бути спрямовані на вдосконалення методик тренувань з урахуванням вікових та фізіологічних особливостей підлітків, а також на вивчення впливу різних факторів (наприклад, харчування, відпочинку та мотивації) на їхню загальну спортивну підготовку.

Література:

1. Watts P. B. Physiology of difficult rock climbing. *European Journal of Applied Physiology*. 2004. №91 (4). P. 361–372.

2. Носко М., Дорошенко Д., Носко Ю. Особливості розвитку витривалості та координації рухів в учнів старших класів. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені ТГ Шевченка.* 2024. Том 181. №25.

С. 43–48.

3. Уварова Н. В. Інтегральна підготовка кваліфікованих скелелазів у сучасних умовах поєднання вузької спеціалізації та універсалізації спортсменів : дис. ... д-ра філософії : 017 – фізична культура і спорт. Харків, 2020. 232 с.

4. MacLeod D., Sutherland L., Buntin L., Whitaker A., Aitchison T. et al. Physiological determinants of climbing-specific finger endurance and sport rock climbing performance. Journal of Sports Sciences. 2007. №25(12). P. 1433–1443.

5. Grant S., Shields C., Fitzpatrick V., Ming Loh W., Whitaker A., Watt I. et al. Climbing-specific finger endurance : a comparative study of intermediate rock climbers, rowers and aerobically trained individuals. Journal of Sports Sciences. 2003. №21. P. 621–630.

СЕКЦІЯ «СПОРТ»

Дудко Наталія
студентка 1 скороченого курсу
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Дядечко І.Є.

СУЧАСНІ СТАТЕГІЇ ГРИ В БАСКЕТБОЛ: АДАПТАЦІЯ ДО ЗМІН У ПРАВИЛАХ ТА ТАКТИЦІ

Сучасний баскетбол постійно еволюціонує, що зумовлено змінами у правилах гри, впровадженням нових тактичних підходів та технологічним прогресом. Головною метою даного дослідження є аналіз сучасних стратегій у баскетболі та їх адаптація до нових умов гри.

1. Зміни у правилах гри та їх вплив на тактику.

Останні роки міжнародні баскетбольні організації, такі як FIBA та NBA, внесли ряд змін до правил, які суттєво вплинули на тактичні схеми команд. Наприклад, скорочення часу на атаку з 30 до 24 секунд сприяло підвищенню темпу гри [1]. Також введення правила про триочкову лінію змінило пріоритети в нападі, збільшивши значущість дальніх кидків [2]. Крім того, дослідження українських авторів [5] підтверджують, що зміни у правилах сприяють розвитку нових тренувальних методик та адаптації команд до швидшого темпу гри.

2. Сучасні тактичні підходи.

Зараз у тренуваннях волейболістів активно застосовуються різноманітні технології, такі як відеоаналіз гри та фізіологічні дослідження, які допомагають оцінити технічні помилки, рухи гравців і їх фізіологічні реакції під час матчів та тренувань. За допомогою таких технологій тренери можуть не тільки детально проаналізувати гру кожного гравця, але й здійснити персоналізовані корективи, що сприяє швидкому прогресу спортсменів [3].

3. Адаптація команд до змін.

Провідні баскетбольні клуби світу активно адаптуються до змін у грі шляхом застосування новітніх технологій. Використання відеоаналізу та штучного інтелекту для аналізу суперників дозволяє краще будувати гру та підвищувати ефективність атак [1]. Також важливу роль відіграють індивідуальні тренування з акцентом на розвиток кидкової техніки та фізичної витривалості [5].

Отже, сучасні баскетбольні стратегії постійно змінюються під впливом нових правил та технологій. Тренери та гравці змушені шукати нові тактичні підходи, щоб залишатися конкурентоспроможними. Впровадження аналізу даних та інноваційних методик тренувань відіграє ключову роль у цьому процесі.

Література:

1. International Basketball Federation. Official Basketball Rules 2022. NBA. Rule Changes and Their Impact on the Game
2. Kerr, S. (2021). The Evolution of Small Ball in Modern Basketball. Basketball Journal, 12(3), 45-59.
3. Oliver, D. (2018). Basketball Analytics: Spatial Analysis and Game Strategy. Sports Science Review, 15(1), 88-102.
4. Білоус, О. В. (2020). Тактична підготовка у баскетболі: навчальний посібник. Київ: Либідь.
5. Гавриленко, І. П. (2019). Розвиток командної тактики в сучасному баскетболі. Спортивна наука України, 2(34), 12-19.

Дудко Наталія
студентка 1 скороченого курсу
фак-ту фізичного виховання здоров'я та туризму
Наук. кер.: наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Дядечко І.Є.

СУЧАСНІ МЕТОДИ ТРЕНУВАННЯ В ВОЛЕЙБОЛІ В ВУЗАХ

Волейбол — це один із найбільш популярних та командних видів спорту в усьому світі, що активно викладається в навчальних закладах, зокрема у вищих навчальних закладах фізичної культури та спорту. У зв'язку з розвитком науки про спорт, сучасні методи тренування у волейболі базуються на комплексному підході, який враховує фізіологічні, психологічні, технічні та тактичні аспекти гри. Сучасні тренувальні програми націлені на максимальне покращення фізичних кондицій спортсменів, вдосконалення техніки виконання технічних елементів гри та розвиток командної взаємодії [1].

1. Індивідуальний підхід у тренуванні спортсменів.

Сучасні тренери вищих навчальних закладів використовують індивідуальний підхід до кожного студента, оскільки кожен волейболіст має різні фізичні дані та психологічні особливості. Враховуючи це, тренування будуються на основі індивідуальних програм, які сприяють розвитку сили, швидкості, витривалості, гнучкості та координації. Водночас важливу роль відіграє розвиток технічних навичок — від правильної подачі до блокування і прийому м'яча [2]

2. Використання сучасних технологій.

Зараз у тренуваннях волейболістів активно застосовуються різноманітні технології, такі як відеоаналіз гри та фізіологічні дослідження, які допомагають оцінити технічні помилки, рухи гравців і їх фізіологічні реакції під час матчів та тренувань. За допомогою таких технологій тренери можуть не тільки детально проаналізувати гру кожного гравця, але й

здійснити персоналізовані корективи, що сприяє швидкому прогресу спортсменів [3].

3. Тренування психоемоційної стійкості.

Важливим аспектом сучасного тренувального процесу є розвиток психоемоційної стійкості гравців. В умовах інтенсивної конкуренції та стресу важливо навчити спортсменів контролювати свої емоції, зберігати концентрацію та працювати в команді. Для цього активно використовуються спеціальні психологічні методики, які застосовуються як на тренуваннях, так і під час участі в змаганнях [4].

4. Тактика і стратегія гри.

У сучасному волейболі важливим є не лише фізичне та технічне вдосконалення, а й розвиток тактичних навичок. Тренування з тактики включають вивчення і виконання атакувальних і захисних схем, варіантів ігрових комбінацій, а також умінь правильно реагувати на зміни в грі. Сучасні тренери приділяють велику увагу аналізу ігрових ситуацій та розробці конкретних стратегій для кожного виду суперника [5].

5. Інтеграція фізичної та технічної підготовки.

Сучасне тренування волейболістів на факультетах фізкультури передбачає інтеграцію фізичної підготовки з технічним вдосконаленням. Це включає в себе не лише розвиток фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості), а й удосконалення техніки волейболу, що забезпечує покращення результатів на спортивних змаганнях [2].

Отже, сучасні методи тренування в волейболі в університетах орієнтовані на комплексний підхід, який включає фізичну, технічну, тактичну підготовку та розвиток психологічної стійкості гравців. Завдяки впровадженню новітніх технологій, а також адаптації тренувальних програм до індивідуальних потреб спортсменів, досягнення високих результатів стало доступним навіть для студентів. Успіх тренувального процесу залежить від правильно підібраної методики та гармонійного розвитку всіх аспектів підготовки волейболістів.

Література:

1. Мельник В. І. (2019). «Фізична підготовка волейболістів: теорія і практика». Львів: ЛДУФК.

2. Петрова Л. М., Коваленко О. А. (2020). «Методи тренування в спортивних іграх». Київ: НУФВСУ.

3. Шевченко В. М. (2018). «Тактика і стратегія гри в волейбол». Київ: Наука

4. Ткаченко С. Ю. (2021). «Психологічна підготовка спортсменів у волейболі». Харків: ХДІФК.

5. Ковальчук І. Б. (2022). «Інноваційні технології в тренувальному процесі волейболістів». Одеса: ОДУФК.

Дуров Вячеслав
студент 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
спорту та туризму
Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Клопов Р.В.

ОСОБЛИВОСТІ І СТРУКТУРА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ТАЇЛАНДСЬКОМУ БОКСІ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ

Актуальність. Тайський бокс (муай тай) є бойовим мистецтвом, яке поєднує в собі технічні та тактичні елементи, що вимагають від спортсменів високої фізичної підготовки та стратегічного мислення. Перший рік навчання є критично важливим для формування базових навичок та розуміння основ техніки та тактики.

Мета роботи – на основі теоретичного аналізу науково-методичної літератури визначити особливості і структуру техніко-тактичної підготовки у таіландському боксі на початковому етапі спортивної підготовки.

Нами виділені наступні структурні елементи на початковому етапі спортивної підготовки.

Основи техніки. Дослідження підкреслюють важливість оволодіння базовими техніками, такими як удари руками і ногами, техніки ліктів і колін. Згідно з роботою [1], новачкам слід зосереджуватись на удосконаленні таких основних елементів, як точність, швидкість і сила удару.

Тактична підготовка. Згідно з дослідженнями [2], тактичні навички, такі як позиціонування та зчитування противника, починають розвиватися вже в перший рік. Елементи, такі як контроль дистанції і використання "фейків", допомагають боксерам адаптуватись до змінних умов бою.

Фізична підготовка. Фізична підготовка також відіграє вирішальну роль. Причини цього досліджуються в роботі [3,4], де вказується на важливість розвитку витривалості, сили та гнучкості. Адаптація загальних фізичних навантажень до специфіки бойового мистецтва забезпечує основу для подальшого вдосконалення.

Спаринг і практика. Регулярні спаринги, як зазначено в дослідженнях [4,5], є важливими для практики технік у реальних умовах, що допомагає новачкам вивчати тактику і реагувати на дії суперника. Важливою є роль тренера в корекції помилок і наданні порад.

Висновки. Перший рік навчання у тайському боксі є критично важливим для формування базових технічних і тактичних навичок боксера. Систематичне початкове навчання, акцент на загальній і спеціальній фізичній підготовці і регулярні спаринги забезпечують успіх у подальшому розвитку бійця. Наш огляд надає загальне уявлення про важливі аспекти техніко-тактичної підготовки початківців у тайському боксі. Подальші дослідження можуть зосередитися на специфічних методах в навчанні та їх впливі на результати.

Література:

1. Сіраченко, О. С. Аналіз підготовки спортсменів у тайському боксі: магістерська робота. О.С. Сіраченко. Суми: Сумський державний університет, 2023. 94 с.
2. Шевельов, І. П. Таїландський бокс Муей Тай: навчальна програма для вищих навчальних закладів. І. П. Шевельов. Київ: Міністерство молоді та спорту України, 2015. 48 с.
3. Куц, М. Переможець чемпіонату Європи з таїландського боксу. Міністерство внутрішніх справ України. 2024. 50 с.
4. Снитюк, С. На різні види мода приходить і відходить. Бокс вічний . С. Снитюк. Федерація боксу України. 2021. 80 с.
5. Гончарук, С. 21 факт про муай-тай. MillionFacts. 2023. 129 с.

Гаращенко Олександр
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: викладач Воронкова Т.В.

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ТАЕКВОН-ДО НА ФІЗИЧНИЙ ТА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН СПОРТСМЕНА

Таеквон-до – це не лише бойове мистецтво, а й ефективний засіб фізичного та психологічного розвитку. В Україні та світі воно здобуває дедалі більшу популярність завдяки своїй універсальності та доступності для людей різного віку.

Бойові мистецтва існують з давніх часів, і їхні техніки багато в чому були натхненні рухами тварин та природними рефлексами людини. Великий внесок у розвиток єдиноборств зробили народи Сходу, створивши унікальні школи та системи тренувань. Протягом століть удосконалювалися методи підготовки, які дозволяли спортсменам не лише покращувати фізичні якості, а й розвивати силу духу, витримку та самоконтроль.

Мета дослідження – проаналізувати вплив занять таеквон-до на фізичний та психологічний стан спортсменів.

Фізичний вплив занять таеквон-до. Таеквон-до поєднує в собі елементи силової, швидкісної та координаційної підготовки, що робить його ефективним засобом для розвитку загальної фізичної форми. Тренування включають:

- Роботу над гнучкістю – високі удари ногами потребують добре розвинених м'язів і суглобів, що покращує їхню рухливість і зменшує ризик травм.
- Розвиток вибухової сили – швидкісні удари руками та ногами підвищують силу м'язів і покращують реакцію.
- Тренування витривалості – інтенсивні поєдинки та вправи на

швидкість сприяють зміцненню серцево-судинної та дихальної систем.

- Поліпшення координації та балансу – техніка таеквон-до передбачає точне виконання рухів, що позитивно впливає на моторну навичку та стійкість спортсмена.

Завдяки постійним фізичним навантаженням тренування сприяють розвитку м'язової маси та підвищенню працездатності організму. Також вони активують нейрогуморальні механізми, які покращують обмін речовин та загальний стан спортсмена.

Психологічний аспект занять таеквон-до. Таеквон-до – це не лише фізична активність, а й система духовного розвитку. Регулярні тренування допомагають спортсменам розвивати:

- Емоційну стійкість – здатність контролювати свої реакції під час змагань і тренувань.

- Впевненість у собі – поступове освоєння складних технік та перемоги у поєдинках підвищують самооцінку спортсмена.

- Самодисципліну – дотримання суворих правил, контроль над емоціями та повага до суперника формують внутрішню організованість.

- Стресостійкість – регулярна участь у змаганнях та контактні поєдинки сприяють формуванню психологічної витривалості.

Дослідження показують, що заняття таеквон-до активізують вироблення гормонів стресу, що сприяє адаптації організму до інтенсивних фізичних та психологічних навантажень. Також тренування допомагають спортсмену краще контролювати свої емоції, що є важливим аспектом не лише у спорті, а й у повсякденному житті.

Висновки. Заняття таеквон-до мають комплексний вплив на організм людини. Вони зміцнюють фізичне здоров'я, розвивають силу, витривалість, координацію та гнучкість. Водночас бойове мистецтво сприяє формуванню емоційної стійкості, самодисципліни та впевненості в собі.

Таким чином, таеквон-до є не лише ефективним видом фізичної активності, а й потужним засобом психологічного розвитку, що дозволяє спортсменам краще контролювати свої емоції, долати труднощі та досягати поставлених цілей.

Література:

1. Круглянський О. Використання музичного супроводу в навчально-тренувальному процесі студентів факультету фізичної культури, що спеціалізуються з тхеквондо. *Теорія та методика фізичного виховання.* 2010. № 9. С. 47-49.

2. Лукіна О., Новіков В., Горбенко В. Спеціальна фізична підготовленість юних тхеквондистів на етапі попередньої базової підготовки. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2010. № 3. С. 71-76.

3. Мартинов С.П. Кореляція між рівнем гнучкості та координаційною підготовкою спортсменів у контактних видах спорту. *Фізична культура, спорт і здоров'я нації*, 2015. №1, с. 76-82.

Грановський Денис
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Сватьєв А.В.

ПЕДАГОГІЧНА ТЕХНОЛОГІЯ ПІДГОТОВКИ У ФУТБОЛІ

Аналіз спеціальної літератури показав, що питання фізичної підготовки у футболі розглядаються досить широко [1-5]. Проте сучасні вимоги до гри вимагають пошуку нових засобів і методів підготовки, які дозволять розвивати фізичні якості юних футболістів та підвищувати їхню функціональну готовність.

Метою нашої роботи була розробка та оцінка ефективності педагогічної технології підготовки футболістів 12-14 років, заснованої на використанні тренажерів та спеціалізованих методик розвитку витривалості, швидкості та координації.

У ході експериментального дослідження нами була розроблена педагогічна технологія, яка включала комплекс вправ із використанням тренажерів, функціональних тренувань та спеціалізованих координаційних завдань, спрямованих на підвищення рівня фізичних якостей футболістів 12-14 років.

При розробці педагогічної технології враховувалися такі аспекти:

- сенситивні періоди розвитку фізичних якостей юних спортсменів;
- специфічні навички та фізичні якості, характерні для футболу, такі як швидкість, витривалість, координація та вибухова сила;
- розподіл навантажень відповідно до нормативних вимог та принципів поступовості, варіативності та спеціалізації.

Під час експерименту використовувалися такі підходи:

- у загальному та спеціальному підготовчому мікроциклах застосовувалися вправи на розвиток швидкісно-силових характеристик за допомогою координаційних драбин, конусів та еластичних тренажерів;
- у спеціальних підготовчих мікроциклах велика увага приділялася роботі з м'ячем та розвитку технічних навичок через вправи з опором та нестандартними ігровими завданнями;
- у передзмагальному мікроциклі використовувалися спеціальні вправи для підвищення витривалості та стресостійкості в ігрових ситуаціях.

Для оцінки фізичної підготовленості юних футболістів використовувалися такі тести:

- біг 30 м на швидкість;
- човниковий біг 5х10 м для оцінки координації та спритності;
- стрибок у довжину з місця як показник вибухової сили ніг;
- тест Купера (12-хвилинний біг) для визначення рівня загальної витривалості;
- ведення м'яча на швидкість через серію конусів.

Практичні результати дослідження підтвердили ефективність розробленої педагогічної технології: відбулося суттєве покращення швидкісних, силових та координаційних здібностей футболістів, що позитивно вплинуло на їхню ігрову діяльність.

Аналіз отриманих даних показав, що систематичне використання розробленої технології дозволяє значно підвищити рівень фізичної та функціональної підготовленості юних футболістів 12-14 років у процесі тренувань.

Література:

1. Жлобо Т., Жлобо В. Ефективність функціонального тренування для розвитку рухових якостей учнів старшої школи у процесі занять міні-футболом . *Вісник Національного університету "Чернігівський колегіум" імені Т. Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки*. 2023. Вип. 20. С. 26-31.

2. Журід С. Порівняльний аналіз показників креативності юних футболістів 15, 17 років і професійних гравців різних амплуа. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2011. № 3. С. 57-61.

3. Курок О. І., Хлус Н. О. Розвиток фізичних якостей у дітей старшого дошкільного віку засобом спортивної гри футбол. *Спортивні ігри*. 2022. № 4. С. 4-15.

4. Лісенчук Г., Лелека В., Богатирьов К. та ін. Легкоатлетичні засоби у підготовці юних кваліфікованих футбольних півзахисників 13-14 років. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2023. № 2. С. 16-23.

5. Мельник С. А., Малімон О. О., Касарда О. З. та ін. Динаміка змін показників фізичної та технічної підготовленості футболістів 10–14 років під впливом вправ легкої атлетики. *Спортивні ігри*. 2023. № 1. С. 18-30.

Євстратова Світлана
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р пед. наук, доц. Верітов О.І.

РОЗВИТОК ВИТРИВАЛОСТІ У ЛЕГКОАТЛЕТОК 18-20 РОКІВ

Легка атлетика є одним із найпопулярніших видів спорту, який охоплює як аматорів, так і професійних спортсменів. У бігових дисциплінах, особливо на середніх і довгих дистанціях, ключову роль у досягненні високих результатів відіграє рівень загальної та спеціальної витривалості.

Витривалість – це здатність організму підтримувати високу працездатність протягом тривалого часу, протистояти втомі та швидко відновлюватися після інтенсивних фізичних навантажень. Чим вищий рівень витривалості, тим ефективніше спортсмен здатний витримувати великі тренувальні обсяги та підвищувати свою результативність.

Розвиток витривалості набуває особливого значення у тренувальному процесі легкоатлеток віком 18-20 років, адже в цьому віці організм досягає максимальної фізіологічної зрілості, що дозволяє застосовувати більш інтенсивні та об'ємні тренування. Проте, важливо враховувати низку факторів:

- індивідуальні особливості адаптації організму до навантажень;
- необхідність гармонійного розвитку загальної та спеціальної витривалості;
- збалансованість між навантаженнями, відпочинком і відновленням, щоб уникнути перенапруження та ризику перетренованості.

Об'єкт дослідження: тренувальний процес легкоатлеток віком 18-20 років.

Предмет дослідження: програма, спрямована на підвищення рівня витривалості у бігунок на середні та довгі дистанції.

Мета дослідження: вивчити ефективність тренувальних методик розвитку витривалості у легкоатлеток 18-20 років.

Найефективнішим способом покращення витривалості є систематичні бігові тренування, які включають:

- Тривалі кроси (10-15 км) – сприяють розвитку аеробної витривалості, підвищенню загальної працездатності та зміцненню серцево-судинної системи.
- Інтервальні тренування – чергування періодів інтенсивного бігу та відпочинку (наприклад, 400 м швидкого бігу + 200 м відпочинку).
- Темповий біг – виконання забігу на довгу дистанцію у темпі, максимально наближеному до змагального.

Крім бігових вправ, у тренуваннях використовувалися силові та функціональні комплекси:

- Берпі – динамічна вправа, що розвиває кардіо- та силову витривалість. Виконувалася за методом табата (20 секунд роботи – 10 секунд відпочинку, 10 повторень).
- Джампінг Джек – стрибки з розведенням рук і ніг, що задіюють основні м’язові групи та покращують координацію.
- Багатоскоки – серія стрибків на максимальну відстань, що розвиває вибухову силу та витривалість.
- Пліометричні вправи – стрибки на місці, вправи з присіду, стрибки у сторони.

Для визначення рівня загальної витривалості використовувалися такі тести:

- 12-хвилинний тест Купера – вимірювання дистанції, подоланої за 12 хвилин.
- Гарвардський степ-тест – оцінка відновлення серцево-судинної системи після навантаження.

Для визначення спеціальної витривалості проводилися:

- Біг на 1000 м (хв:сек).
- Біг на 10 000 м (хв:сек).

Також оцінювалися показники функціональної підготовленості:

- Частота серцевих скорочень (уд/хв) у стані спокою та після

навантаження.

- Життєва ємність легень (л).

Висновки. Результати дослідження підтвердили, що застосування спеціалізованої тренувальної програми для легкоатлеток 18-20 років, яка включає бігові тренування, силові вправи та функціональні комплекси, сприяє значному покращенню витривалості. Учасниці експериментальної групи показали вищі результати в тестах на загальну та спеціальну витривалість, що підтверджує ефективність використаних методик.

Таким чином, систематичне застосування розробленої програми дозволяє легкоатлеткам підвищити рівень витривалості, покращити фізичну підготовленість та досягти кращих спортивних результатів.

Література:

1. Козлова О. Особливості системи спортивного тренування спортсменів високої кваліфікації в різних видах легкої атлетики в умовах професіоналізації. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2010. № 3. С. 77–80.

2. Козлова О. Підготовка спортсменів високої кваліфікації в умовах професіоналізації спорту (на прикладі легкої атлетики). *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2013. № 3. С. 13–20.

3. Кузьомко Л. М., Приймак С. Г. Моделювання рухової підготовленості легкоатлетів–спринтерів в передзмагальний період. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2004. № 23. С. 21–26.

4. Кузьомко Л. М., Приймак С. Г. Особливості розвитку фізичних якостей у бігунів на 400 м. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2005. № 2. С. 22–28

Журомська Марина
студентка 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: ст. викладач Павелько О.М.

РОЗВИТОК АЕРОБІКИ В УКРАЇНІ

Аеробіка – це популярний вид фізичної активності, який поєднує елементи гімнастики, танцю та кардіонавантажень. Її основна мета — зміцнення серцево-судинної системи, підвищення витривалості, гнучкості та загального фізичного тонусу. В Україні аеробіка набула значного поширення і стала важливою складовою фізичної культури, особливо серед молоді та жінок.

Історія розвитку аеробіки в Україні

Аеробіка прийшла в Україну на початку 90-х років XX століття, після здобуття незалежності, коли країна відкрилася для світових спортивних трендів. На той час вона вже була популярною в країнах Заходу, особливо в США та Європі, завдяки відомим програмам Джейн Фонди та інших фітнес-

гуру. Перші студії аеробіки з'явилися у великих містах – Києві, Харкові, Львові та Одесі. Вони пропонували як класичну аеробіку, так і різні її варіації: степ-аеробіку, аквааеробіку, фітбол та інші.

У 2000-х роках в Україні почали активно розвиватися професійні федерації та асоціації, які займалися організацією змагань, сертифікацією інструкторів та підвищенням рівня тренерської підготовки. Зокрема, важливу роль у цьому процесі відіграла Федерація фітнесу та аеробіки України, яка створила єдині стандарти проведення занять та суддівства національних турнірів.

Сучасний стан аеробіки в Україні

На сьогодні аеробіка в Україні — це не лише спосіб підтримки фізичної форми, але й окремий вид спорту, що включає змагання на національному та міжнародному рівнях. Участь українських спортсменів у чемпіонатах Європи та світу з аеробіки є вагомим показником розвитку цієї дисципліни. Важливою складовою популяризації аеробіки є наявність спеціалізованих курсів підготовки тренерів, а також інтеграція цього виду спорту у програми фізичного виховання в школах, коледжах та університетах.

Окрім професійного спорту, аеробіка в Україні є невід'ємною частиною фітнес-індустрії. У фітнес-клубах пропонуються різноманітні формати занять, від класичних групових програм до інтенсивних тренувань, таких як HIIT (високоінтенсивні інтервальні тренування) та функціональний тренінг. Популярність аеробіки серед населення пояснюється її доступністю, позитивним впливом на здоров'я та можливістю займатися нею незалежно від віку чи рівня фізичної підготовки.

Проблеми та перспективи

Незважаючи на значні успіхи, розвиток аеробіки в Україні стикається з певними труднощами. Однією з головних проблем є недостатнє фінансування спортивних шкіл та секцій, а також відсутність належної матеріально-технічної бази в регіонах. Багато перспективних спортсменів не мають змоги повною мірою розвивати свої навички через брак сучасного обладнання та професійного супроводу. Важливою задачею на найближче майбутнє є створення державних програм підтримки фітнесу та здорового способу життя, які б охоплювали всі верстви населення.

Перспективи розвитку аеробіки в Україні пов'язані з подальшою популяризацією цього виду спорту серед молоді, організацією міжнародних турнірів на території країни та підвищенням кваліфікації вітчизняних тренерів. Також важливим напрямом є впровадження інноваційних методик тренувань, які поєднують аеробні навантаження з елементами йоги, пілатесу та силового тренінгу.

Висновки

Аеробіка в Україні пройшла довгий шлях від новинки до масового виду спорту, що активно розвивається та залучає все більше прихильників. Вона є важливим інструментом для підтримки фізичного та психоемоційного здоров'я населення, сприяє формуванню здорового способу життя та гармонійному

розвитку особистості. Подальший розвиток цієї дисципліни потребує комплексного підходу, який включає державну підтримку, сучасну матеріально-технічну базу та підготовку висококваліфікованих спеціалістів.

Отже, аеробіка в Україні має великі перспективи і, без сумніву, залишатиметься важливою складовою фізичної культури та спорту країни.

Література:

1. Бермудес Д. В. Дозування навантаження в процесі фізичного виховання з використанням засобів ритмічної гімнастики і аеробіки : методичні рекомендації / упоряд. Д. В. Бермудес. – Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2014. – 72 с.
2. Губарєва О. Розробка та обґрунтування уніфікованої методики занять оздоровчою гімнастикою для жінок «Фітнес-мікс» / О. Губарєва // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2001. – № 1. – С. 3 – 6.
3. Драчук А. Пріоритетні напрями фізичної підготовленості студентської молоді / А. Драчук, І. Дуб, М. Галайдюк //Молода спортивна наука України. – 2002. – Вип. 6. – Т. 1. С. 225–230.
4. Капустіна О. Рівень фізичної підготовленості студенток, які бажають спеціалізуватись на навчальних заняттях з шейпінгу / О. Капустіна, Т. Халапурдіна, Т. Ромашова //Молода спортивна наука України. – Львів : Вид. дом «Панорама», 2002. – Вип. 6. – Т.1. С. 264–266.

Зубрич Поліна
студентка 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р наук з фіз. виховання і спорту,
проф. Караулова С. І.

ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ПЛАВЦІВ

Дана робота розглядає ефективність включення елементів легкої атлетики в тренувальний процес плавців різного рівня підготовки. Проаналізовано вплив специфічних легкоатлетичних вправ на розвиток фізичних якостей, важливих для підвищення результативності у плаванні. Представлено практичні рекомендації щодо інтеграції легкоатлетичних вправ у тренувальні програми плавців як професійного, так і аматорського рівнів.

Сучасне плавання характеризується високою конкуренцією та постійним пошуком інноваційних методів підготовки. Легкоатлетичні вправи мають значний потенціал для розвитку тих фізичних якостей, які критично важливі для плавців: витривалості, вибухової сили, координації та гнучкості.

Метою даного дослідження є визначення оптимальних легкоатлетичних засобів для інтеграції в тренувальний процес плавців різних спеціалізацій та

рівнів підготовки, а також розробка методичних рекомендацій щодо їх застосування.

Низка фахівців вказує на спільні фізіологічні аспекти плавання та легкої атлетики. Плавання та біг, як циклічні види спорту, мають схожі механізми енергозабезпечення. Аеробні та анаеробні системи енергозабезпечення активно функціонують в обох видах спорту. Спільними є також вимоги до розвитку серцево-судинної та дихальної систем, що обґрунтовує доцільність використання бігових вправ для підвищення загальної витривалості плавців [1]. Специфіка плавання вимагає розвитку: силової витривалості плечового поясу, вибухової сили нижніх кінцівок (для старту та поворотів), гнучкості, особливо в плечових та гомілковостопних суглобах, спеціальної витривалості відповідно до дистанції [2]. І все це можливо досягнути за допомогою імплементації окремих видів легкої атлетики у підготовку спортсмена.

Ефективні легкоатлетичні вправи для спринтерів у плаванні (дистанція 50-100 м) найбільш корисними з яких виявились:

- Короткі бігові спринтерські прискорення (дистанція 10-30 м) для підвищення частоти рухів;
- Легкоатлетичне метання підходить для розвитку одиночної дії, а також розвитку сили плечового поясу;
- Вправи з бар'єрами та стрибкові вправи для розвитку вибухової сили ніг та тулуба. Крім того, вони сприяють розвитку координації рухів. [2, 3]

До основних вправ для підвищення спеціальної витривалості плавця відносяться: спортивна ходьба – в рівномірному і змінному темпі; та біг у різному темпі (від середнього до максимального). Для плавців на середні дистанції (200-400 м) оптимальні легкоатлетичні вправи є:

- Інтервальний біг по 400 м з контрольованими паузами;
- Темповий біг на дистанції 800-1500 м;
- Біг вгору для розвитку силової витривалості [3].

Для стаєрської підготовки плавців на довгі дистанції (800-1500 м) найбільш ефективними виявились дисципліни легкої атлетики, рівень досягнень в яких у багато чому визначається аеробною продуктивністю:

- Кросовий біг (5-10 км);
- Фартлек (біг зі зміною темпу);
- Довгі інтервали (1000-2000 м) [2].

Висновки.

Результати дослідження підтверджують ефективність включення специфічних легкоатлетичних вправ у тренувальний процес плавців. Основні переваги полягають у: підвищенні спеціальної витривалості, покращенні стартової реакції та ефективності поворотів, розвитку загальної аеробної потужності, профілактиці травматизму завдяки різноманітності тренувальних впливів. Рекомендується диференційований підхід до включення легкоатлетичних вправ у тренувальний процес залежно від спеціалізації плавця, періоду підготовки та рівня кваліфікації [4, 5].

Література:

1. Баламутова Н. М., Клімакова С. М., Котов М. С. Розвиток спеціальної витривалості у повторному тренуванні з використанням різних інтервалів відпочинку. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Сер. 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2024. Вип. 9 (182). С. 26–31. https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.9(182).03 .
2. Дакал Н.А. Плавання як засіб покращення психофізичного стану студентів. Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. 2020. Вип. (7(127). С. 62-65. https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2020.7(127).11
3. Платонов В. М. Підготовка спортсменів високого класу. Київ : Олімпійська література, 1983. 72 с.
4. Нікітський Б. М. Плавання: посібник для студентів. Київ: ТОВ «Друкарня «Літера», 2007. 209 с.
5. Костенко І. В. Розвиток спеціальної витривалості юних плавців у повторному тренуванні: збірн. наук. праць ХНПУ імені Г. С. Сковороди. 2023. URL: https://dspace.hnpu.edu.ua/handle/123456789/17296.

Калінічев Даниіл
студент 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: ст. викладач Павелько О.М.

ІСТОРИЧНИЙ РОЗВИТОК ФУТБОЛУ В УКРАЇНІ

Футбол є одним із найпопулярніших видів спорту в Україні, і його історія налічує понад століття. Формування українського футболу розпочалося ще в кінці XIX століття, коли в містах, що входили до складу Австро-Угорської та Російської імперій, виникли перші футбольні клуби та команди.

Перші згадки про футбольні матчі в Україні датуються 1894 роком, коли у Львові відбулася гра між командами місцевих спортсменів та гостей з Кракова. Це стало символічним початком розвитку футболу на українських землях. У період Першої світової війни футбольні змагання майже припинилися, але вже у 1920-х роках футбол активно розвивався у великих містах, таких як Київ, Харків, Одеса та Львів.

У радянський період український футбол здобув новий імпульс. У 1936 році відбувся перший чемпіонат СРСР, у якому брали участь і українські клуби. Особливу славу у той час здобув київський "Динамо", який згодом став одним із найуспішніших клубів радянського футболу. У післявоєнні роки українські команди продовжували демонструвати високий рівень гри, а футбол став

невід'ємною частиною спортивної культури країни.

З відновленням незалежності України в 1991 році було створено національну футбольну федерацію та організовано власний чемпіонат — Вищу лігу (нині Українська прем'єр-ліга). Футбол в Україні отримав новий поштовх для розвитку, з’явилися сильні клуби, такі як "Шахтар" (Донецьк) та "Динамо" (Київ), які неодноразово демонстрували високий рівень гри на європейській арені. Важливим етапом в історії українського футболу стало проведення Чемпіонату Європи з футболу 2012 року, який Україна організувала спільно з Польщею. Це сприяло популяризації спорту серед молоді, покращенню футбольної інфраструктури та зміцненню міжнародного іміджу країни.

Окрім історичного значення, футбол має величезний вплив на організм людини. Регулярні тренування сприяють розвитку серцево-судинної системи, підвищують витривалість, покращують координацію рухів і реакцію. Гра у футбол активно розвиває м'язову силу, спритність і гнучкість, адже під час матчу задіяні практично всі групи м'язів. Водночас цей вид спорту формує психологічну стійкість, навички командної роботи, лідерські якості та вміння швидко приймати рішення в умовах стресу.

Сьогодні футбол в Україні є не лише професійним спортом, але й масовим захопленням. Розвиваються дитячі та юнацькі школи, створюються футбольні академії, а національна збірна регулярно бере участь у великих міжнародних турнірах. Успішний розвиток українського футболу є результатом багаторічної роботи тренерів, гравців і всіх, хто присвячує своє життя цьому прекрасному виду спорту.

Таким чином, історія футболу в Україні — це історія наполегливості, таланту та любові до гри, яка об'єднує людей різного віку та соціального статусу. Вона продовжує писатися сьогодні, даруючи яскраві емоції мільйонам уболівальників.

Література:

1. Іваненко І.П. Історія футболу в Україні. Київ: Спорт і Культура, 2015. 256 с.
2. Петров В.М. Футбол: Від аматорів до професіоналів. Харків: Фактор, 2018. 312 с.
3. Сидоренко О.В. Футбольні традиції України: історія та сучасність. Львів: Літопис, 2020. 198 с.
4. Українська асоціація футболу. Офіційний сайт: https://uaf.ua
5. UEFA.com. сторінка про український футбол: https://uefa.com

Калюта Вероніка
студентка 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.:д-р наук з фіз. виховання і спорту,
проф. Караулова С.І.

ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ ВИНИКНЕННЯ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Боротьбу, кулачний бій і взагалі усі вправи, що розвивали силу, греки відносили до важкої атлетики. Ясно, що назва «легка атлетика» сьогодні досить умовна, адже важко назвати, наприклад, біг на довжелезну дистанцію – марафон або метання молота «легкими» фізичними вправами.

Найдавнішим змаганням атлетів, безсумнівно, є біг. Разюче, що сьогодні ми знаємо ім`я першого олімпійського чемпіона древньої Греції і дату, коли відбулася ця подія. Це трапилося в 776 р. до н.е. в Олімпії. Переможець був один, тому що атлети змагалися на тих іграх тільки в бігу на один стадій (приблизно 192 м) – звідси слово «стадіон». Переможця звали Коріб, він був кухарем з міста-поліса Еліди. В Ермітажі, у Санкт-Петербурзі, можна побачити грецькі і римські пам`ятні медальйони, монети із зображеннями бігунів.

Змагалися древні і у метанні диска. Були диски з дерева, каменю, заліза, бронзи, нерідко прикрашалися різьбленням, зображеннями птахів, тварин або сценами спортивних змагань. Вага диска була від 1,25 до 6,63 кг. Сьогодні диск важить 2 кг для чоловіків і 1 кг для жінок. Серед болільників іноді дуже цінувалися метальники спису. Їх охоче зображували і скульптори.

Сучасна легка атлетика раніше, ніж в інших країнах, почала культивуватися в Англії. Ще у 1837 тут відбулися перші змагання з бігу на дистанцію близько 2 км. Учасниками цього змагання були учні коледжу міста Регбі. Незабаром і в коледжах Ітона, Оксфорда, Кембриджу, Лондона також організуються спортивні змагання. Трохи пізніше в програму змагань включається біг на короткі дистанції, біг з перешкодами і метання ваги, з 1851 включені в програму стрибки в довжину і висоту з розбігу, а з 1864 – метання молота і штовхання ядра. Новий етап почався з проведення щорічних змагань між університетами Оксфорда і Кембриджу. У 1865 був заснований Лондонський атлетичний клуб, що проводив перші чемпіонати країни з легкої атлетики.

В процесі еволюції людини безперервно удосконалювались рухи в ходьбі, бігу, стрибках, метаннях, що було життєво необхідно в боротьбі за існування. Ці природні рухи були пов'язані з трудовою діяльністю людей, використовувались в побуті і у грі, на охоті і у війнах. Легкоатлетичні вправи з ціллю фізичної підготовки, а також для проведення змагань використовувалися ще з глибокої давнини. Але історія легкої атлетики, як прийнято вважати, почалася із змагань з бігу на олімпійських іграх Давньої Греції (776 рік до нашої ери).

В сучасній легкій атлетиці спортсмени, тренери, вчені постійно шукають більш ефективні способи та прийоми ходьби, бігу, стрибків, метань. Це природнє бажання, яке зумовлене бажанням добитися спортивної перемоги, збільшити свої досягнення, встановити рекорд, спонукало спортсменів і тренерів на творчі пошуки, вчених – на розробку і застосування нових шляхів.

На початку розвитку легкої атлетики спортсмени починали спринтерський біг з високого старту. Стрибали у висоту з прямого розбігу способом «зігнувши ноги», так само стрибали і в довжину. Подібним способом долали і бар'єри. Метання диску здійснювалось з місця (так метали диск, наприклад на Олімпійських іграх 1896р.).

Пізніше в програму змагань стали включати біг на короткій дистанції, біг з перешкодами, метання важких речей, а в 1851р. – стрибки в довжину і висоту з розбігу. В 1864р. між університетами Оксфорду і Кембріджу були проведені перші змагання, які стали в подальшому щорічними, вони поклали початок традиційним двостороннім матчам.

У 1865р. був заснований Лондонський атлетичний клуб, який популяризував легку атлетику, він проводив змагання і спостерігав за збереженням статуту про любительство (в Англії тих часів «професіоналами» вважалися люди, які займалися фізичною працею, а «любителями» – представників вищих верств). Вищий орган легкоатлетичного спорту – любительська атлетична асоціація, який об'єднував всі легкоатлетичні організації Британської імперії, був заснований в 1880р.Період 1935-1940рр. характеризується розвитком спорту, накопиченням досвіду для удосконалення спортивної класифікації. У 1941р. була введена Єдина всесоюзна класифікація, яка у зв'язку з початком Великої Вітчизняної війни, звичайно, не могла дістати широкого застосування. У 1949р. вона була переглянута. В подальшому, починаючи з 1949р. спортивна класифікація корегується на кожний черговий чотирьохрічний олімпійський цикл.

Протягом всіх років становлення і розвитку радянської школи легкої атлетики проводились спеціальні заходи по підвищенню кваліфікації тренерів, збільшенню ролі науки, посилення медико-біологічного обслуговування спортсменів, виданню навчальних посібників по теорії і методиці легкої атлетики. Останніми найгучнішими досягненнями українських спортсменів можна вважати виступи Ярослави Могучих у стрибках у висоту з розбігу, де вона встановила світовий рекорд на висоті 2м 10 см, який тримався 37 років.

Література:

1. Караулова С.І., Маліков М.В., Богдановська Н.В. Легка атлетика: історія, техніка, методика навчання : навч. посіб. для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» факультетів фізичного виховання вищих навчальних закладів напрямів підготовки «Фізичне виховання», «Здоров'я людини», «Спорт». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2014. 231 с.

2. Кузьомко Л.М. Легка атлетика з методикою викладання: навч. посіб.

для студентів спеціальності «Фізичне виховання» педагогічних університетів. Чернігів: Чернігівський держ. пед.. університет, 2008. 372 с.

3. Легка атлетика: теорія і методика тренерської діяльності: підручник: у 2 кн. / Андрущенко Ю.М., Артюшеко О.Ф., Бех О.В. та інш.: за заг. ред. В.І. Бобровника, С.П. Совенко, А.В Колота. К.: Олімп. л-ра, 2023. Кн. 1. 712 с.

4. Гогін, О. В., Гогіна, Т. І. (2008). Основи техніки стрибків у легкій атлетиці. Physical Education Theory and Methodology, 2008. № (10), С. 9-30. URL: https://tmfv.com.ua/journal/article/view/463.

Кирпичов Дмитро
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: викладач Воронкова Т.В.

СПОРТИВНЕ ХАРЧУВАННЯ У СПОРТІ ТА ФІТНЕСІ

Сьогодні спортивне харчування є однією з найобговорюваніших тем у сфері спорту та фітнесу. Воно відіграє важливу роль у покращенні фізичних показників спортсменів, допомагає швидше відновлюватися після тренувань та сприяє досягненню кращих результатів.

Мета дослідження – аналіз впливу спортивного харчування на фізичну підготовку та загальний стан спортсменів, а також оцінка його ролі у різних видах спортивної діяльності.

Спортивне харчування – це спеціалізовані продукти, які містять необхідні нутрієнти для підвищення витривалості, сили та швидкості відновлення організму після фізичних навантажень. Вони створені з урахуванням потреб спортсменів і можуть включати білки, вуглеводи, амінокислоти, вітаміни, мінерали та інші корисні речовини.

Ринок спортивного харчування постійно розвивається, адже зростає зацікавленість людей у спорті та здоровому способі життя. Незважаючи на економічні фактори, цей сегмент залишається перспективним і приваблює все більше виробників.

В Україні представлені такі популярні бренди, як BSN, BioTech, Optimum Nutrition, MuscleTech, Scitec Nutrition, Universal Nutrition, а також деякі вітчизняні виробники, серед яких ТМ EXTREMAL. Основний асортимент спортивного харчування включає протеїни, гейнери, енергетики, жироспалювачі, амінокислоти, вітамінно-мінеральні комплекси та інші добавки.

Умовно споживачів спортивного харчування можна поділити на три групи:

1. Професійні спортсмени – використовують спеціалізовані добавки для підвищення сили, витривалості та швидкості відновлення.

2. Любителі фітнесу та здорового способу життя – застосовують спортивне харчування як додаткове джерело білків і вуглеводів.

3. Люди, що займаються лікувальною фізкультурою – використовують добавки для підтримки здоров'я та фізичної активності.

Зростає також попит серед жінок, підлітків та літніх людей, оскільки їхні харчові потреби відрізняються. Наприклад, жінки-спортсменки потребують більшої кількості кальцію, заліза та ненасичених жирних кислот, тоді як для підлітків важливо контролювати дозування, адже їхній організм ще розвивається.

Вплив спортивного харчування на організм

Спортивні добавки допомагають досягати різних цілей:

- Нарощування м'язової маси – забезпечується за рахунок достатньої кількості білка та вуглеводів.
- Підвищення витривалості – за допомогою енергетиків, амінокислот і вітамінних комплексів.
- Швидке відновлення після навантажень – сприяють BCAA, глютамін і креатин.
- Підтримка здоров'я – застосування вітамінно-мінеральних комплексів.

Важливо пам'ятати, що спортивне харчування ефективне лише за умови правильного тренувального процесу та збалансованого раціону.

Основні правила використання спортивного харчування

- Не можна повністю замінювати звичайну їжу добавками. Основний раціон повинен залишатися натуральним і збалансованим.
- Дотримуватися циклічності. Організму необхідний відпочинок від добавок мінімум три місяці на рік.
- Спортивне харчування – не допінг. Воно не містить заборонених речовин, таких як анаболічні стероїди чи гормони росту.
- Вибирати якісні продукти. Варто уважно підходити до вибору виробника та консультуватися з лікарем або тренером.

Висновки. Аналіз літератури та досліджень підтверджує, що правильне спортивне харчування сприяє досягненню високих спортивних результатів. Воно допомагає підвищити рівень енергії, прискорити відновлення організму та покращити фізичні характеристики спортсменів.

На сьогоднішній день спортивні добавки активно використовуються у різних видах спорту, а їх правильне застосування дозволяє максимально ефективно реалізувати потенціал кожного спортсмена.

Література:

1. Ракша-Слюсарева О.А, Соломена З.В, Слюсарев О.А, Пугачова І.І, Соломений Ф.Ф. Дослідження властивостей бджолиного обніжжя як перспективного інгредієнту для спортивного харчування. *Теорія і практика фізичного виховання*. Донецьк: ДонНУ, 2012. Вип. 1. С.149–154.

2. Benardot D. Advanced Sports Nutrition. Champaign IL: Human Kinetics, 2005. 342 p.

3. Nutrition and Sport (Briefing Paper). − London: British Nutrition Foundation, 2001. 38 p.

Костиря Дмитро
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. біол. наук, доц. Симонік А.В.

ТЕХНІКО-ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА ТЕНІСИСТІВ 12-14 РОКІВ

Теніс можна розглядати у двох аспектах: як активний відпочинок і як професійний вид спорту. У першому випадку він сприяє зміцненню здоров'я, покращенню координації, концентрації уваги та роботи серцево-судинної системи. Гра позитивно впливає на дихальну систему, а постійне стеження за м'ячем тренує зір.

Як спортивна дисципліна, теніс поєднує фізичну витривалість, швидке мислення та технічну майстерність. Регулярні тренування сприяють розвитку наполегливості, рішучості, впевненості в собі та стратегічного мислення. Гравець повинен не лише володіти хорошою технікою, а й уміти швидко приймати рішення, передбачати дії суперника та адаптуватися до зміни ситуації на корті.

Однак теніс є технічно складним видом спорту. Професійні тенісисти демонструють високу швидкість виконання ударів, точність ігрових дій та здатність прогнозувати подальший хід матчу. Гравець повинен постійно створювати вигідні для себе тактичні моменти, протистояти стратегіям суперника та швидко реагувати на ігрові виклики.

Мета та організація дослідження.

Мета дослідження – визначення найбільш ефективних засобів та методів підвищення рівня техніко-тактичної підготовки тенісистів 12-14 років.

Об'єкт дослідження – тренувальний процес юних тенісистів.

Предмет дослідження – методи вдосконалення техніко-тактичної підготовки гравців цього віку.

Дослідження тривало з вересня 2022 по квітень 2023 року. У ньому брали участь дві групи:

- Експериментальна група (8 осіб) – тренувалася за розробленою методикою.
- Контрольна група (8 осіб) – займалася за стандартною програмою.

Усі учасники мали дворічний досвід занять тенісом.

Методика експерименту. У процесі дослідження була розроблена система вправ, спрямована на покращення техніко-тактичних навичок. Вона включала:

- Топ-спін із різних позицій – удосконалення ударів у динаміці.
- Комбінаційні вправи – чергування кількох технічних елементів.
- Роботу над схемами "вісімка" та "трикутники" – покращення координації та передбачення дій суперника.

Результати дослідження. Після аналізу отриманих даних було встановлено, що гравці експериментальної групи значно покращили рівень техніко-тактичної підготовки у порівнянні з контрольною групою. Це

підтверджує ефективність запропонованої методики, яка сприяє швидкому освоєнню технічних елементів та покращенню тактичного мислення юних тенісистів.

Висновки. Запропонована програма тренувань позитивно впливає на розвиток навичок у тенісистів 12-14 років. Систематичне виконання спеціальних вправ дозволяє покращити якість ударів, швидкість реакції та стратегічне бачення гри. Отримані результати підтверджують, що впровадження такої методики допомагає юним спортсменам розвиватися більш ефективно та швидше досягати високих результатів.

Література:

1. Борисова О. В. Теоретико-методологічні засади розвитку професійного спорту (на матеріалі тенісу). *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки.* 2013. № 8(1). С. 129-138.

2. Борисова О. Сучасні підходи до підготовки тенісистів високого класу. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2013. № 3. С. 3-8.

3. Гамалий В. В. Основы качественного биомеханического анализа физического упражнения на примере изучения техники подачи в теннисе. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 2013. Вип. 112(3). С. 21-24.*

4. Жуков С. М. Етапи технічної підготовки студентів у відділенні тенісу. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт.* 2013. Вип. 112(4). С. 112-114.

5. Иванова Г. П. Биомеханические и педагогические аспекты повышения темпа игры в теннис. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер. : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт.* 2014. Вип. 118(1). С. 133-136.

Ленінець Станіслав
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Сватьєв А.В.

РОЗВИТОК СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ВЕСЛУВАННІ НА БАЙДАРКАХ І КАНОЕ

Досягнення стабільних високих результатів у веслувальному спорті неможливе без добре розвинених силових якостей. Вони відіграють ключову роль у здатності спортсменів долати опір води та підтримувати ефективну техніку веслування. Саме тому силова підготовка є важливою складовою тренувального процесу веслярів.

Формування майбутніх чемпіонів розпочинається ще на етапі ранньої спеціалізації та напряму залежить від якості підготовки молодих спортсменів.

В останні роки відзначається певне зниження результатів наших веслярів на міжнародній арені, що багато в чому пояснюється недоліками у системі їхньої підготовки. Однією з основних проблем є недостатня увага до розвитку силових якостей, які мають вирішальне значення у веслуванні на байдарках і каное.

З огляду на це, необхідно вдосконалювати методику силової підготовки, враховуючи такі аспекти:

- розробку оптимальних тренувальних програм;
- визначення допустимих меж фізичних навантажень;
- раціональне поєднання загальної та спеціальної силової підготовки.

Мета та організація дослідження.

Об'єкт дослідження: силова підготовка веслярів високої кваліфікації.

Предмет дослідження: методи та засоби розвитку силових якостей спортсменів у веслуванні на байдарках і каное.

Мета дослідження: експериментальне обґрунтування методики розвитку силових здібностей кваліфікованих веслярів.

У дослідженні взяли участь 14 спортсменів високого рівня підготовки, які були поділені на три групи:

- Контрольна група (4 спортсмени) – тренувалися за стандартною програмою ДЮСШ.
- Перша експериментальна група (5 спортсменів) – займалася за методикою, спрямованою на розвиток спеціальної сили за допомогою специфічних вправ для веслярів.
- Друга експериментальна група (5 спортсменів) – використовувала методику, що включала силові вправи з інших видів спорту, які поєднувалися з традиційними силовими вправами у збільшеному обсязі.

Основні компоненти силової підготовки веслярів. У веслуванні важливу роль відіграють такі силові якості:

- Динамічна та статична сила – необхідна для ефективного виконання гребка та підтримки стабільного положення тіла.
- Швидкісно-силові здібності – визначають темп веслування та потужність гребка.
- Силова витривалість – забезпечує стабільність докладання зусиль протягом усієї дистанції.

Методи розвитку силових якостей. Силова підготовка на суші включала:

- жими та тяги штанги і гантелей у різних положеннях;
- підтягування на перекладині;
- вправи для м’язів преса;
- віджимання в упорі лежачи та на брусах;
- роботу з амортизаторами;
- вправи на тренажерах.

Основні методи:

- Міометричний – динамічне виконання вправ з обтяженням.
- Пліометричний – стрибкові вправи для розвитку вибухової сили.

- Інтервальний – чергування періодів роботи з високим навантаженням і відпочинку.

Силова підготовка на воді передбачала:

- веслування з обтяженням човна (від 5 до 8 кг);
- використання гідроопору (від 10 до 15 см²);
- буксирування додаткового вантажу;
- тренування на мілководді (до 1 м);
- багаторазові стартові прискорення.

Основні методи:

- Рівномірний – робота в стабільному темпі.
- Змінний – чергування інтенсивних і помірних навантажень.
- Повторний – виконання серій гребкових зусиль із відпочинком.

Результати дослідження. Запропоновані методики дозволили підвищити рівень силових показників спортсменів:

- Максимальна сила зросла на 15,2% ($p<0,05$).
- Силова витривалість покращилася на 13,7% ($p<0,01$).
- Статична сила збільшилася на 14,3% ($p<0,05$).

Аналіз отриманих результатів показав, що методика другої експериментальної групи є найбільш ефективною, оскільки забезпечує покращення силових показників та підвищує спортивні результати на дистанціях 200 і 500 м.

Висновки. Силова підготовка є важливим компонентом тренувального процесу у веслуванні на байдарках і каное. Використання комплексного підходу, що поєднує традиційні силові вправи та спеціалізовані методи тренування на воді, сприяє значному покращенню силових якостей спортсменів. Застосування розробленої методики дозволяє підвищити загальну фізичну підготовленість та покращити результати на змагальних дистанціях.

Література:

1. Богуславська В. Ю. Інноваційні структура та зміст теоретичної підготовки на етапі початкової підготовки у веслуванні на байдарках і каное. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2019. Т. 4, № 3. С. 33-38.

2. Ван В., Русанова О., Дяченко А. Контроль функціонального забезпечення спеціальної роботоздатності кваліфікованих веслувальників з урахуванням спеціалізації у веслуванні на байдарках і каное. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2019. № 2. С. 93-101.

3. Давыдов В., Шантарович В., Пригодич Д. Физическое развитие высококвалифицированных гребцов на байдарках и каное в одиночках и двойках, выступающих на различных дистанциях. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві.* 2020. № 2. С. 85-92.

4. Дзогій Т. Напрями вдосконалення підготовки кваліфікованих веслувальників на байдарках і каное на основі застосування позатренувальних засобів. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2015. № 4. С. 3-6.

5. Коженкова А. Моделювання змагальної дистанції 2000 м жіночої четвірки парної у веслуванні академічному. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. К.: Олімп. літ–ра, 2014. № 3. С. 8–12.

Літовченко Антон
студент 1 курсу магістратури фак-ту
фізичного виховання, спорту та туризму
Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Клопов Р.В.

ОЦІНЮВАННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ФУТБОЛІ

Актуальність. Оцінювання ефективності змагальної діяльності у футболі є багатогранним процесом, що включає аналіз різних показників, таких як техніко-тактичні дії, фізична підготовленість та психофізіологічні характеристики гравців.

Мета роботи – на основі теоретичного аналізу науково-методичної літератури визначити особливості і структуру оцінювання ефективності змагальної діяльності у футболі.

Нами виділені наступні структурні елементи аналізу ефективності змагальної діяльності футболістів [1-6].

Техніко-тактичні дії (ТТД): Аналіз ТТД є ключовим у визначенні ефективності гри футболістів. До основних ТТД відносяться передачі, ведення, обведення, відбори, перехоплення та удари по воротах. Кількість та якість виконання цих дій безпосередньо впливають на результативність команди. Наприклад, дослідження підкреслюють важливість оцінки індивідуальних і командних ТТД для підвищення ефективності змагальної діяльності [1].

Фізична підготовленість: Фізична підготовка є фундаментом для успішної змагальної діяльності. Вона включає розвиток швидкості, витривалості, сили та гнучкості. Дослідження показують, що рівень фізичної підготовленості футболістів 17–18 років не завжди відповідає вимогам професійного футболу, що підкреслює необхідність удосконалення тренувальних програм [2] .

Психофізіологічні характеристики: Психофізіологічні аспекти, такі як швидкість реакції, концентрація уваги та стресостійкість, також відіграють важливу роль. Ефективність захисних дій, наприклад, залежить від рівня розвитку цих характеристик у гравців [3].

Педагогічний контроль: Систематичний педагогічний контроль дозволяє відстежувати динаміку підготовленості футболістів та коригувати тренувальний процес. Використання об'єктивних критеріїв оцінки фізичної підготовленості сприяє підвищенню ефективності змагальної діяльності [4-6].

Висновок: Комплексний підхід до оцінювання ефективності змагальної діяльності у футболі, що поєднує аналіз ТТД, фізичної підготовленості,

психофізіологічних характеристик та систематичного педагогічного контролю, є необхідним для досягнення високих спортивних результатів.

Наш огляд надає загальне уявлення про важливі аспекти техніко-тактичної підготовки початківців у тайському боксі. Подальші дослідження можуть зосередитися на специфічних методах в навчанні та їх впливі на результати.

Література:

1. Мохунько, О., Гаврилова, Н. Аналіз факторів, що впливають на ефективність тренувального процесу юних футболістів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені Михайла Драгоманова*. Серія 15. 2022. № 10(155). С. 18–20. DOI: 10.31392/NPU-nc.series15.2022.10(155).04.

2. Савченко О.В. Показники змагальної діяльності висококваліфікованих гравців у футзалі. *Вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки*. 2012. № 7. С. 77–81.

3. Ступка, В. В. Критерії оцінки ефективності змагальної діяльності футболістів. Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту. 2010. 12 с.

4. Тавлуй О.Ф. Експериментальна перевірка ефективності системи тестів тренувальної та змагальної діяльності футболістів високої кваліфікації: дис. ... наук з фіз. виховання і спорту. О. Ф. Тавлуй. Київ: НУФВСУ, 2019. 156 с.

5. Сушко Р. О. Сучасні підходи до аналізу змагальної діяльності футболістів з використанням інноваційних технологій. *Спортивна наука та здоров'я людини*. 2023. № 2(10). С. 181. DOI: 10.28925/2664-2069.2023.2.

6. Лисенчук Г.А. Управління підготовкою футболістів. Київ: Олімпійська література, 2003. 271 с.

Мясоєдова Юлія
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Пономарьов В.О.

ДОСЛІДЖЕННЯ ВИКОРИСТАННЯ ВПРАВ ДЛЯ РОЗВИТКУ ГРУДНОЇ КЛІТИНИ БОДІБІЛДЕРАМИ 16-18 РОКІВ

Об'єм грудної клітки визначає об'єм легенів, а її розтягнутість і рухливість – можливість їх активної вентиляції за рахунок амплітудних дихальних рухів, що прямо співвідноситься з оптимізацією діяльності багатьох життєво важливих органів і систем людського організму. Іншими словами, згадані характеристики грудної клітки свідчать про стан здоров'я і функціональні можливості організму, що в остаточному підсумку, набагато важливіше за будь-які естетичні критерії. Тому слід починати розвиток грудей з побудови каркасу для м'язів грудної клітини.

Метою роботи було визначення ефективності застосування програми для збільшення грудної клітки бодібілдерами 16-18 років.

Поставлена мета визначила такі завдання дослідження:

1. Вивчити і проаналізувати дані спеціалізованої літератури з проблеми розширення грудної клітки бодібілдерами 16-18 років.

2. Визначити початковий рівень досліджуваних показників у випробовуваних.

3. Оцінити вплив застосування комплексів для розширення грудної клітки на рівень досліджуваних показників у атлетів.

Тести для визначення рівня грудної клітини. Усі показники визначалися після дня відпочинку, до тренування в стані спокою.

За допомогою методу антропометрії визначалися такі показники:

1. Окружність грудної клітки на вдиху (ОГКвд.).

2. Окружність грудної клітки на видиху (ОГКвид.).

3. Екскурсія грудної клітки (ЕГК).

Окружність грудної клітки вимірювалася за допомогою сантиметрової стрічки з точністю до 0,5 см. Вона визначалася при повному вдиху і видиху. Різницю між величинами вдиху і видиху називають екскурсією грудної клітки.

Вивчення програми для збільшення грудної клітки є дуже важливим як у зв'язку з можливістю об'єктивної оцінки ефективності тренувальних занять, так і стосовно подальшого планування процесу підготовки.

У зв'язку з вищевикладеним, у нашому дослідженні ми провели аналіз динаміки показників, що характеризують рівень розвитку окружності грудної клітини, як одного з основних факторів, необхідних для досягнення успіху в даному виді спорту.

Як показали данні розвитку грудної клітини на початку експериментальних досліджень у обстежуваних атлетів реєструвалися досить прийнятні величини досліджуваних показників, статистично достовірних відмінностей не виявлено. На нашу думку, це пояснюється тим, що, по-перше, групи цілеспрямовано підбиралися однакової підготовленості і, по-друге, важливим фактором є тривалий відпочинок (літні канікули) перед початком дослідження.

Виходячи з мети і завдань нашого експериментального дослідження, нами були обрані спеціальні комплекси вправ з атлетичної гімнастики, основною метою яких було збільшення грудної клітки.

1. Дихальні присідання зі штаногою на плечах - 25 разів - 3 підходи.

2. Пулловери (на вдиху) - 25 разів - 3 підходи.

Дані які ми отримали наприкінці експериментального дослідження свідчать, що усі показники, котрі характеризують рівень розвитку грудної клітини, були кращими за отримані нами на початку експерименту в обох групах, хоча в контрольній групі, як показали методи математичної статистики, відмінності недостовірні.

У зв'язку з вищевикладеним, цікавим уявляється також порівняльний аналіз величин абсолютного і відносного приросту вивчених показників, котрі

характеризують рівень розвитку окружності грудної клітки у спортсменів після закінчення дослідження.

Результати абсолютного та відносного приросту показників, що характеризують рівень розвитку грудної клітини у атлетів в кінці експериментального дослідження склали: окружність грудної клітини на вдиху в контрольній групі – 3,1 см. що відповідає – 3,02 %, в експериментальній групі – 8,4 см., що відповідає – 8,26 %. Окружність грудної клітини на видиху в контрольній групі – 2,5 см, що відповідає – 2,6 %. в експериментальній групі – 5,6 см., що відповідає – 5,87 %. Екскурсія грудної клітини фіксувалася: в контрольній групі – 0,6см., що відповідає – 9,38 %. в експериментальній групі – 3,8 см., що відповідає – 60,32 %.

На підставі порівняльного аналізу отриманих даних можна зробити висновок про ефективність використання вправ для розширення грудної клітини бодібілдерами 16-18 років, і може бути рекомендована для практичного використання тренерами-викладачами при роботі зі спортсменами даної вікової категорії.

Література:

1. Бокан О. Енциклопедія силових видів спорту: навчальний посібник. Київ: Молодь, 2016. 208 с.
2. Вовк В.В. Історія атлетизму: методична розробка. Київ: Олімпійська література, 2018. 222 с.
3. Мошко В.В. Пауерліфтинг: історія розвитку, правила змагань, методика навчання: равчально-методичний посібник. Дніпро: Вид. ЧФ «Стандарт-Сервис» , 2017. 150 с.
4. Варуй К.Л. Основи силового трибірства: навчально-методичний посібник. Київ: Комбі ЛТД, 2014. 156 с.
5. Головатов С.В. Сила, та як стати сильним: монографія. Київ: Олімпійська література, 2015. 212 с.

Олєйніков Владислав
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. біол. наук, доц. Симонік А.В.

ВДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ

Сучасний футбол висуває високі вимоги до фізичної підготовки гравців, особливо в частині розвитку швидкісно-силових якостей. Ці характеристики відіграють ключову роль у технічній та тактичній майстерності спортсменів, визначаючи їхню ефективність під час змагальної діяльності. Важливо розпочинати розвиток цих якостей ще на етапі початкової підготовки, адже

саме в цей період закладається фундамент майбутніх досягнень футболіста.

Результати наукових досліджень підтверджують, що успішне засвоєння футбольних навичок напряму залежить не лише від координаційних здібностей та тактичного мислення, а й від рівня розвитку швидкісно-силових якостей. Високий рівень цих показників дозволяє гравцю ефективно стартувати, виконувати різкі прискорення, змінювати напрямок руху, швидко реагувати на дії суперника та виконувати потужні удари по м'ячу.

Мета та організація дослідження.

Мета дослідження – оцінити ефективність спеціальної програми розвитку швидкісно-силових якостей у юних футболістів 11-12 років.

Об'єкт дослідження – навчально-тренувальний процес футболістів молодшого віку.

Предмет дослідження – методи вдосконалення швидкісно-силової підготовки у юних гравців.

Експериментальне дослідження проводилося на базі ДЮСШ. У ньому брали участь 24 футболісти віком 11-12 років, яких було розподілено на дві групи:

- Контрольна група (12 осіб) – тренувалася за стандартною програмою дитячо-юнацьких спортивних шкіл.
- Експериментальна група (12 осіб) – виконувала спеціально розроблені вправи, спрямовані на вдосконалення швидкісно-силових якостей.

Методика експерименту. У тренуваннях експериментальної групи були використані вправи, які не потребують спеціального обладнання та наближені за структурою до ігрових дій у футболі. Основний акцент робився на стрибкові та динамічні вправи, оскільки юні футболісти цього віку найбільш схильні до короткочасних швидкісних рухів.

Після 6 місяців занять було проведено контрольне тестування, яке включало:

- Стрибок у довжину з місця
- Стрибок у висоту
- Потрійний стрибок з місця
- Біг на 30 м
- Човниковий біг 100 м
- Кидок гандбольного м’яча на дальність (правою та лівою рукою)
- Сила хвата кисті
- Станова сила

Результати дослідження. Аналіз отриманих даних показав, що швидкісно-силові показники експериментальної групи значно покращилися у порівнянні з контрольної групою.

Приріст результатів для контрольної та експериментальної груп відповідно склав:

- Стрибок у довжину з місця – 6,1% і 10,4%
- Стрибок у висоту – 8,3% і 13,7%

- Потрійний стрибок – 4,0% і 9,9%
- Біг на 30 м – 5,1% і 10,8%
- Човниковий біг 100 м – 9,2% і 13,6%
- Кидок м'яча правою рукою – 20,3% і 27,7%
- Кидок м'яча лівою рукою – 23,4% і 32,5%
- Сила хвата кисті – 27,5% і 37,4%
- Станова сила – 8,7% і 10,2%

Крім того, у футболістів експериментальної групи значно покращилися показники спеціальної підготовленості, такі як:

- Швидкість ведення м’яча на 30 м
- Обведення суперника на дистанції
- Передача м’яча у ціль (стінку)

Це свідчить про те, що швидкісно-силові якості мають значний вплив на технічну майстерність футболістів.

Висновки Розвиток швидкісно-силових якостей є важливою складовою підготовки юних футболістів. Використання спеціалізованої програми, яка поєднує стрибкові, вибухові та швидкісні вправи, дозволяє значно підвищити рівень фізичної підготовленості спортсменів та покращити їхню технічну майстерність. Результати дослідження підтверджують ефективність запропонованої методики, яка може бути рекомендована для впровадження у навчально-тренувальний процес юних футболістів на етапі початкової підготовки.

Література:

1. Ніколаєнко В. В. Практичні аспекти вдосконалення тренувальної діяльності та системи проведення змагань на етапі підготовки до вищих досягнень у футболі. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2013. № 2. С. 23–27.

2. Овчаренко С.В., Матяш В.В., Яковенко А.В. Планування тренувального процесу футболістів в підготовчому періоді. *Спортивний вісник Придніпров’я.* Науково-практичний журнал. Дніпропетровськ: ДДІФКіС. №1. 2012. С. 166–169.

3. Стасюк В. А. Структура і зміст тренувального процесу студентських футбольних команд протягом річного макроциклу. Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування. 2017. №1.65-71.

4. Степаненко В., Погребний В., Коробко К. та ін. Вікові особливості взаємозв’язків показників спеціальної фізичної підготовленості з ефективністю захисних тактичних дій юних футболістів 11-15 років. *Теорія і практика фізичної культури і спорту.* 2023. № 1. С. 29-35

Рубцов Леонід
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. біол. наук, доц. Симонік А.В.

ПІДВИЩЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ЗДІБНОСТЕЙ БОКСЕРІВ 15-17 РОКІВ

Сучасний бокс – це поєднання високої фізичної підготовки, стабільної техніки, гнучкої тактики та сильної волі. Особливістю сучасного боксу є агресивна наступальна тактика з універсальним підходом, високим темпом бою, частими серійними ударами та активною роботою на середній і короткій дистанціях. Крім того, спорт відзначається різноманітністю стилів та індивідуальними манерами ведення бою.

У майбутньому бокс буде розвиватися в напрямку універсалізації тактики, спрощення техніки та підвищення рівня фізичної підготовки спортсменів. Очікується зростання інтенсивності бою, збільшення сили ударів і подальша індивідуалізація стилю кожного спортсмена. Це сприятиме появі нових яскравих особистостей у цьому виді спорту.

Управління тренувальним процесом – складне завдання, яке потребує від тренера глибоких знань у галузі фізіології, спортивної медицини та педагогіки. Тренер повинен вміти планувати тренувальний процес, враховуючи особливості фізичного розвитку та адаптації організму до навантажень.

Мета дослідження – оцінка ефективності використання кругового тренування для підвищення рівня загальної фізичної та функціональної підготовленості боксерів 15-17 років.

Для дослідження використовувалися традиційні тести на визначення загальної фізичної та функціональної підготовленості боксерів. Тестування проводилося до і після застосування методу кругового тренування, яке включало комплекс вправ, спрямованих на розвиток:

- Витривалості – біг на 500 м, спурти на мішках.
- Сили – підтягування на перекладині, підйоми ніг.
- Швидкісно-силових якостей – стрибки в довжину, спринти на скакалці.
- Швидкості та реакції – робота на мішках у високому темпі.

Метод кругового тренування передбачав виконання комплексу вправ по колу з короткими інтервалами відпочинку. Вправи виконувалися у високому темпі, що сприяло підвищенню витривалості та загальної фізичної підготовленості спортсменів.

Результати дослідження. Аналіз отриманих результатів показав, що застосування методу кругового тренування сприяло значному покращенню фізичної підготовленості боксерів:

- Біг на 500 м – покращення результатів завдяки підвищенню витривалості.
- Стрибки в довжину – покращення вибухової сили.

- Підтягування на перекладині та підйоми ніг – зростання сили верхнього плечового поясу та преса.

- Спурти на мішках і спринти на скакалці – підвищення швидкісно-силових якостей.

- Робота на мішку у високому темпі – покращення швидкості та реакції.

Висновки. Застосування кругового тренування виявилося ефективним засобом підвищення загальної фізичної та функціональної підготовленості боксерів 15-17 років.

Ця методика дозволила спортсменам покращити витривалість, силу, швидкісно-силові якості та реакцію, що позитивно вплинуло на їхню технічну та тактичну підготовленість.

Отримані результати підтверджують доцільність використання методу кругового тренування в процесі підготовки юних боксерів, оскільки він сприяє комплексному розвитку фізичних здібностей, необхідних для досягнення високих спортивних результатів.

Література:

1. Застосування методу колового тренування для розвитку фунціональної підготовки боксерів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві.* 2013. № 4. С. 83-86.

2. Лахно С. В., Шинкарьов С. І. Методика розвитку швидкісно-силових здібностей у боксі [Електронний ресурс]. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2013. № 8(2). С. 155-160.

3. Приходько П. Е. Психологічна підготовка боксерів до змагань. *Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова]. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт).* 2015. Вип. 6. С. 57-60.

4. Рябцев С. П. Ефективність застосування інтегральних технологій для розвитку психофізичних якостей у боксерів. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини.* 2013. Вип. 6. С. 205-208.

5. Скавронський О. П. Теоретико-методологічні основи планування тренувальних засобів у підготовці боксерів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві.* 2012. № 4. С. 481–486.

6. Хачикян С.С. Спеціальні тренажери для розвитку рухових якостей боксерів. *Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова]. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2014. Вип. 5. С. 142-146.

Сахно Владислав
студент 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р наук з фіз. виховання і спорту,
проф. Караулова С.І.

ІСТОРІЯ ВИНИКНЕННЯ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Легка атлетика – один з найдавніших видів спорту. За багато століть до нашої ери деякі народи Азії і Африки влаштовували легкоатлетичні змагання. Але справжній розквіт цього виду спорту настав в Стародавній Греції. Перші Олімпійські ігри давнини, про які збереглись достовірні записи, відбулися в 776 році до н. е. Тоді в програму змагань входив лише біг на 1 стадій (192,27 м). 724 року до н. е. проводився біг вже на 2 стадія, а ще через чотири роки відбувся перший олімпійський забіг на довгу дистанцію – 24 стадія. Перемога на іграх цінувалася дуже високо. Чемпіонам надавали великі почесті, обирали на почесні посади, в їх честь будували монументи. Великою популярністю в Стародавній Греції користувалися стрибки в довжину і естафетний біг (лампадеріомас), учасники якого передавали один одному палаючий факел. Пізніше в програму Олімпійських ігор включили метання диска і метання списа, а 708 року до н. е. вперше провели змагання з багатоборства – пентатлону, в який входив біг на 1 стадій, метання диска, списа, стрибок в довжину (під час розбігу атлет тримав в руках гантелі масою від 1,5 до 4,5 кг) і боротьба (панкратіон). 393 року н. е. Олімпійські ігри припинили своє існування у зв'язку з втратою Грецією самостійності та переходом її під владу Римської імперії. Разом з Олімпійськими іграми античності на довгий час зник і грецький ідеал виховання гармонії тіла й духу, фізичної краси й духовного благородства. Більше тисячоліття повинно було пройти, щоб у новій ситуації, тепер вже не на національному, а на міжнародному рівні було відроджено Олімпійські ігри.

У середньовіччі великих змагань з легкої атлетики не проводилося, хоча є відомості, що в святкові дні люди розважалися, змагаючись в метанні каменів, стрибках в довжину і у висоту, в бігу на швидкість. Пізніше в Західній Європі біг, стрибки і метання увійшли в систему фізичного виховання лицарів. Чітких правил змагань в цей період ще не було, тому на кожному змаганні вони встановлювались за домовленістю між спортсменами. Однак поступово правила ставали все стабільнішими. Одночасно вдосконалювалися і легкоатлетичні снаряди. Після винаходу в XIV сторіччі вогнепальної зброї від метання важкого каменю перейшли до штовхання металевого гарматного ядра. Ковальський молот поступово замінили молотом на ланцюгу, а згодом ядро на ланцюгу (на сьогодні – ядро на сталевому дроті з ручкою). Легка атлетика як вид спорту почала складатися лише наприкінці першої половини XIX ст. Були зафіксовані результати в стрибку з жердиною в 1789 (1,83 м, Д. Буш, Німеччина), в бігу на одну милю в 1792 (5.52,0, Ф. Павелл, Велика Британія) та в бігу на 880 ярдів в 1830 (2.06,0, А. Вуд, Велика Британія), в стрибках у висоту в 1827 (1,575, А.

Вілсон, Велика Британія), в метанні молота в 1838 (19,71 м, Район, Ірландія), в штовханні ядра в 1839 (8,61 м, Т. Каррадіс, Канада) тощо. Вважається, що початок історії сучасної легкої атлетики поклали змагання в бігу на дистанції близько 2 км серед учнів коледжу в англійському Рагбі в 1837, після чого такі змагання стали проводитися в інших навчальних закладах Англії. Пізніше до програми змагань стали включати біг на короткі дистанції, біг з перешкодами, метання ваги, а в 1851 – стрибки в довжину і висоту з розбігу. У 1864 між університетами Оксфорда і Кембриджа провели перші змагання, які сталі надалі щорічними та започаткували традиційні двосторонні матчі, як формат легкоатлетичних змагань. Найдавнішим змаганням атлетів, безсумнівно, є біг. Разюче, що сьогодні ми знаємо ім`я першого олімпійського чемпіона древньої Греції і дату, коли відбулася ця подія. Це трапилося в 776 р. до н.е. в Олімпії. Переможець був один, тому що атлети змагалися на тих іграх тільки в бігу на один стадій (приблизно 192 м) — звідси слово «стадіон». Ім'я переможця - Коріб, здається, він був кухарем з міста-поліса Еліди. В Ермітажі, у Санкт-Петербурзі, можна побачити грецькі і римські пам`ятні медальйони, монети із зображеннями бігунів. Змагалися древні і у метанні диска. Були диски з дерева, каменю, заліза, бронзи, нерідко прикрашалися різьбленням, зображеннями птахів, тварин або сценами спортивних змагань. Вага диска була від 1,25 до 6,63 кг. (Сьогодні диск важить 2 кг для чоловіків і 1 кг для жінок.) Серед болільників іноді дуже цінувалися метателі спису. Їх охоче зображували і скульптори.

Сучасна легка атлетика раніше, ніж в інших країнах, почала культивуватися в Англії. Ще у 1837 тут відбулися перші змагання з бігу на дистанцію близько 2 км. Учасниками цього змагання були учні коледжу міста Регбі. Незабаром і в коледжах Ітона, Оксфорда, Кембриджу, Лондона також організуються спортивні змагання. Трохи пізніше в програму змагань включається біг на короткі дистанції, біг з перешкодами і метання ваги, з 1851 включені в програму стрибки в довжину і висоту з розбігу, а з 1864 – метання молота і штовхання ядра. Новий етап почався з проведення щорічних змагань між університетами Оксфорда і Кембриджу. У 1865 був заснований Лондонський атлетичний клуб, що проводив перші чемпіонати країни з легкої атлетики. У 1880 в Англії була заснована аматорська легкоатлетична асоціація, що одержала права вищого органа з легкої атлетики в межах Британської імперії, а також у її колоніях [1, 2].

У США перший атлетичний клуб з`явився в 1868 у Нью-Йорку. Але, мабуть, центрами розвитку легкої атлетики в Америці в ті роки стали університети. У 1880-90-і рр. легка атлетика як самостійний вид спорту починає культивуватися майже у всіх країнах Європи.

Відродження в 1896 Олімпійських ігор сучасності дуже вплинуло на розвиток легкої атлетики. У програму Ігор I Олімпіади в Афінах (1896) були включені 12 видів легкоатлетичних змагань. Майже всі медалі на цих Іграх завоювали американські легкоатлети. Правда, з появою в 1952 на олімпійських іграх збірної СРСР, в американців з`явилися серйозні конкуренти в легкій атлетиці. На Олімпійських іграх в Атланті (1996) 2000 атлетів розігрували 44

комплекти нагород (більше ніж у будь-якому іншому виді спорту). Змагання для жінок з`явилися на олімпійських іграх у 1928, на Іграх 1996 жінки змагалися у 20 видах легкої атлетики, а вже на літньому чемпіонаті світу (1999) і Олімпіаді в Сіднеї (2000) жінки почали змагатися в стрибках з жердиною і метанні молота. Нерідко саме змагання легкоатлетів-олімпійців ставали самими яскравими у житті Олімпіад. Так було, наприклад, у Мехіко (1968), коли американський спортсмен Боб Бімон встановив феноменальний світовий рекорд у стрибках в довжину – 8 м 90 см (одразу на 55 см перевищивши світове досягнення). Цей виступ назвали «стрибком у 21 століття». Практично так воно і трапилося. Тільки через двадцять років цей результат був поліпшений. Фантастичні секунди показала у забігах на 100 і 200 м на Олімпіаді в Сеулі американська бігунка Флоренс Гриффіт- Джойнер, її рекорд у бігу на короткі дистанції (100 м, 200 м) тримається досі.

Література:

1. Легка атлетика. URL: https://uk.wikipedia.org/
2. Історія розвитку легкої атлетики. URL:https://disted.edu.vn.ua/courses/learn/6301
3. Легка атлетика: теорія і методика тренерської діяльності: підручник: у 2 кн. / Андрущенко Ю.М., Артюшеко О.Ф., Бех О.В. та інш.: за заг. ред. В.І. Бобровника, С.П. Совенко, А.В Колота. К.: Олімп. л-ра, 2023. Кн. 1. 712 с.

Сватьєв Володимир
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: канд. біол. наук, доц. Симонік А.В.

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ ТРИАТЛОНІСТІВ

Для досягнення високих результатів у триатлоні важливо враховувати вікові особливості фізичного розвитку спортсменів. Поетапний підхід до тренувань дозволяє розвивати необхідні навички з урахуванням анатомо-фізіологічних особливостей юнаків і дівчат, які займаються цим видом спорту.

Поетапний розвиток навичок у триатлоні. Підготовку триатлоністів доцільно розпочинати з плавання. Заняття цим видом спорту з 8-річного віку у поєднанні з гімнастикою та легкоатлетичними вправами формують базову фізичну підготовку та сприяють швидкому освоєнню їзди на велосипеді.

Одночасно з плаванням у тренувальний процес потрібно включати бігові вправи, які покращують витривалість, зміцнюють серцево-судинну та дихальну системи.

Наступним ключовим етапом є велосипедна підготовка. У підлітковому віці спортсмени швидко опановують техніку їзди на велосипеді, що в

подальшому дозволяє розвивати тактичні навички та формувати індивідуальний стиль пересування дистанцією.

Особливості тренування у різному віці. У віці 12-15 років у дівчат і 13-16 років у хлопців організм зазнає значних змін через активний фізіологічний розвиток. У цей період важливо контролювати тренувальні навантаження, враховувати зміни у серцево-судинній та нервовій системах, регулювати кількість змагань та інтенсивність роботи. Головне завдання – уникнути передчасного збільшення обсягів навантажень і не допускати участі в змаганнях з олімпійської дистанції триатлону.

Після завершення активного росту організму (15-19 років у дівчат, 16-20 років у хлопців) можна застосовувати всі доступні методи тренувань для покращення спеціальної підготовки спортсменів.

Основні етапи підготовки.

I етап – початкова підготовка (8-9 років).

- Заняття без змагального періоду.
- Тренування: 3-4 рази на тиждень – плавання, 2-3 – біг та велосипед.

II етап – попередня базова підготовка (10-13 років).

- Тривалість змагального періоду – 3-5 місяців.
- Річний тренувальний обсяг:
  - плавання – 600-900 км;
  - біг – 800-1200 км;
  - велосипед – 2000-3000 км;
  - комплексна підготовка – 500-1700 км.

III етап – спеціалізована базова підготовка (14-17 років).

- Тренувальна активність збільшується до 12-14 занять на тиждень.
- Річний обсяг підготовки:
  - плавання – 400-500 км;
  - біг – 300-400 км;
  - велосипед – 1000-1200 км;
  - комплексна підготовка – 500-800 км.

IV етап – реалізація індивідуального потенціалу (від 18 років).

- Тренування спрямовані на досягнення максимальних результатів та підготовку до змагань світового рівня.

Висновок. На кожному етапі підготовки триатлоністів змінюються навантаження, тренувальні методики та структура змагальної діяльності. Послідовний розвиток фізичних якостей і технічних навичок дозволяє поступово підводити спортсменів до пікових результатів та успішних виступів на змаганнях високого рівня.

Література

1. Горенко З., Очеретько Б., Ковельська А. Функціональна дихотомія (симетрія – асиметрія) фізичного розвитку у чоловіків, які займаються триатлоном. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2018. № 5. С. 17-24.

2. Хорошуха М. Про інформативність деяких психофізіологічних показників у проведенні комплексного відбору юних спортсменів, які спеціалізуються в циклічних видах спорту. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* 2005. № 1. С. 59–64.

3. Шинкарук О. Особливості організації відбору спортсменів у циклічних видах спорту. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2002. № 1. С. 34–42.

Сімаченко Софія
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Пономарьов В.О.

ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ВАРІАТИВНОСТІ ПЛАНУВАННЯ НАВАНТАЖЕННЯ НА ПОКАЗНИКИ РОЗВИТКУ М'ЯЗОВОЇ МАСИ ДІВЧАТ ЯКІ СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ У БОДІБІЛДИНГУ

Постановка проблеми. Заняття бодібілдингом, спрямовані на досягнення високих спортивних результатів, супроводжуються істотними змінами не лише морфологічних, а й функціональних показників. Окрім того, важливого значення в досягненні високих спортивних результатів безпосередньо у бодібілдингу набуває рівень розвитку м'язової маси атлеток.

Метою роботи було визначення впливу варіативності планування на розвиток м'язової маси спортсменок високої кваліфікації 18-21 років, які спеціалізуються у бодібілдингу, у підготовчому періоді.

Поставлена мета визначила такі завдання дослідження:

1. Вивчити і проаналізувати дані спеціальної літератури з проблеми впливу варіативності планування на розвиток м'язової маси спортсменок високої кваліфікації 18-21років, які спеціалізуються у бодібілдингу, у підготовчому періоді.

2. Визначити рівень м'язової маси у спортсменок 18-21 років, на початку експериментального дослідження.

3. Розробити експериментальну програму тренувального процесу спрямованого на розвиток м'язової маси за рахунок варіативності планування навантаження, та перевірити її ефективність.

Тести для визначення рівня м'язової маси: замірювання окружності м'язів плеча (см), окружність грудної клітини (см), окружність талії (см), окружність м'язів сідниць (см), окружність стегна (см).

Враховуючи мету та завдання дослідження, ми провели аналіз динаміки показників, що характеризують рівень розвитку м'язової маси.

Визначені показники свідчили, що на початковому етапі експериментальних досліджень обстежувані атлетки перебували в досить

хорошій, як для своєї кваліфікації формі і не мали вірогідних відмінностей за усіма показниками.

Виходячи з мети і завдань нашого експериментального дослідження, нами було розроблено спеціальний комплекс вправ з різною кількістю підходів, повторень, та паузою відпочинку, основною метою якого був розвиток м'язової маси атлеток.

Наприкінці дослідження рівень розвитку м'язової маси у спортсменок контрольної групи показав, що всі результати контрольної групи зросли, але не достовірно.

В свою чергу рівень розвитку м'язової маси у спортсменок експериментальної групи по показникам: окружності плеча, окружності грудної клітини, окружності сідниць зросли достовірно, а по результатам рівня розвитку окружності талії та стегна, теж було зростання, але не достовірне. Слід зазначити, що таке не достовірне зростання показників окружності талії та стегна, є також «плюсом», оскільки на відміну від чоловічого бодібілдингу в жіночому бодібілдингу цінуються великі об`єми м'язів сідниць, та помірні об`єми м'язів стегна, та талії.

Результати абсолютного та відносного приросту показників, що характеризують рівень розвитку м'язової маси у атлеток в кінці експериментального дослідження склали: окружність плеча в контрольній групі збільшилася на – 0,2 см, що відповідає – 0,7 %, у експериментальній групі на – 1,2 см, що відповідає – 4,5%; окружність грудної клітини в контрольній групі збільшилася на – 1,1 см, що відповідає – 1,28 %, у експериментальній групі на - 2см, що відповідає – 2,3%; на окружність талії в контрольній групі збільшилася на – 1,1 см, що відповідає – 1,83 %, у експериментальній групі на - 1 см, що відповідає – 1,67 %; окружність сідниць в контрольній групі збільшилася на - 1,3 см, що відповідає – 1,37 %, у експериментальній групі на – 4,2 см, що відповідає – 4,4%; окружність стегна в контрольній групі збільшилася на – 1,1 см, що відповідає – 2 %, у експериментальній групі на – 1,1 см, що відповідає – 2,1%

1. На підставі вивчення та аналізу спеціалізованої літератури можна констатувати що, до теперішнього часу тема впливу варіативності планування на розвиток м'язової маси спортсменок високої кваліфікації 18-21 років які спеціалізуються у бодібілдингу, у підготовчому періоді є до сих пір мало вивченою, оскільки дана номінація є досить новою.

2. На початку експериментальних досліджень у спортсменок 18-21 років відзначається досить прийнятний для данної кваліфікації рівень розвитку м'язової масси.

3. Розроблено експериментальну програму тренування спрямована на розвиток м'язової маси з урахуванням варіативності планування навантаження, на підставі порівняльного аналізу отриманих даних можна зробити висновок про ефективність використання варіативності планування на розвиток м'язової маси спортсменок високої кваліфікації 18-21 років які спеціалізуються у добібілдингу, у підготовчому періоді.

Література:

1. Бокан О. Енциклопедія силових видів спорту: навчальний посібник. Київ: Молодь, 2016. 208 с.
2. Вовк В.В. Історія атлетизму: методична розробка. Київ: Олімпійська література, 2018. 222 с.
3. Мошко В.В. Пауерліфтинг: історія розвитку, правила змагань, методика навчання: равчально-методичний посібник. Дніпро: Вид. ЧФ «Стандарт-Сервис» , 2017. 150 с.
4. Варуй К.Л. Основи силового трибірства: навчально-методичний посібник. Київ: Комбі ЛТД, 2014. 156 с.
5. Головатов С.В. Сила, та як стати сильним: монографія. Київ: Олімпійська література, 2015. 212 с.

Троян Антон
аспірант 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р наук з фіз. виховання і спорту,
проф. Караулова С.І.

ГЕНДЕРНІ АСПЕКТИ У СПОРТІ

Спорт завжди був і є важливою складовою соціального життя, засобом підтримки фізичної форми, розвитку особистості та формування національної ідентичності. Гендер у спорті є важливим аспектом, що впливає на участь і досягнення спортсменів, як жінок так і чоловіків, а також на розвиток спортивної культури загалом.

Як стверджують науковці, стать є основною соціальною та теоретичною категорією, яка разом із соціальним класом, расою, віком, етнічною приналежністю та іншими має бути включена в усі теоретичні соціальні аналізи спорту. Тому, спорт є потужним і потенційно радикальним трансформуючим інструментом для розширення можливостей дівчат і жінок та впливу на гендерні норми та відносини в суспільстві.

Традиційно у спорті домінували чоловіки, як учасники, так і представники управлінської системи. По всьому світу серед жінок рівень участі у спортивній діяльності нижчий ніж чоловічий.

Але за останні десятиліття відбулися значні зміни - різниця в участі між статтями звужується. Це проявляється у запровадженні у систему змагань нових змішаний мікс-видів у деяких видах спорту (легка атлетика, плавання та інш.), це і опанування жінками так званих «чоловічих видів спорту», додавання до програми Олімпійських ігор 2014 жіночих стрибків з трампліна, змагання з плавання вільним стилем серед жінок на дистанції 1500 м дебютували на Олімпійських іграх 2020 року; і 8-денний Tour de France Femmes дебютує в 2022 році.

Актуальна і класична проблема забезпечення гендерної рівності у спорті потребує комплексного аналізу. Розглядаючи цю проблему в контексті сьогоднішніх реалій, слід зауважити, що російська-українська війна має значний вплив не лише на політичні та економічні аспекти, а й на культурне життя та фізичну активність громадян, особливо жінок.

Запорізький національний університет, як і багато закладів освіти відчув на собі вплив війни. Але не зважаючи на те, що наш заклад знаходиться в 30 км від лінії фронту, ми продовжуємо розвиватися, працювати, навчати, проводити наукові дослідження, спортивні змагання тощо.

У ЗНУ працює Центр гендерної освіти, мета якого полягає у наданні науково-практичної допомоги щодо впровадження у навчально-виховний процес ідей гендерної рівності та НЕдискримінації в освіті, формування гендерних компетентностей майбутніх фахівців.

Що стосується наукових досліджень, інноваційних розробок, дисертацій, що захищені, у галузі фізичної культури і спорту, з точки зору, гендерного питання, то слід вказати, що за останні роки за Освітньо-науковою програмою «Фізична культура і спорт», що викладається у нас в аспірантурі, більша кількість наукових робіт була спрямована на вдосконалення тренувального процесу, саме, серед жінок-спортсменок в таких видах спорту як легка атлетика, жіночий бокс, важка атлетика, аквааеробіка, оздоровче плавання, фітнес. Аналізуючи кількість здобувачів, які отримували наукові ступені PhD (докторів філософії) та докторів наук в галузі, то треба зауважити, що дотримана гендерна рівність. А також спрямовані на формування готовності майбутніх до професійної діяльності екологічного і соціального туризму.

Незважаючи на всі труднощі жінки Запорізького регіону, гідно представляють жіночий спорт на світовій арені, так на Олімпійських іграх-2024 Україну представляли 4 вихованці ЗНУ, серед яких Анастасія Манєвська, срібний призер чемпіонату Європи, триразова бронзова призерка Кубку світу з важкої атлетики.

Таким чином, спортивна активність стає не лише фізичним розвитком, а й важливим елементом соціальної адаптації, психологічного відновлення та національної ідентичності. Незважаючи на труднощі, українські жінки демонструють стійкість і бажання продовжувати займатися спортом, підтримувати інших і зміцнювати дух нації.

Література:

1. Жаровська І.М. Гендерні аспекти у спорті: проблеми правового регулювання. *Науковий вісник Ужгородського Національного Університету*. Серія ПРАВО. Випуск 75: частина 1. 2023. С. 81-84.

2. Кондрацька, Г. Д., Чепелюк, А. В., Федорищак, Р. Л., & Будинкевич, С. Н. (2021). Цінність гендерної політики у студентському спорті. *Фізичне виховання та спорт*, (2), 30-36. https://doi.org/10.26661/2663-5925-2020-2-04.

3. Лукащук В.І. Особливості ґендерної соціалізації у спорті. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. 2012. № 993. С. 141.

Чижова Вероніка
студент 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: ст. викладач Павелько О.М.

КООРДИНАЦІЯ РУХІВ У ГІМНАСТИЦІ

Координація рухів є однією з ключових фізичних якостей, що визначає успішність спортсменів у гімнастиці. Цей вид спорту вимагає високої точності, узгодженості та плавності рухів, що є результатом досконалого контролю над своїм тілом. Вміння зберігати рівновагу, точно виконувати акробатичні елементи та вчасно реагувати на зміну положення тіла в просторі є основою майстерності кожного гімнаста.

Гімнастика як вид спорту включає вправи, які розвивають загальну та спеціальну координацію. Загальна координація передбачає здатність контролювати всі частини тіла в процесі виконання різноманітних рухів, тоді як спеціальна координація спрямована на відпрацювання конкретних технічних елементів. Тренування координації включає вправи на рівновагу, спритність, гнучкість та швидкість реакції.

Наукові дослідження вказують на те, що розвиток координаційних здібностей у гімнастиці має значний вплив на загальну фізичну підготовку спортсменів. Регулярні тренування сприяють покращенню міжм'язової координації, що дозволяє виконувати складні рухові завдання з меншою витратою енергії та більшою ефективністю. Особливо важливою є роль нервової системи, яка забезпечує точну взаємодію м'язів під час виконання динамічних і статичних вправ.

Важливим аспектом розвитку координації в гімнастиці є рання спеціалізація. Діти, які розпочинають заняття з раннього віку, мають значно вищі показники координації порівняно з однолітками, які не займаються спортом. Це пов'язано з тим, що в дитячому віці центральна нервова система є більш пластичною, що дозволяє швидко освоювати нові рухові навички.

Одним із найефективніших методів розвитку координації є тренування на нестійких поверхнях, використання гімнастичних снарядів, а також виконання комбінаційних вправ з акробатичними елементами. Це сприяє формуванню відчуття рівноваги, точності рухів та просторового орієнтування. Також важливе значення мають ігрові методи тренування, які дозволяють урізноманітнити заняття та підтримувати високу мотивацію спортсменів.

Психологічний аспект координації також відіграє важливу роль. Впевненість у своїх силах, уміння концентруватися на виконанні вправи та

швидко адаптуватися до нових умов є невід'ємною частиною підготовки гімнастів. Для цього тренери використовують різноманітні методики, спрямовані на розвиток уважності, зосередженості та стресостійкості.

Таким чином, координація рухів є основоположною якістю у гімнастиці, яка визначає успішність виступів спортсменів. Комплексний підхід до її розвитку, що включає фізичну, технічну та психологічну підготовку, є запорукою досягнення високих результатів у цьому прекрасному виді спорту. Подальші наукові дослідження в цій галузі сприятимуть вдосконаленню тренувальних методик та розкриттю потенціалу спортсменів на шляху до спортивних вершин.

Література:

1. Іваненко О.В. Теорія і методика спортивної гімнастики. Київ: Олімпійська література, 2015. 240 с.
2. Петренко Л.М., Ковальчук В.С. Основи фізичної підготовки гімнастів. Харків: Фактор, 2018. 312 с.
3. Смирнов А.П. Координаційні здібності у спорті: навчальний посібник. Львів: Світ, 2016. 180 с.
4. Бойко М.В. Психологія спорту і фізичного виховання. Дніпро: Промінь, 2017. 220 с.
5. Кучеренко В.О. Біомеханіка спортивних рухів. Одеса: Маяк, 2019. 256 с.

Шеховських Іван
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: д-р пед. наук, доц. Верітов О.І.

ВДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВОЇ ПІДГОТОВКИ ЛЕГКОАТЛЕТІВ

Дослідження у сфері легкої атлетики підтверджують, що розвиток швидкісно-силових якостей відіграє важливу роль у підвищенні технічної майстерності спортсменів. Особливо це актуально на етапі початкової спортивної спеціалізації, коли закладається фундамент фізичної підготовленості.

Швидкісно-силова підготовка є одним із ключових компонентів у тренуваннях легкоатлетів, особливо метальників списа. Досягнення високого рівня техніко-тактичної майстерності напряму залежить від фізичної підготовленості спортсмена. Проте, якщо не використовувати спеціалізовані тренувальні методики, розвиток цих якостей може стабілізуватися, що негативно вплине на подальший прогрес.

Оптимальне планування тренувального процесу передбачає правильне поєднання періодів інтенсивного навантаження та відпочинку. Це особливо важливо у період змагальної підготовки, коли необхідно підтримувати максимальний рівень швидкісно-силових якостей.

Мета дослідження – покращення фізичної та технічної підготовленості легкоатлетів на етапі базової підготовки шляхом оптимізації швидкісно-силового тренування.

Методика дослідження. Аналіз літератури та практичних тренерських методик показав, що у спортсменів 14-15 років традиційно застосовуються рівномірні навантаження протягом усього року. Водночас експериментальна методика передбачала використання концентрованих блоків швидкісно-силової підготовки, що дозволяє краще розвивати необхідні фізичні якості.

Для перевірки ефективності цієї методики було сформовано дві групи спортсменів:

- Контрольна група – працювала за стандартною схемою рівномірного розподілу навантажень.
- Експериментальна група – використовувала концентровані блоки швидкісно-силової підготовки з різною тривалістю упродовж року.

Результати дослідження. Аналіз отриманих даних показав, що приріст показників у спортсменів експериментальної групи був значно вищим:

- Час виконання 10 підтягувань:
  - Експериментальна група: +22,38%
  - Контрольна група: +11,29%
- Човниковий біг 3×10 м:
  - Експериментальна група: +15,43%
  - Контрольна група: +8,4%
- 10 вистрибувань на висоту 0,7 м:
  - Експериментальна група: +13,11%
  - Контрольна група: +7,16%
- Стрибок у довжину з місця:
  - Експериментальна група: +10,05%
  - Контрольна група: +6,02%

Таким чином, найбільше покращення у експериментальній групі спостерігалося у підтягуваннях (+22,38%), тоді як у контрольній групі найвищий приріст був у вистрибуваннях (+7,16%).

Висновки. Результати дослідження підтвердили, що концентровані блоки швидкісно-силової підготовки забезпечують більш виражене покращення фізичних якостей спортсменів у порівнянні зі стандартною методикою.

Важливо враховувати, що таке навантаження підходить лише для спортсменів із кваліфікацією не нижче 2-го розряду та досвідом тренувань від 4 років, адже їхній організм уже адаптований до високих фізичних навантажень.

Планування тренувальних блоків має базуватися на календарі змагань, щоб забезпечити максимальний ефект у період найвищої форми.

Застосування цієї методики може суттєво підвищити рівень швидкісно-силової підготовки легкоатлетів та сприяти покращенню їхніх результатів у змагальному сезоні.

Література:

1. Фаворитов В.М. Оптимізація швидкісно-силової підготовки юних бігунів на 400 метрів. *Вісник Запорізького національного університету: з. наук. статей. Фізичне виховання та спорт*. Запоріжжя: ЗНУ, 2009. № 2. С. 150-155.

2. Оптимізація фізичної та технічної підготовки у швидкісно-силових видах легкої атлетики : монографія / авт. кол.: Конестяпін В. Г., Свищ Я. С., Дунець-Лесько А. В. [та ін.] ; за ред. В. Конестяпіна та Я. Свища. – Львів : ЛДУФК, 2016. – 220 с.

3. Захаровська, Т. Фізична та технічна підготовленість метальників списа на етапі початкової спеціалізації (13-14 років). *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2004. № 7. С.54-56.

Шуліка Богдан
аспірант 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р наук з фіз. виховання і спорту,
проф. Караулова С.І.

УПРАВЛІННЯ У СФЕРІ СПОРТИВНИХ ТАНЦІВ В УКРАЇНІ ТА СВІТІ

Спортивні танці – неолімпійський парний вид спорту, упорядкований та кодифікований для проведення спортивних змагань. Спортивні танці визнаються Міжнародним олімпійським комітетом як кандидат в олімпійські види спорту.

В Україні та світі офіційною назвою цього виду спорту є саме "спортивні танці", а термін "бальні" додають для того, щоб не плутати їх з такими видами парних танців, наприклад, як акробатичний рок-н-ролл або аеробікою.

Для того, щоб окреслити особливості управління у сфері спортивних танців в Україні, в першу чергу, необхідно визначити підпорядкування та особливості федерацій спортивних танців у світі.

Спортивні танці поділяються на дві основні світові федерації – WDC (World Dance Council) та WDSF (World Dance Sport Federation). Перша ж, в свою чергу, має свої особливості: головними засадами цієї федерації є культурний розвиток танцівників, як на початковому так і на професійному рівні. На відміну від танцівників WDSF, характер танцю та композиції танцівників WDC, навіть у дорослих професійних категоріях, виглядають більш спокійно, показуючи танець з естетичної точки зору. Танцівники WDSF ставлять у пріорітет спортивний розвиток, тому їх стиль виглядає більш активно, агресивно та динамічно.

Також є різниця в методах оцінювання професійних спортивних категорій. WDSF використовує Judging System 2.1, який є більш структурованим і технологічним. WDC використовує традиційну 6-ордерну систему (Skating System), яка застосовується і в класичному суддівстві бальних танців.

В Україні на даному часі велика роздробленість у сфері спортивних танців, тобто існує велика кількість федерацій, деякі з яких навіть ніяк офіційно не зареєстровані. Більшість з федерацій оформлені як громадські організації, інша частка – зареєстровані як ФОП (фізичні особи-підприємці), також є неофіційні федерації, зареєстровані у FlyMark (компанії, яка надає послуги з організації та технічної підтримки танцювальних змагань у різних стилях, включаючи Pro-Am, бальні та артистичні танці), але не мають нотаріальної реєстрації ні як ГО, ні як ФОП та працюють, обходячи налогові структури, проводять змагання і отримують сверх-прибуток. На міжнародному рівні – зареєстровані федерації підпорядковуються WDC (більшість) та WDSF (єдина офіційна організація – ВФТС).

На державному рівні, в Україні є дві офіційні організації – ВФТС (Всеукраїнська Федерація Танцювального Спорту, член WDSF) та АСТУ (Асоціація Спортивного Танцю України, член WDC). Ці дві федерації проводять офіційні змагання зі спортивних танців, зокрема, Чемпіонати України, Кубки України та Кубки областей зі спортивних танців. Вони підпорядковуються Міністерству Молоді та Спорту, мають календар офіційних змагань, що розміщений на сайті Міністерства, мають можливість оформлення спортивних титулів та розрядів для спортсменів та тренерів (таких як Кандидат у Майстри спорту України, Майстер спорту України, Майстер спорту України міжнародного класу, Заслужений тренер України та ін.).

Кожна з федерацій відкрита для членства клубів спортивних танців, суддів та спортсменів. Щоб стати членом федерації необхідно сплатити добровільний членський внесок у федерацію, член федерації отримує залікову класифікаційну книжку, де фіксується участь і результати у змаганнях. Суддя отримує суддівську книжку, де фіксується його діяльність суддівства на відповідних змаганнях.

Підбиваючи підсумок, можна зазначити, що офіційні організації зі спортивних танці в Україні підпорядковуються Міністерству Молоді та Спорту. На обласному рівні – обласним Департаментам Молоді та Спорту, на місцевому – Департаментам Молоді, Сім'ї та Спорту відповідних обласних центрів. Танцівники та тренери підпорядковуються клубам спортивних танців, клуби – відповідному Департаменту Молоді та Спорту та танцювальним організаціям (спортивні федерації), федерації – Міністерству Молоді та Спорту.

Література:

1. Грибан Г. П. Управління у сфері фізичної культури і спорту: метод. реком. Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2022. 80 с.

2. Жданова О. М. Основи управління сферою фізичної культури і спорту: навч. посібн. Харків: ХОВУФКС, 2024. 120 с.
3. Сергієнко В. М. Фізкультурно-спортивна діяльність тренера з виду спорту: навч. посібн. Суми: СумДУ, 2022. 150 с.
4. Качуровський Д. О. Проблеми управління спортивними спорудами в Україні. *Спортивний менеджмент*. 2023. №3. С. 45-52.
5. Саєнко В. Г. Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту. *Вісник фізичної культури і спорту*. 2023. Т. 7, №1. С. 12-19.

Юрченко Вячеслав
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: викладач Воронкова Т.В.

МЕТОДИКА РОЗВИТКУ СПЕЦІАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ У ЛЕГКОАТЛЕТОК 16-18 РОКІВ

Досягнення високих результатів у сучасній легкій атлетиці потребує систематичної та грамотної підготовки спортсменів з юного віку. Формування майбутніх чемпіонок у бігу на середні дистанції залежить від ефективності тренувального процесу, рівня розвитку спеціальної витривалості та вдосконалення технічної майстерності.

Легка атлетика – це вид спорту, що передбачає тривале циклічне навантаження, де ключову роль у досягненні успіху відіграє рівень аеробної та анаеробної витривалості спортсмена. Без належної підготовки у цьому аспекті неможливо розраховувати на високі результати та стабільність у змагальній діяльності.

Мета та організація дослідження.

Мета дослідження – оцінити ефективність спеціальних методик для розвитку витривалості у дівчат 16-18 років, які спеціалізуються у бігу на середні дистанції.

Об'єкт дослідження – тренувальний процес спортсменок цієї вікової категорії.

Предмет дослідження – методика розвитку спеціальної витривалості.

У дослідженні брали участь легкоатлетки 16-18 років, які навчалися у спортивній групі третього року підготовки.

Методика експерименту. Спортсменки були поділені на дві групи:

- Контрольна група тренувалася за стандартною програмою дитячо-юнацької спортивної школи (ДЮСШ).

- Експериментальна група працювала за вдосконаленою методикою, що включала додаткові вправи для розвитку спеціальної витривалості.

Тренування проводилися 5 разів на тиждень по 1,5-2 години. Спеціальним вправам приділялося 3 тренувальні дні, решта часу відводилася на відновлювальний кросовий біг.

Методи оцінки витривалості. Для визначення рівня фізичної підготовки застосовувалися наступні тести:

- Біг на 800 м
- Біг на 1000 м
- Біг у гору (5×400 м)
- Кількість присідань за 1 хвилину

Результати дослідження. Аналіз показав, що в експериментальній групі спостерігалося значніше покращення результатів у порівнянні з контрольною групою:

- Біг на 800 м: покращення на 1,4% (контрольна група – 0,9%).
- Біг на 1000 м: приріст у двох групах однаковий – 0,6%.
- Біг у гору: експериментальна група – 2,4%, контрольна – 1,6%.
- Присідання за 1 хвилину: покращення на 7,1% у експериментальній групі проти 4,8% у контрольній.

Висновки. Розроблена методика розвитку спеціальної витривалості, яка передбачає три тренування на тиждень з акцентом на спеціальні вправи, довела свою ефективність. Вона сприяє покращенню швидкісно-силової та силової витривалості, необхідної для бігу на середні дистанції.

За період експерименту всі спортсменки покращили свої результати, проте значні позитивні зміни спостерігалися саме в експериментальній групі, що підтверджує ефективність запропонованої методики.

Література:

1. Аль-Равашдех Абдел-Басет, Козина Ж. Л., Базылюк Т. А., Ильницкая А. С. Влияние применения методики развития умений и навыков с использованием межпредметных связей на уровень двигательной подготовленности в легкой атлетике школьников старших классов. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2015. № 9. С. 3–11.

2. Бізін В. П., Каратаєва Д. Методика комплексного використання засобів термінової інформації в ході технічної підготовки кваліфікованих бігунів на 400 метрів. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2002. № 21. С. 44–50.

3. Бобровник В., Козлова О. Професіоналізація сучасної легкої атлетики. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2004. № 2. С. 8–14.

4. Богуславська В. Ю. Зміст теоретичної підготовки спортсменів у легкій атлетиці. *Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова]. Серія 15 : Науково–педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт).* 2016. Вип. 10. С. 27–30.

Юрченко Євгеній
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: викладач Воронкова Т.В.

НАВЧАННЯ ТЕХНІКИ ВОЛОДІННЯ М'ЯЧЕМ У ДІТЕЙ 7-8 РОКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ МІНІ-ФУТБОЛОМ

Опанування технічних навичок у футболі є основою успішної гри, особливо для дітей 7-8 років, які лише починають знайомитися зі спортом. Саме від рівня володіння м'ячем залежить здатність юного гравця обігравати суперників, виконувати точні передачі, ефективно атакувати та захищатися.

Розвиток техніки у дітей цього віку має свої особливості. Враховуючи їхні психофізіологічні характеристики, тренувальний процес має бути побудований таким чином, щоб навчання відбувалося у формі гри, що сприяє не лише засвоєнню навичок, а й підтриманню мотивації до занять спортом.

Мета та організація дослідження.

Мета дослідження – розробка ефективної методики навчання техніки володіння м'ячем у дітей 7-8 років, які займаються міні-футболом.

Об'єкт дослідження – тренувальний процес юних футболістів.

Предмет дослідження – методика навчання технічним навичкам у міні-футболі.

У дослідженні брала участь група дітей віком 7-8 років.

Методика експерименту

Для оцінки рівня фізичної та технічної підготовленості учасників дослідження було проведено такі тести:

- біг на 30 метрів із високого старту;
- стрибки у довжину з місця;
- 6-хвилинний біг;
- біг «зигзагом» на 30 метрів (швидкісна зміна напрямку);
- ведення м'яча по прямій;
- обведення перешкод на дистанції 10 метрів;
- удар по м'ячу на точність.

Головною особливістю методики було те, що вправи з удосконалення техніки володіння м'ячем включалися в кожне тренування. Вони виконувалися після розминки та займали 10-20% загального часу заняття. При цьому загальна структура тренувального процесу залишалася однаковою для всіх учасників експерименту.

Кожен комплекс вправ обов'язково включав завдання на точність виконання технічних дій у реальних ігрових ситуаціях. Крім того, кожного тижня змінювалися набори вправ, що дозволяло уникнути одноманітності та підтримувати інтерес дітей до занять.

Результати дослідження. Аналіз отриманих результатів показав помітне

покращення технічних навичок у всіх учасників експерименту. Це стало можливим завдяки систематичному плануванню тренувальних занять, різноманітності вправ і застосуванню змагально-ігрового методу, який відповідає особливостям дітей молодшого шкільного віку.

Висновки. Запропонована методика ефективно сприяє розвитку техніки володіння м'ячем у дітей 7-8 років. Включення вправ у кожне тренування дозволяє юним футболістам краще засвоювати основні елементи гри, такі як ведення м'яча, передачі та удари по воротах. Отримані результати підтверджують, що правильно організований навчально-тренувальний процес забезпечує стабільний прогрес у технічній підготовці юних спортсменів.

Література

1. Стасюк В. А. Структура і зміст тренувального процесу студентських футбольних команд протягом річного макроциклу. Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування. 2017. №1.65-71.

2. Степаненко В., Погребний В., Коробко К. та ін. Вікові особливості взаємозв'язків показників спеціальної фізичної підготовленості з ефективністю захисних тактичних дій юних футболістів 11-15 років. Теорія і практика фізичної культури і спорту. 2023. № 1. С. 29-35

3. Шамардин В., Тенцзюнь Тянь Структура тренировочных нагрузок юных футболистов 16-17 лет различных игровых амплуа в соревновательном периоде. Спортивний вісник Придніпров'я. 2010. №1. С. 54–55.

4. Briskin Y. The differentiation of technical and tactical training of sportsmen in team sports a direction of scientific research. Фізична активність, здоров'я і спорт. 2012. № 3 (9). С. 16-22.

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

ВИВЧЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕННОСТІ СПОРТСМЕНОК ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ СТРЕНФЛЕКСОМ ВІКОМ 16-18 РОКІВ У ПІДГОТОВЧОМУ ПЕРІОДІ

Постановка проблеми. Сучасні види фітнесу у всьому різноманітті видів, стилів, шкіл, давно вже перестали бути надбанням тільки США і Європи. Стренфлекс є прекрасним засобом розвитку і виховання особистості. Правильно формується внутрішня культура людини, його характер, воля, розвивається почуття обов'язковості і відповідальності, а також допомоги і взаємодопомоги.

Метою роботи було вивчення функціональної підготовленості спортсменок які займаються стренфлексом 16-18 років в залежності від різних форм навчально-тренувального процесу.

Поставлена мета визначила такі завдання дослідження:

1. Вивчити і проаналізувати дані спеціалізованої літератури з проблеми вивчення функціональної підготовленості атлетів займаються стренфлексом 16-18 років.

2. Визначити початковий рівень досліджуваних показників у випробовуваних.

3. Оцінити вплив різних форм навчально-тренувального процесу на рівень розвитку функціональної підготовленості.

Тести для оцінки функціональної підготовки спортсменок які займаються стренфлексом 16-18 років використовувалися наступні: жим штанги лежачи (70% від ваги тіла), (к-ть разів); присідання зі штангою на плечах (80% від ваги тіла), (кол-во раз); підтягування на турніку за 45 секунд (к-ть разів); стрибки зі скакалкою за 2 хв (к-ть разів); нахили з положення стоячи - відстань від лави до кінчиків пальців (см); поперечний шпагат - відстань від підлоги до верхньої точки (см).

У відповідності з поставленими в роботі цілями і завданнями нами з жовтня 2023 по березень 2024 було проведено обстеження 22 спортсменок які займаються стренфлексом в 2-х спортивних клубів м. Запоріжжя: «Адреналін» та «Best gym». У кожному клубі була укомплектована група по 11 спортсменок які займаються стренфлексом. Стаж занять кожної спортсменки в середньому 3-4 роки.

Визначені показники свідчили, що на початковому етапі експериментальних досліджень обстежувані атлетки перебували в досить хорошій, як для своєї кваліфікації формі і не мали вірогідних відмінностей за усіма показниками.

Через 6 місяців тренувальних занять, нами було проведено тестування всіх спортсменок які взяли участь у нашому експериментальному дослідженні. Як видно з наведених результатів, практично у всіх спортсменок даного віку відзначалося статистично значуще поліпшення всіх показників.

Найбільший позитивний приріст був зафіксований нами в результатах тесту поперечний шпагат у атлеток з клубу «Адреналін» 44%, тоді як атлетки клубу «Best gym» показали всього 12,6%. Показники тесту жим штанги лежачи у атлеток з «Адреналіну» збільшилися на 20,4%, тоді як атлетки з «Best gym» показали 16,2%. Тест присідання зі штангою у атлеток з «Адреналіну» 20,7%, а в атлеток з «Best gym» 17,2%. В кінці дослідження тест підтягування на турніку атлеток з «Адреналіну» збільшили на 19,5%, а у атлеток з «Best gym» на 17,4%. Тест стрибки зі скакалкою атлетки з «Адреналіну» збільшили на 7,8%, а атлетки з «Best gym» на 3,4%. Показники тесту нахили з положення стоячи у атлеток з «Адреналіну» збільшилися на 20,9%, а у атлеток з «Best gym» на 8,3%. Варто відзначити що, вправи які характеризують силовий блок збільшилися в обох групах рівномірно, а ось тести на витривалість і гнучкість

показали перевагу спортсменок з клубу «Адреналін», над спортсменками з клубу «Best gym».

1. На підставі вивчення та аналізу спеціалізованої літератури можна констатувати що, до теперішнього часу проблема вивчення функціональної підготовленості спортсменок які займаються стренфлексом 16-18 років в залежності від різних форм навчально-тренувального процесу, до сих пір є недостатньо вивченою.
2. На початку експериментальних досліджень у атлеток 16-18 років відзначається досить прийнятний для даного виду спорту рівень розвитку функціональної підготовленості.
3. Аналіз результатів експериментального дослідження дозволяє констатувати, що запропонована форма навчально-тренувального процессу в клубі «Адреналін», є більш ефективна для поліпшення функціональної підготовленості атлеток 16-18 років і може бути рекомендована для практичного використання тренерами-викладачами при роботі зі спортсменками даної вікової категорії.

Література:

1. Бокан О.С. Енциклопедія силових видів спорту: навчальний посібник. Київ: Молодь, 2016. 208 с.
2. Волошевич С.О.. Основи стренфліксу: методична розробка. Київ: Олімпійська література, 2016. 211 с.
3. Горшков С.С. Стренфлекс: історія розвитку, правила змагань, методика навчання: равчально-методичний посібник. Дніпро: Вид. ЧФ «Стандарт-Сервис» , 2015. 112 с.
4. Дідусь В.Л. Силова витривалість: методичний посібник. Київ: Комбі ЛТД, 2014. 78 с.
5. Головатов С.В. Сила, та як стати сильним: монографія. Київ: Олімпійська література, 2015. 212 с.

Ясногор Ігор
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Сватьєв А.В.

МЕТОДИ РОЗВИТКУ МАКСИМАЛЬНОЇ СИЛИ У ЮНАКІВ В АКАДЕМІЧНОМУ ВЕСЛУВАННІ

Одним із ключових аспектів у підготовці веслярів є розвиток їхньої максимальної сили, що впливає на ефективність гребка, швидкість нарощування зусиль та здатність підтримувати силу під час фізичного виснаження. У тренувальному процесі використовуються різні методики для

покращення цих показників, однак питання оптимального розподілу навантажень залишається актуальним.

Мета та організація дослідження.

Мета дослідження – оцінити ефективність різних методів розвитку максимальної сили у юнаків 15-16 років, які займаються академічним веслуванням.

Об'єкт дослідження – силова підготовка веслярів.

Предмет дослідження – вплив різних методик тренувань на рівень максимальної сили спортсменів.

Учасники дослідження були розподілені на дві групи:

- Група №1 тренувалася за методом повторних неграничних зусиль.
- Група №2 використовувала метод прогресивно зростаючих опорів (модифікований варіант методу повторних зусиль).

Методика експерименту

До та після експерименту учасники проходили тестування, яке включало визначення максимальної ваги штанги в трьох вправах:

- Тяга штанги руками в положенні лежачи на грудях
- Присідання зі штангою на плечах
- Підрив штанги до грудей

Крім цього, проводилося тестування у веслувальному басейні, під час якого реєструвалися потужність гребка, частота серцевих скорочень та темп виконання рухів.

Результати дослідження. Після чотирьох місяців тренувань учасники групи №2, яка застосовувала метод прогресивно зростаючих опорів, показали кращі результати в усіх тестах:

- Тяга штанги руками – вага була на 8,21% вищою, ніж у групи №1.
- Присідання зі штангою – приріст на 10,63%.
- Підрив штанги – покращення на 10,71%.
- Максимальна потужність десяти гребків у веслувальному басейні зросла на 6,13%.

Крім того, учасники групи №2 в середньому збільшили свої результати на 5-5,5 кг, у той час як у групі №1 цей показник становив 2,5 кг.

Висновки. Метод прогресивно зростаючих опорів виявився більш ефективним для розвитку максимальної сили у юних веслярів, порівняно з методом повторних неграничних зусиль. Він не лише сприяв значному покращенню силових показників, а й допомагав спортсменам розвивати здатність до виконання рухів у максимальному темпі та покращував силову витривалість.

Метод повторних неграничних зусиль також виявився корисним, особливо для тих, хто прагне збільшити силу без значного набору м’язової маси. Однак, для досягнення максимальних спортивних результатів у веслуванні, доцільніше використовувати метод прогресивно зростаючих опорів, оскільки він забезпечує комплексний розвиток фізичних можливостей веслярів.

Література:

1. Шинкарук О. Характеристика чинників, що впливають на ефективність змагальної діяльності у веслуванні академічному. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту.* К.: Олімп. літ–ра, 2015. № 1. С.3–6.

2. Москаленко Н. Стан і перспективи розвитку академічного веслування в Україні. *Спортивний вісник Придніпров'я*. Д. 2013. № 1. С. 103–107.

3. Energy System Contribution to Olympic Distances in Flat Water Kayaking (500 and 1000 m) in Highly Trained Subjects. *Strength Cond Res*. 2012. Mar 26(3) : 825–831.

СЕКЦІЯ «ТЕРАПІЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ»

Безгодов Тарас
студент 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

МОЖЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ МАНУАЛЬНИХ МОБІЛІЗАЦІЙНИХ ТЕХНІК ПРИ АДГЕЗИВНОМУ КАПСУЛІТІ НА ЕТАПІ РАННЬОГО ВТРУЧАННЯ

Вступ. Адгезивний капсуліт або синдром замороженого плеча – це стан, який характеризується значним болем у плечі та функціональним обмеженням як активної так і пасивної амплітуди руху при якому відсутні зміни на рентгенограмі. Адгезивний капсуліт має поширеність 2-5 % серед загальної популяції, у жінок зустрічається в 4 рази частіше ніж у чоловіків. Як правило, частіше уражається не домінуюча сторона, проте у 40-50% випадків зустрічається двостороннє ураження [1, 2, 3].

Адгезивнй капсуліт часто проходить протягом 1-3 років, однак різні дослідження вказують що у 20-50% пацієнтів симптоми зберігаються надалі [3]. Біль у плечі може призводити до порушень працездатності та обмежень у побутовій діяльності [1].

Мета – з'ясувати особливості протікання адгезивного капсуліту та можливість застосування мануальних мобілізаційних технік на етапі раннього втручання.

При аналізі літературних джерел було з'ясовано, що за етіологією первинний адгезивний капсуліт у 70% має ідіопатичну форму, вторинний – виникає при цукровому діабеті 2-го типу, гіпотиреозі, гіпертиреозі або при ушкодженні м'язів ротаторної манжети, тендиніті довгої головки біцепса, кальцифікуючому тендиніті, остеоартриті ключично-акроміального суглоба. Також адгезивний капсуліт може мати місце при цервікогенній радикулопатії, хворобі Паркінсона, переломі плечової кістки або ключиці.

Перебіг захворювання має чотири стадії:

– Гостра стадія триває до 3-х місяців. Симптоми: біль при активному та пасивному рухах, відображений в ділянці кріплення дельтоподібного м'язу, біль часто виникає під час сну. На МРТ : гіперваскулярний синовіїт. Рух: Норма, або незначна втрата амплітуди.

– Стадія первинного заморожування плеча триває 3-9 місяців. Симптоми: сильний біль вночі, скутість, біль під час виконання активних рухів. На МРТ : потовщення переднього пучка нижньої плече-суглобової зв'язки. Рух: значна втрата амплітуди.

Стадія вторинного заморожування плеча триває 9-15 місяців. Симптоми: значна скутість, біль лише у кінцевій амплітуді, значна втрата амплітуди руху,

атрофія м'язів. МРТ – товщина нижньої плече суглобової зв'язки 6,4 мм.

– Стадія відлиги: 15-24 місяці. Симптоми : значна скутість, мінімальний біль, поступове збільшення амплітуди. МРТ : виражені дегенеративні зміни капсули, зрілі спайки [2, 3].

Лікування може бути різним, залежно від того, на якій стадії перебуває адгезивний капсуліт. Основними завданнями фізичного терапевта є: підбір мобілізаційних технік мануальної терапії на етапі раннього втручання (підгострий, стадія нестійкої ремісії); оптимізація вихідного положення пацієнта, мінімалізація больових відчуттів при виконанні зазначених технік; запобігання розвитку суглобової контрактури; збільшення амплітуди руху; покращення професійного та побутового функціонування; підбір специфічних терапевтичних вправ для самостійного виконання; недопущення атрофії м'язів; профілактика та запобігання дегенеративних змін у суглобі; вплив на процес ремодуляції м'яких тканин плечового суглоба.

Перед створенням програми реабілітації обов'язковим заходом в роботі фізичного терапевта є правильне оцінювання клінічного стану пацієнта (збір анамнезу, проведення ММТ, оцінка амплітуди пасивних-активних рухів, оцінка болю, наявності-відсутності додаткових рухів тощо).

– Ранішнє (підгострий, нестійка ремісія) застосування мануальних мобілізаційних технік не виключає виникнення болю під час виконання маніпуляцій, тому важливим моментом роботи є правильне позиціонування пацієнта.

– Оптимізація положення фізичного терапевта під час виконання маніпуляцій забезпечує контроль сили, напрямку та швидкості його рухів, що запобігає загальній втомі фахівця.

– При відсутності у пацієнта додаткових рухів у плечовому суглобі початково застосовується техніка кочення-ковзання, якій віддається перевага до моменту досягнення цих рухів.

– Для збільшення амплітуди рухів (типовим обмеженням при адгезивному капсуліті є зменшення відведення та зовнішньої ротації плеча) застосовується техніка мобілізації плечового суглобу у кінцевій амплітуді руху.

Висновки. Застосування мануальних методів суглобової мобілізації при адгезивному капсуліті у фазі нестійкої ремісії (ранішнє втручання) є початковим етапом фізичного втручання, що сприяє запобіганню розвитку суглобової контрактури, дегенеративним змінам у м'яких тканинах плечового суглобу, сприяє покращенню побутового та професійного функціонування пацієнта та забезпечує ефективний перехід до наступних етапів реабілітації.

Література:

1. Abrassart S, Kolo F, Piotton S, Chih-Hao Chiu J, Stirling P, Hoffmeyer P та ін. «Заморожене плече» не визначено. Як це можна описати краще? EFORT Open Rev 2020; 5: 273–9. DOI: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list_uids=32509332&dopt=Abstract 10.1302/2058-5241.5.190032

2. Le HV, Lee SJ, Nazarian A, Rodriguez EK. Адгезивний капсуліт плеча: огляд патофізіології та сучасних клінічних методів лікування. Плече лікоть 2017; 9: 75-84. DOI: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list_uids=28405218&dopt=Abstract 10.1177/1758573216676786

3. Kelley MJ, Shaffer MA, Kuhn JE, Michener LA, Seitz AL, Uhl TL та ін. Біль у плечі та порушення рухливості: адгезивний капсуліт. J Orthop Sports Phys Ther 2013; 43: A1–31. DOI: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=PubMed&list_uids=23636125&dopt=Abstract 10.2519/jospt.2013.0302

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

МОЖЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ МАНУАЛЬНИХ ТЕХНІК У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ

Мануальна терапія, або лікування руками – вид терапії, спрямований на лікування кістково-м'язової системи, внутрішніх органів за допомогою дії рук фізичного терапевта. Від звичайного масажу мануальну терапію відрізняють напрями впливу й дозування сили такого впливу [2]. Мануальні техніки можна застосовувати до суглобів, м'язів або нервів, і цілі лікування включають зменшення болю, збільшення діапазону та якості рухів суглобів, покращення рухливості нервів, збільшення довжини м'язів та відновлення нормальної функції [3].

Метою мануальної терапії є послідовне застосування різних прийомів, які дозволяють зняти м'язовий спазм та розблокувати хребцеворуховий сегмент найефективнішим і по можливості безболісним способом. До лікувальних прийомів мануальної терапії відносять: мобілізацію, маніпуляцію, м'які мануальні техніки – нейром'язову терапію (НМТ), міофасціальний реліз (МФР), краніосакральну терапію (КСТ), постізометричну релаксацію (ПІР). Мобілізацію застосовують у мануальній терапії як самостійно, так і як засіб підготовки перед маніпуляцією. Прийом мобілізації являє собою серію ритмічно повторюваних коливальних рухів у суглобі, обсяг яких не перевищує його можливостей пасивної рухливості. До прийомів мобілізації відноситься і ручне витягування, яке здійснюють уздовж осі хребта.

Клінічне застосування мануальних технік у фізичній терапії надзвичайно широке, зокрема при захворюваннях хребта, спортивних травмах, порушеннях постави, міофасціальному больовому синдромі та неврологічних порушеннях. Однак їх використання потребує врахування показань і протипоказань. Вони ефективні при обмеженні рухливості суглобів, хронічному больовому

синдромі, головні болі що пов’язані з шийним відділом хребта та м’язовій дисфункції, проте протипоказані при гострих запальних процесах, онкологічних захворюваннях, остеопорозі, порушеннях згортання крові та свіжих травмах хребта чи суглобів [1].

Маніпуляція є найбільш важливим моментом у мануальній терапії та являє собою швидкий, ненасильницький рух з метою звільнення суглоба від блокуючого елемента. Основним моментом маніпуляції є поштовх, який виконується як продовження руху, що створює напругу в суглобі, з додатком мінімального необхідного зусилля. Результатом правильного проведення маніпуляції є, як правило, відновлення нормальної і безболісної рухливості в суглобі, а також розслаблення навколосуглобових м’язів.

Окрему групу становлять м’які мануальні техніки (ММТ) – вони мають фізіологічну і ефективну методику оздоровлення. На відміну від класичного масажу, сеанс ММТ крім роботи з м’язами включає техніки на суглобах (в тому числі на суглобах хребта), на зв’язках і сухожиллях, міжкісткових мембранах і кістках. Ці методики дозволяють впливати на глибинні структури м'яких тканин, відновлюючи їх еластичність та функціональність [2, 4].

Отже, мануальні техніки є ефективним методом лікування у фізичній терапії, що сприяють відновленню функціональних можливостей, але вони мають бути включені в мультимодальний підхід, спрямований на функціональне відновлення пацієнта. Сучасні дані свідчать про те, що мультимодальний підхід, який включає мануальну терапію, фізичні вправи та навчання, дає кращі результати, ніж тільки мануальна терапія. Справжній мультимодальний підхід повинен включати не лише лікування на фізичному рівні, але й враховувати психологічні та психосоціальні аспекти індивідуального больового досвіду пацієнта [5].

Література:

1. Губенко В. П. Мануальна терапія в системі медичної реабілітації / В. П. Губенко, С. М. Федоров, А. В. Ткаліна: зб. наук. пр. співробітників НМАПО ім. П. Л. Шупика. 2013. Вип. 22 (3). С. 113-123.

2. Лікувальний масаж та мануальна терапія при окремих захворюваннях : метод. вказ. до проведення практичного заняття магістрів 1-го курсу IV мед. фак-ту. Упоряд. А. Г. Істомін, С. І. Латогуз, А. С. Сушецька та ін. Харків : ХНМУ, 2020. 52 с.

3. Мануальна терапія. Physiopedia. URL : https://langs.physio-pedia.com/uk/manual-therapy-uk/ (дата звернення: 28.03.2025).

4. Методичні рекомендації з дисципліни «Мануальні методи у фізичній терапії та постізометрична релаксація». Укладач: к. н. з фіз. вих. і с. Філак Я. Ф. Ужгород, 2020. 42 с.

5. Bishop, M. D., Torres-Cueco, R., Gay, C. W., Lluch-Girbés, E., Beneciuk, J. M., & Bialosky, J. E. What effect can manual therapy have on a patient's pain experience? Pain Management. 2015. Т. 5, № 6. P. 455-464.

Ботова Ангеліна
студентка 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Бессарабова О.В.

ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ МОТИВАЦІЙНИХ ПРОГРАМ

Однією з головних умов зміцнення здоров'я людини є здоровий спосіб життя, а регулярна рухова активність є пріоритетним фактором. Для студентської молоді достатній рівень рухової активності сприяє фізичному розвитку, укріпленню опорно-рухової, серцево-судинної та нервової систем. Натомість низький рівень активності погіршує функції організму, знижує працездатність та спричиняє захворювання. Раціональна організація здорового способу життя, особливо в умовах дистанційного навчання, включає підтримку певного рівня рухової активності та позитивне ставлення до фізкультурно-спортивної діяльності, що є основою фізичного виховання студентської молоді [1,2].

Мета: визначити рівень фізичної активності у молоді за допомогою опитувальника та провести аналіз отриманих результатів

Однак, за даними опитування, 42,6% студентів не займаються фізичною активністю взагалі, а основною причиною цього є нестача вільного часу 76,6% (рис.1.). Саме тому розробка мотиваційних програм для підвищення рівня фізичної активності є важливим завданням.

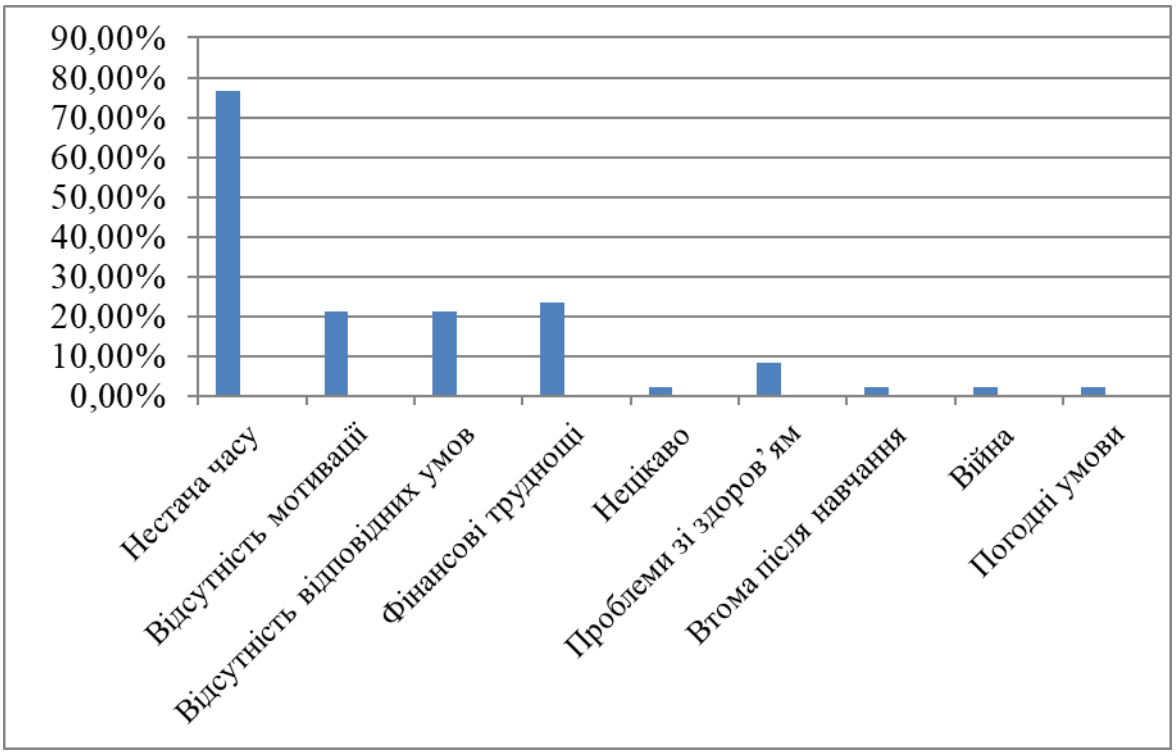

Рисунок 1 – Аналіз обмежуючих факторів рухової активності студентів

Згідно з даними проведеного анкетування, більшість опитаних 49,9% знаходяться у віковій групі 19-22 роки. При цьому 78,7% респондентів – жінки, а 21,3% – чоловіки. Лише 8,5% студентів займаються фізичною активністю 5 і більше разів на тиждень, тоді як 42,6% взагалі не виконують фізичних вправ.

Основними перешкодами для занять спортом респонденти назвали нестачу часу 76,6%, відсутність мотивації 31,9% та високу вартість занять 21,3%.

Популярними видами фізичної активності серед студентів є футбол 57,4%, плавання 23,4%, танці 16% та біг 12,1%. Більшість респондентів 80,9% вказали, що їх основною метою занять спортом є підтримка здоров'я, тоді як 55,2% прагнуть покращити зовнішній вигляд, а 37,2% – підвищити рівень енергії.

На запитання щодо оцінки власного рівня фізичної активності 44,7% студентів відповіли, що їх рівень фізичної активності знаходиться на позначці «2» за 5-бальною шкалою. Водночас 61,7% студентів висловили бажання підвищити рівень фізичної активності.

Шляхи підвищення фізичної активності:

Важливим фактором для залучення студентів до фізичної активності є створення сприятливих умов та розробка мотиваційних програм. За результатами опитування, найбільш ефективними ініціативами можуть бути: безкоштовні або пільгові заняття спортом 48,9%; проведення турнірів та змагань 55,3%; організація спільних тренувань 27,7%.

Також важливим є зручний час для занять спортом: 61,7% студентів віддають перевагу ранковим тренуванням, 23,4% – вечірнім, а 14,9% – денним.

Висновки. Результати дослідження свідчать про недостатню фізичну активність серед студентів, що обумовлено різними факторами, такими як нестача часу, відсутність мотивації та фінансові труднощі. Для покращення ситуації необхідно запровадити комплекс заходів, спрямованих на мотивацію студентів до активного способу життя. Особливо ефективними можуть стати безкоштовні тренування, спортивні змагання та спільні активності. Реалізація таких ініціатив сприятиме зростанню рівня фізичної активності серед студентів та покращенню їхнього здоров'я.

Література:

1. Сидоренко О.М. Фізична активність студентів як фактор зміцнення здоров'я. *Спортивна наука*. 2023. № 3. С. 336-342.

2. Луценко, І. Н., Долбишева, Н. Г. Рухова активність студентської молоді в умовах сьогодення. *Фізичне виховання та спорт*, (1), 2022. С.28-35.

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

РЕАБІЛІТАЦІЙНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ ПРИ ПОШКОДЖЕНІ МЕНІСКУ

Актуальність. Меніски відіграють вирішальну роль у амортизації ударів, змащуванні та стабільності колінного суглоба шляхом збільшення конгруентності суглоба та контактних зон на суглобовому хрящі. Травма меніска знижує функцію меніска, що супроводжується розвитком остеоартриту колінного суглоба. Таким чином, пошкодження меніска слід лікувати, щоб зберегти якомога більше функції меніска [2].

Мета: аналіз реабілітаційного менеджменту після пошкодження колінного суглоба.

Меніск - це клиноподібна напівмісячна структура, яка за своєю природою є фіброзно-хрящовою з колагеновими волокнами по колу, скріпленими радіальними волокнами . Він охоплює приблизно від 51 до 74% загальної кількості медіальної поверхні великогомілкового плато, і задній ріг, і задній корінь помітно ширші, ніж передній ріг і передній корінь [1].

Меніск важливий для розподілу навантаження, амортизації та стабільності колінного суглоба. Тож пошкодження меніска суттєво впливають на функцію меніска та прискорюють дегенерацію хряща; тому відновлення кореня меніска необхідне для запобігання прогресуванню остеоартритичних змін [2].

Пошкодження меніска має різні морфологічні моделі розривів, включаючи поздовжній розрив, радіальний розрив, горизонтальний розрив і розрив клаптя [2]:

- вертикальні поздовжні розриви порушують радіальні волокна на одній лінії з периферичними волокнами. Розрив зазвичай розділяє меніск на внутрішній і зовнішній фрагменти.
- радіальні розриви перетинають меніск від внутрішнього вільного краю меніска до периферії, повністю розриваючи кругові колагенові волокна.
- горизонтальні розриви проходять паралельно плато великогомілкової кістки, яке розділяє меніск на верхній і нижній фрагменти.
- розрив клаптя – це тип розриву меніска , який зазвичай складається зі зміщеного фрагмента клаптя [3]:

-горизонтальні розриви можуть призвести до розривів клаптів, які можна класифікувати як верхні або нижні при зміщенні. Верхні клапті відходять від верхньої поверхні меніска, а нижні - від нижньої.

-косі розриви також можуть призвести до механічно нестабільних клапанів, які пов'язані з механічними симптомами.

Ушкодження менісків потребують оперативного лікування

(меніскектомії) з подальшою активною реабілітацією з 2 дня після операції [4].

Головним змістом комплексної реабілітації спортсменів є кінезо - і гідрокінезотерапія, що доповнюються масажем і фізіолікуванням [4].

Терапевтичні вправи після меніскектомії призначають з метою поліпшення кровообігу в області операції, профілактики спайкового процесу, зміцнення м'язів стегна і гомілки, поліпшення опороздатності кінцівки.

Приблизний комплекс терапевтичних вправ [4]:

В.п. – лежачи на спині.

1. Підняти руки вгору – вдих, повернутися в В.п. – видих (4-5 разів).
2. Тильне і підошовне згинання ступнів (4-5 разів).
3. Згинання і розгинання рук у ліктьових суглобах (6-8 разів).
4. Ритмічне скорочення м'язів стегна (4-5 разів).
5. Руки до плечей. Повороти тулуба вправо і вліво (4-5 разів).
6. Згинання і розгинання здорової ноги в колінному суглобі (6-8 разів).
7. Згинання і розгинання пальців ступнів (8-10 разів).
8. Підняти пряму здорову ногу й утримувати протягом 5-7 с (5-6 разів).
9. Тримаючись за балканську раму сісти на постелі, повернутися в В.п. (4-5 разів).
10. Відведення і приведення здорової ноги (5-6 раз).
11. За допомогою терапевта підняти оперовану ногу, відвести вбік, повернутися в В.п. (4-5 разів).
12. Імітація ходьби здоровою ногою по постелі (8-10 разів).
13. Руки перед грудьми. Розвести руки в сторони – вдих, повернутися в В.п. – видих (4-5 разів) [4].

Висновок. Отже, меніск важливий для розподілу навантаження, амортизації та стабільності колінного суглоба. Тож пошкодження меніска суттєво впливають на функцію колінного суглоба та прискорюють дегенерацію хряща. Відновити його функції допомагає фізична терапія, яка включає в себе кінезо - і гідрокінезотерапія, що доповнюються масажем і фізіолікуванням після меніскектомії.

Література:

1. Зазірний І.М., Савич В.В., Левицький Є.А Пошкодження меніскокапсулярного з'єднання заднього рога медіального меніска (пошкодження рампи меніска). *Травма*. 2023. Том 24 №1. С.47.

2. Nobutake Ozeki, Romain Seil, Aaron J Krych, Hideyuki Koga Surgical treatment of complex meniscus tear and disease: state of the art. *Journal of Isakos*. 2021. Vol.6, No 1 P. 35-45

3. Craig Hacking Flap tear URL: https://radiopaedia.org/articles/flap-tear?lang=us (дата звернення 09.03.2025)

4. Сітовський А. М. Методика застосування терапевтичних вправ при порушенні діяльності опорно-рухового апарату: навч.-метод. посібн. Луцьк: ВНУ ім. Лесі Українки, 2022. 178 с.

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

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ОСІБ З АРТЕРІАЛЬНОЮ ГІПЕРТЕНЗІЄЮ

Гіпертонічну хворобу має кожен третій дорослий в європейській популяції, і з віком її частота збільшується. На думку вчених гіпертонічна хвороба – це захворювання всього організму із залученням у патологічний процес багатьох систем і органів, переважно серцево-судинної системи. Гіпертонічна хвороба є провідним кардіоваскулярним чинником ризику, що призводить до інсульту, інфаркту, ниркової та серцевої недостатності [1].

Мета: з'ясувати особливості фізичної терапії у осіб з гіпертонічною хворобою.

Для діагностики функціонального стану використовуються різноманітні функціональні тести, які допомагають фізичним терапевтам вчасно помітити гіпертонічну хворобу. Серед таких тестів є: вимірювання артеріального тиску, кардіопульмональне навантажувальне тестування, велоергометрія, традмілергометрія, тест із шестихвилинною ходьбою.

В реабілітації застосовують масажі, фізіотерапевтичні процедури, а також фізичне навантаження. Воно повинне бути індивідуальне, помірне, а найголовніше доставляти хворому позитивні емоції. Це можуть бути тривалі і спокійні піші прогулянки, робота в саду, взимку підходить катання на лижах [2].

Найбільш універсальним засобом фізичної реабілітації є кінезотерапія. Фізичні вправи легко дозувати, а їх використання є економічно ефективним. Доведено, що після разового фізичного навантаження відбувається зниження симпатичної активності, що свідчить про важливу роль процесу відновлення у зниженні тиску після навантаження. Аеробна спрямованість фізичних навантажень в середньому знижує систолічний та діастолічний артеріальний тиск на 10,8 / 8,2 мм рт.ст. [3].

Дослідження показали, що вісім тижнів занять високоінтенсивними інтервальними тренуваннями на велотренажері знизили артеріальний тиск так само як і традиційні безперервні тренування на витривалість у дорослих з високим кров'яним тиском. Але ці вправи не призначені для початківців, а лише для досвідчених спортсменів [2].

Також, в програмах фізичної реабілітації слід враховувати потужний адаптаційний потенціал термо-контрастних процедур, який впливає і на вегетативну систему, і на ренін-ангіотензин-альдостерон систему. Теплова стійкість організму визначається головним чином реакцією системи кровообігу. У хворих на артеріальну гіпертензію систолічний тиск безпосередньо після лазні знижувався в середньому на 11,8 мм рт.ст. [3].

Прикладом програми фізичної терапії при артеріальній гіпертензії може бути лікувальна і ранкова гігієнічна гімнастика, лікувальна ходьба, самостійні заняття, теренкур, прогулянки, туризм, гідрокінезитерапія, спортивно-прикладні вправи. Заняття з лікувальної гімнастики тривають 20-25 хвилин кожного дня протягом кількох тижнів. Вправи виконують індивідуальним або груповим методом з вихідних положень сидячи і стоячи. Призначають вправи для великих і середніх м'язових груп, що менше підвищують артеріальний тиск, ніж вправи за участю малих. Вправи виконуються в помірному темпі, рухи забезпечуються вільно, з повною амплітудою, без напруження, затримки дихання, напруження. Включають вправи на розслаблення м'язів, рівноваги, координацію рухів, тренування вестибулярного апарату та дихальні вправи. Вони сприяють зниженню артеріального тиску і нормалізують порушену вестибулярну функцію. Лікувальну ходьбу починають з 1,5 км у темпі 80-90 кроків за хвилину. Зміна рельєфу місцевості на маршруті теренкуру невелика – близько 5°. Добре діють на розслаблення м'язів, судинний тонус, серцево-судинну і дихальну системи, психоемоційний стан хворих вправи у воді і плавання, тривалість яких на початку режиму до 15-20 хв. Перед та після кожним заняттям вимірюється артеріальний тиск [4].

Отже, в реабілітації осію з артеріальною гіпертензією застосовують засоби фізичної терапії, такі як кінезіотерапія, термо-контрастні процедури та високоінтенсивні інтервальні тренування (HIIT), які допомагають пацієнту повернутись до нормального та самостійного життя, а також досягти зменшення артеріального тиску.

Література:

1. Філенко Я. М. Адипокіни та гіпертонічна хвороба: клінічне та терапевтичне значення. *Здобутки клінічної і експериментальної медицини*. Харків, 2020. № 2. С.35.

2. Григус І. М., Брега Л.Б. Фізична терапія в кардіології : навч. посіб. Рівне : НУВГП, 2018. 269 с.

3. Куба М. С. Сучасні методи профілактики та лікування артеріальної гіпертензії. *Інформація та її вплив на соціальні процеси* : матеріали XIII міжнар. наук.-практ. конф., м. Флоренція, Італія, 03-05 квітня. 2023 р. Флоренція, 2023. С. 195.

4. Михайловська Н. С., Кулинич Т. О. Реабілітація пацієнтів із захворюваннями серцево-судинної системи в практиці сімейного лікаря: навч. посіб. для студентів VI курсу мед-го фак-ту за програмою навч. дисц. «Загальна практика – сімейна медицина», спеціальності «Медицина» і «Педіатрія» Запоріжжя: ЗДМУ, 2021. С. 91.

Голіздра Данило
магістр 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р біол. наук, проф. Богдановська Н.В.

ВДОСКОНАЛЕННЯ РІВНОВАГИ В ОСІБ ПІСЛЯ ПЕРЕНЕСЕНОГО ІШЕМІЧНОГО ІНСУЛЬТУ В РАННЬОМУ ВІДНОВНОМУ ПЕРІОДІ

Актуальність. Ішемічний інсульт є однією з основних причин інвалідизації дорослого населення в усьому світі. Щорічно понад 15 мільйонів людей стикаються з цією патологією, з яких близько п'яти мільйонів залишаються з тяжкими функціональними порушеннями, незважаючи на реабілітаційні заходи. Близько чверті всіх випадків інсульту є рецидивами [1].

В Україні щороку фіксується понад 150 тисяч випадків інсульту, з яких понад 100 тисяч закінчуються летально або призводять до тяжких наслідків. Значна частина пацієнтів стикається з довготривалими фізичними, когнітивними та соціально-економічними труднощами. Це створює суттєве навантаження як на систему охорони здоров'я, так і на родини та суспільство загалом. Інсульт займає друге місце серед причин смертності та є однією з провідних причин інвалідизації в Україні [2].

Мета дослідження – оцінити ефективність методів покращення рівноваги у пацієнтів, які перенесли ішемічний інсульт, у ранньому періоді реабілітації.

Методи дослідження – аналіз наукової літератури, узагальнення даних щодо реабілітаційних підходів, спрямованих на покращення рівноваги.

Результати досліджень. Фізична терапія є основним засобом відновлення рівноваги у пацієнтів після інсульту. Вправи, спрямовані на покращення балансу, допомагають відновити здатність до самостійного пересування. Робота фізичного терапевта включає індивідуальний підхід до пацієнта з урахуванням його фізичних можливостей.

Реабілітаційні заходи починаються з базових завдань, таких як утримання рівноваги в положенні сидячи, поступово переходячи до складніших елементів: підйому, стояння, пересування та подолання перешкод. Вправи можуть включати зміну положення тіла, переміщення ваги, кроки у різних напрямках, тренування ходи та координації [3].

Останні дослідження показують ефективність функціонального тренування рівноваги, яке імітує щоденні рухи пацієнта. Наприклад, практика дотягування до предметів, пересування в кімнаті або виконання побутових завдань сприяє швидшому відновленню та адаптації до звичного життя [4].

Висновки. Порушення рівноваги після інсульту значно ускладнює повсякденну активність пацієнтів, знижуючи їхню якість життя. Оптимальним підходом до відновлення рівноваги є комплексна фізична терапія, яка повинна розпочинатися якомога раніше після інсульту.

Основну увагу слід приділяти функціональним вправам, які сприяють розвитку навичок самообслуговування та мобільності. Ефективність

реабілітаційних заходів є найвищою в перші 3–6 місяців після інсульту, тому раннє втручання є ключовим фактором успішного відновлення.

Література:

1. The Atlas of Heart Disease and Stroke [Інтернет]. WHO. World Health Organization; [цит. за 20, Березень 2025]. https://www.who.int/cardiovascular_diseases/resources/atlas/en/ (дата звернення: 29.03.2025).
2. Міністерство охорони здоров'я України [Інтернет]. [цит. за 20, Березень 2025]. http://moz.gov.ua/ (дата звернення: 29.03.2025).
3. Balance problems after stroke [Інтернет]. Stroke Association. 2019 [цит. за 28, Березень 2025]. https://www.stroke.org.uk/effects-ofstroke/physical-effects-stroke/balance-problems-after-stroke (дата звернення: 29.03.2025).
4. Balance Training – Strokengine [Інтернет]. [цит. за 17, Березень 2025]. https://strokengine.ca/en/interventions/balance-training/ (дата звернення: 29.03.2025).

Гончар Катерина
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

АНАЛІЗ НАУКОВО-ДОКАЗОВИХ МЕТОДИК ЛІКУВАННЯ СКОЛІОЗУ У ДІТЕЙ

Актуальність. За даними Центру громадського здоров'я МОЗ України, за 2019 р. у 99 467 дітей було виявлено сколіоз різного ступеня. Завдяки дослідженням лікування сколіозу достеменно відомо, що це захворювання не обмежується викривленням лише у фронтальній площині і може бути визначене як «тривимірна торсійна деформація хребта та тулуба», він викликає бокове викривлення у фронтальній площині. Осьову ротацію у горизонтальній, а також порушення нормальних вигинів у сагитальній площині, кіфоз і лордоз, частіше за все (але не завжди) призводячи до їх випрямлення й утворення пласкої спини [2].

Сколіоз - одна з найпоширеніших патологій опорно - рухового апарату, особливо серед дітей та підлітків. До 2-3% населення має сколіоз різного ступеня. Найчастіше сколіоз діагностується у дітей 10-15 років. За відсутності корекції може призвести до болю, порушень функцій внутрішніх органів та зниження якості життя. Сколіоз - захворювання опорно-рухового апарата, що характеризується викривленням хребта у трьох площинах [1].

Метою роботи є аналіз сучасних методів лікування сколіозу.

Науково-доказові методи лікування сколіозу базуються на сучасних

клінічних дослідженнях та рекомендаціях міжнародних ортопедичних асоціацій.

Основними підходами є:

- Спостереження. Для дітей з невеликим викривленням (<10° за Коббом))
- Консервативне лікування. Лікувальна фізкультура (ЛФК) та фізіотерапія. Основна мета — виправлення викривлення хребта через певні вправи, які допомагають відновити правильне розташування хребців. Одним із науково обґрунтованих методів є спеціалізовані вправи, зокрема: Методика Шрот (Schroth Method) та SEAS (Scientific Exercises Approach to Scoliosis).
- Хірургічне втручання. При сколіозі > 40–50° хірургія стає необхідною для запобігання прогресуванню та покращення якості життя.
- Консервативні методи (лікувальна фізкультура, корсети) ефективні на ранніх стадіях, тоді як хірургічне втручання необхідне у тяжких випадках.

При аналізі літературних джерел з'ясовано, що:

1. Всі методики фізичної терапії, що мають достатній рівень доказовості та наукового обґрунтування, базуються на застосуванні фізіотерапевтичних специфічних вправ для лікування сколіозу.

2. Всі науково обґрунтовані методики терапії сколіозу в основі виконання фізіотерапевтичних специфічних вправ для лікування сколіозу мають корекцію, що враховує зміни в трьох площинах.

3. Всі науково обґрунтовані методики консервативного лікування сколіозу мають на меті перенесення корекції, що досягається в процесі виконання фізіотерапевтичних специфічних вправ для лікування сколіозу у повсякденне життя пацієнта.

4. З метою досягнення кращих результатів можливе використання додаткових методів фізичної терапії, таких як масаж, міофасціальний реліз, кінезіологічне тейпування, PNF, електроміостимуляція тощо, але лише як допоміжний інструменти до фізіотерапевтичних специфічних вправ для лікування сколіозу (PSSE).

5. Згідно з рекомендаціями SRS та SOSORT, усі методики рекомендують роботу фізичного терапевта у складі мультидисциплінарної команди, що дасть змогу досягти найкращого результату у лікуванні сколіозу [2].

Отже, науково-доказові методи лікування є ключовими у терапії сколіозу у дітей. Раннє виявлення сколіозу є ключовим фактором успішного лікування. Скринінгові програми у школах, регулярні огляди у ортопеда та підвищення обізнаності батьків допомагають виявити патологію на ранніх стадіях, коли лікування найбільш ефективне.

Література:

1. Бакалюк Т.Г., Чурпій І.К., Янів О.В., Стельмах Г.О., Телиця Є.Ю. Сучасні аспекти реабілітаційного обстеження при порушенні постави у людей молодого віку. *Art of Medicine* 1(13) січень - березень, 2020 С. 175-179 URL: file:///D:/Download/oksanahotiur,+29.+%D0%91%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D1%8E%D0%BA%20(4).pdf (дата перегляду 23.03.2025).

2. Поляруш І. А., Василенко Є. В., Кобінський О. В. Огляд сучасних підходів до застосування засобів фізичної терапії при сколіотичній хворобі у підлітків. *Спортивна медицина, фізична терапія, ерготерапія*, Київ, Україна. 2022. Т.2 С. 125-131.

Гребенченко Кристина
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

ІНОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ДЛЯ ОЦІНКИ МОТОРНИХ ФУНКЦІЙ У ДІТЕЙ З ДЦП

Актуальність. Дитячий церебральний параліч (ДЦП) – одна з головних причин дитячої інвалідності, що супроводжується порушеннями рухових функцій. В Україні понад 90 тисяч дітей з інвалідністю страждають від ДЦП, що обмежує їхню здатність до самостійного пересування та соціальної інтеграції. Відсутність системного підходу до призначення реабілітаційних методик та технічних засобів ускладнює роботу реабілітаційних центрів та знижує ефективність втручань [1].

Мета роботи полягає в аналізі сучасних підходів до системи класифікації великих моторних функцій у дітей з ДЦП, застосування у клінічній практиці, впливу на ефективність реабілітаційних заходів, новітніх технологій діагностики та інноваційних методів оцінки моторних функцій.

Аналіз останніх публікацій та досліджень: за останнє десятиліття було проведено багато досліджень щодо валідності та надійності систем класифікацій великих моторних функцій. GMFCS є загальноприйнятим стандартом для оцінки рівня моторних порушень у дітей з ДЦП [2]. Вона ґрунтується на функціональних можливостях дитини у різних вікових групах, відображаючи здатність дитини виконувати основні рухи, такі як хода, біг, використання допоміжних засобів для пересування тощо. Ця система класифікує дітей за п'ятьма рівнями (I-V) від дітей з мінімальними обмеженнями рухової активності до тих, хто має значні порушення, які вимагають постійного використання допоміжних засобів [4-5].

На даний час значного розвитку набули інноваційні технології, які дають змогу точніше та об'єктивніше оцінювати моторні функції дітей з ДЦП:

1) Система штучного інтелекту та машинного навчання – ШІ здатний обробляти відео- та фото-дані, отримані під час рухових тестів, що дає змогу автоматично визначати відхилення від нормальних показників рухової активності, що допомагає у ранньому виявленні порушень [6].

2) 3D-аналітика та моделювання рухів – ця технологія дає змогу отримати тривимірні зображення рухів, допомагає виявляти порушення координації та розробляти точніші прогнози щодо функціональних можливостей дитини. Вона

також дає можливість відслідковувати зміни в моторних функціях під час реабілітації та вносити корективи у лікування [3].

3) Віртуальна реальність (BR) та доповнена реальність (AR) – інтеграція BR та AR-технологій для створення віртуального середовища, що допомагає покращити мотивацію та ефективність тренувань [5].

4) Електроміографія (ЕМГ) – це метод, який вимірює електричну активність м'язів і використовується для оцінки функціонування, виявлення порушень та створення індивідуальних реабілітаційних програм. Це дозволяє точно визначити, як працюють окремі м'язи і які з них потребують додаткової стимуляції.

5) Платформи для віддаленого моніторингу – технології телемедицини дають змогу лікарям дистанційно контролювати стан пацієнтів та коригувати реабілітаційні плани у режимі реального часу [3].

Отже, використання новітніх технологій діагностики та інноваційних методів оцінки моторних функцій дає змогу значно покращити точність оцінки стану пацієнтів та персоналізувати підхід до реабілітації. Впровадження системного підходу до використання цих технологій є перспективним напрямом для поліпшення якості реабілітаційної допомоги дітям з ДЦП.

Література:

1. Novak I., Morgan C., Fahey M., et al. (2020). State of the Evidence Traffic Lights 2019: Systematic Review of Interventions for Preventing and Treating Children with Cerebral Palsy. Current Neurology and Neuroscience Reports, 20(3), 3.

2. Palisano R., Rosenbaum P., Bartlett D., Livingston M. (2020). Gross Motor Function Classification System – Expanded and Revised. McMaster University Press.

3. Gorter J. W., Verschuren O., Bosma L., et al. (2023). The Application of GMFCS in Clinical and Research Settings. Developmental Medicine & Child Neurology, 65(1), 17-25.

4. Eliasson A. C., Krumlinde-Sundholm L., Gordon A. M., et al. (2021). The Manual Ability Classification System (MACS) for Children with Cerebral Palsy: Scale Development and Evidence of Validity and Reliability. Physical & Occupational Therapy in Pediatrics, 41(2), 105-122.

5. Sakzewski L., Reedman S., Boyd R. (2022). Non-invasive Brain Stimulation and Motor Training in Children with Cerebral Palsy. Neurorehabilitation and Neural Repair, 36(4), 215-230.

6. Patel,S.D & Swaim, R.(2020). "Machine leamning applications in cerebral palsy rehabilitation Neurorehabilitation and Neural Repair, 34(1), 1-10.

Гриу Марія
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Потапова О. В.

ЗАСТОСУВАННЯ СТРЕТЧИНГУ ЯК ВИДУ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ДЛЯ ОСІБ З МАЛОРУХЛИВИМ СПОСОБОМ ЖИТТЯ

Актуальність: Сучасний малорухливий спосіб життя стає серйозною проблемою для здоров'я, спричиняючи зниження фізичної активності, порушення постави, болі у м'язах та суглобах. Одним із ефективних методів профілактики таких негативних наслідків є стретчинг – система вправ, спрямованих на розтяжку м'язів, покращення їх еластичності та збільшення рухливості суглобів [1].

У світі спорту і фітнесу нерідко можна зустріти загадкове слово «стретчинг». Стретчинг – це комплекс фізичних вправ, що допомагають збільшити гнучкість м'язів та зв'язок, зняти м'язову напругу, запобігти виникненню болю, покращити рухливість суглобів та загальну гнучкість тіла. Він може бути окремим видом тренувань, використовуватися для розігріву перед фізичним навантаженням або для відновлення після нього [2].

На відміну від силових тренувань, стретчинг не потребує значних фізичних зусиль та є доступним для широкого кола людей, незалежно від віку та рівня підготовки. Регулярні вправи сприяють не лише покращенню фізичного стану, а й позитивно впливають на психоемоційний стан, допомагаючи зменшити стрес і напруження.

В перекладі з англійської «Stretching» перекладається як «розтяжка». Науково підтверджено, що регулярне розтягування м'язів знижує ризик травм, збільшує витривалість і прискорює відновлення після навантажень. Стретчинг, як система вправ, з'явився в 50-х роках минулого століття, але його переваги були визнані в спорті лише через 20 років, після досліджень американських і шведських вчених. У 80-х роках XX ст. гімнастика з елементами розтяжки стала популярним методом схуднення [3].

На сьогодні існує декілька видів стретчингу:

1. Статичний (традиційний). Такий вид стретчингу передбачає утримання певної пози протягом 30-60 секунд, зосереджуючись на розтягуванні конкретних м'язів. Після цього потрібно плавно повернутися у вихідне положення. Час утримання пози залежить від рівня підготовки. Цей вид стретчингу зазвичай виконується наприкінці тренування для зняття напруги, розтягування та розслаблення м'язів. Важливо уникати болю, відчуваючи лише легке натягнення. З часом тривалість утримання пози можна збільшувати, коли м'язи, зв'язки та суглоби адаптуються.
2. Динамічний. Суть цього виду стретчингу полягає у виконанні ряду повторюваних повільних, м'яких пружинистих рухів, після яких йде фіксація

статичного положення в кінцевій точці. До таких вправ належать махи ногами, випади та перекати. Цей вид стретчингу зазвичай використовується на початку тренування як розминка. Динамічна розтяжка допомагає розігріти та розтягнути суглоби та зв'язки, готуючи їх до подальшого навантаження.

3. Балістичний. Відрізняється від динамічного більшою амплітудою та різкішими рухами, тому він підходить лише для фізично підготовлених людей. Для інших він може бути травмонебезпечним. Спортсмени використовують інерцію рухомих кінцівок або тіла для розширення діапазону рухів, виконуючи широкі махи руками або ногами, нахили або згинання тулуба.

4. Активно-ізольований. Цей стретчинг передбачає розтягування м'яза шляхом активного скорочення протилежного йому м'яза-антагоніста. Тобто, коли один м'яз напружується, інший розслабляється. Для виконання вправ часто використовують еластичні бинти, мотузки, ремені або скакалки. Цей вид стретчингу підходить як для розігріву перед тренуванням, так і для відновлення після нього, сприяючи збільшенню сили та гнучкості м'язів.

5. PNF (пропріоцептивний нервово-м'язовий стретчинг). Один із найскладніших видів розтяжки, який рекомендується виконувати під керівництвом тренера. Він полягає в чергуванні напруження та розслаблення м'язів. М'яз скорочується протягом 6 секунд, а потім розслаблюється та статично розтягується протягом 10-30 секунд. Ця техніка сприяє відновленню рухливості суглобів після операцій або травм, тренує окремі групи м'язів та покращує гнучкість.

6. Аеростретчинг. М'який вид розтяжки, який виконується за допомогою підвісних полотен, гамаків. Цей вид стретчингу значно зменшує навантаження на суглоби та хребет, при цьому активно залучаючи м'язи. Ця техніка допомагає зняти м'язові затиски та покращити координацію [4].

Спираючись на джерела науково-методичної літератури, можна зазначити користь впливу цього виду фітнесу, а саме:

- поліпшення м'язового кровотоку;
- покращення координації;
- призупинення процесу атрофії м'язів;
- зростання максимально можливої безпечної амплітуди рухів;
- зміцнює всі системи організму;
- допомагає розслабитися, прибрати затискачі;
- виправляє поставу;
- гнучкість та укріплення всіх м’язів тіла, і це лише основні переваги стретчингу [1].

Стретчинг особливо популярний серед жінок, оскільки регулярні заняття допомагають полегшити симптоми ПМС, нормалізувати менструальний цикл, зменшити біль та зміцнити м'язи тазового дна. Крім того, стретчинг сприяє поліпшенню лімфодренажу та зменшенню затримки рідини, що робить прояви целюліту менш помітними.

Хоча стретчинг сам по собі не є високоефективним для спалювання калорій (близько 150 ккал за 60 хвилин), він може значно підвищити

результативність інтенсивних тренувань, спрямованих на схуднення, та зменшити об'єми тіла за рахунок виведення зайвої рідини [1].

Висновки: стретчинг є доступним та ефективним видом фізичної активності, який допомагає підтримувати здоров'я опорно-рухового апарату, запобігати негативним наслідкам малорухливого способу життя та покращувати загальне самопочуття. Його систематичне використання сприяє корекції постави, зменшенню напруження у м’язах, профілактиці травм та підвищенню рівня фізичної активності серед осіб, які ведуть малорухливий спосіб життя.

Література:

1.Все про стретчинг. URL : https://inflow.com.ua/all-about-stretching (дата звернення 23.03.2025).

2.Стретчинг. URL : https://impreza.rv.ua/blog/what-is-shstretching/ (дата звернення 23.03.2025)

3.Антіпова Ж. І., Барсукова Т. О., Шурхал Л. О. Стретчинг у системі фізичного виховання студентів закладів вищої освіти : метод, рек. Одеса : Вид.-ць Букаєв Вадим Вікторович, 2021. 84 с.

4.Стретчинг: користь для здоров’я та фігури. URL : https://ligafitness.com.ua/sport/stretchyng-koryst-dlya-zdorovya-ta-figury/ (дата звернення 23.03.2025).

Давиденко Анастасія
магістр 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: д-р біол. наук, проф. Богдановська Н.В.

СУЧАСНІ МЕТОДИ МЕХАНОТЕРАПІЇ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСІБ ЛІТНЬОГО ВІКУ З ПІСЛЯІНСУЛЬТНИМ ГЕМІПАРЕЗОМ У РАННЬОМУ ВІДНОВНОМУ ПЕРІОДІ

Актуальність. Інсульт посідає друге місце серед причин смертності та інвалідності у світі. Щорічно реєструється близько 6,5 мільйонів смертей, поступаючись лише ішемічній хворобі серця. Україна є однією з перших в Європі за рівнем цереброваскулярної захворюваності та смертності: щорічно реєструється близько 100-110 тис. інсультів. За статистикою, 30-40 % хворих на інсульт помирають протягом перших 30 днів, до 50% – протягом 1 року, 20-40% – потребують сторонньої допомоги (12,5% первинної інвалідності), і лише 10% продовжують повноцінне життя. Близько 25 % інвалідизації населення геріатричного віку зумовлено інсультом. Кожен наступний інсульт погіршує якість життя і ускладнює перебіг супутніх захворювань. Метою реабілітації людей з постінсультним геміпарезом є зменшення кількості ускладнень інсульту, досягнення повного або часткового відновлення втрачених

неврологічних функцій, максимальної здатності хворого вести нормальний спосіб життя. Актуальним засобом ефективного реабілітаційного втручання є механотерапія [1, с.30; 2, с. 34].

Мета дослідження – дослідити вплив механотерапії в реабілітації осіб геріатричного віку з постінсультним геміпарезом в ранньому відновному періоді ішемічного інсульту на відновлення втрачених рухових функцій.

Методи дослідження: аналіз результатів актуальних науково-літературних джерел за темою дослідження.

Науково-технічний розвиток забезпечив сучасні зміни в нейрофункціональній реабілітації постінсультних пацієнтів і створив ефективний клінічний інструмент фізичної терапії, а саме механотерапію.

Механотерапія – лікування терапевтичними вправами за допомогою спеціальних апаратів та тренажерів як для дрібних суглобів та м’язових груп, так і для крупних. На спеціальному обладнанні пацієнти виконують точно спрямовані та суворо дозовані рухи, метою яких є збільшення амплітуди рухів у суглобах, зміцнення сили м'язів, відновлення рухових функцій. У роботі з пацієнтами з наявним постінсультним геміпарезом використовуються різні типи механотерапевтичних апаратів, принцип дії яких базується на біомеханічних особливостях рухів в суглобах: маятникового і блокового типу та системи важеля.

Апарати маятникового типу ґрунтуються на принципі балансуючого маятника, за рахунок сили інерції якого забезпечуються коливальні рухи у суглобах, що і призводить до збільшення амплітуди рухів у них. Кожний маятниковий апарат пристосований тільки для якогось одного суглобу і виконання одного виду рухів, тобто відпрацювання конкретного рухового вміння.

Апарати блокового типу базуються на принципі блоку з вантажами, з допомогою яких збільшується сила м'язів кінцівок. У випадках суттєвого зниження сили м'язів можна полегшити рухи за умови врівноваження ваги кінцівки точно підібраним вантажем. Змінюючи вихідні положення пацієнта, можна диференційовано зміцнювати визначені м'язові групи паретичної сторони тіла.

Апарати, що діють за принципом важеля використовують для роботи з окремими м'язовими групами. Варіюючи довжиною важеля, можна підсилювати або зменшувати опірність, що забезпечує ускладнення чи полегшення рухів, відновлення сили м'язів і рухливості у суглобах верхньої та нижньої кінцівок, дозволяючи відтворювати та вдосконалювати оволодіння базовими руховими навичками [3, с. 7-8; 4].

Висновки. Отже, механотерапія є однією з найважливіших і найвпливовіших складових фізичної терапії у постінсультній реабілітації при наявності геміпарезу у людей геріатричного профілю, адже комплексне застосування різних видів занять на механотерапевтичних апаратах у поєднанні з класичними методами фізичної терапії істотно покращує функціональне відновлення та якість життя пацієнтів за рахунок відновлення рухових навичок

і таким чином підвищення рівня мобільності та незалежності в побуті.

Література:

1. Вавринчук Н. Т., Бакалюк Т. Г. Реабілітаційні підходи при парезі верхньої кінцівки у пацієнтів після інсульту. *Медсестринство*. 2021. № 3. С. 30-32.

2. Горопашна С., Горошко В. Сучасні підходи відновної терапії після інсульту. *Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології*. 2022. № 7. С. 34-37.

3. Механотерапія. Працетерапія. Поєднання засобів фізичної реабілітації. Загальні поняття про санаторно-курортне лікування. Методичні рекомендації для позааудиторної самостійної підготовки до практичних занять здобувачів вищої медичної освіти 4-го року навчання з дисципліни «Внутрішня медицина» (в тому числі ендокринологія. ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2023. URL: https://ekhnuir.karazin.ua/server/api/core/bitstreams/a3cc9223-495f-4078-ae2e-58edb6fe349d/content (дата звернення 26.03.2025).

4. Barros L. M. Practice of mechaoterapeutic exercises stimulates brain neuroplasticity in a post-accident patient brain vascular. *Health&Society*. 2024. Vol. 04 - n 05. URL: file:///C:/Users/User/Downloads/PRACTICE+OF+MECHAOTHERAPEUTIC.pdf (дата звернення 26.03.2025).

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

КОМПЛЕКСНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІСЛЯ АМПУТАЦІЇ КІНЦІВОК

Актуальність. Реабілітація пацієнтів після ампутацій нижніх кінцівок є складним і багатогранним процесом, що вимагає комплексного підходу із залученням міждисциплінарної команди, сучасних досягнень медицини, біонічного протезування та фізичної терапії. Використання інноваційних методів фізичної реабілітації, індивідуальних програм тренувань і сучасних технологій є необхідною умовою для забезпечення високої якості життя та успішної інтеграції постраждалих у суспільство.

Мета – проаналізувати сучасні підходи до комплексної реабілітації військовослужбовців після ампутацій кінцівок.

До складу міждисциплінарної команди входять – лікар фізичної реабілітаційної медицини, протезисти-ортезисти, фізичні терапевти, ерготерапевти, асистенти фізичного терапевта, ерготерапевта, психологи та соціальні працівники. Взаємодія цих фахівців забезпечує ефективний підхід до

реабілітації, адаптації та соціальної інтеграції пацієнтів.

Реабілітаційний процес передбачає використання методів фізичної терапії, зокрема терапевтичних вправ для зміцнення м'язів залишкової кінцівки, розвитку рівноваги та координації, а також профілактики контрактур. Для зменшення фантомного болю застосовують дзеркальну терапію, черезшкірну електростимуляцію, градуйовані рухові образи та когнітивно-поведінкові підходи. Сучасним методом є віртуальна реабілітація з використанням VR-технологій, яка сприяє імітації рухів та проведенню інтерактивних тренувань [1, 2].

Психологічна складова реабілітації включає роботу з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР) та депресією, зниження рівня тривожності під час індивідуальних консультацій та групових сеансів із психотерапевтом. Такі групові сесії створюють можливість військовослужбовцям спілкуватися з однодумцями, які проходять подібний процес відновлення. Це збільшує відчуття спільноти та підтримки, а також допомога в подоланні військових досвідів. На практиці широко застосовують терапевтичні методи психологічної реабілітації, зокрема арт-терапію, музикотерапію, каністерапію, іпотерапію та когнітивно-поведінкову терапію. Ці методи спрямовані на поліпшення емоційного стану та здатності адаптуватися до нових умов.

Забезпечення гідного рівня життя та інтеграція пацієнтів у суспільство є невід'ємною частиною роботи ерготерапевта та соціального працівника в комплексної реабілітації. Вона охоплює навчання самостійного пересування та пристосування до різних умов середовища, професійну адаптацію через програми перекваліфікації та допомогу у працевлаштуванні, створення доступного середовища з безбар'єрним доступом та адаптованим транспортом. Важливою складовою є спорт як частина реабілітації, що сприяє покращенню фізичного та психологічного стану [3, с.5-17]. Також значну роль відіграє юридична підтримка та соціальні гарантії, зокрема цифрові платформи, які надають інформацію про пільги, медичне забезпечення та правовий захист.

Важливим етапом реабілітаційного процесу є належне оформлення медичної та соціальної документації, що включає встановлення статусу особи з інвалідністю, доступ до медичних послуг, призначення пільг та соціальних виплат, а також підготовку документів для отримання протезів.

Висновок. Комплексна реабілітація після ампутацій базується на впровадженні інноваційних методик, залученні мультидисциплінарних команд фахівців і постійному моніторингу результатів для вдосконалення програм реабілітації. Державна підтримка, доступ до інноваційних медичних рішень і міждисциплінарна співпраця є ключовими факторами ефективної реабілітації та повернення ветеранів до повноцінного життя.

Література:

1. Беспаленко А.А., Щеглюк О.І., Кіх А.Ю., Алгоритм реабілітації військовослужбовців з ампутацією кінцівок на основі мультипрофесійного та індивідуального підходу. *Український журнал військової медицини*, 2020. Т. 1.

С. 64-72.

2. Мерзлікіна, О. А., Трясун, Ю. Р., Коваленченко, В. Ф. Програма фізкультурно-спортивної реабілітації військовослужбовців після ампутації нижніх кінцівок у реабілітаційному центрі. *Науковий часопис Українського державного університету ім. Михайла Драгоманова*. Серія 15, (2024). (3К(176), 326-330. URL https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).71(дата звернення: 29.03.2025).

3. Міністерство охорони здоров'я України. Фізична реабілітація ветеранів. URL: https://moz.gov.ua/uploads/ckeditor/Новини/rehabilitation_4.pdf (дата звернення: 29.03.2025).

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

СУЧАСНІ МЕТОДИ ОЦІНКИ БОЛЮ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ОДНОВИМІРНИХ ШКАЛ

Актуальність. Біль є одним із найпоширеніших симптомів у пацієнтів, який часто залишається недостатньо оціненим та недостатньо контрольованим. За даними ВООЗ, близько 20% дорослого населення страждає від хронічного болю, а понад 80% пацієнтів відчувають гострий біль різного ступеня інтенсивності. Незважаючи на значний прогрес у розумінні механізмів болю, його точна оцінка залишається значною проблемою для працівників галузі охорони здоров’я. Складність точної оцінки болю пов'язана з його суб'єктивною природою. Біль є багатовимірним досвідом, що включає сенсорні, емоційні, когнітивні та соціокультурні компоненти. Два пацієнти з однаковими травмами або захворюваннями можуть відчувати та описувати біль абсолютно по-різному. Ця суб'єктивність ускладнює об'єктивну оцінку та вимірювання болю, що, в свою чергу, впливає на якість діагностики та ефективність лікування [1].

Мета: На основі даних літературних джерел провести порівняльний аналіз сучасних одновимірних шкал оцінки болю.

Сучасна медицина активно розвиває методи оцінки болю, переходячи від суб'єктивних до стандартизованих підходів. Мультимодальні підходи поєднують комбінацію суб'єктивних шкал самооцінки з об'єктивними фізіологічними параметрами, та персоналізацію методів оцінки залежно від віку, статі, культурного походження, когнітивного статусу та попереднього досвіду болю. Такі підходи забезпечують точнішу оцінку болю, розробку специфічних шкал для різних груп пацієнтів, особливо із обмеженою комунікацією.

Порівняння одновимірних шкал оцінки болю є важливим для визначення

їх відносної ефективності, точності та придатності для різних клінічних ситуацій та груп пацієнтів. Численні дослідження показують, що жодна шкала не є універсальною, а вибір залежить від конкретної клінічної ситуації, характеристик пацієнта та мети оцінки.

У даній статті розглядаються сучасні тенденції в методах оцінки болю з особливим акцентом на одновимірні шкали. Представлено порівняльний аналіз візуальної аналогової шкали (VAS), шкали оцінки болю на обличчі (FPS), вербальної шкали оцінки (VRS) та числової шкали оцінки (NRS).

З точки зору точності та надійності, VAS та NRS демонструють найвищі психометричні характеристики. Мета-аналіз, проведений Hjermstad et al. [3,4], показав, що обидві шкали мають високу кореляцію між собою ($r > 0.8$) та високу внутрішню узгодженість. VAS забезпечує найбільш чутливе вимірювання та здатна виявляти навіть мінімальні зміни в інтенсивності болю. Однак NRS є більш зручною у використанні, особливо в клінічних умовах, де не завжди є можливість використовувати письмові інструменти. Крім того, NRS демонструє менше помилок при заповненні та вищий рівень комплаєнсу пацієнтів порівняно з VAS.

FPS та VRS, хоча й мають нижчу чутливість порівняно з VAS та NRS, демонструють вищий рівень завершеності та менше помилок при використанні серед певних груп пацієнтів. FPS є особливо ефективною для дітей та пацієнтів з когнітивними порушеннями, оскільки не вимагає абстрактного мислення та вербальних навичок. VRS є простішою для розуміння деякими пацієнтами, особливо літніми, але її обмежена кількість дескрипторів може призводити до втрати інформації про тонкі зміни в інтенсивності болю [5, 6].

Висновки. На основі проведеного аналізу, можна зробити висновок, що NRS є найбільш універсальною та практичною шкалою для рутинної клінічної практики. Вона поєднує високу точність з простотою використання та широкою прийнятністю серед пацієнтів різних вікових груп та культурних походжень. VAS залишається цінним інструментом для клінічних досліджень, де важлива висока чутливість та можливість виявлення незначних змін. FPS рекомендується для використання в педіатричній практиці та з пацієнтами, які мають труднощі з комунікацією. VRS може бути корисною для літніх пацієнтів та в ситуаціях, де важлива простота використання. Важливо підкреслити, що вибір шкали повинен базуватися не лише на її психометричних характеристиках, але й на конкретній клінічній ситуації, характеристиках пацієнта та цілях оцінки. Крім того, для більш комплексної оцінки болю рекомендується доповнювати одновимірні шкали іншими методами, які враховують якісні аспекти болю, його вплив на функціональність та якість життя пацієнта. Тільки такий комплексний підхід дозволить забезпечити ефективне управління болем та покращити якість медичної допомоги.

Література:

1. Nijs J, Lahousse A, Kapreli E, Bilika P, Saraçoğlu İ, Malfliet A et al. Nociplastic Pain Criteria or Recognition of Central Sensitization? Pain Phenotyping

in the Past, Present and Future. URL: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34361986/

2. John T Farrar 1, Jesse A Berlin, Brian L Strom. Clinically important changes in acute pain outcome measures: a validation study. URL: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12727037/

3. Mette Frahm Olsen, Eik Bjerre, Maria Damkjær Hansen, Jørgen Hilden, Nino Emanuel Landler, Britta Tendal, Asbjørn Hróbjartsson 6Pain relief that matters to patients: systematic review of empirical studies assessing the minimum clinically important difference in acute pain. URL: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28215182/.

4. Breivik H, Borchgrevink PC, Allen SM, Rosseland LA, Romundstad L, Hals EK, et al. Pain assessment. Br J Anaesth 2008; 101: 17-24.

5. Chien CW, Bagraith KS, Khan A, Deen M, Strong J. Comparative responsiveness of verbal and numerical rating scales to measure pain intensity in patients with chronic pain. URL: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24290445/

Каврін Михайло
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р біол. наук, проф. Богдановська Н.В.

ІШІАС: ДИФЕРЕНЦІЙНА ДІАГНОСТИКА ТУНЕЛЬНИХ СИНДРОМІВ СІДНИЧНОГО НЕРВА ТА РАДИКУЛОПАТІЙ

Актуальність. Ішіас – це клінічний синдром, що проявляється як розповсюджений біль по ходу сідничного нерву від рівня попереку по задній поверхні ноги, частіше хронічний. Серед дорослої вибірки його поширеність становить близько 40%, що дійсно робить його однією з частих причин болю в нижніх кінцівках.

Не дивлячись на широке застосування терміну «ішіас» як такого, що характеризує власне будь-який біль від попереку до стопи, тільки ураження сідничного нерву від радикулопатії та компресії нерву визначається як виключна характеристика цього поняття. В свою чергу, диференційна діагностика появи ішіасу впливає не тільки на встановлення чіткої причини, але і на вибір тактики реабілітації, що і є першочерговим у клінічному менеджменті даного синдрому [1, 2, 3].

Мета. Метою роботи є розбір етіологічної складової появи ішіасу, його проявів та критеріїв диференційної діагностики у процесі провадження відповідних реабілітаційних заходів.

Аналіз останніх публікацій та досліджень показав, що хоча основною причиною ішіасу є найчастіше за все – радикулопатія L5-S1, проте існує група причин недискогенного характеру, куди відносять такі тунельні синдроми як синдром грушоподібного м'яза у 67,8% випадків, ішіальний тунельний синдром у – 4,7% , ішіофеморальний синдром та інші [1].

Фізичні терапевти стикаються з тим, що багато суміжних станів та синдромів мають аналогічну симптоматику, а це не завжди дозволяє глибоко та більш точно відокремити тунельні синдроми та радикулопатії, що може призвести до необгрунтованих втручань. Таким чином, слід розкрити тему та диференціацію синдромів з метою більш чіткого та обгрунтованого підходу до їх лікування.

До основних факторів, що провокують ішіас, відносять [1, 2]:

1) надмірну флексію поперекового відділу, без сегментарної флексії в інших сегментах хребта, або з провокуванням перенесенням ваги;

2) ротаційні рухи у поперековому відділі, де ротація є фізіологічною малою;

3) тривале нерухоме сидіння, що провокує дегідратацію диску, рух пульпозного ядра та подальшу килу диску.

4) кашель та чхання, але вже як ознака корінцевого ураження.

Спершу одночасно слід відокремити можливі причини у неврологічному дефіциті через радикулопацію L4-L5, L5-S1, бо сідничний нерв утворюється з відповідних корінців L4-S2, на це будуть вказувати сенсорний дефіцит, оніміння та парестезії чітко по ходу дерматомів відповідного сегменту, у більш пізніх та серйозних ураженнях – включення міотомів відповідних сегментів. Зокрема позитивним буде тест Ласега при флексії у стегні вище 35 градусів при появі прострілюючого болю від попереку, також як і при тесті на передньо-заднє зміщення хребців попереку (PPIVMs) [1, 5]. Підтвердженням буде слугувати МРТ поперекового відділу з ознаками компресії дуральних мішків корінців, з вказанням можливого стенозу форамінальних отворів, що призведе до запалення корінця [1].

На відміну від цього, компресійні синдроми, будуть мати менш серйозний прояв без чіткого сегментарного визначення, як при ураженнях корінців, бо стиснення буде вже самого великого нерву [1, 2, 4].

Синдром грушоподібного м’язу – це компресія сідничного нерва через спазм або фіброз грушоподібного м’язу, через який, або під яким в різних конфігураціях проходить нерв. Характеризується болем у глибоких шарах сідниці з іррадіацією вниз по нозі, біль підсилюється при внутрішній ротації та приведенні стегна, пальпаторно область відповідної сідниці напружена, пальпація та глибока пальпація викликає біль, відчутний гіпертонус структур, буде наявне обмеження внутрішньої ротації та загострення болю при русі, тест FADIR позитивний, але слід виключити патології самого стегнового суглоба, проте наявні проблеми можуть існувати паралельно [2, 3].

Ішіальний тунельний синдром виникає внаслідок здавлення сідничного нерва в області сідничного горба або між м’язами сідничної ділянки. Основними симптомами є біль у сідниці, що посилюється при фізичному навантаженні, слабкість при тильному згинанні та еверсії стопи, парестезії по боковій частині гомілки.

Диференціальна діагностика має виключати інші причини болю, в тому числі в області сідничного вирізу, над та під вертлюгом, біль буде у латеральній

частині сідничного горба,

Стан слід відрізняти від синдрому грушоподібного м’язу, оскільки слід враховувати просторове розташування грушоподібного та внутрішнього затульного м‘язу: перший має більш поверхневе залягання в порівнянні з другим, що є глибшим та ближчим до сідничного бугра, тобто синдром не буде провокуватися поверхневою пальпацією, а локалізація буде ближчою до вертлюга в проекції сухожилля відповідного м’язу та нижчою від проекції грушоподібного м’язу. Біль буде відворюватися при відведенні стегна та при пасивній зовнішній ротації, негативним буде результат при тесті Ласега та перехресній тракції відповідної ноги на провокацію грушоподібного.

Синдром підтверджується МР-нейрографією, що демнострує компресію нерва на рівні сухожилля внутрішнього затульного м’яза: грушоподібні м’язи асиметричні з атрофією відповідного, м’язи навколо нерву асиметричні, розширення сідничного нерва на рівні сідничного горба і звуження поблизу сухожилля внутріншього затульного м’язу, гіперінтенсивність нерва перед механічним стисеннням [1, 4].

Ішіофеморальний синдром – це компресія сідничного нерва через зменшення простору між сідничнм бугром та малим вертлюгом, в силу гіпертрофії квадратного м’яза стегна. Характеризується болем у глибоких структурах сідниці. На відміну від грушоподібного м’язу біль провокується при розгинанні, приведенні та зовнішній ротації стегна, а не внутрішній. Також пацієнти скаржаться на біль при ходьбі на довгі дистанції, проглянках. Точна локалізація болю – латеральніше сідничного бугра у фазі відведення та приведення ноги при ході з максимальною екстензією стегна. Золотим стандартом буде МР області стегна з візуалізацією зменшення простору між сідничним бугром та малим вертелом та позитивним Long stride walking test [1, 6].

Підсумовуючи зазначене, слід виділити наступне:

1. Діагностика причин виникнення ішіасу є дуже комплексним процесом та вимагає знань щодо трактування функціональних тестів на м’язи тазу та стегна, висновків МРТ та виключення неврологічного дефіциту через радікулопатії.
2. Діференціальна діагностику важлива при виборі методу лікування між консервативним підходом щодо використання комплексу протизапальної терапії, знеболюючих та міорелаксантів з використанням мануальних технік, вправ на розслаблення та поступове укріплення м’язів та оперативним підходом щодо хірургічної декомпресії нервових структур.
3. Подальше виокремлення протоколів лікування та реабілітації з визначенням клінічного алгоритму диференціальної діагностики відповідних синдромів є об’єктом майбутніх досліджень.

Література:

1. Sciatic Nerve Injury. (2023, May 7). *Physiopedia*. Retrieved 11:58, March 27, 2025 from https://www.physio-

pedia.com/index.php?title=Sciatic_Nerve_Injury&oldid=333119. (дата звернення: 29.03.2025).

2. Sciatica. (2023, April 26). *Physiopedia*, . Retrieved 14:55, March 28, 2025 from https://www.physio-pedia.com/index.php?title=Sciatica&oldid=332172. (date of access: 28.03.2025).

3. Синдром грушоподібного м'яза (тунельна невропатія сідничного нерва) - Osanclinic. *Osanclinic.* URL: https://osanclinic.com.ua/syndrom-grushopodibnogo-myaza-tunelna-nevropatiya-sidnychnogo-nerva/ (дата звернення: 27.03.2025)

4. Filler A. NerveMed. URL: https://nervemed.com/case-study-58-year-old-male-with-ischial-tunnel-syndrome/ (дата звернення: 29.03.2025).

5. Manual Therapy Techniques For The Lumbar Spine. (2024, October 14). *Physiopedia*, . Retrieved 07:29, March 29, 2025 from https://www.physio-pedia.com/index.php?title=Manual_Therapy_Techniques_For_The_Lumbar_Spine&oldid=361753. (date of access: 29.03.2025).

6. Тест на длительную ходьбу | Ischiofemoral Hip Impingement (IFI). *Physiotutors*. URL: https://www.physiotutors.com/ru/wiki/long-stride-walking-test/ (дата звернення: 29.03.2025).

Каврін Михайло
студент 1 курсу магістратури фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

CIMT-ТЕРАПІЯ: МОДИФІКАЦІЇ ДЛЯ ПАЦІЄНТІВ З ДИТЯЧИМ ЦЕРЕБРАЛЬНИМ ПАРАЛІЧЕМ

CIMT-терапія, або рухова терапія, індукована обмеженням, – це один із найбільш перспективних методів реабілітації пацієнтів із геміплегічною формою дитячого церебрального паралічу (ДЦП), яка займає друге місце (16,3%) за поширеністю після спастичної диплегії (69,3 %). Терапія базується на обмеженні рухливості здорової руки для стимуляції нейронних зв’язків та їх реорганізації з метою боротьби з асиметрією рухів, незначним використанням ураженої кінцівки, стимулюючи адаптивність кори головного мозку [1, 2]. Результативність використання CIMT-терапії також підтверджена у нейрореабілітації дорослих, проте застосування даного методу у дітей потребує великої уваги до індивідуальних особливостей дитини, що зводиться до модифікації методу CIMT-терапії [1, 3].

Аналіз останніх публікацій та досліджень показав, що використання CIMT-терапії для дітей, на відміну від дорослих, стикається з більшою кількістю зафіксованих випадків швидкої втомлюваності, низької мотивації та тривожності, не дивлячись на спільний принцип активного залучення ослабленої кінцівки в рухову активність.

Метою даної роботи є теоретичний аналіз джерел з розкриттям індивідуальних особливостей модифікацій CIMT-терапії для пацієнтів з дитячим церебральним паралічем через усвідомлення різних сторін CIMT-терапії.

Беручи до уваги зазначене, слід вносити корективи до терапії з урахуванням вікових особливостей пацієнтів, їх здібностей, мотиваційних стимулів, підбираючи різні модифікації засобів терапії відповідно до найбільш оптимальних адаптивних реакцій на реабілітаційні сесії: діти можуть швидко виснажуватись через високу інтенсивність терапії під час реадаптації мозку щодо «переключення» контролю між кінцівками; фіксація кінцівки може сприйматися неоднозначно як акт покарання, або примус; повторюваність та монотонність завдань повинна підтримуватися новими ігровими стимулами та похвалою, але без перевантаження часовими режимами, різнорідними засобами підтримки активності та участі дитини [2, 3].

До того ж, гнучкість у використанні CIMT-терапії для дітей з ДЦП базується на розумінні педагогічних та фізіологічних її особливостей відповідно до пацієнтів педіатричного профілю [3]:

1. Кумулятивний ефект, коли здатність мозку напрацьовувати навички покращується з часом після кожного наступного сеансу.
2. Ефект «зносу», або wear-off effect – показники функції верхньої кінцівки значно покращуються після реабілітаційного курсу, проте існує відсоток незначного спаду якості функції перед наступним курсом терапії.
3. Використання групової терапії – формує зону комфорту та нівелює комунікаційні бар'єри між однолітками, залишаючи місце зокрема здоровому змагальному елементу у рамках ігрової терапії.
4. «Оптимум» інтервалів між курсами та періоди – довгі паузи у 1-2 роки знижують ефективність наступних сесій.

За результатами дослідження Wu et al. (2020) відомо, що 4-тижнева реабілітаційна програма CIMT-терапії по 2 години на день мала кращий ефект, ніж 2-тижнева по 4 години на день, а терапевтичний ефект щодо набутих навичок у пацієнтів з ДЦП зберігався до 4 місяців, що і було інтервалом між курсами реабілітації: це був ефект покращення у силі хвату та координаційних здібностях кінцівки, підвищення показників незалежності у догляді за собою, одяганні та прийому їжі, розвитку зорово-моторної координації, тобто здатності кращого управління рухами через кращу орієнтацію зором та їх відповідний контроль [3].

Виділяють певну ланку таких модифікацій [1, 3]:

1) Гейміфікація, або ігрова терапія – підвищення емоційної толерантності дітей до терапії через використання середовища віртуальної реальності та «віртуальних помічників», що підтримують у процесі виконання завдань.

2) Baby-CIMT – адаптована терапія під немовлят до 1,5 річного віку для ранньої стимуляції ураженої кінцівки через модифікацію середовища та зміну положень іграшок.

3) Відхід від жорстких обмежень – використання м’яких ортезів та пристосувань, зниження постійної іммобілізації протягом усього сеансу, проте лише в певних вправах більш складної прогресії.

4) Гнучка тренувальна сесія, коли вправи у сесії займають не більше 10 хвилин для полегшеного сприйняття.

5) Терапія у звичному середовищі за участі батьків (вдома, у школі), що допомагає знизити тривожність.

Отже, модифікація CIMT-терапії відповідає потребам та особливостям дітей з ДЦП, базується на розумінні сприйняття та адаптації мозку до закріплення та використання нових навичок дитини, що і слугує підвищенню заходів з реабілітації.

Література:

1. Constraint Induced Movement Therapy. (2024, June 7). *Physiopedia*. Retrieved 20:27, March 7, 2025 from https://www.physio-pedia.com/index.php?title=Constraint_Induced_Movement_Therapy&oldid=355093. (дата звернення: 07.03.2025).

2. ДЦП у дітей – ЗОКДЛ URL: https://zokdl.zp.ua/dtsp-u-ditey (дата звернення: 07.03.2025).

3. Baby-CIMT (Constraint Induced Movement Therapy for infants). https://www.physio-pedia.com/index.php?title=Baby-CIMT_(Constraint_Induced_Movement_Therapy_for_infants)&oldid=283566. (дата звернення 08.03.2025).

Каширін Антон
студент 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Потапова О. В.

АНАЛІЗ ОСНОВНИХ ПРИНЦИПИ ПОБУДОВИ ЗАНЯТЬ АКВАФІТНЕСОМ

Актуальність. Тривалість життя є одним з найінформативніших критеріїв оцінювання стану здоров’я населення, його благополуччя, а також підсумовуючою оцінкою умов життєдіяльності людності та мірилом ефективності національної служби охорони здоров’я. Тобто цей показник не лише кількісно вимірює довжину (середнє число років) майбутнього життя для пересічної особи, а й може слугувати індикатором якості життя населення. Пріоритетними напрямами збільшення тривалості життя в Україні є: боротьба із серцево-судинними захворюваннями та новоутвореннями з метою скорочення рівня смертності та підвищення середнього віку від них. Також відомо, що здоров’я нації визначається рівнем здоров’я дітей та підлітків.

Якість здоров’я дитини, безумовно, впливає на тривалість та повноцінність подальшого її життя, інтелект, фізичний розвиток та працездатність, що в сукупності має неабияке значення для гармонійного розвитку усього соціуму, зокрема обороноздатності країни, що є вкрай важливим у нинішніх умовах триваючої широкомасштабної збройної агресії Російської Федерації проти України. Невипадково на пріоритеті щодо здоров’я і добробуту жінок і дітей сфокусовано у документі «Цілі сталого розвитку ООН (2016-2030 рр.)», в якому із 17 цілей центральне місце займає ціль № 3 «Забезпечення здорового способу життя та сприяння благополуччю для всіх у будь-якому віці», а Конвенцією ООН про права дитини визнано право дитини на користування найбільш досконалими послугами системи охорони здоров’я та засобами лікування хвороб і відновлення здоров’я [1].

Для підтримки та відновлення здоров‘я населення використовуються різні сучасні види фізичної активності, а поєднання водного середовища та фізичних вправ як з предметами, так і без них, робить заняття цікавими, насиченими, емоційними та ефективнішими.

Мета – проаналізувати основні принципи побудови оздоровчого заняття аквафітнесом.

Аквафітнес – це ефективне тренування в воді на зміцнення всіх груп м'язів і особливо м'язів черевного преса і спини. Один з найбільш жироспалюючих видів навантаження і ефективних засобів у боротьбі з целюлітом. Ці заняття корисні молодим і спортивним, літнім і майбутнім матерям, при варикозному розширенні вен, при надмірній вазі і тим, хто хоче відновитися після травм.

В аквафітнесі доречно застосовуються нижче наведені дидактичні принципи.

Принцип систематичності, який передбачає регулярність занять для досягнення стабільних результатів.

Принцип поступовості, що за основу має поступове збільшення навантажень для запобігання травмам та адаптації організму.

Принцип індивідуалізації, який враховує індивідуальні особливості та потреби кожного учасника аквазаняття.

Принцип різноманітності полягає у використанні різноманітних вправ та обладнання для уникнення монотонності та стимулювання м'язів з різних сторін.

Дотримання наведених принципів є ключем до ефективних та безпечних тренувань з аквафітнесу. Важливо враховувати ці принципи при плануванні кожного заняття, щоб забезпечити оптимальний результат для кожного учасника, незалежно від його рівня підготовки та стану здоров'я. Регулярні заняття, адаптовані до індивідуальних потреб, допоможуть досягти бажаних результатів у фітнесі та реабілітації.

Треба звернути особливу увагу на дозування навантажень у аквафітнесі, яке має свої певні особливості, пов'язані з впливом водного середовища, а саме:

- інтенсивність: визначається частотою серцевих скорочень (ЧСС) та

відчуттям навантаження (шкала Борга), тому рекомендована ЧСС – 60-80% від максимальної;

- тривалість: зазвичай, заняття складає 45-60 хвилин, включаючи розминку, основну частину та заключну частини;

- частота: рекомендується 2-3 заняття на тиждень для досягнення оптимальних результатів;

- об'єм – це кількість повторень та підходів вправ в залежності від рівня підготовки, фізичного стану, фізичної підготовленості та рухового досвіду, а вже з цього формуються цілі тренування.

При дозуванні навантажень важливо враховувати температуру води, яка може впливати на ЧСС та загальне самопочуття. Також слід пам'ятати про гідростатичний тиск, який полегшує венозний відтік та зменшує навантаження на серцево-судинну систему, що є корисним для прискорення відновних процесів в організмі стосовно нормалізації кровообігу та дренажу лімфатичної системи.

Зазвичай типове оздоровче заняття з аквафітнесу складається з трьох основних частин:

- розминка (10-15 хвилин): легкі кардіо вправи та динамічні розтяжки для підготовки м'язів та суглобів, які за мету мають підвищення температури тіла та покращення кровообігу;

- основна частина (30-40 хвилин): силові вправи, кардіо вправи та вправи на координацію з можливим використанням різноманітного обладнання (нудли, гантелі, дошки) для збільшення опору та інтенсивності;

- заключна частина (5-10 хвилин): статичні розтяжки та вправи на розслаблення з метою відновлення дихання та зниження ЧСС.

Важливою умовою під час проведення оздоровчого заняття є спостереження за диханням під час виконання вправ. Згідно специфіки захворювання треба акцентувати увагу особливостями динаміки вдиху та видиху, зазвичай переважно виконувати вдих при розслабленні м'язів та видих при напруженні. Також слід надавати достатньо часу для відпочинку між підходами, щоб уникнути перевтоми.

Висновки. Проведення оздоровчих занять аквафітнесом вимагає врахування специфіки водного середовища, індивідуальних потреб учасників та основних принципів тренування. Індивідуальне та цільове дозування навантажень, вибір вправ та структура тренувань забезпечують максимальну ефективність та безпеку занять. Аквафітнес є цінним інструментом для підтримки фізичної форми, реабілітації та профілактики захворювань для різних груп населення. Разом з тим, фахівці, які проводитимуть систематичні заняття, мають постійно підвищувати свою кваліфікацію та вивчати нові методики тренувань, проводити ретельний аналіз стану здоров'я та рівня підготовки кожного учасника, знатися на новітніх методиках діагностики фізичного тану пацієнтів та вміти адаптувати вправи й обладнання до індивідуальних потреб. Важливою вимогою до оздоровчих занять є забезпечення доречних умови для занять та ретельне спостереження за

загальним станом і самопочуттям учасників тренування.

Література:

1. Щорічний звіт про стан здоров'я населення України та епідемічну ситуацію за 2022 рік. Київ 2023. 39 с.
2. Аквафітнес / Л.А. Єракова, В.О. Підгайна, Н.О. Євпак, Н.П. Єременко Н.П. Київ : Вид-во НУФВСУ, 2020. 25 с. URL: https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/40852/Filatova_Kozytska_Yevtushok.pdf?sequence=1 (дата звернення 23.03.2025)
3. Аквафітнес. URL. https://library.knuba.edu.ua/books/36_3_16.pdf (дата звернення 23.03.2025)

Клебан Іван
магістр 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Бойченко К. Ю.

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ІЗ КОНТУЗІЙНИМИ ЧЕРЕПНО-МОЗКОВИМИ ТРАВМАМИ ЛЕГКОГО СТУПЕНЮ

Актуальність. В структурі пошкоджень черепа і головного мозку (ГМ), як у мирний, так і у воєнний час, переважає черепно-мозкова травма (ЧМТ) легкого та середнього ступеня тяжкості. Особливої уваги потребує контузійна ЧМТ, яка у військовослужбовців нерідко виникає внаслідок впливу вибухової хвилі, баротравми або ударного впливу при падінні [4].

Легка ЧМТ супроводжується когнітивними порушеннями, зниженням концентрації уваги, головними болями, вестибулярними дисфункціями та іншими посттравматичними проявами. У 33% випадків такі травми можуть спричинити інвалідизацію та стійкі неврологічні порушення, особливо при відсутності своєчасного лікування та реабілітації [4].

Ефективна фізична терапія після легкої ЧМТ має вирішальне значення у відновленні військовослужбовців, адже вона сприяє не лише фізичному відновленню, а й нормалізації когнітивних функцій, психоемоційного стану та соціальній адаптації пацієнтів. Враховуючи сучасні реалії, розробка та впровадження ефективних програм реабілітації є вкрай актуальними завданнями для військової медицини та реабілітології [2, 4].

Мета дослідження. Визначити ефективні методи фізичної терапії в реабілітації військовослужбовців із легкою контузійною черепно-мозковою травмою та оцінити їх вплив на когнітивні, моторні та психоемоційні показники пацієнтів.

Методи та організація дослідження. У дослідженні взяли участь 50

військовослужбовців із діагностованою легкою ЧМТ. Учасники були розподілені на дві групи по 25 осіб у кожній:

Основна група отримувала комплексну фізичну терапію, що включала кінезіотерапію, вестибулярну терапію, нейроактивні вправи та роботу з когнітивними функціями.

Контрольна група отримувала стандартне медикаментозне лікування без активного реабілітаційного втручання.

Протокол реабілітації тривав 8 тижнів, протягом яких здійснювалася оцінка стану пацієнтів за допомогою шкал когнітивного та моторного функціонування.

Результати дослідження. Аналіз отриманих даних показав, що в основній групі спостерігалося значне покращення ряду показників:

Рівновага та координація рухів значно покращилися у 76% учасників основної групи проти 42% у контрольній [3].

Зменшення головного болю та запаморочення відзначалося у 88% військовослужбовців основної групи порівняно з 55% у контрольній [2].

Когнітивні функції, зокрема пам’ять та швидкість реакції, покращилися на 30% за даними тесту Монреальської когнітивної оцінки у пацієнтів основної групи, тоді як у контрольній групі цей показник становив лише 12% [1].

Психоемоційний стан, оцінений за шкалою тривожності та депресії HADS, нормалізувався у 70% військовослужбовців, які пройшли комплексну реабілітацію [3].

Таким чином, результати дослідження підтвердили високу ефективність фізичної терапії у відновленні пацієнтів після легкої ЧМТ, особливо у поєднанні з когнітивною та психоемоційною реабілітацією [1, 2, 3].

Висновки. Фізична терапія є ключовим елементом реабілітації військовослужбовців після легкої контузійної ЧМТ. Комплексні методи, що включають кінезіотерапію, когнітивні вправи та вестибулярну реабілітацію, сприяють швидшому відновленню фізичних і когнітивних функцій. Подальші дослідження мають бути спрямовані на розробку індивідуалізованих програм відновлення з урахуванням характеру отриманих травм [2, 4].

Література:

1. Охріменко О.А. Фізична терапія з елементами ерготерапії осіб з порушенням рівноваги внаслідок черепно-мозкової травми. СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2021. С. 20-28. URL: https://repository.sspu.edu.ua/handle/123456789/13063 (дата звернення 23.03.2025)

2. Кисла А.М., Звіряка О.М. Фізична терапія військовослужбовців з наслідками вибухової черепно-мозкової травми. *Проблеми здоров’я, фізичної терапії, реабілітації та ерготерапії,* 2020. С. 44–53. URL: https://repository.sspu.edu.ua/handle/123456789/10345 (дата звернення 23.03.2025)

3. Сущенко Л.П., Демченко М.О., Бобровник Л.П. Особливості фізкультурно-спортивної реабілітації учасників бойових дій з черепно-мозковою травмою. *Науковий часопис Українського державного університету*

імені Михайла Драгоманова. Серія 15. 2024. № 3К(176). С. 470-473. URL: https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/1811. (дата звернення 23.03.2025)

4. Заславський П.С. Ефективність фізичної терапії, ерготерапії у процесі реабілітації військовослужбовців із наслідками вогнепального поліструктурного перелому кісток передпліччя за показниками залученості до виконання активностей повсякденного життя, психоемоційного статусу. *Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини.* 2023. № 16. С. 4. URL: https://www.researchgate.net/publication/375315565 (дата звернення 23.03.2025).

Ковальова Анастасія
магістр 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. наук з фіз.виховання та спорту,
доц. Бойченко К. Ю.

ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ МЕТОДИКИ ЄВМІНОВА В КОМПЛЕКСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ІЗ НЕСПЕЦИФІЧНИМ СКЕЛЕТНИМ БОЛЕМ У НИЖНІЙ ЧАСТИНІ СПИНИ

Актуальність. Больові синдроми, зумовлені патологією хребта, є однією з найпоширеніших проблем сучасної медицини. Надзвичайно гостро це питання постало саме в умовах воєнного часу, коли майже кожен другий пацієнт звертається до лікаря зі скаргами на біль у спині. Неспецифічний скелетний біль у нижній частині спини займає перше місце серед військових. Приблизно 60% хворих мають різного роду дорсопатії, причиною яких є неправильне розподілення ваги спорядження. Це пов'язано з тим, що фізична підготовка наших бійців не розрахована на вертикальні навантаження. І для того, щоб не було проблем зі спиною, треба постійно тренувати м'язи-стабілізатори, які беруть участь у збереженні вертикального положення тіла [1].

Мета дослідження – оцінити ефективність профілактора Євмінова у осіб із неспецифічним скелетним болем у нижній частині спини.

Методи дослідження – теоретичний аналіз та синтез науково-методичної літератури за обраною темою.

Результати досліджень. На фронті болі у спині виникають у військових здебільшого внаслідок посиленого фізичного навантаження на вісь хребта в результаті носіння засобів захисту. На жаль, часто це виходить ненормовано. Нормативи говорять про не більше, ніж чотири години безперервного носіння − а тоді відпочинок. Проте передова диктує свої умови.

В даний час широку популярність набирають заняття на профілакторі В.В. Євмінова, котра включає комплексну систему фізичних вправ. Він

заснований на закономірностях розвитку хребетного стовпа. В.В. Євмінов помітив, що надмірне розтягування м’язових волокон призводить до запуску процесів відновлення кісток, тканин і сосудів. Цей метод модулює даний ефект шляхом поєднання розвантаження хребта з одночасним укріпленням скелетної мускулатури спини [2].

Більша частина терапевтичних вправ на тренажері виконується в напіввисі. Таке положення дозволяє максимально розслабити м’язовий каркас спини, відновлює нормальну структуру міжхребцевих дисків, усуває больовий синдром та нормалізує іннервацію внутрішніх органів. При цьому з допомогою плавних вправ досягається розтягування скелетної мускулатури [3].

У цілому, наведені нижче науково-методичні джерела свідчать про існування на даний час цілком конкретних проблем військовослужбовців зі скелетним болем у нижній частині спини. Найважливішим завданням фізичної терапії в комплексній реабілітації в цей час є розробка й впровадження в практичну діяльність доступних та простих в застосуванні методів корекції функціональних порушень у нижній частині хребта.

Спираючись на наукові дослідження та аналізі отриманих даних через 4-6 тижнів лікування на профілакторі Євмінова у пацієнтів спостерігалися позитивні зміни: у 47% випадків біль у спокої був відсутній, у 53% випадків біль зменшився за інтенсивністю, відзначається зниження болю в поперековому відділі хребта, зменшення обмеження рухової функції нижньої кінцівки, більш ніж на 50 % зменшення кількості, розміри протрузій, майже у 2 рази зменшення розмірів міжхребцевих кил [4].

Реабілітаційна програма за Євміновим складається із двох комплексів фізичних вправ на профілакторі, що чергуються між собою. Дозування вправ – по 10-15 хвилин. Кратність занять – 3 рази на день. Руховий режим щадний. Темп і характер виконання вправ повільний, плавний, спокійний, без ривків. Тривалість статичної напруги – 6 секунд [5].

У рамках огляду літератури, комплексна програма реабілітації була розроблена та містила в собі комплекс терапевтичних вправ на профілакторі Євмінова. За початковим та кінцевим опитуванням можна відзначити, що у хворих реєстрували відсутність спонтанних болів у спині, був знижений тонус м’язів спини, була відсутня хворобливість при пальпації паравертебральних точок в нижній частині спини. Зниження больового синдрому склало 80% стосовно початкових показників. Це свідчить про ефективність запропонованої комплексної реабілітації [6].

Дослідження показали, що систематичне дозоване витягування хребта на профілакторі Євмінова штучно активізує диференціальне живлення дисків, вправи на розслаблення м’язів сприяють усуненню рефлекторного м’язового спазму, який виникає на фоні здавлення нервової тканини через грижі, протрузії міжхребцевого диска і больового синдрому, а силові вправи на профілакторі Євмінова, що виконуються на тлі розтягування, формують м'язовий корсет хребта. Це має ефект додаткової амортизаційно-м’язової компенсації при вертикальному навантаженні, збільшуючи приплив крові до

м’язів хребта для додаткового живлення його структур [7].

На відміну від безлічі існуючих методів лікування хребта, які в найкращому разі здатні позбавити людину від болю в спині й повернути йому працездатність на якийсь час, метод Євмінова дозволяє відновлювати структури міжхребцевих дисків. Досягнення такого результату означає, що після лікування хребет повною мірою буде здатний виконувати свої природні функції.

Висновки. Отже, профілактор Євмінова володіє рядом переваг і може бути застосований для комплексної реабілітації військовослужбовців із болем у нижній частині спини. Правильно підібраний комплекс терапевтичних вправ терапії Євмінова позитивно впливає на функціональний стан хребта, загальний стан організму та може бути рекомендований як профілактичний метод з метою попереджень загострення.

Спираючись на огляд та аналіз наукової літератури, доведено, що застосування занять на профілакторі Євмінова в комплексній реабілітації осіб з неспецифічним скелетним болем у нижній частині спини позитивно впливає на функціональний стан хребта, розвантажує та розтягує хребет, котре призводить до зменшення больового синдрому з одночасним інтенсивним розвитком глибоких м'язів спини закріплюючих ефект розвантаження хребта і формуючих м’язовий корсет, який захищає всі структури хребетного стовпа.

Література:

1. Болі у спині військового. Консультує лікар-невролог. Інтернет-ресурс «Життя після АТО». URL: https://life-after-ato.com.ua/post/912 (дата звернення: 06.03.2025).

2. A change in the sagittal balance in elderly and senile patients with degenerative stenosis of the lumbar spine / I. I. Vasilenko, V. S. Klimov, A.V. Evsyukov [et al.] // Zh Vopr Neirokhir Im N N Burdenko. 2015. Vol. 79(5). P.102-107. Achieved at: doi: 10.17116/neiro2015795102-107.

3. Клименко О.В. Біль з яким ви знайомі. Проблеми діагностики та лікування больового вертебрального синдрому. Здоров’я України. 2008. № 19. С. 51.

4. Ullrich, P. F. (2006 11 6). Lumbar Degenerative Disc Disease. Retrieved 06 02, 2009, from Degenerative Disc Disease: http://www.spine-health.com/conditions/degenerative-disc-disease/lumbar-degenerative-disc-disease

5. Порада А.М., Солодовник О.В., Прокопчук Н.Є. Основи фізичної реабілітації, Київ: Медицина. 2008. С. 101

6. Seleznova S. The current problems of nonspe-cific back pain. Georgian Med News. 2016. Vol. 250. P. 61-66.

7. Cristante A.F., Rocha I.D., R. Martus Marcon. Randomized clinical trial comparing lumbar percutaneous hydrodiscectomy with lumbar open microdiscectomy for the treatment of lumbar disc protrusions and herniations. Clinics (Sao Paulo). 2016. Vol. 71(5). P. 276-280. Achieved at: doi: 10.6061/ clinics/2016(05)06

Кулаков Євген
студент 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Потапова О.В.

ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТТЯ ГІДРОКІНЕЗОТЕРАПІЄЮ ДЛЯ ДІТЕЙ ІЗ ЗАХВОРЮВАННЯМИ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ

Актуальність. В умовах сучасного способу життя, коли діти часто проводять багато часу в статичному положенні, особливо в умовах дистанційного навчання та обмеженого доступу до спортивної інфраструктури, зростає ризик розвитку серцево-судинних захворювань із раннього віку. [3] Гідрокінезотерапія – це ефективний метод фізичної реабілітації, який використовує властивості води для покращення функціонального стану організму, зокрема серцево-судинної системи. Гідрокінезотерапія сприяє зниженню навантаження на серце, покращенню кровообігу, розвитку дихальної системи та загальному фізичному оздоровленню [2].

Дослідження показують, що регулярні заняття гідрокінезотерапією можуть значно покращити якість життя дітей із серцево-судинними захворюваннями, знизити ризик ускладнень та підвищити їхню толерантність до фізичних навантажень [1].

Мета роботи: Описати структуру та основні компоненти уроку з гідрокінезотерапії для дітей із захворюваннями серцево-судинної системи, а також проаналізувати його вплив на фізичний та емоційний стан дітей.

Гідрокінезотерапія – це комплекс фізичних вправ, що виконуються у воді, спрямованих на покращення функцій серцево-судинної системи, зміцнення м'язів, розвиток дихальної системи та загальне фізичне оздоровлення. Вода створює унікальне середовище, яке знижує навантаження на суглоби та серце, дозволяючи виконувати вправи з більшою амплітудою та ефективністю [2].

Структура уроку з гідрокінезотерапії відповідає вимогам теорії і методики фізичного виховання та має три основні частини, у кожній з яких вирішуються певні конкретні завдання задля досягнення основної оздоровчої мети:

- Підготовча частина (тривалість 5-10 хвилин):
  - Адаптація до води: поступове занурення, легкі рухи руками та ногами.
  - Розігріваючі вправи: плавні обертання, нахили тулуба.
  - Дихальні вправи: глибоке повільне дихання, затримка дихання.
- Основна частина (тривалістю 20-30 хвилин):
  - Вправи на покращення кровообігу: плавання на спині, кролем, брасом.
  - Вправи на зміцнення серцевого м'яза: плавання з використанням опору (ласти, дошки).
  - Вправи на розвиток дихальної системи: дихальні вправи у воді, затримка дихання під водою.

- Вправи на розслаблення: плавні рухи, розслаблення м'язів.
- Ігрові вправи: ігри з м'ячем, естафети у воді.

• Заключна частина (тривалість 5-10 хвилин):

- Поступове зниження навантаження: повільне плавання, легкі розслаблюючі рухи.
- Вправи на розслаблення: лежання на спині у воді, візуалізація.
- Вихід з води та відпочинок: контроль стану дитини (пульс, тиск).

Як показують результати наукових досліджень у цій галузі фізичної реабілітації, регулярні заняття гідрокінезотерапією мають позитивний вплив як на фізичний, так і на емоційний стан дітей із серцево-судинними захворюваннями. Вони допомагають [2]:

- Зміцнити серцево-судинну систему.
- Покращити кровообіг та оксигенацію тканин.
- Розвинути дихальну систему.
- Знизити м'язову напругу та покращити рухливість суглобів.
- Покращити психоемоційний стан, знизити стрес та тривожність.

Тож, спираючись на вищезазначені факти, можна стверджувати, що гідрокінезотерапія є ефективним методом реабілітації, оскільки вода створює оптимальні умови для виконання вправ, знижуючи навантаження на серце та суглоби. Регулярні заняття сприяють покращенню якості життя дітей, підвищенню їхньої фізичної активності та соціальної адаптації [1].

Висновок: Гідрокінезотерапія є важливим інструментом для підтримки та покращення здоров'я дітей із серцево-судинними захворюваннями. Її впровадження у щотижневий розклад дітей може стати дієвим способом збереження здоров'я та покращення якості життя.

Література:

1. Грабик Н.М., Грубар І.Я., Гулька О.В. Вплив карантину на рухову активність студентів. *Редакційна колегія*, 2023, 115 с.

2. Корж Ю.М., Звіряка О.М. Практикум з теорії і методики лікувальної фізичної культури. Суми: Сум ДПУ ім. Макаренка, 2007. 184 с.

3. Марчик В. І. Вплив рухової активності на прояв стресу у студентів під час війни. Навчання, виховання й розвиток гармонійно розвиненої особистості в процесі занять фізичною культурою і спортом : монографія / за ред. проф. В. М. Пристинського, Т. М. Пристинської. Слов’янськ : ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», 2023. С. 44–54.

Курдас Єва
магістр 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Бойченко К. Ю.

КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД У РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ ГРУДНОГО ВІКУ З ДИСПЛАЗІЄЮ КУЛЬШОВИХ СУГЛОБІВ

Актуальність. Дисплазія кульшових суглобів (ДКС) є одним із найпоширеніших ортопедичних порушень у новонароджених, що без своєчасного лікування може призвести до порушень ходи, болю та інвалідизації. За даними ВООЗ, частота виявлення ДКС коливається від 2% до 5% залежно від регіону. Сучасна реабілітація базується на комплексному підході, що поєднує ортопедичне лікування, терапевтичні вправи, масаж і фізіотерапію [1].

Проблема дисплазії кульшових суглобів (ДКС) є актуальною в ортопедії та педіатрії, оскільки за відсутності ранньої діагностики та лікування вона може призвести до розвитку підвивиху чи вивиху стегна, що спричиняє порушення опорно-рухового апарату в майбутньому. Згідно з даними ВООЗ, частота виявлення ДКС у новонароджених коливається від 2 до 5% залежно від регіону, генетичних факторів і особливостей догляду за немовлятами [1].

Мета роботи: аналіз сучасних методів реабілітації дітей грудного віку з ДКС та оцінка ефективності комплексного підходу для відновлення функціонального стану кульшових суглобів [2].

Дослідження різних авторів підкреслюють, що найважливішим аспектом у реабілітації є раннє виявлення патології. Так, роботи Графа (1980) довели ефективність ультразвукової діагностики кульшових суглобів у дітей до 6 місяців, що дозволяє вчасно розпочати лікування. В українській медичній практиці методика Графа є «золотим стандартом» діагностики [2].

Щодо лікування, численні дослідження підтверджують ефективність ортопедичних пристроїв. Наприклад, за результатами роботи Павліка (1957), використання стремен дозволяє у 90% випадків досягти повної стабілізації суглоба без оперативного втручання. Інші дослідження (Р. Сальтер, 1999) показали, що шини Фрейка та відводячі подушки також мають високу ефективність, але вимагають суворого дотримання режиму носіння [3].

Сучасні реабілітаційні протоколи також включають немедикаментозні методи. Терапевтичні вправи (ТВ) є важливим елементом відновлення функції кульшового суглоба. Дослідження Гончаренко (2020) підтверджують, що індивідуально підібрані вправи сприяють правильному розвитку суглобів, а у поєднанні з масажем прискорюють формування правильного куту ацетабулярної западини. Фізіотерапевтичні методи, такі як електрофорез із кальцієм, парафінотерапія, магнітотерапія, також показали позитивний вплив на відновлення структури суглоба. Дослідження Колесника (2018)

демонструють, що застосування цих методик сприяє покращенню кровообігу та активному дозріванню хрящової тканини [4].

Наукові публікації останніх років акцентують увагу на комплексному підході до реабілітації, що поєднує ортопедичну корекцію, ТВ, масаж, фізіотерапію та моніторинг стану суглоба. Результати метааналізу 2021 року (Журнал дитячої ортопедії) свідчать, що саме поєднання цих методів забезпечує найкращі результати в довготривалій перспективі [2].

До ортопедичних методів відносять Стремена Павліка – найбільш ефективний метод для дітей до 6 місяців, що забезпечує правильне положення стегнової кістки у вертлюжній западині. Ефективні для стабілізації суглоба у 90% випадків (Павлік, 1957).

Подушка Фрейка, відводячі шини – використовуються у разі легкої форми дисплазії та гіпсування за Лоренцем – застосовується у випадках вивиху [3].

Терапевтичні вправи та кінезіотерапія включають пасивні вправи для розвитку рухливості суглобів, кінезіотейпування для підтримки стабільності та гідрокінезіотерапію для стимуляції суглобового розвитку [4].

Масаж та фізіотерапія сприяє покращенню кровообігу та зміцненню м’язів. Електрофорез із кальцієм – рекомендований для покращення мінералізації кісткової тканини. Магнітотерапія та лазеротерапія – сприяють активізації регенеративних процесів [2].

До інноваційних технологій відносять 3D-ортези, що виготовляються індивідуально для дитини. VR- та нейростимуляційні методи для покращення координації рухів [4].

Висновки. Комплексний підхід у реабілітації дітей грудного віку з ДКС дозволяє значно покращити прогноз та знизити ризик ускладнень. Поєднання ортопедичних пристроїв, терапевтичних вправ, масажу, фізіотерапії та сучасних технологій є ключем до успішного лікування. Своєчасна діагностика та індивідуальний підхід забезпечують нормальний розвиток кульшового суглоба та збереження рухових функцій у майбутньому [2].

Література:

1. Дисплазія кульшових суглобів у новонароджених. URL: https://ito.gov.ua/novini-ta-podii/displaziya-kulshovih-suglobiv-u-novonarodzhenih.html (дата звернення 30.03.2025).

2. Носова Наталія, Ягодзинська Тетяна. Дисплазія кульшових суглобів у дітей: етіопатогенез, клініка, фізична реабілітація. 2020. С. 107-110 URL: https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/24051/1/2020_37-107-113.pdf (дата зверненя 30.03.2025).

3. Дисплазія кульшових суглобів у дітей. URL: https://universum.clinic/ua/service/vuzki-speczialisti/ortopediya-i-travmatologiya/dysplaziia-kulshovykh-suhlobiv/ (дата звернення 30.03.2025).

4. Шудренко Т.В., Пустовойт Б.А. Фізична терапія при вродженій дисплазії кульшового суглобу у дітей грудного віку при консервативному

лікуванні. Харківська державна академія фізичної культури. URL: file:///C:/Users/user/Downloads/192713Article20Text-668159-1-10-20231022.pdf (дата звернення 30.03.2025)

Лелека Анастасія
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Кальонова І.В.

МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД ДО ЛЕГЕНЕВОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Легенева реабілітація являє собою комплексний підхід, що базується на детальному обстеженні пацієнта та подальшому індивідуальному лікуванні. Це лікування включає, але не обмежується, фізичними вправами, освітою та зміною поведінки, які спрямовані на поліпшення фізичного та психологічного стану осіб з хронічними захворюваннями бронхолегеневої системи, а також на сприяння довгостроковій прихильності до поведінки, що зміцнює здоров'я [1].

Метою легеневої реабілітації є покращення фізичного та психологічного стану осіб з хронічними захворюваннями бронхолегеневої системи. Легенева реабілітація поширюється на такі захворювання, як бронхіальна астма, бронхоектатична хвороба, інтерстиціальні захворювання легень, легенева гіпертензія, стани після оперативних втручань [2]. Програми легеневої реабілітації розробляються міжнародними організаціями, які спеціалізуються на респіраторній реабілітації, такими як Європейське респіраторне товариство (European Respiratory Society), Американське торакальне товариство (American Thoracic Society), Глобальна ініціатива з хронічних обструктивних захворювань легень (Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease) тощо. Згідно з цими рекомендаціями легенева реабілітація показана для всіх пацієнтів із хронічними захворюваннями легень, які мають обмеження у функціонуванні через респіраторні симптоми [3].

Основою легеневої реабілітації є фізичні вправи, орієнтовані на розвиток витривалості, силових показників і гнучкості. Ступінь навантаження під час виконання вправ визначається на основі первинного оцінювання та індивідуальних потреб. Навантаження повинно відповідати щоденним вимогам пацієнта і поступово збільшуватися в міру прогресу програми вправ під ретельним контролем. Легенева реабілітація охоплює не лише фізичні вправи. Освіта, психосоціальна підтримка та харчування мають вирішальне значення для досягнення благополуччя пацієнтів. Захворювання легень на запущеній стадії мають значні психологічні та соціальні наслідки [4].

Порушення функціональних можливостей та соціальної активності можуть призводити до погіршення фізичної форми та втрати мотивації до участі у програмах легеневої реабілітації. Саме тому важливим аспектом є

звернення уваги на психологічний вплив хвороби. Легенева реабілітація ефективно допомагає зменшити прояви тривожності та депресії, які часто супроводжують хронічні обструктивні захворювання легень [2].

Харчування та корекція дієти є окремим аспектом легеневої реабілітації, які є невід'ємною частиною успіху програми. Втрата ваги та м'язової маси часто спостерігається у пацієнтів із запущеними легеневими захворюваннями. Це явище має багатофакторну природу і може бути пов'язане з підвищеним навантаженням на дихальні м'язи, а також із недостатнім споживанням їжі. Детальний аналіз харчових звичок пацієнта та рекомендації дієтолога є важливими елементами лікування. Стратегія підтримки є невід'ємною частиною програми легеневої реабілітації. Без чіткого плану підтримки позитивні ефекти програми можуть зменшитися вже через 6-12 місяців. При цьому якість життя пацієнтів зазвичай підтримується на більш стабільному рівні порівняно з фізичною здатністю. Ефективна програма підтримки повинна включати домашні вправи, план управління захворюванням та надійну систему психосоціальної допомоги [1].

Легенева реабілітація – це комплексна, індивідуалізована та мультидисциплінарна програма, спрямована не лише на покращення фізичного стану пацієнтів з хронічними респіраторними захворюваннями, але й на їх психоемоційний стан та якість життя в цілому. Важливим аспектом успіху програми є не лише початковий етап втручання, але й подальша підтримка пацієнтів для забезпечення довгострокового збереження досягнутих позитивних змін.

Література:

1. Fernandez L., Cairme G. The Benefits of Pulmonary Rehabilitation Program on Post-Tuberculosis Bronchiectasis. International Journal of Clinical Medicine. 2022. 13. P. 561-570. doi: 10.4236/ijcm.2022.1312042.

2. Lacasse Y., Rousseau L., Maltais F. et al. Prevalence of depressive symptoms and depression in patients with severe oxygen-dependent chronic obstructive pulmonary disease. J Cardiopulm Rehabil. 2001. 21(2). P. 80-86. doi: 10.1097/00008483-200103000-00004.

3. Ries A. L., Bauldoff G. S., Carlin B. W. et al. Pulmonary Rehabilitation: Joint ACCP/AACVPR Evidence-Based Clinical Practice Guidelines. Chest. 2007. 131(5 Suppl). P. 4S-42S. doi: 10.1378/chest.06-2418.

4. Kjærgaard J. L., Juhl C. B., Lange P. et al. Early pulmonary rehabilitation after acute exacerbation of COPD: a randomised controlled trial. ERJ Open Res. 2020. 17;6(1). P. 00173-2019. doi: 10.1183/23120541.00173-2019.

Манько Юлія
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Кальонова І.В.

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ В ПАЦІЄНТІВ З СЕРЦЕВОЮ НЕДОСТАТНІСТЮ

Протягом багатьох років, пацієнти із серцевою недостатністю вважалися групою ризику щодо фізичних вправ, і їм зазвичай не рекомендували займатися фізичною активністю. Всупереч цим занепокоєнням, численні наукові дослідження продемонстрували безпеку та користь фізичних вправ і фізичної активності у пацієнтів із серцевою недостатністю, а також шкідливий вплив тривалого постільного режиму та іммобілізації.

Мета дослідження – проаналізувати сучасні підходи до фізичної терапії в пацієнтів з серцевою недостатністю.

Програма кардіореабілітації при серцевій недостатності – це комплексне втручання, яке складається з кількох компонентів. На додаток до терапевтичних вправ, це включає оцінку пацієнта, навчання щодо прихильності до лікування, модифікацію факторів ризику, включаючи рекомендації щодо дієти, модифікацію способу життя, консультування щодо відмови від куріння, управління стресом, а також оцінку та усунення перешкод до прихильності. За останні три десятиліття серцева недостатність еволюціонувала від контрольованої програми вправ до комплексної та мультидисциплінарної програми [1].

На сьогодні не існує єдиних практичних рекомендацій щодо застосування фізичних вправ у пацієнтів із серцевою недостатністю, що обумовлює значну розбіжність у підходах до призначення тренувань у різних медичних установах. Внаслідок цього реабілітаційні програми істотно відрізняються між собою за типами навантажень, їх інтенсивністю, методами проведення, умовами організації, цільовими групами м'язів та ступенем контролю. Для оптимізації реабілітаційного процесу є потреба в розробці індивідуальних програм, що враховують як показники максимальної аеробної продуктивності, так і здатність пацієнта до тривалого виконання помірних навантажень, що безпосередньо впливає на якість життя та функціональну незалежність. Найбільшу перевагу віддають трьом видам тренувань у різних комбінаціях: аеробні вправи у безперервному та інтервальному режимах, силові навантаження та спеціальні вправи для тренування дихальних м'язів [1].

Аеробні тренування. У фізичній терапії основою тренувань є аеробні вправи або тренування на витривалість, які включають ходьбу на біговій доріжці, їзду на велосипеді, ергометрію верхньої частини тіла, танці, плавання та заняття спортом. Аеробне тренування сповільнює ремоделювання лівого шлуночка у пацієнтів із серцевою недостатністю, які є клінічно стабільними, призводить до покращення аеробної потужності та пікового поглинання кисню, а також змінює фактори ризику серцево-судинних захворювань [2].

Силові тренування. Виконувати повсякденні завдання пацієнтам з серцевою недостатністю часто заважає слабкість скелетних м'язів, особливо верхніх кінцівок. У клінічних дослідженнях було показано, що силові тренування протидіють гіпотрофії та слабкості скелетних м'язів, тим самим покращуючи якість життя. Стандартні протоколи тренувань зазвичай передбачають поєднання аеробних і силових тренувань – комбіноване тренування має більш виражений вплив на субмаксимальну фізичну здатність, м'язову силу та якість життя, ніж тренування виключно витривалості.

Пацієнтам із серцевою недостатністю рекомендується проводити силові тренування дрібних та середніх груп м'язів з низькою та помірною інтенсивністю. Інтенсивність тренування повинна визначатися на основі максимуму одного повторення (МП) – найбільшої ваги, яку можна підняти один раз протягом усього діапазону рухів. Зазвичай вправи виконуються на 50–70% від одного МП. Постійні максимальні ізометричні вправи протипоказані цим пацієнтам через надмірне підвищення артеріального тиску та зниження ударного об'єму [3].

Тренування дихальних м'язів є корисним для підтримки сили дихальних м'язів та зменшення задишки в пацієнтів зі стабільною серцевою недостатністю. Клінічні дослідження довели, що додавання інспіраторних тренувань із використанням спеціальних пристроїв до аеробного тренування є безпечним, призводить до збільшення оксигенації та покращує якість життя [1].

Проведений аналіз застосування фізичної терапії у пацієнтів із серцевою недостатністю демонструє, що кардіореабілітація відіграє ключову роль у покращенні якості життя хворих. Це підтверджується її включенням до клінічних реабілітаційних настанов із серцевої недостатності як втручання класу 1А. Найбільш ефективним є комплексний підхід, що поєднує різні види фізичної активності з урахуванням індивідуальних особливостей кожного пацієнта. Відсутність уніфікованих стандартів із застосування фізичних вправ підкреслює необхідність подальших клінічних досліджень для розробки протоколів, які б забезпечили максимальну ефективність і безпеку фізичної реабілітації при серцевій недостатності.

Література:

1. Bozkurt B., Fonarow G. C., Goldberg L. R. et al. Heart Failure and Transplant Section and Leadership Council. Cardiac Rehabilitation for Patients With Heart Failure: JACC Expert Panel. J Am Coll Cardiol. 2021. 77(11). P. 1454-1469. doi: 10.1016/j.jacc.2021.01.030.

2. Whellan D. J., O'Connor C. M., Lee K. L. et al. Heart failure and a controlled trial investigating outcomes of exercise training (HF-ACTION): design and rationale. American heart journal. 2007. 1;153(2). P. 201-211.

3. Haykowsky M. J., Liang Y., Pechter D. et al. A meta-analysis of the effect of exercise training on left ventricular remodeling in heart failure patients: the benefit depends on the type of training performed. Journal of the American College of Cardiology. 2007. 19;49(24). P. 2329-36.

Михайлова Вікторія
студентка 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Кальонова І.В.

ДІАГНОСТИЧНІ КРИТЕРІЇ ХРОНІЧНОГО ОБСТРУКТИВНОГО ЗАХВОРЮВАННЯ ЛЕГЕНЬ У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ

Хронічне обструктивне захворювання легень (ХОЗЛ) є хронічним захворюванням бронхолегеневої системи, що характеризується стійкою прогресуючою обструкцією дихальних шляхів, викликаною посиленням запальної реакції бронхів на вплив подразників. Це одне з найпоширеніших захворювань органів дихання, яке має високий ризик інвалідизації та летальності. За результатами дослідження BOLD (Burden of Obstructive Lung Disease) захворювання все частіше діагностується серед людей, в яких відсутній такий фактор ризику як куріння, і має більш важкий клінічний перебіг, ніж вважалося раніше. Крім того, збільшення кількості загострень стає потужним фактором ризику прогресування ХОЗЛ, розвитку його ускладнень і, таким чином, погіршення прогнозу захворювання [1].

Мета роботи – проаналізувати сучасні діагностичні критерії хронічного обструктивного захворювання легень у фізичній терапії.

«Золотим стандартом» діагностики ХОЗЛ є метод спірометрії. Функціонально-діагностичним критерієм, що дає можливість верифікувати стійку обструкцію, є зниження показника співвідношення об'єму форсованого видиху за 1 секунду (ОФВ1) до форсованої життєвої ємності легень (ФЖЄЛ) < 0,7 у.о. після інгаляції бронхолітика. Вираженість зниження показника дає можливість провести стратифікацію ступеня тяжкості обструкції.

Поряд з функціональними критеріями діагностики захворювання та верифікації його тяжкості, в міжнародних клінічних протоколах рекомендується використання валідизованих опитувальників з метою формалізації вираженості симптомів та оцінки впливу захворювання на стан здоров'я пацієнта. Простота та зручність цих інструментів дозволяє використовувати їх у повсякденній клінічній практиці [2].

Глобальна ініціатива з хронічного обструктивного захворювання легень (Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease, GOLD) рекомендує використовувати модифікований опитувальник Британської медичної ради – шкалу mMRC (modified Medical Research Council) для оцінки тяжкості задишки, опитувальник CCQ (Clinical COPD Questionnaire) для оцінки вираженості симптомів протягом 1 дня або 1 тижня, а також опитувальник CAT (COPD Assessment Test) для оцінки впливу ХОЗЛ на повсякденне життя і стан здоров'я пацієнта.

Модифікована шкала задишки mMRC дозволяє проводити градацію тяжкості задишки у пацієнта та її впливу на його повсякденне життя. Шкала визначає п'ять ступенів задишки від 0 до 4, де 0 – це задишка, яка з'являється

лише при над інтенсивних навантаженнях, а 4 – це задишка, яка робить неможливим навіть вихід з дому. З точки зору стратегії втручання принципово важливим є визначення ступеню задишки (більше або менше 2 за шкалою mMRC), так як це передбачає призначення різного обсягу фізичної терапії.

Застосування опитувальника CCQ дає змогу провести кількісну оцінку вираженості симптомів ХОЗЛ. Клінічно значимим є граничне значення опитувальника 1 бал, яке служить маркером для вибору оптимальної терапевтичної тактики [3].

Опитувальник CAT дозволяє визначити вплив ХОЗЛ на стан здоров'я та рівень функціонування пацієнта, що є принципово важливим для модифікації втручання. Оцінка восьми показників (кашель, мокротиння, стиснення в грудях, задишка при підйомі сходами, активність вдома, впевненість при виході з дому, якість сну, енергія/втома) за 5-бальною системою дозволяє оцінити вплив ХОЗЛ на повсякденне життя пацієнта та стратифікувати цей вплив за ступенями тяжкості на 4 категорії (від незначної до вкрай вираженої).

Тест CAT не є діагностичним методом або методом оцінки тяжкості захворювання і повинен використовуватися в практичній роботі в комплексі з іншими методами оцінки стану хворого, в тому числі зі спірометрією. Оптимальна частота проведення CAT-тесту для оцінки динаміки захворювання, на думку фахівців, становить 1 раз на півроку [3].

Висновки. Оптимальне діагностичне оцінювання пацієнтів з ХОЗЛ у фізичній терапії має базуватися на поєднанні спірометрії з опитувальниками mMRC, CCQ, CAT, що дозволяє оцінити як функціональні порушення, так і вплив захворювання на якість життя пацієнта, та модифікувати стратегії втручання.

Література:

1. Amaral A. F. S., Potts J., Knox-Brown B. et al. Cohort Profile: Burden of Obstructive Lung Disease (BOLD) study. Int J Epidemiol. 2023. 25;52(6). P. 364-e373. doi: 10.1093/ije/dyad146.

2. Lamprecht B., Soriano J. B., Studnicka M. et al. Determinants of underdiagnosis of COPD in national and international surveys. Chest. 2015. 148(4). P. 971-985. doi: 10.1378/chest.14-2535.

3. GOLD Guidelines. COPD Diagnosis and Management. Global Initiative for Chronic Obstructive Pulmonary Disease. Updated 2013. URL: https://goldcopd.org/

Нікора Артем
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

ДІАГНОСТИКА ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ У ЛЮДЕЙ МОЛОДОГО ВІКУ

Актуальність. Проблема порушень постави у людей молодого віку набуває все більшої актуальності через малорухливий спосіб життя, тривале перебування у статичних позах та недостатній рівень фізичної активності. Важливим аспектом запобігання серйозним деформаціям хребта є своєчасна діагностика, що дозволяє виявити відхилення на ранніх стадіях та уникнути їх подальшого прогресування [1, 2].

Метою роботи є аналіз сучасних методів діагностики порушень постави у молодих людей, визначення основних факторів ризику та ефективних підходів до їх профілактики.

Аналіз останніх публікацій та досліджень: Останні наукові дослідження підтверджують, що порушення постави серед молоді є актуальною проблемою, спричиненою малорухливим способом життя та тривалим перебуванням у неправильному положенні та акцентують увагу на важливості ранньої діагностики та використанні сучасних методів, таких як магнітно-резонансна і комп'ютерна томографія.

Доцільність використання діагностичних тестів та функціональних проб у виявленні сколіотичної деформації хребта [1]:

1) візуальна діагностика порушення постави ґрунтується на відхиленні остистих відростків і асиметрії анатомічних структур. Мобільність деформації визначають за bending test: при мобільній вона випрямляється, при ригідній – зберігає форму.

2) Тест з відвісом дозволяє швидко оцінити кривизну хребта та динаміку сколіозу. Компенсація визначається за положенням відвіса щодо міжсідничної складки, а стабільність — за його проекцією між стопами.

3) Ранньою ознакою структурного сколіозу є торсія, що проявляється симетрією м'язів і ребер. Тест Адамса оцінює її за висотою паравертебральних м'язів чи ребер або за кутом торсії (метод Шультеса).

4) Мануальна діагностика зосереджується на ключових м'язах, що формують поставу (шиї, плечового поясу, хребта, тазу, ніг). Дисбаланс проявляється укороченням синергістів і подовженням антагоністів, що може спричинити активну чи пасивну недостатність м'язів.

5) Візуально-пальпаторне обстеження допомагає виявити м'язовий дисбаланс і механізми статодинамічних розладів. Кінематичні та кінетичні зміни між тулубом, тазом і кінцівками слід оцінювати під час стояння та ходьби.

6) Сколіометрія залишається доступним методом діагностики

викривлення хребта, зокрема через мобільні додатки. За класифікацією В.Д. Чакліна, ступені сколіозу визначаються за кутом викривлення: I – 5–10°, II – до 30°, III – до 60°, IV – понад 60°.

7) Вертикальне положення залежить не лише від хребта, а й від м'язової активності. Клаус Букуп розрізняє: жорстку поставу – зі збалансованим м'язовим тонусом та ослаблену поставу – коли баланс порушений, що може бути вродженим або зумовленим анатомічними особливостями.

8) Скронево-нижньощелепний суглоб (СНЩС) є центром рівноваги організму. При симетричному положенні щелепи м'язи голови не напружуються, а її зсув призводить до дисбалансу, що може викликати синдром дисфункції СНЩС. Візуальна діагностика має враховувати асиметрію черепа та обличчя, з можливістю тестування жувальних м'язів.

9) Стабілометрія аналізує біомеханіку рівноваги, допомагаючи виявити нестійкість, оцінити ризик падіння та постуральну стабільність. Комп'ютерний стабілоаналізатор реєструє зміщення центра тиску стоп, що дозволяє виявити ранні порушення в хребті, стопах та вестибулярному апараті.

10) Оптичні топографічні методи (Moire, фотометрія, фотограмметрія, растрова стереометрія) використовують світлотіньові проекції або стереозображення для аналізу анатомічних структур. Вони дозволяють безопромінювально оцінювати форму хребта, відстежувати зміни, діагностувати викривлення на ранніх стадіях і контролювати ефективність лікування [1, 2].

11) МКФ дозволяє комплексно оцінити функціональний стан пацієнта, зокрема при сколіозі, де зміни м'язової сили, тонусу, витривалості та пропріорецепції можуть обмежувати рухливість, ходу, положення тіла, соціальну активність. Формування індивідуального категоріального профілю забезпечує повний аналіз функціонування організму з урахуванням клінічних, соціальних і персональних факторів. В Україні застосування МКФ для визначення реабілітаційного діагнозу при сколіозі потребує подальшого вивчення, особливо у дітей та молоді [1].

Висновки. Отже, своєчасна діагностика та комплексні заходи профілактики дозволяють запобігти розвитку патологій хребта та зберегти здоров'я опорно-рухової системи. Використання Міжнародної класифікації функціонування (МКФ) в реабілітації допомагає правильно сформулювати реабілітаційний діагноз та ефективно застосовувати його компоненти для планування реабілітаційних заходів.

Література:

1. Бакалюк Т.Г., Чурпій І.К., Янів О.В., Стельмах Г.О., Телиця Є.Ю. Сучасні аспекти реабілітаційного обстеження при порушенні постави у людей молодого віку. *Art of Medicine* 1(13) січень - березень, 2020 С. 175-179 URL: file:///D:/Download/oksanahotiur,+29.+%D0%91%D0%B0%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D1%8E%D0%BA%20(4).pdf (дата перегляду 23.03.2025)

2. Beausejour M, Goulet L, Parent S, Feldman DEh, Turgeon I, Roy-B

Marjolaine, et al. The Effectiveness of Scoliosis Screening Programs: Methods for Sys-tematic Review and Expert Panel Recommendations Formulation. Scoliosis. 2013. URL: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23883346/ (дата перегляду 23.03.2025).

Оларь Аміна
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Потапова О. В.

ЗАСТОСУВАННЯ ГІДРОКІНЕЗОТЕРАПІЇ ДЛЯ ОСІБ ІЗ ЗАХВОРЮВАННЯМ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ

Актуальність. Гідрокінезотерапія, або лікувальна фізична культура у воді, є ефективним методом реабілітації пацієнтів із захворюваннями серцево-судинної системи (ССС). Вода створює унікальні умови для виконання фізичних вправ. Гідрокнезотерапія має значний потенціал у відновленні функціонального стану пацієнтів із захворюваннями ССС. Основною перевагою процедури є те, що вона підходить практично всім пацієнтам. Особливо вона показана пацієнтам з обмеженими фізичними можливостями. Виштовхувальні властивості води дозволяють практично не напружувати м'язи, при цьому локомоторні та інші функції відновлюються. У воді є можливість виконувати так вправи, як у звичайних умовах пацієнти після хвороб та травм виконати не зможуть.

Переваги гідрокінезотерапії: Вода зменшує вагу тіла, що дозволяє пацієнтам з захворюваннями ССС виконувати вправи з меншим навантаженням на суглоби. Гідростатичний тиск води сприяє покращенню кровообігу, що позитивно впливає на роботу серця. Регулярні заняття гідрокінезотерапією сприяють зниженню артеріального тиску. Гідрокінезотерапія допомагає пацієнтам із захворюваннями ССС поступово збільшувати толерантність до фізичних навантажень. Заняття у воді сприяють розслабленню та покращенню настрою. Показання до гідрокінезотерапії: ішемічна хвороба серця, артеріальна гіпертензія, серцева недостатність, стан після інфаркту міокарда, стан після операцій на серці.

Протипоказання до гідрокінезотерапії:
- гострі інфекційні захворювання,
- тяжка серцева недостатність,
- неконтрольована артеріальна гіпертензія,
- тромбофлебіт,
- епілепсія.

Мета дослідження: показати базову структуру заняття гідрокінезотерапії.

На прикладі гіпертонічної хвороби серця складемо ефективне заняття з

гідрокінезотерапії у реабілітації осіб із захворюваннями ССС.

Результат дослідження. У підготовчій частині поступово треба підготувати серце до навантаження, зменшити артеріальний тиск та контролювати артеріальний тиск до, під час та після заняття. При підвищенні артеріального тиску необхідно негайно припинити заняття. Доречним є використання повільних рухів у воді (довільні рухи руками вздовж тіла). Дихальні вправи для розслаблення (повільне, глибоке дихання). Легка розтяжка (плавні нахили тулуба). Температура води має бути: 34-36°С.

Основна частина на меті має – покращення функції серця, зниження згодом артеріального тиску. Насичуємо цю частину оздоровчого заняття легкими аеробними вправами (плавання чи ходьба у воді з низькою інтенсивністю). Вправи на розслаблення м'язів шиї та плечового поясу (плавн обертання головою, плечима). Уникати інтенсивних навантажень та затримки дихання.

Заключна частина підпорядковується меті – поступове зниження навантаження, відновлення дихання. Добирати необхідно дихальні вправи, вправи на розслаблення м'язів (повільне дихання, плавні рухи руками та ногами). Також у цій частині заняття доречним є застосування розслаблюючих вправ таких, як відпочинок у воді.

Згодом за умови стабілізації тиску у пацієнтів можливе зниження температури водного середовища для занять до 30-32°С.

Висновок: Гідрокінезотерапія є ефективним методом реабілітації, сприяє покращенню функціонального стану пацієнтів із захворюваннями ССС, зокрема: зниженню артеріального тиску, покращенню функціонального стану серця, збільшенню толерантності до фізичних навантажень, покращенню психоемоційного стану.

Література:

1. Гідрокінезотерапія в реабілітації пацієнтів | Наша Турбота https://nashazabota.com.ua/uk/blog-uk/gidrokinezoterapija-u-zichnij-reabilitaciipaciientiv/ (дата звернення 30.03.2025)

2. Реабілітація при захворюваннях серцево-судинної системи у Києві | Пансіонат «Ідилія» https://idiliya-family.com.ua/zahvoryuvannya-sercya/ (дата звернення 30.03.2025)

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

ТЕРАПІЯ ФАНТОМНОГО БОЛЮ: ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ PHANTOM MOTOR EXECUTION (PME) У ПОРІВНЯННІ З ІНШИМИ МЕТОДАМИ

Актуальність. Війна в Україні призвела до зростання кількості військовослужбовців з ампутаціями, які стикаються з такою проблемою як болісне відчуття, в ампутованій в частині тіла - фантомний біль. Існують різні підходи до його лікування, зокрема медикаментозна терапія, уявне виконання рухів (Motor Imagery), дзеркальна терапія (Mirror Therapy), віртуальна дзеркальна терапія (Virtual Mirror Therapy) та новий метод Phantom Motor Execution (PME) тобто виконання фантомних рухів [2].

Мета: проаналізувати ефективність різних методів терапії фантомного болю, зокрема Motor Imagery, Mirror Therapy, Virtual Mirror Therapy та Phantom Motor Execution, з метою визначення найбільш перспективного підходу для реабілітації пацієнтів після ампутації кінцівок.

Після ампутації нейронна мережа, що раніше контролювала кінцівку, втрачає свою функцію та стає чутливою до взаємодії з ноцицептивними нейронами, відповідальними за біль. У сенсомоторній корі залишається ділянка без аферентних імпульсів, яка може генерувати спонтанні сигнали. Якщо вони синхронізуються з активністю ноцицептивних структур, це спричиняє фантомний біль [1,4]. В терапії фантомного болю зазвичай використовують чотири основні методи лікування, кожен з яких має свої особливості та обмеження. Метод уявного виконання рухів (Motor Imagery) передбачає уявлення пацієнтом рухів ампутованої кінцівки без візуального зворотного зв'язку та моторного виконання. Він підходить для пацієнтів з білатеральними ампутаціями, але має обмежену ефективність через відсутність інтерактивних завдань і моторного виконання рухів [3].

Дзеркальна терапія (Mirror Therapy) використовує дзеркало для відображення рухів інтактної кінцівки, що створює ілюзію рухів ампутованої кінцівки, зменшуючи фантомний біль. Для цього необхідне дзеркало, яке розміщують між інтактною кінцівкою та ампутованою кінцівкою. Цей метод забезпечує візуальний зворотний зв'язок, дозволяючи пацієнту спостерігати рухи здорової кінцівки через дзеркало, яке імітує рухи ампутованої кінцівки. Дзеркальна терапія не підходить для пацієнтів з білатеральними ампутаціями, оскільки для його застосування необхідна хоча б одна здорова кінцівка. Також він не передбачає моторного виконання рухів і не дозволяє інтерактивні завдання.

Віртуальна дзеркальна терапія (Virtual Mirror Therapy) використовує цифрові технології для створення віртуального зображення рухів ампутованої

кінцівки. Для цього використовуються комп'ютери та програми віртуальної реальності. Цей метод надає візуальний зворотний зв'язок через цифрові технології, створюючи віртуальне зображення рухів ампутованої кінцівки. Хоча цей метод дозволяє використовувати інтерактивні завдання, він, як і дзеркальна терапія, не підходить для пацієнтів з білатеральними ампутаціями через відсутність здорової кінцівки для управління віртуальним зображенням [1,3].

Phantom Motor Execution (PME) це метод реабілітації фантомного болю, розроблений Максом Ортісом-Каталаном. Він базується на активації залишкової м'язової діяльності у куксі та використанні технологій, таких як міоелектричне розпізнавання рухів (PMR), віртуальна та доповнена реальність (VR/AR), а також гейміфікація. Цей метод є найбільш перспективним методом лікування, оскільки він поєднує візуальний зворотний зв'язок, реальне моторне виконання фантомних рухів та можливість виконання інтерактивних завдань. Цей підхід ефективний навіть для пацієнтів з білатеральними ампутаціями завдяки використанню сучасних технологій, таких як міоелектрична розпізнавання патернів і доповнена та віртуальна реальність, що сприяє активізації моторних функцій та покращенню реабілітації [1].

Висновки. Методи лікування фантомного болю, такі як уявне виконання рухів, дзеркальна та віртуальна дзеркальна терапія, мають свої обмеження, зокрема відсутність інтерактивних завдань або відповідної методики для пацієнтів з білатеральними ампутаціями. Найбільш перспективним є метод Phantom Motor Execution (PME), який поєднує візуальний зворотний зв'язок, моторне виконання фантомних рухів і можливість інтерактивних завдань. Цей метод ефективний навіть для пацієнтів з білатеральними ампутаціями, що робить його перспективним для впровадження в реабілітацію в Україні.

Література:

1. Lendaro E., Hermansson L., Burger H., Van der Sluis C.K., McGuire B.E., Pilch M., Bunketorp-Käll L., Kulbacka-Ortiz K., Rignér I., Stockselius A. Phantom motor execution as a treatment for phantom limb pain: protocol of an international, double-blind, randomised controlled clinical trial // Rehabilitation Medicine

2. Ortiz-Catalan M., Sander N., Kristoffersen M.B. та ін. Treatment of phantom limb pain (PLP) based on augmented reality and gaming controlled by myoelectric pattern recognition: a case study of a chronic PLP patient // Front Neurosci. 2014. Vol. 8. DOI: 10.3389/fnins.2014.00024.

3. Ortiz-Catalan, M. (2018). The Stochastic Entanglement and Phantom Motor Execution Hypotheses: A Theoretical Framework for the Origin and Treatment of Phantom Limb Pain. Frontiers in Neurology, 9, Article 748.

4. Ortiz-Catalan M., Gudmundsdottir R., Kristoffersen M., et al. Phantom motor execution facilitated by machine learning and augmented reality as treatment for phantom limb pain: a single group, clinical trial in patients with chronic intractable phantom limb pain // The Lancet. 2016. Vol. 388, №10062. P. 2885-2894. DOI: 10.1016/S0140-6736(16)31598-7.

Оніщук Вікторія
магістр 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р біол. наук, проф. Богдановська Н.В.

ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ МЕТОДІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В ПРОГРАМАХ ЛЕГЕНЕВОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ З COVID-19

Актуальність. Наприкінці 2019 року, нова коронавірусна інфекція COVID-19 дуже швидко стала загальносвітовою проблемою, що торкнулася всього людства. Швидке розповсюдження COVID-19 стало справжнім викликом системи охорони здоров'я, вимагаючи розробки чіткого і правильного алгоритму лікування, боротьби з ускладненнями, реабілітації та профілактики захворювань.

Більшість пацієнтів, які перенесли коронавірусну інфекцію, стикаються з постковідними ускладненнями, які не завжди залежать від тяжкості самого захворювання. Наслідки можуть бути різноманітними, охоплювати різні органи та системи, а також значно впливати на працездатність і якість життя людини. Огляд наукових досліджень показує, що реабілітаційні заходи для профілактики та корекції наслідків хвороби повинні здійснюватися на всіх етапах медичної допомоги: починатися в відділеннях інтенсивної терапії після стабілізації стану пацієнта і продовжуватися в домашніх умовах [1].

Метою дослідження є визначення ефективності застосування сучасних методів фізичної терапії в комплексній програмі легеневої реабілітації у пацієнтів, що перенесли COVID-19.

Реабілітаційне оцінювання пацієнтів проводилося за допомогою інструментів, обраних на основі Міжнародної класифікації функціонування, обмежень життєдіяльності та здоров'я (МКФ). Такий підхід був обумовлений специфічними потребами реабілітації пацієнтів з коронавірусною пневмонією, що охоплюють різні аспекти МКФ на рівнях «функції» та «активності та участі». Кожен фахівець мультидисциплінарної команди вибирає необхідні інструменти для оцінки пацієнта за допомогою МКФ, що дозволяє виявити специфічні проблеми функціонального стану кожного пацієнта.

Програма фізичної терапії має включати такі види вправ:

1. Аеробні вправи: ходьба, швидка ходьба, біг підтюпцем, плавання тощо, починаючи з низької інтенсивності і поступово збільшуючи як інтенсивність, так і тривалість навантаження.

2. Силові тренування: прогресивні вправи з використанням вагових навантажень. На ранніх етапах реабілітації у пацієнтів спостерігається ослаблення сили окремих м'язів і м'язових груп, що обмежує їхню активність у повсякденному житті. Вправи, спрямовані на розвиток сили та силової витривалості, повинні зосереджуватися на відновленні основних рухових навичок і активностей, властивих пацієнту до захворювання.

3. Дихальні вправи та звукова гімнастика: ці вправи допомагають регулювати фази дихального циклу, нормалізувати фізіологічні процеси дихання і знижувати навантаження на дихальні м’язи. Вони є універсальними і повинні бути освоєні пацієнтами ще на етапі інтенсивної терапії. Якщо є задишка, хрипи чи труднощі з відходженням мокротиння, слід використовувати техніки дихання, які сприяють покращенню відходження мокротиння, нормалізації дихального ритму, тренуванню активності грудної клітки [3].

Надзвичайно важливим є моніторинг дихальних та гемодинамічних показників у пацієнтів до, під час та після фізичної терапії для забезпечення їхньої безпеки та оцінки навантаження на серцево-судинну систему, що дозволяє оптимізувати чи коригувати процес легеневої реабілітації. Для контролю інтенсивності фізичного навантаження рекомендується враховувати такі показники: потовиділення, зміну кольору обличчя, наявність болю чи втоми, частоту серцевих скорочень, артеріальний тиск, сатурацію крові, частоту дихання, кількість повторень і підходів, тривалість тренування, а також показники за шкалою відчуття напруження Борга.

Необхідною частиною програми легеневої реабілітації для пацієнтів з COVID-19 є використання засобів фізичної терапії, що грунтується на ретельній оцінці та моніторингу стану пацієнта. При застосуванні методів фізичної терапії в рамках індивідуальних реабілітаційних програм слід враховувати протипоказання, ускладнення та наявність супутніх захворювань, які можуть істотно впливати на ефективність легеневої реабілітації та безпеку пацієнта [2] .

Література:

1. Бабінець Л.С. Коронавірусна хвороба: підходи до ведення пацієнтів: навч.-наук. посіб. Тернопіль: Видавництво Осадца Ю.В., 2021. 767 с.

2. Железняк М.Г., Іщенко О.С. Про коронавірусну інфекцію COVID-19 в українських та європейських енциклопедіях. *Енциклопед. вісник України*. 2020. С. 44-57.

3. Наказ Міністерства охорони здоров’я України від 20.04.2021 №771. Протокол надання реабілітаційної допомоги пацієнтам з коронавірусною хворобою (COVID-19) та реконвалесцентам.

Подхомутова Софія
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Кальонова І.В.

ЛЕГЕНЕВА РЕАБІЛІТАЦІЯ В ІНТЕНСИВНІЙ ТЕРАПІЇ

Легенева реабілітація – це заснований на доказах мультидисциплінарний та персоналізований підхід до лікування симптоматичних пацієнтів із хронічними респіраторними захворюваннями, які часто мають обмежену повсякденну активність. Основними цілями легеневої реабілітації у відділенні інтенсивної терапії є суттєве зменшення ускладнень, пов'язаних із госпіталізацією, полегшення процесу відлучення від апарату штучної вентиляції легенів, зокрема скорочення термінів перебування в стаціонарі, запобігання повторній госпіталізації та суттєве скорочення витрат, пов'язаних із хворобою [1]. Легенева реабілітація стала частиною комплексного підходу до лікування пацієнтів з обструктивними і рестриктивними захворюваннями легень, злоякісних новоутвореннями легень, а також пацієнтів у передопераційному та післяопераційному періодах.

Із розвитком прогресивних технологій та вдосконаленням методів інтенсивної терапії кількість пацієнтів, які потребують лікування у відділеннях інтенсивної терапії, зросла. Незважаючи на те, що спостереження та лікування пацієнтів із різними діагнозами проводяться у таких відділеннях із застосуванням мультидисциплінарного підходу, показники захворюваності та смертності залишаються високими [2]. Методи легеневої реабілітації, які застосовуються у відділеннях інтенсивної терапії, можна класифікувати на такі основні категорії: мобілізація та позиціонування, фізична терапія грудної клітки та вправи для периферичних м'язів [3].

Рання мобілізація значно знижує потребу у штучній вентиляції легень, тому кожного пацієнта у відділенні інтенсивної терапії слід мобілізувати якомога раніше, враховуючи його поточний клінічний стан. Оцінка можливості мобілізації повинна починатись з моменту надходження пацієнта у відділення. Одним із ключових факторів, що визначають можливість мобілізації, є стан свідомості пацієнта. У пацієнтів, які перебувають у свідомості та мають стабільні гемодинамічні показники, мобілізацію слід розпочинати негайно. Для пацієнтів, які не можуть покинути ліжко через стан здоров'я або з міркувань безпеки, рекомендуються програми фізичних вправ у ліжку.

Позиціонування пацієнта в ліжку та пасивно-активні рухові вправи для кінцівок допомагають підтримувати силу м'язів, зберегти рухливість суглобів та знизити ризик тромбоемболії. Альтернативою ручним методам виконання таких вправ є застосування спеціальних апаратів механотерапії, які дозволяють здійснювати рухи в суглобах із заданими параметрами часу, швидкості та кута.

Терапевтичні дихальні вправи є важливими для контролю довготривалих симптомів у хворих із захворюваннями органів дихання. Однією з основних

технік дихальних вправ є тренування м’язів вдиху. Методика полягає у глибокому диханні, яке сприяє розширенню легень, максимальному руху грудної клітки та діафрагми. Такі тренування мають низку позитивних ефектів, включаючи покращення дихання, контроль кашлю та збільшення легеневої місткості. Також корисним є тренування з опором, яке спрямоване на зміцнення дихальних м’язів шляхом створення опору під час вдиху. Ці методи допомагають пришвидшити відлучення пацієнта від штучної вентиляції легень.

Для очищення дихальних шляхів у фізичній терапії застосовуються такі респіраторні техніки як перкусія та вібрація. Ці втручання зазвичай виконуються у положеннях, які сприяють виведенню секреції завдяки дії сили тяжіння [4].

Таким чином, легенева реабілітація у відділеннях інтенсивної терапії є не менш важливою ніж медичний менеджмент, і її слід планувати відповідно до клінічного стану пацієнта. Розробка та впровадження індивідуальних планів реабілітації, адаптованих до віку пацієнтів, перебігу захворювання та реабілітаційного прогнозу, сприяють скороченню термінів перебування пацієнтів у відділенні інтенсивної терапії та частоту повторних госпіталізацій, що викликає впевненість у ефективності такого підходу. Пріоритетом має бути формування мультидисциплінарної команди, використання структурованих процесів покращення якості, придбання необхідного обладнання та комплексна оцінка результатів.

Література:

1. Corhay J. L., Dang D. N., Cauwenberge H. V., Louis R. Pulmonary rehabilitation and COPD: providing patients a good environment for optimizing therapy. Int J Chron Obstruct Pulmon Dis. 2014. 9. P. 27-39.

2. Schujmann D. S., Lunardi A. C., Fu C. Progressive mobility program and technology to increase the level of physical activity and its benefits in respiratory, muscular system, and functionality of ICU patients: Study protocol for a randomized controlled trial. Trials. 2018. 19(1). P. 274.

3. Clini E., Ambrosino N. Early physiotherapy in the respiratory intensive care unit. Respir Med. 2005. 99(9). P. 1096-1104.

4. Swaminathan N., Praveen R., Surendran P. The role of physiotherapy in intensive care units: a critical review. Physiother Quart. 2019. 27(4). P. 1-5.

Прокопенко Данило
магістр 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Бойченко К. Ю.

ІПОТЕРАПІЯ ЯК МЕТОДИКА КОРЕКЦІЇ РУХОВОГО РЕЖИМУ ДЛЯ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ

Актуальність. Аутизм (розлади аутистичного спектру, РАС) – це стан, що виникає через порушення розвитку головного мозку і проявляється дефіцитом соціальної взаємодії та спілкування. Вилікувати його неможливо, але можна скоригувати та адаптувати людину до соціального життя. Основними причинами РАС вважають генетичні фактори, порушення обміну речовин, інтоксикацію важкими металами або дефіцит цинку, але при цьому відомі факти, коли один із близнюків мав розлади аутистичного спектру, а інший з близнюків – ні [2].

За даними ВООЗ, 1 дитина зі 160 має розлад аутистичного спектру, а за оцінками Autism Speaks – 1 із 88. У світі таких людей налічується близько 2,4 мільйона. В Україні кількість дітей із РАС зростає. Станом на 2023 рік офіційно зареєстровано близько 21 тисячі випадків. Попри покращення діагностики, бракує спеціалістів та ресурсів для підтримки дітей та їхніх сімей. Важливу роль у підвищенні обізнаності про аутизм відіграють громадські організації, що проводять освітні заходи та консультують батьків і педагогів [2, 3].

Мета. З'ясувати можливість застосування іпотерапії для дітей з розладами аутистичного спектру як методику корекції рухового режиму.

Як відомо, іпотерапія – це загальновизнаний метод реабілітації, який сприяє відновленню після різних захворювань, досягненню стабільної ремісії та соціальній адаптації. Простіше кажучи, це лікування за допомогою верхової їзди під керівництвом іпотерапевта або спеціально підготовленого інструктора. Особливість цього методу полягає в комплексному впливі на фізичний, психологічний та емоційний стан пацієнтів із неврологічними, психічними та фізичними порушеннями.

Суть іпотерапії полягає в тому, що верхова їзда забезпечує активне фізичне навантаження на всі групи м'язів, сприяючи їхньому чергуванню між скороченням і розслабленням. Завдяки цьому поступово покращуються або навіть відновлюються втрачені навички та порушені функції. Іпотерапія допомагає розвивати координацію, підтримувати рівновагу, покращувати фізичну форму та досягати емоційної гармонії [1].

Висновки. Розлади аутистичного спектру (РАС) є серйозним викликом, проте завдяки сучасним методам корекції можна покращити адаптацію дітей до соціального життя. Одним із ефективних реабілітаційних підходів є іпотерапія, яка сприяє розвитку моторики, координації та емоційної стабільності. Комплексна підтримка допомагає дітям з аутизмом краще взаємодіяти із

суспільством, тому іпотерапія може бути рекомендована як методика корекції рухового режиму дітей з розладами аутистичного спектру.

Література:

1. Bass M., Duchowny, C., & Llabre, M. The effect of therapeutic horseback riding on social functioning in children with autism. Journal of Autism and Developmental Disorders, 2009. 39, 1261-1267.

2. Інтернет-ресурс: Центр громадського здоров'я МОЗ України: «Аутизм» [https://phc.org.ua/kontrol-zakhvoryuvan/neinfekciyni-zakhvoryuvannya/inshi-neinfekciyni-zakhvoryuvannya/autizm] да(та звернення: 22.03.25)

3. Інтернет-ресурс: УКРІНФОРМ: «В Україні на обліку-понад 20 тисяч дітей з аутизмом»[https://www.ukrinform.ua/rubric-health/3769403-v-ukraini-na-obliku-ponad-20-tisac-ditej-z-autizmom.html?utm_source=chatgpt.com] (дата звернення: 22.03.25)

Савченко Дар'я
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІВЧАТ-ПІДЛІТКІВ З АРТЕРІАЛЬНОЮ ГІПЕРТЕНЗІЄЮ

Артеріальна гіпертензія підліткового віку – це біологічно необхідний стан підліткового віку, при якому виникає загальна активність процесів в організмі, яка супроводжується підвищенням артеріального тиску (АТ) і тахікардією з частотою серцевих скорочень більше 90 ударів в хвилину. Такий біологічно необхідний стан потрібен для перебудови організму. Перебудова в організмі завершується появою «стрибка» в зростанні і початком функціональної активності статевих залоз. На цьому підйоми АТ у підлітків припиняються і серцева діяльність стабілізується. Але, якщо підвищення артеріального тиску до рівня 140/90 і вище стають регулярними, носять хронічний характер, тривають рік і більше, то це вже ознаки захворювання [1].

Гіпертонія в підлітковому віці стає дедалі поширенішою проблемою через малорухливий спосіб життя, неправильне харчування та стреси. Особливу увагу слід приділяти дівчатам, оскільки їхній організм зазнає гормональних змін, що можуть впливати на артеріальний тиск [2].

Метою роботи є визначення засобів фізичної терапії як ключового методу немедикаментозного контролю артеріального тиску у дівчат-підлітків та особливостей індивідуального підходу.

Основні засоби фізичної терапії для дівчат-підлітків:

– Аеробні вправи (ходьба, плавання, їзда на велосипеді) – знижують тиск і покращують роботу серця.

– Дихальні практики (діафрагмальне дихання, йога, медитація) – допомагають контролювати стрес, що є важливим фактором у розвитку гіпертонічної хвороби.

– Розтяжка та помірні силові тренування – покращують тонус судин та нормалізують кровообіг.

– Постуральна корекція – зменшує навантаження на серцево-судинну систему та сприяє правильній циркуляції крові [2].

Індивідуальний підхід та моніторинг:

– Рівень фізичної активності повинен відповідати стану здоров'я підлітку.

– Регулярний контроль артеріального тиску допомагає коригувати програму реабілітації.

Оптимізація фізичної активності:

Регулярні заняття фізичною культурою допомагають контролювати МТ, знизити АТ, підвищити рівень ХС ЛВП. Доведено, що аеробне ФН навіть за відсутності зниження МТ зменшує рівні як САД, так і ДАТ [2] .

Для підтримки гарного стану здоров'я (дітям>5 років і підліткам) необхідно щодня приділяти як мінімум по 30 хв. помірним динамічним (аеробним) навантажень і по 30 хвилин 3-4 дні на тиждень – інтенсивним ФН. Прикладом помірної ФА:

– Ходьба швидким кроком (3 км за 30 хв.);
– Їзда на велосипеді (8 км за 30 хв.);
– Танці в швидкому темпі (тривалість 30 хв.);
– Гра в баскетбол (протягом 15-20 хв.);
– Гра у волейбол (протягом 45 хв.);
– АГ I ст. при відсутності органічних уражень або супутніх ПС не може бути перешкодою для занять спортом. Необхідно кожні 2 міс вимірювати АТ для оцінки впливу фізичних вправ на АД [2].

Обмеження в заняттях спортом та іншими видами діяльності повинні стосуватися лише невеликої кількості осіб з АГ II ст. При АГ II ст. обмежується участь дітей і підлітків у спортивних змаганнях. Не рекомендуються види ФА з вираженим статичним компонентом – важка атлетика, віндсерфінг, бодібілдинг, армрестлінг. Перевагу слід надавати видам спорту з низьким динамічним компонентом. Якщо АГ поєднується з іншими ССЗ, можливість участі в змаганнях визначається їх діагнозом і тяжкістю стану [2].

Отже, фізична терапія є ефективним засобом профілактики та лікування підліткової гіпертонії. Комплексний підхід із врахуванням фізіологічних особливостей дівчат сприяє покращенню їхнього здоров'я та якості життя.

Література:

1. Сенаторова Г. С., Гончарь М. О., Аленіна І. С., Муратов Г. Р., Коновалова Н. В. Артеріальна гіпертензія у дітей : монографія /за ред. Г. С. Сенаторової. Харків : Планета-Принт, 2018. 103 с.

2. Шлімкевич І. В., Лембрик І. С., Цицюра О. О., Алексеєва Ю. І., Жиляк

О. В. Артеріальна гіпертензія у дітей і підлітків: сучасний погляд на проблему (огляд літератури). Частина 1. *Запорізький медичний журнал*. 2022. Т. 24, № 2. С. 248-253.

Сафонова Карина
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ М'ЯЗОВІЙ ДИСТРОФІЇ ДЮШЕНА

Актуальність. М'язова дистрофія Дюшена (МДД) – це прогресуюче генетичне захворювання, яке спричиняє ослаблення та атрофію м'язів. Це захворювання значно впливає на якість життя пацієнта, знижуючи здатність до руху, самообслуговування та дихальної функції. Фізична терапія є важливим компонентом комплексного підходу до лікування МДД, допомагаючи зберегти мобільність, зменшити ризик контрактур та покращити загальний фізичний стан пацієнта [2].

Мета роботи – з'ясувати особливості застосування фізичної терапії при м'язовій дистрофії Дюшена.

Аналіз останніх публікацій та досліджень: Останні дослідження вказують на важливість комплексного підходу до фізичної терапії при МДД, включаючи гідрокінезотерапію та ерготерапію. Інноваційні методи лікування, такі як застосування кардіосферних клітин та генної терапії, показують обнадійливі результати, проте потребують подальших досліджень для підтвердження їх ефективності та безпеки. Раннє втручання та індивідуальний підхід залишаються ключовими факторами у покращенні якості життя пацієнтів з МДД [1].

Основні завдання фізичної терапії – підтримка та продовження рухової активності, запобігання розвитку контрактур і деформацій суглобів, зменшення болю та покращення комфорту, збереження максимальної незалежності у повсякденному житті, підтримка дихальної функції [3].

Основні методи фізичної терапії поділять на:

1. Розтяжки та пасивні рухи. Контрактури є одним з основних ускладнень при МДД. Для їх профілактики необхідно виконувати: щоденні пасивні розтяжки, особливо ахіллового сухожилля, колінних та тазостегнових суглобів, вправи на підтримку гнучкості суглобів, використання ортопедичних пристроїв (нічні шини, ортези) [4].

2. Підтримка рухової активності. Регулярні помірні фізичні навантаження допомагають зберігати функціональну здатність м'язів. Рекомендовано: вправи у воді (знижують навантаження на суглоби, полегшують рухи), ходьба з підтримкою або використанням ортопедичних засобів, їзда на триколісному

велосипеді чи спеціальному тренажері [4].

3. Застосування ортезів та допоміжних засобів. Ортези допомагають запобігати розвитку деформацій кінцівок та покращують стійкість під час ходьби. У міру прогресування хвороби можуть знадобитися: ортези для підтримки стопи та гомілковостопного суглоба; колісні крісла з адаптованими сидіннями; електричні візки для покращення мобільності [4].

4. Дихальна гімнастика. Ураження дихальних м'язів є критичним у пацієнтів з МДД. Фізична терапія включає: вправи на глибоке дихання, стимуляцію кашльового рефлексу (для запобігання застою мокротиння), застосування спеціальних апаратів для підтримки вентиляції легень [4].

5. Підтримка хребта та профілактика сколіозу. Сколіоз є поширеним ускладненням при МДД, особливо у нерухомих пацієнтів. Для його запобігання застосовують: спеціальні крісла з підтримкою спини, корекційні корсети, регулярні вправи на зміцнення м'язів спини [4].

Рекомендації щодо фізичної терапії: виконувати вправи регулярно, але уникати перевтоми; підбирати індивідуальні програми відповідно до стану пацієнта; співпрацювати з фізичним терапевтом та лікарем для коригування методів лікування; використовувати допоміжні пристрої для збереження мобільності; залучати родину та опікунів для підтримки виконання вправ удома [3].

Отже, фізична терапія є невід'ємною частиною комплексного підходу до лікування м'язової дистрофії Дюшена. Вона спрямована на максимальне збереження рухових функцій, профілактику ускладнень та покращення якості життя пацієнтів. Регулярні заняття сприяють уповільненню прогресування хвороби та допомагають зберегти незалежність пацієнта якомога довше.

Література:

1. Ukrainian DMD Family Guide 2018: керівництво для сімей пацієнтів із м'язовою дистрофією Дюшена / за ред. А.І. Сидоренко. Київ : Українська асоціація хворих на м'язову дистрофію, 2018. 68 с.

2. Smith, J., et al. Physical therapy interventions in Duchenne muscular dystrophy: A review. Journal of Muscular Disorders. 2020. Vol. 12, no. 3. P. 200-215.

3. Johnson, M., Williams, S. Management of progressive muscular dystrophy: Therapeutic interventions. Rehabilitation Journal. 2018. Vol. 16, no. 2. P. 58-72.

4. Brown, T., Green, R. Stretching and range of motion techniques in muscular dystrophies. Muscle Rehabilitation. 2019. Vol. 21, no. 4. P. 115-128.

Сергійчук Євгенія
студентка 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Потапова О.В.

ВИКОРИСТАННЯ СИСТЕМИ ЛЕВІТАС У КОМПЛЕКСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ІЗ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ

Актуальність. В умовах сучасних військових конфліктів значна кількість військовослужбовців отримує серйозні травми опорно-рухового апарату, що потребують якісної фізичної реабілітації. Однією з інноваційних методик є використання системи «Левітас», яка дозволяє проводити безпечну та ефективну реабілітацію пацієнтів з травмами кінцівок, ампутаціями, а також порушеннями координації та рівноваги [1].

Мета – провести аналіз досліджень та розглянути ефективність використання системи Левітас у фізичній реабілітації військовослужбовців.

Рама Levitas дозволяє проводити вправи у стані часткового або повного розвантаження ваги пацієнта. Така терапія отримала назву слінг-терапія (Sling) або нейром'язової активації (НМА). Основною ідеєю застосування кінезіотерапевтичної системи Levitas є виконання різних вправ без впливу сили тяжіння та стабілізація окремих частин тіла для змушення пацієнта правильно виконувати рухи. Це єдина система діагностики, активного лікування та тренування, яка використовується для реабілітації пацієнтів (спортсменів) у разі м'язово-скелетних порушень [2].

Система Левітас забезпечує підвісну терапію, що дозволяє зменшити навантаження на кінцівки, покращити контроль рухів, сприяти безболісній адаптації до фізичних вправ. У фізичній реабілітації виділяють три основні етапи використання системи Левітас для військовослужбовців: ранній післяопераційний період, період підготовки до протезування та період адаптації до протезу [3].

У ранньому післяопераційному періоді (з 1 по 7 день) головною метою є зниження болю, профілактика ускладнень та покращення кровообігу. Використання системи Левітас дозволяє проводити легкі пасивні та активні рухи без ризику травмування. Додатково застосовуються дихальні вправи, ізометричні напруження м'язів, електростимуляція та масаж.

У періоді підготовки до протезування (з 7 по 21 день) основним завданням є зміцнення м'язів, покращення рівноваги та координації рухів. За допомогою підвісної терапії в системі Левітас пацієнти навчаються контролювати рухи, зміцнюють м'язи тулуба та кінцівок, виконують вправи на стабілізацію положення тіла. Також використовуються вправи для розвитку функції рівноваги, кінезіотейпування та фізіотерапевтичні процедури.

На етапі адаптації до протезу (з 21 дня до 3 міс.) військовослужбовці навчаються використовувати протез, виконувати рухові навички в умовах

підвісної терапії, що дозволяє мінімізувати ризик падінь. У цей період активно застосовуються вправи на тренування ходьби, поступове збільшення навантаження та розвиток м'язової витривалості [3, 4].

Висновки. Застосування системи Левітас у фізичній реабілітації військовослужбовців є ефективним методом відновлення, що дозволяє забезпечити безпечні та контрольовані умови для виконання вправ, зменшити больовий синдром і сприяти швидшій адаптації до рухової активності. Інтеграція даної методики в комплексну реабілітацію підвищує рівень функціональної незалежності пацієнтів та покращує якість їхнього життя.

Література:

1. Шаповалов М.В., Грицанов А.І. Вибухові ураження при техногених катастрофах та терористичних актах. К, 2021. 196 с.

2. Система Левітас: https://medrehab.net.ua/product/levitas/.

3. Ertl JP, Pritchett JW, Ertl W, Brackett WJ. Lower-extremity amputations. Medscape. Apr 04 2016.

4. Sinha R, vanden Heuvel WJ, Arokiasamy P. Adjustments to amputation and an artificial limb in lower limb amputees. Prosthet Orthot Int. Apr 2014;38(2):115-121.

Соломенчук Катерина
студентка 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Потапова О.В.

МОЖЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПІСЛЯ АРТРОСКОПІЇ ПРИ ТРАВМАХ ПЛЕЧОВОГО СУГЛОБА ВНАСЛІДОК ВОГНЕПАЛЬНИХ ПОРАНЕНЬ

Актуальність. У період воєнного часу кількість військових із вогнепальними пораненнями плечового суглоба значно зросла. Такі травми часто супроводжуються пошкодженням кісткових, хрящових і м'якотканних структур, що ускладнює процес відновлення. Одним із ефективних методів хірургічного лікування є артроскопія, яка дозволяє мінімізувати травматизацію тканин і прискорити реабілітацію [2]. Проте для досягнення повного відновлення необхідна якісна фізична терапія. Вона спрямована на зменшення болю, відновлення рухливості суглоба та запобігання ускладненням. З урахуванням специфіки вогнепальних поранень, розробка ефективних реабілітаційних програм набуває особливої важливості [1]. Дослідження можливостей фізичної терапії після артроскопії при таких травмах є актуальним для вдосконалення методів реабілітації, підвищення ефективності лікування та покращення якості життя військових [4].

Мета – визначити можливості фізичної терапії після артроскопії при травмах плечового суглоба внаслідок вогнепальних поранень.

Вогнепальні поранення кінцівок становлять 60% - 75% від усіх бойових травм. Вогнепальні поранення плечового суглоба поділяються на проникаючі (із проникненням у суглобову порожнину) та непроникаючі (без ушкодження внутрішніх структур). Серед цих поранень спостерігаються різні типи ушкоджень: сліпі (66,65%), наскрізні (25,32%), дотичні (6,90%) та відриви (1,13%).

Основними видами ушкоджень, згідно статистики є:

- переломи та вивихи – можуть виникати як безпосередньо від кулі, так і внаслідок ударної хвилі або уламків (зустрічаються у 60% випадків);
- зв'язки та хрящі – розриви, часткові або повні ушкодження, що можуть призводити до нестабільності суглоба (зустрічається у 53% випадків);
- м'які тканини – рвані рани, гематоми, некроз, ризик інфекції (зустрічаються у 22.4% випадків) [4].

Артроскопія – це малоінвазивна хірургічна процедура, що дозволяє діагностувати та лікувати пошкодження плечового суглоба через невеликі проколи. За допомогою артроскопа (тонкої камери) лікар оглядає суглоб та виконує необхідні маніпуляції спеціальними інструментами. Її перевагами є: менша травматизація тканин; швидше відновлення; зменшення ризику ускладнень [1, 2].

Фізична терапія після вогнепальних поранень має свою специфіку. Основні аспекти це: біль та м'язові ускладнення (виражений больовий синдром, ризик хронічного болю висока ймовірність м'язової атрофії та контрактур); особливості рухового відновлення (поступове навантаження для уникнення перевантаження тканин, використання ізометричних та пасивних вправ на початкових етапах). Фізична терапія складається з чотирьох етапів. На першому етапі, який в середньому триває до двох тижнів, відбувається іммобілізація кінцівки. Його основна мета – зменшення болю та набряку, а також запобігання ускладнень. На цьому етапі доцільно використовувати кріотерапію для зниження набряку, позиційне утримання для стабілізації, дихальні вправи для покращення циркуляції крові та лімфодренажний масаж для покращення відтоку рідини. Другий етап триває в середньому від двох до чотирьох тижнів і його основна мета: повернення рухливості шляхом поступової мобілізації за допомогою пасивних рухів (з допомогою терапевта або здорової руки), вправи з резинками та м'ячами, тримаючи мінімальний опір для зміцнення м'язів, магнітотерапія, електростимуляція для зменшення м'язової атрофії. На третьому етапі відбувається розвиток активного контролю рухів, і триває він від чотирьох до восьми тижнів. Його мета досягається шляхом використання ізометричних вправ (напруження м'язів без руху), координаційних вправ (робота з м'ячем, балансувальні рухи) та фізичних силових навантажень з малою вагою. Останній етап фізичної терапії після артроскопії плечового суглоба внаслідок вогнепального поранення триває в середньому від восьми тижнів і має на меті повноцінне функціональне відновлення. Ця мета

досягається шляхом використання динамічних силових вправ з гантелями, резинками; скандинавської ходьби для загальної стабілізації тіла та Динамічним розтягненням для поліпшення гнучкості плечового суглоба та попередження розвитку обмеження рухливості [3].

Висновки. Фізична терапія після артроскопії плечового суглоба при вогнепальних пораненнях відіграє ключову роль у відновленні функції руки та загальній якості життя пацієнта. Успішна реабілітація залежить від індивідуального підходу, зокрема врахування типу пошкодження, ступеня ураження м'яких тканин, кісток та суглобових структур. Процес відновлення відбувається поетапно: іммобілізація, поступова мобілізація, відновлення м'язової сили, повернення до повсякденної активності. Дослідження показало, що лише комплексний підхід дозволяє покращити функціональний стан плечового суглоба, мінімізувати ризики ускладнень та сприяти поверненню пацієнтів до активного життя [2].

Література:

1. Артроскопія плечового суглобу та закрите вправлення акроміального кінця ключиці з фіксацією системою *DogBone Arthrex*. URL: https://ito.gov.ua/novini-ta-podii/artroskopiya-plechovogo-suglobu.html (дата звернення 25.02.2025).

2. Півень Ю.М., Ксьонз І.В., Литвин Ю.П. та ін. Аналіз операційних втручань при пошкодженнях ротаційної манжети плеча із застосуванням артроскопії. *Шпитальна хірургія*. 2015. № 4. С. 41-43. URL: https://repository.pdmu.edu.ua/handle/123456789/3599 (дата звернення 25.02.2025).

3. Попадюха Ю.А., Марайта А.М., Катюкова Л.Д. Використання реабілітаційних тренажерів у фізичній реабілітації після артроскопічної реконструкції ротаторної манжети плеча. *Physical education, sport and health culture in modern society*, 2012. С. 380–386.

4. Страфун С.С., Борзих О.В., Борзих Н.О., Ярмолюк Ю.О. Тактика ведення поранених з вогнепальними поліструктурними ушкодженнями плеча. *Проблеми військової охорони здоров'я*. 2017. С. 19-26.

Стародуб Наталія
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

МЕТОДОЛОГІЯ РАННЬОГО ВТРУЧАНЯ У ДІТЕЙ З ДЦП

Актуальність. Дитячий церебральний параліч (ДЦП) – це комплекс порушень рухової діяльності, що виникають внаслідок ушкоджень мозку на ранніх стадіях розвитку. Раннє втручання є ключовим фактором у забезпеченні оптимальних умов для розвитку дитини. Застосування сучасних методів

фізичної терапії дозволяє мінімізувати негативний вплив ускладнень, сприяючи розвитку моторних навичок, координації та загальної функціональності.

Мета роботи – з'ясувати особливості раннього втручання при ДЦП.

Дитячий церебральний параліч (ДЦП) являє собою групу постійних розладів розвитку рухової функції та постави, що виникають внаслідок не прогресуючого ураження головного мозку, яке сталося в пренатальний, перинатальний або ранній постнатальний період. ДЦП є однією з найпоширеніших причин дитячої інвалідності, що впливає на рухові, сенсорні, когнітивні та комунікативні здібності дитини. Враховуючи феноменальну нейропластичність мозку в ранньому віці, раннє втручання є абсолютно критичним для оптимізації розвитку дитини з ДЦП, мінімізації вторинних ускладнень та значного покращення її якості життя та можливостей для повноцінної соціальної інтеграції [1].

Раннє втручання (РВ) при ДЦП – це послуги та підтримка, що надаються дітям від народження до 3 років, які мають встановлений діагноз або високий ризик розвитку такого стану, як ДЦП. Ці програми спрямовані на підтримку раннього розвитку дитини та часто керуються державними настановами. Послуги РВ є міждисциплінарними та можуть включати фізичну терапію, ерготерапію, логопедію, використання допоміжних технологій, соціальні та освітні послуги, сестринський догляд та корекцію поведінки [2].

Методологія раннього втручання базується на індивідуальному підході до кожного випадку, що передбачає комплексну оцінку стану дитини та розробку адаптованої програми реабілітації. Сучасні дослідження демонструють, що своєчасне застосування фізичної терапії сприяє активації нейропластичності, що є критично важливим у період раннього дитинства. Завдяки регулярним занятиям та спеціалізованим вправам дитина отримує можливість розвивати силу, баланс та координацію, що позитивно впливає на її соціальну і емоційну адаптацію. Повторювані рухові патерни сприяють зміцненню відповідних нейронних шляхів [2, 3].

Невід'ємною складовою ефективної програми є активна участь сім'ї та психологічна підтримка. Батьки, як першочергові соціальні партнери дитини, мають бути залучені до процесу планування і проведення реабілітаційних заходів. Сімейна підтримка стимулює бажання дитини брати участь у вправах, сприяючи формуванню позитивних змін і адаптивних механізмів. Крім того, комунікація між фізичними терапевтами, логопедами, ерготерапевтами та психологами забезпечує комплексний підхід, що сприяє оптимальному результату.

Фізична терапія в ранньому віці повинна заохочувати активні, самостійно ініційовані рухи, надаючи дитині можливість самостійно вирішувати рухові завдання. Терапевтам слід уникати надмірної фізичної допомоги, щоб сприяти самостійності дитини. Достатня інтенсивність та частота практики також є важливими факторами. Для підвищення ефективності терапії важливо, щоб заняття були мотивуючими та цікавими для дитини. Приклади фізіотерапевтичних втручань у ранньому віці включають вправи на

перенесення ваги через стопи та руки, досягання, хапання та вправи на рівновагу. Пасивні методи лікування, такі як пасивне розтягування, не повинні бути основним напрямком терапії. Інтеграція терапевтичних вправ у щоденну рутину сім'ї значно збільшує кількість повторень рухів, що сприяє нейропластичності [3].

Отже, раннє втручання є фундаментом для формування здорової, функціональної особистості дитини з ДЦП. Сучасні дослідження підтверджують ефективність цих методів, що дозволяє оптимізувати процес реабілітації та забезпечити максимально можливу якість життя для дітей з церебральним паралічем. Подальші дослідження у галузі раннього втручання при ДЦП є надзвичайно важливими для розширення терапевтичних можливостей та покращення довгострокового прогнозу [1].

Література:

1.Neurobiological Insights Into Cerebral Palsy: A Review of the Mechanisms and Therapeutic Strategies. Izere Salomon. First published: 08 October 2024 URL: https://doi.org/10.1002/brb3.70065 (дата звернення 25.03.2025)

2. Early Intervention in Cerebral Palsy. URL: https://www.physio-pedia.com/Early_Intervention_in_Cerebral_Palsy (дата звернення 25.03.2025)

3. Cerebral Palsy Alliance. The Lifechanging Power of Early Intervention URL: https://cerebralpalsy.org.au/news-stories/your-child-is-born-with-100-billion-neurons-in-their-brain/ (дата звернення 25.03.2025)

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

ФАНТОМНИЙ БІЛЬ В КІНЦІВКАХ – ОДНА З ОСНОВНИХ ПРОБЛЕМ ПЕРЕНЕСЕНОЇ АМПУТАЦІЇ

Актуальність. У сьогоднішній реальності постампутаційний синдром стає дедалі актуальнішим. З кожним днем зростає кількість ампутацій кінцівок через бойові травми. Крім того, причинами втрати кінцівок можуть бути будь-які інші важкі травми, пухлини, судинні захворювання та інфекції [1].

Мета: дослідити причини фантомного болю та визначити ефективні засоби реабілітації.

Близько 80% пацієнтів з ампутованими кінцівками скаржаться на больові відчуття у відсутній кінцівці. Біль може варіюватися від незначного до нестерпного, що значно позначається на якості життя та ускладнює реабілітацію. Важливо диференціювати фантомний біль і залишковий біль у кінцівці (біль у куксі), оскільки останній може свідчити про розвиток післяопераційних ускладнень, таких як інфікування рани, розходження швів,

ішемію кукси, утворення гематоми, недостатній об’єм м’язової тканини над кінцем оперованої кістки, неправильно підібраний протез. Лікування куксового болю буде відрізнятись та залежати від причини його прояви.

Крім того, окремо виділяють поняття фантомного відчуття, що не супроводжуються відчуттям болі в відсутній кінцівці. Воно характеризується відчуттям присутності вже ампутованої кінцівки за трьома критеріями: кінетичний (рух), кінестетичний (розмір, форма, положення) та екстероцептивний (дотик, тиск, температура, свербіж, вібрація). Фантомна кінцівка відчувається настільки реально, що багато людей з ампутованими кінцівками намагаються нею скористатися. Однак з часом деякі люди можуть відчувати зміну довжини фантома, який поступово наближається до залишкової кінцівки. Цей феномен пояснюють пластичністю нейронів і реорганізацією сомато-сенсорної кори, за якої сусідні області ділянки беруть на себе функції цієї ділянки.

Фантомний біль часто виникає протягом перших кількох днів після ампутації та може тривати роками, з часом втрачаючи інтенсивність. Окрім того , біль зазвичай періодичний, локалізується в дистальній частині відсутньої кінцівки та описується як стріляючий, колючий, стискаючий, пульсуючий або пекучий.

Через складність та різноманітність причинних механізмів розвитку цього стану, підходи до лікування також є комплексними та різносторонніми. Серед консервативних методів відновного лікування найбільш ефективними засобами реабілітації є терапевтичні вправи, лікувальний масаж і фізіотерапевтичні процедури. У реабілітації виокремлюють три етапи відновлення, для осіб з травматичною ампутацією нижньої кінцівки, які охоплюють ранній післяопераційний (з 1 по 7 день); період до протезування (з 7 по 21 день); період оволодіння протезом (з 21 дня до 3 міс.).

Для реабілітації використовують як фармакотерапію, так і не медикаментозну терапію таку, як через шкірна електрична стимуляція для полегшення болю. Також стимуляція спинного мозку або периферичних нервів за допомогою імплантованого пристрою може бути ефективною. Віртуальна та доповнена реальність надає нові можливості. Дзеркальна терапія полягає у виконанні вправ , під час яких створюється ефект наявності ампутованої кінцівки шляхом споглядання неушкодженої кінцівки у дзеркалі. Це дозволяє впливати на коркову реорганізацію внаслідок схильності мозку надавати перевагу зоровій інформації [2].

Фізична терапія, кінезіотейпування та ерготерапія – невід’ємна частина реабілітаційних підходів на всіх етапах. Основні фізичні вправи: на розтягування, розслаблення та рівновагу м'язів, дихальні (статичні, динамічні, з опором), ізометричні, загально-розвиваючі, спеціальні, проведення навчання стояння та ходьби на тимчасовому протезі [3].

Висновки. Після ампутації життя пацієнта кардинально змінюється, але не припиняється. Вона є вимушеною терапевтичної мірою. Ампутацію слід розцінювати як можливість збереження життя хворого, а засоби і методи

лікування фантомного болю спрямовані на якнайшвидше відновлення функції опори й пересування. Лікування больового синдрому після ампутації залишається складним завданням, що вимагає подальшого вивчення.

Література:

1. Беспаленко А. А., Щеглюк О. І., Кіх А. Ю., Бур'янов О. А., Волянський О. М., Корченок В. В., Михайловська М. М. Алгоритм реабілітації військовослужбовців з ампутацією кінцівок на основі мультипрофесійного та індивідуального підходу. *Український журнал військової медицини*. 2020, т. 1. С. 64-72.

2. Іванов О. С. Попередження фантомного болю з використанням концепції сомато-сенсорної пам'яті. *Всеукраїнський журнал молодих вчених*. 2012. № 14. 251 с.

3. Фантомний біль у кінцівках. URL:https://ingeniusua.org/articles/fantomnyy-bil-u-kintsivkakh (дата звернення 22.03.2025)

Сурських Крістіна
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. мед. наук, доц. Позмогова Н.В.

КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДІТЕЙ З ДЦП

Актуальність. Дитячий церебральний параліч (ДЦП) – це одне з найпоширеніших неврологічних захворювань у дітей, яке суттєво впливає на їхній фізичний і когнітивний розвиток. За даними ВООЗ, ДЦП діагностують приблизно у 2-3 дітей на 1000 новонароджених. Це захворювання не має єдиного універсального методу лікування, і успіх терапії залежить від комплексного підходу, заснованого на наукових доказах [3, 4].

На жаль, багато методів, які пропонуються для лікування ДЦП, не мають достатньої доказової бази або навіть можуть бути небезпечними. Псевдонаукові методи, такі як лікування стовбуровими клітинами без підтверджених клінічних досліджень, гіпербарична оксигенація та гомеопатія, часто вводять батьків в оману, змушуючи їх витрачати значні кошти без гарантованого результату [1].

Метою роботи є оглянути науково-доказові методи фізичної терапії, які довели свою ефективність у покращенні рухових функцій, зниженні спастичності та підвищенні якості життя пацієнтів з ДЦП [2].

Саме тому актуальність цієї теми полягає в необхідності підвищення обізнаності лікарів, фізичних терапевтів та батьків дітей з ДЦП щодо сучасних доказових методів лікування. Це допоможе уникнути неефективних і небезпечних підходів та сприятиме максимальній соціальній адаптації та незалежності дітей із ДЦП [3].

Лікування ДЦП є багатокомпонентним і потребує комплексного підходу, оскільки захворювання проявляється у різних формах та ступенях тяжкості. Вибір методу лікування залежить від індивідуальних потреб пацієнта та спрямований на покращення рухової активності, зниження спастичності та адаптацію до соціального життя.

Фізична терапія є основним методом лікування ДЦП. До ефективних методів належать:

1. Метод Бобат – спрямований на покращення контролю рухів через спеціальні позиції та стимуляцію правильних рухових патернів. Нейророзвиваюча терапія, що направлена на підтримку вітальних функцій, на досягнення найкращого розвитку здібностей дитини, розвитку комунікативних здібностей, забезпечення максимально наближених до фізіологічних рухів, запобігання вторинних уражень (деформацій, атрофій). Терапія полягає в створенні стимулів та мінімальної допомоги, що дадуть можливість саморегуляції дитини. Це дасть можливість розширення функціональності за рахунок адаптації в оточуючому середовищі [1, 2, 3].

2. Метод Войта – рефлекторна терапія, що активує необхідні рухові функції через натискання на певні точки тіла. Принципом Войта-терапії є не тільки вплив на рухову сферу, а й на все тіло загалом: на сенсорну, вегетативну та психічну системи. При проведенні терапії спостерігаються зміни частоти пульсу, дихання та кров'яного тиску. Основним завданням методики є формування рухових навичок відповідних віку дитини. Для його вирішення використовують рефлекс повзання і рефлекс повороту. Їх основні феномени мають вплив на управління тілом в цілому, його вертикалізацію та можливість руху вперед.

3. Терапія за методом PNF (пропріоцептивна нейром’язова фасилітація) – допомагає покращити координацію і силу м’язів. Методика кінезіотерапії, що відновлює функціональні зв’язки між нервовою системою (отримує сигнал ззовні про необхідність руху та координує рухову діяльність) та м’язами (здійснюють рух).

4. Іпотерапія – використання верхової їзди для стимуляції рухових центрів мозку. За допомогою занять можна вплинути на систему рівноваги. Пацієнт на спині коня прагне утримувати свій хитких центр ваги вище центру ваги коня у всіх фазах руху. Під час їзди таз і плечовий пояс пацієнта поводяться так само, як і при звичайній ходи [4].

Лікування ДЦП може включати медикаментозну підтримку для зменшення м’язового спазму та покращення рухових функцій. У важких випадках використовують хірургічне втручання, спрямоване на корекцію контрактур або зменшення м’язової спастичності. Основні методи:

1. Селективна дорзальна ризотомія (СДР) – процедура, що зменшує м’язовий тонус шляхом перерізання нервових волокон у спинному мозку. Результати дитини значною мірою залежать від реабілітації після СДР. Американські нейрохірурги рекомендують 6 місяців безперервних реабілітаційних занять по 4-5 на тиждень і потім протягом наступного року і

більше 2-4 заняття на тиждень. Такий інтенсивний графік дасть можливість максимально розкрити руховий потенціал дитини. Інтенсивна реабілітація дасть можливість не тільки розвити нові рухові навики, але й подолати проблеми рухливості, не пов’язані зі спастикою: слабкість м’язів, проблеми з рівновагою, аномальні рухи.

2. Ортопедичні операції – виправлення деформацій кінцівок, подовження сухожиль, остеотомії для покращення рухливості. Найбільш розповсюдженими є операції, спрямовані на корекцію сколіозу, дислокації кульшових суглобів, подовження чи перенос сухожиль, для зниження дисбалансу спастичних м'язів, а також остеотомія з метою виправлення неправильного положення кінцівки [1].

Отже, сучасні методи лікування ДЦП базуються на доказовій медицині та включають комплексний підхід: фізичну реабілітацію, медикаментозну терапію, хірургічні втручання та інноваційні технології. Завдяки постійному розвитку науки, пацієнти з ДЦП мають все більше можливостей для поліпшення свого стану та соціальної інтеграції.

Література:

1. Парамош О. В. Порівняльний аналіз асортименту лікарських засобів для фармакотерапії дитячого церебрального паралічу в Україні та за британським національним формуляром. *ScienceRise: Pharmaceutical Science*, 2016. С.16-20.

2. Сидорук І. О., Подолянчук І. С., Ніколенко О. І. Методи фізичної реабілітації дітей із церебральним паралічем. *Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини*, 2019, №5. С. 39-45.

3. Rosenbaum P., Eliasson A.-C., Hidecker M. J. C., et al. «Classification of functioning and disability in cerebral palsy: some personal perspectives on the state of the art and the road ahead». 2020.

4. Oskoui M., Coutinho F., Dykeman J., et al. «An update on the prevalence of cerebral palsy: a systematic review and meta-analysis». 2019

Тарасенко Богдана
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Потапова О.В.

ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ ТРЕНІНГ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ МЕТОД ПОКРАЩЕННЯ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ОСІБ З СИДЯЧИМ СПОСОБОМ ЖИТТЯ

Актуальність. Сучасний світ характеризується стрімким розвитком технологій, що, на жаль, призводить до зменшення фізичної активності серед населення. Сидячий спосіб життя стає нормою для багатьох, що негативно впливає на здоров'я та якість життя. Функціональний тренінг, як вид фізичної активності, спрямований на покращення повсякденних рухів та загальної фізичної форми, є ефективним методом протидії негативним наслідкам сидячого та малорухливого способу життя [3].

Мета дослідження полягає в обґрунтуванні використання функціонального тренінгу для підвищення рухової активності серед населення задля збереження та покращення здоров'я.

Функціональний тренінг – це вид тренувань, який фокусується на виконанні вправ, що імітують повсякденні рухи. Він спрямований на покращення сили, витривалості, координації та гнучкості, що є важливими для виконання звичайних завдань, таких як підйом по сходах, підняття важких предметів або тривале сидіння [1].

Основні принципи функціонального тренінгу:

- Багатосуглобні вправи: Використання вправ, що залучають декілька суглобів одночасно, таких як присідання, віджимання та тяги.
- Використання власної ваги тіла: Багато вправ виконуються з використанням власної ваги тіла, що робить їх доступними для широкого кола людей.
- Розвиток стабілізаторів: Функціональний тренінг акцентує увагу на розвитку м'язів-стабілізаторів, які підтримують правильну поставу та запобігають травмам.
- Імітація повсякденних рухів: Вправи розроблені таким чином, щоб імітувати рухи, які ми виконуємо в повсякденному житті [2].

Переваги функціонального тренінгу для осіб з сидячим способом життя:

- Покращення постави: Функціональний тренінг допомагає зміцнити м'язи спини та кора, що сприяє покращенню постави та зменшенню болю в спині.
- Збільшення сили та витривалості: Регулярні тренування підвищують силу та витривалість, що полегшує виконання повсякденних завдань.
- Покращення координації та балансу: Функціональний тренінг сприяє розвитку координації та балансу, що є важливими для запобігання падінням та

травмам.

- Зменшення ризику травм: Зміцнення м'язів-стабілізаторів та покращення координації допомагають зменшити ризик травм під час повсякденної діяльності.

- Покращення загального самопочуття: Фізична активність сприяє покращенню настрою, зменшенню стресу та підвищенню енергії.

Наразі з визначенням переваг та основ методики застосування, необхідним э надання видів саме функціональних вправ та їх вплив на тіло людини і її м’язову систему:

- Присідання: зміцнюють ноги та сідниці.

- Згинання та розгинання рук в упорі лежачи: зміцнюють м’язи грудної клітини, плечі та трицепси.

- Планка (пряма та зворотня): зміцнює м'язи кора.

- Тяга: зміцнює спину та біцепси.

- Випади: зміцнюють ноги та покращують баланс.

- «Берпі»: комплексна силова вправа, яка задіює майже всі групи м'язів.

Окрім силового навантаження та пропрацювання суглобово-м’язового апарату, застосовуються вправи на підвищення гнучкості.

Висновки. Функціональний тренінг є ефективним методом покращення якості життя осіб з сидячим способом життя. Він допомагає зміцнити м'язи, покращити координацію та баланс, зменшити ризик травм та покращити загальне самопочуття. Регулярні функціональні тренування можуть стати важливим кроком на шляху до активного та здорового способу життя.

Література:

1. Бомпа Т.О., Буццоліні К. Періодизація спортивного тренування. Теорія та практика. Київ: Олімпійська література, 2021.

2. Твіді Д., Твіді Б. Функціональний тренінг. Київ: Олімп, 2018.

3. Функціональний тренінг: переваги та вправи. URL: https://www.fitness.com.ua/functional-training-benefits-exercises/ (дата звернення 21.03.2025)

Тістол Лілія
магістр 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. біол. наук, доц. Страколист Г.М.

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ ПРИ УШКОДЖЕННІ СПИННОГО МОЗКУ У ДІТЕЙ

Актуальність. В Україні на даний час проводяться тренінги для фахівців з реабілітації осіб з ураженням спинного мозку, які включають як практичні, так і теоретичні модулі щодо роботи з такими пацієнтами. Ці дослідження та ініціативи підкреслюють важливість інтеграції сучасних засобів у процес реабілітації дітей з ураженням спинного мозку, що сприяє покращенню їхньої якості життя та соціальної адаптації.

Мета роботи – з'ясувати особливості застосування засобів фізичної терапії при ураженні спинного мозку у дітей.

Останні дослідження та публікації у сфері фізичної реабілітації дітей з ураженням спинного мозку свідчать про те, що у дітей віком менш ніж 8 років травма шийного відділу хребта найчастіше виникає вище рівня С4 і зазвичай є наслідком автомобільних аварій, падінь і жорстокого поводження з дітьми. У дітей віком старше 8 років травми на рівні від С5 до С8 частіше трапляються через автомобільні аварії та спортивні травми, особливо при заняттях гімнастикою, дайвінгом, кінним спортом, американським футболом і реслінгом. У порівнянні з дорослими діти мають анатомічні особливості, наприклад, більший розмір голови по відношенню до тіла, еластичність капсул зв'язок хребта, які сприяють підвищенню рухливості хребта без очевидної травми кісткової тканини.

У дітей з ураженням спинного мозку можуть спостерігатися минущі симптоми, такі як парестезії та слабкість. У дітей також можуть виникати ріжучі болі вздовж хребта або кінцівок. Приблизно у 25% дітей із ушкодженням неврологічні ознаки, такі як часткові неврологічні дефіцити, повний параліч, виникають пізніше, від 30 хвилин до 4 днів після травмування, що ускладнює негайну діагностику [1].

На даний час виділяють декілька перспективних напрямків:

Роботизована механотерапія. Використання роботизованих систем для відновлення рухових функцій у дітей з органічними ураженнями нервової системи, включаючи патології спинного мозку, показало позитивні результати. Показаннями для такої терапії є спастичні та в'ялі парези, а також паралічі при різних неврологічних патологіях.

2.Водна терапія (акватерапія). Заняття у воді сприяють розвитку рівноваги, сили та рухових навичок у дітей після травм спинного мозку. Плавучість води зменшує навантаження на суглоби, полегшуючи виконання вправ та підвищуючи мотивацію до реабілітації.

3.Комплексний підхід до реабілітації. Огляд літератури підкреслює

важливість застосування лікувальної фізичної культури та масажу у комплексному лікуванні дітей із спастичними формами дитячого церебрального паралічу. Ці методи сприяють покращенню фізичної підготовленості, гнучкості та силової витривалості.

Основний матеріал на тренінгах для фахівців можна поділити на кілька ключових напрямків:

1. Анатомія та фізіологія спинного мозку:
– Будова спинного мозку та його функції.
– Рівні ураження (шийний, грудний, поперековий відділи) та їх наслідки.
– Вплив травми на рухові, сенсорні та вегетативні функції організму.
2. Типи уражень та їх наслідки:
– Повне та неповне ураження спинного мозку.
– Паралічі та парези (тетраплегія, параплегія).
– Спастичність та м’язова слабкість.
3. Основи фізичної реабілітації:
– Вправи для покращення сили, гнучкості та витривалості.
– ЛФК (лікувальна фізкультура) та її роль у відновленні.
– Використання допоміжних засобів (інвалідні візки, ортези, екзоскелети).
4. Самостійний догляд та гігієна:
– Як уникнути пролежнів та інфекцій.
– Контроль функцій сечового міхура та кишечника.
– Підтримка правильної постави та догляд за шкірою.
5. Соціальна адаптація та психологічна підтримка:
– Як впоратися з емоційними труднощами після травми.
– Методи мотивації до навчання та активного життя.
– Доступність навчальних закладів та спортивних програм.
6. Безпека та доступність середовища:
– Як правильно користуватися інвалідним візком.
– Адаптація житлового простору.
– Безпечне переміщення в громадських місцях [2].

Отже, найголовнішою задачею реабілітації стає максимально допомогти пацієнту стати незалежним та самостійним у побуті. У ході роботи ставляться цілі у SMART форматі які поступово досягаються разом з фахівцями. Вони конкретні, досяжні та виміряні у часі. Пацієнти шаг за шагом досягають маленьких цілей які у свою чергу допомагають максимально пристосуватись до повсякденного життя без сторонньої або з мінімальною допомогою.

Література:

1. Рой Л. Елсон, Кайі Г. Ган, Джон Е. Кемпбелл; науковий редактор перекладу А.О. Волосовець. Догоспітальна допомога при травмах. Київ: всеукр. спец. вид-во «Медицина», 2023. 464 с.

2. Зозуля І.С., Волосовець А.О. Медицина невідкладних станів. Київ: всеукр. спец. вид-во «Медицина», 2023. 559 с.

Цацура Аліна
магістр 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р мед. наук, проф. Івченко Д.В.

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІСЛЯ ХІРУРГІЧНОГО ЛІКУВАННЯ ОСКОЛКОВИХ ПОРАНЕНЬ НИЖНІХ КІНЦІВОК НА СТАЦІОНАРНОМУ ЕТАПІ

Актуальність. На сьогоднішній день вторгненню росії в Україну протистоять понад 700 тисяч українських військовослужбовців. Внаслідок впливу бойових дій значна частина з них потребує комплексної медичної реабілітації. З початку повномасштабного включення російської федерації в медичні заклади Міністерства внутрішніх справ стаціонарного лікування пройшло понад 2000 поранених військових, а ще понад 600 отримали амбулаторну допомогу. З кожним днем зростає кількість поранених із травмами різного ступеня тяжкості.

Наслідки бойових травм можуть бути різноманітними й залежати від складності первинного ураження, наявності вторинних пошкоджень, а також перебігу процесу відновлення. Особливе значення для збереження та відновлення здоров'я мають контузійно-травматичні пошкодження голови, вогнепальні поранення та мінно-вибухові травми кінцівок [1].

Мета роботи. Визначити особливості та ефективність програми фізичної терапії військовослужбовців після хірургічного лікування осколкових поранень нижніх кінцівок на стаціонарному етапі реабілітації. Проаналізувати сучасні методи фізичної реабілітації, їх вплив на відновлення функцій опорно-рухового апарату та попередження ускладнень.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Осколкові поранення нижніх кінцівок є одними з найбільш розширених бойових травм, які супроводжуються значними ушкодженнями м'яких тканин, кісток і суглобів. Вони часто спричиняють ускладнення у вигляді контрактуру, хворобливого синдрому, порушення кровотоку та інфекційних процесів.

Вогнепальна рана має кілька важливих особливостей, які починають подальший розвиток раннього процесу. Через високу кінетичну енергію та специфіку ранової балістики сучасні кулі, при зіткненні з тканинами різної щільності, мають фактичну відкинутись від початкової траєкторії, що завдало значних пошкоджень [2].

Клінічні прояви та симптоми загальних реакцій у випадках, пов'язаних з локалізацією, розміром і глибиною ураження тканин і органів. При виявленні поверхневих та невеликих ран шкіри або слизових оболонок загальні реакції можуть бути настільки слабкими, що на перших етапах їх важко визначити. Однак при великих ушкодженнях загальна реакція може проявлятися у проявах шоку, колапсу та непритомності. Подальші симптоми як місцевих, так і загальних реакцій залежать від перебігу ранового процесу та загального стану

постраждалого [1].

Одним із найбільш розширених ускладнень при вогнепальних пораненнях є контрактури, які значно посилюються через механічні перешкоди в межах тіла або позаду. Для відновлення амплітуди рухів при контрактурах основними методами є фізіотерапевтичні процедури, масаж, м'язова гра, постізометрична релаксація, а також активні та пасивні вправи. Вибір методу залежить від типу контрактури та структури, яка обмежує рухливість. Фізичні вправи (як активні, так і пасивні) допомагають усунути всі види контрактур. Після вогнепальних поранень через іммобілізацію м'язи можуть значно втратити свою силу – за один тиждень іммобілізації м'язи можуть втратити до 20% своєї сили [3].

За даними сучасних досліджень, ефективна фізична терапія після хірургічного лікування цих поранень передбачає поетапний підхід. На стаціонарному етапі особливу увагу приділяється методам фізіотерапії, які сприяють прискоренню регенерації тканин, зменшенню зниження та закінчення. Використовуються такі методи, як електростимуляція, магнітотерапія, ультразвукова терапія та кінезіотерапія.

Дослідження також підтверджують важливість ранньої мобілізації та індивідуального підходу до вибору реабілітаційної програми. Включення в праву відновлення рухливості суглобів і зміцнення м'язів дозволяє уникнути м'язової атрофії та контрактуру.

Таким чином, аналіз сучасних наукових публікацій підтверджує, що комплексна фізична терапія після хірургічного лікування осколкових поранень нижніх кінцівок є ключовим чинником успішного відновлення та повернення військовослужбовців до активного життя.

Література:

1. Куртвелієва В.А., Копитіна Я.М. Вогнепальні поранення військовослужбовців як сучасна проблема фізичної терапії. *Здоров'я людини в сучасному культурно-освітньому просторі*. Суми, 2019. С. 39-42.

2. Каштальян М.А., Герасименко О.С., Тертишний С.В., Єнін Р.В. Нові напрямкив лікуванні вогнепальних ран. *Актуальні проблеми транспортної медицини*. Одеса, № 3 (49), 2017. С. 68-72.

3. Альошина А.І., Сологуб О. Сучасний погляд на застосування засіб фізичної реабілітації при вогнепальних ураженнях кісток гомілки. *Молодіжний науковий вісник*. Луцьк, 2019. С. 56-62.

Чопоров Владислав
студент 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. наук з фіз. виховання та спорту,
доц. Потапова О.В.

КЛАСИФІКАЦІЯ НАПРЯМІВ АКВААЕРОБІКИ

Актуальність. Періоди колишньої пандемії та повномасштабне військове вторгнення, внесли свої корективи в малоактивний спосіб життя нашої молоді. Та призвели до зниження рухової активності й зменшення мотивації до здорового способу життя. В свою чергу, у молоді спостерігаються погіршення функціонального, фізичного та психологічного стану. Щоб на сьогодні підвищити інтерес до занять фізичними вправами, нам вкрай необхідно впровадити різновиди масового спорту й рухової активності для відпочинку та відновлення сил. А саме: сучасні тренажери, нові види занять з оздоровчого фітнесу та ін. Що сприятиме розвитку та мотивації до оздоровчих занять. Отже, щоб заповнити дефіцит рухової активності, вкрай необхідні систематичні заняття з фізичного виховання та спорту. Серед оздоровчих тренувань особливе місце посідає саме аквааеробіка [1, с. 4].

Мета статті полягає у вивченні напрямів аквааеробіки та дослідженні її оздоровчого потенціалу, а також обґрунтуванні ролі використання природних властивостей води під час різних напрямів заняття аквааеробікою.

Отже, особливість проведення занять з аквааеробіки, полягає у використанні природних властивостях води, а саме: виштовхування, опір і гідростатичний тиск. А отже, вода виконує роль природного багатофункціонального тренажера. Завдяки тому, що щільність води більша за щільність повітря, забезпечується плавучість та підтримка тіла. Що є перевагою, перед іншими видами аеробіки [2, с. 7-8]. Завдяки помірним фізичним навантаженням, аквааеробіка визнана однією із найкращих профілактик багатьох захворювань, таких як: серцево-судинної, дихальної, опорно-рухової, ендокринної, видільної, травної, нервової та інших систем організму. Нею можуть займатися практично всі, незважаючи на вік, стан здоров'я та рівень підготовки. Аквааеробіка має чотири напрями: оздоровчий, прикладний, лікувальний та спортивний, які можуть бути вибрані населенням для вирішення власних оздоровчих завдань.

Лікувальний напрям – використовується для відновлення здоров'я, працездатності, корекції форм і часток тіла, підвищення життєвого тонусу і поліпшення спільного самопочуття хворих. При зменшенні навантаження вправи у воді можуть виступати як реабілітаційний засіб. Цей напрям, допомагає зміцнити здоров'я, підвищити загальну працездатність та активізувати функціональні системи організму. Заняття концентруються на методиці оволодіння усіма важливими руховими діями, розвитку фізичних якостей та готовності організму до основних навантажень. Процес лікувальної

аквааеробіки діє на весь організм, а саме: сприяє виробленню правильної постави, знімає напруження хребта, надає позитивного впливу на серцево-судинну систему, знижує підвищений артеріальний тиск, зміцнює м'язи скелету, збільшує захисні сили організму, знімає стрес, нервову збудливість, покращує психологічний стан, а також, сприяє схудненню. Лікувальний напрям використовується, для покращення загального самопочуття хворих: покращення здоров'я, трудової діяльності, корегування форм тіла та серцево-судинної системи. Завдяки відповідним умовам, вправи у воді використовуються з реабілітаційною метою. Оздоровчий напрям – сприяє зміцненню здоров'я, допомагає підтримувати працездатність, зняти психоемоційну напругу, позитивно впливає на функціональну систему організму, має загартовуючий ефект. Основний напрямок занять – це розвиток фізичних якостей, адаптація організму до навантажень, оволодіння руховими діями. Завдяки оздоровчій аквааеробіки, оздоровлюється весь організм, а саме: сприяє виробленню гарної постави, знімає напруження з хребта при остеохондрозі, позитивно впливає на серцево-судинну систему, знижує високий артеріальний тиск, зміцнює м'язи скелету, збільшує захисні сили організму, знімає стреси, нервову збудливість, покращує психоемоційний стан, сприяє схудненню. Напрям використовується, при варикозному розширенні вен, остеохондрозі хребта, захворюванні суглобів, серцево-судинної та дихальної системи, а також, для швидкого відновлення після перенесених травм та операцій. Спортивний напрям – це підбір допоміжних засобів і методів у різних видах спорту для досягнення певного рівня результатів, а також, чудовий спосіб позбутися зайвої ваги. При регулярних заняттях, втрачаються не тільки зайві кілограми, а й набувають підтягнутої фігури та пружної шкіри. Цей напрям використовується для спортсменів з елементами боксу, карате, кікбоксингу, волейболу, гімнастики, плавання та ін. Прикладний напрям – використовується для забезпечення рівня психофізичної готовності, який необхідний кожному конкретному виді трудової діяльності. А також, використовується для розвитку й зміцнення окремих груп м'язів, розвитку спеціальних психофізичних якостей, профілактики професійних захворювань тощо [2].

Висновки. Досліджуючи напрями аквааеробіки, ми дійшли висновку, що аквааеробіка має значні переваги перед іншими видами оздоровлення. А вплив води має сприятливу, оздоровчу дію на організм. Також, аквааеробіка дозволяє: зменшити навантаження на організм, що неможливо в залі; опрацювати м'язи тіла, рук, ніг, сідниць; зняти напруження, нормалізувати нервову систему; корегування форм та частин тіла; покращення загального самопочуття хворих; та, безумовно, для покращення здоров'я. На сьогодні, є необхідність в підвищенні інтересу молоді до занять фізичними вправами, розвитку і оздоровлення молоді та спортсменів, а також реабілітації після травм.

Література:

1. Аквааеробіка: метод. вказівки / уклад.: С. М. Киселевська, О. В.

Чернявська. Київ: КНУБА, 2016. 40 с.

2. Репозитарій ЛДУФК ім. І.Боберського: Репозитарій ЛДУФК ім. І. Боберського: Головна. URL: https://repository.ldufk.edu.ua/server/api/core/bitstreams/bd905383-c82f-47f3-b125-3d4196c390b5/content (дата звернення: 20.03.2025).

Чувалова Ліза
студентка 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. біол. наук, доц. Страколист Г.М.

СУЧАСНІ ПОГЛЯДИ ЕНДОПРОТЕЗУВАННЯ КУЛЬШОВОГО СУГЛОБА (3D-ДРУК ІНДИВІДУАЛЬНИХ ЕНДОПРОТЕЗІВ)

Актуальність. Сучасне ендопротезування кульшового суглоба активно розвивається завдяки новітнім технологіям. 3d-друк індивідуальних ендопротезів і навігаційні системи підвищують точність встановлення імплантів, зменшують ризик ускладнень і прискорюють реабілітацію, покращуючи якість лікування.

Мета: проаналізувати сучасні підходи до ендопротезування кульшового суглоба, зокрема використання 3d-друку індивідуальних ендопротезів та навігаційних систем, для підвищення точності встановлення імплантів, зменшення ускладнень та покращення реабілітації пацієнтів.

Ендопротезування – це сучасна операція, під час якої уражений суглоб замінюють на штучний імплант (ендопротез), який ідеально повторює функцію та анатомічну форму природного суглобу, зберігаючи при цьому повну амплітуду рухів.

Ендопротезування кульшового суглоба – це часткова або повна заміна повністю зношеного, або пошкодженого суглоба, для відновлення повноцінної опороздатності та повного обсягу рухів без болю. Зміна суглоба на імплантант буває як тотальне ендопротезування (протезування усього суглобу), та його частини - однополюсне протезування [3].

Ендопротезування кульшового суглоба є однією з найуспішніших операцій в ортопедичній хірургії. Найкращі результати досягаються у пацієнтів похилого віку, тоді як у молодших пацієнтів активний спосіб життя може скоротити термін служби імплантату. Через 10 років ревізійне ендопротезування потребують 8,2 % пацієнтів, що стимулює дослідження для продовження строку функціонування протезів. Удосконалення протезів включає покращення форми, методів фіксації, покриття, пар тертя між головкою та ацетабулярним компонентом і оптимізацію розміру головки. Недолік – тривалий час пацієнт перебуває під наркозом, травмуються м'які тканини, не виключена значна втрата крові. Перевага - тривалий термін служби імплантату, повне відновлення функціональності суглобу [1].

Ендопротезування дає змогу відновити функціональність суглобів і повернути пацієнтів до активного життя. Прогрес у цій сфері охоплює вдосконалення форми, методів фіксації, покриття, оптимізацію тертя та розміру головки протеза. Одним із найінноваційніших рішень є 3D-друк індивідуальних ендопротезів. Лазерне спікання титану дозволяє створювати біосумісні імплантати, що точно відповідають анатомії пацієнта. Особливо цінною є трабекулярна (пориста) поверхня, яка сприяє кращому зрощенню з кісткою, значно підвищуючи стабільність імпланту.

Спершу виконується комп'ютерна томографія ураженої кістки. За допомогою спеціальних програм створюється 3D-модель в STL форматі. Враховуючи особливості кісткових дефектів біоінженер проєктує імплантат, який буде надійно фіксуватися до кістки, яка із часом може прорости в нього. Прототип імплантату друкується разом із кісткою спочатку із пластику. Після узгодження конструкції з оперуючим хірургом імплантат друкується із титану. На щастя в Україні вже з'явились фірми, що мають у своєму арсеналі необхідне обладнання. Весь процес займає 2-3 тижні [2].

Ще одним важливим сегментом застосування 3D-моделювання та прототипування є його використання при складних внутрішньосуглобових переломах кісток. Пластиковий прототип дозволяє максимально точно оцінити характер перелому та спланувати оперативне втручання. Пластик добре обробляється інструментами. Ми можемо ідеально підібрати фіксатори, вигнути їх, ніби виконати операцію до операції. Це значно скорочує час оперативного втручання та зменшує кількість можливих ускладнень. Технологія 3D-друку в ендопротезуванні кульшового суглоба продовжує розвиватися і приносити значні інновації у хірургічну практику.

Сумарно, ця технологія дає можливість створювати імплантати, які не лише повторюють анатомію пацієнта, але й враховують всі аспекти, необхідні для тривалого та безпечного функціонування суглоба. В Україні вже з'являються компанії, які впроваджують 3D-друк для виготовлення персоналізованих ендопротезів кульшового суглоба, що забезпечує пацієнтам високий рівень медичного обслуговування.

Висновок: Виходячи з цих даних, можна зробити висновок, що 3D-друк індивідуальних ендопротезів є перспективним напрямком у ендопротезуванні кульшового суглоба. Ця технологія дозволяє створювати імпланти, що точно відповідають анатомії пацієнта, покращуючи біосумісність, стабільність і функціональність. Інноваційні підходи, зокрема пористі структури, знижують ризик ускладнень і підвищують довговічність імплантів. Впровадження 3D-друку в ортопедії сприяє зменшенню часу операцій, прискоренню реабілітації та підвищенню якості медичних послуг, що є важливим для розвитку медицини в Україні.

Література:

1. Гайко Г.В., Галузинський О.А., Бурбурська С.В. ДУ «Інститут травматології та ортопедії НАМН України», м. Київ, Україна. *Травма*. Том 20,

№1, 2019. С.23-30

2. Лабораторія біомедичної інженерії «Остеоніка» URL: https://arthrology.com.ua/novini-artrologiji/laboratoriya-biomedichnoji-inzheneriji-osteonika.html?utm_source=chatgpt.com (дата звернення 23.03.2025).

3. Ендопротезування кульшового суглоба (заміна кульшового суглоба) URL: https://medicalplaza.ua/uk/content/endoprotezirovanie-tazobedrennogo-sustava (дата звернення 23.03.2025)

Щербина Олексій
магістр 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р мед. наук, проф. Івченко Д.В.

ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВИХ ПІСЛЯ АМПУТАЦІЇ НИЖНЬОЇ КІНЦІВКИ НА РІВНІ ГОМІЛКИ

Актуальність. Реабілітація військовослужбовців внаслідок військових конфліктів чи травматичних подій є актуальним та важливим завданням галузі охорони здоров'я. На жаль, внаслідок активних бойових дій аналогічна ситуація наразі відбувається в Україні і щодня збільшується кількість поранених військових та цивільних громадян, які потребують належної допомоги з боку різних фахівців мультидисциплінарної команди [2]. У військовому контексті фізична терапія після ампутації є надзвичайно важливою, оскільки вони ускладнюють повернення, військових до виконання своїх професійних обов'язків або адаптації до цивільного життя після повернення з війни. Ця терапія допомагає не лише фізичному відновленню, але й психологічному, допомагаючи військовим повернутися до повноцінного життя [3].

Мета – теоретично обґрунтувати особливості фізичної терапії військовослужбовців після ампутацій нижньої кінцівки на рівні гомілки.

Проблеми, пов'язані з вогнепальними пошкодженнями та мінно-вибуховою травмою, охоплюють широкий спектр аспектів, включаючи медичну допомогу, фізичну реабілітацію, психологічну підтримку, соціальну реінтеграцію та інші аспекти. Досягнення прогресу в медичних технологіях, швидка медична допомога, розвиток протезування та реабілітаційних програм дозволяють відновити фізичну функціональність та покращити якість життя військових з ампутаціями. Однак, військовим, що стикаються з цими проблемами, також потрібна психологічна підтримка, щоб допомогти їм впоратися з травматичними досвідами, почуттями втрати та переорієнтуватися на нові цілі та можливості [1].

Висновок. Реабілітація військових після ампутацій є важливим викликом сучасної медицини, особливо в умовах війни. Фізична терапія допомагає не лише у відновленні рухових функцій, а й у психологічній адаптації. Розвиток медичних технологій і сучасне протезування значно покращують якість життя

поранених. Однак комплексний підхід, що включає фізичну та психологічну підтримку, є ключовим для успішної реабілітації. Важливо не лише відновити фізичну активність, а й допомогти військовим повернутися до повноцінного життя та соціальної інтеграції.

Література:

1. Бур'янов А.Л., Беспаленко А.А., Цема Є.В., Дінець О.В. Ампутації кінцівок військовослужбових в слідстві артилерійських ударів у зоні проведення антитерористичної операції на сході України. *Український науково-медичний молодіжний журнал*, 2017; 3(103):15-9.

2. Крук І. М., Григус І. М. Фізична терапія військовослужбовців з наслідками вогнепальних поранень. *Rehabilitation and Recreation*. 2022. № 12. С. 44-51

3. Купріненко О. Аналіз сучасного стану та проблеми ерготерапії військовослужбовців Збройних Сил України постраждалих в результати бойових дій. Аналіз сучасного стану та проблем трудотерапії військовослужбовців Збройних Сил України, які постраждали внаслідок бойових дій. *Український журнал медицини, біології та спорту*, 2020. Т. 5, № 4, С. 36-43.

СЕКЦІЯ «ТУРИЗМ, РЕКРЕАЦІЯ ТА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННА СПРАВА»

Бай Андрій
аспірант фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму,
Волобуєв Андрій
аспірант фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Маковецька Н.В.

РІТЕЙЛ У ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОМУ БІЗНЕСІ: ГОЛОВНІ АСПЕКТИ ІНТЕНСИФІКАЦІЇ ПРОДАЖІВ

Загально відомим є факт, що сфера готельно-ресторанного бізнесу є одною із найголовніших сукупних складових туристичної індустрії. Розглядаючи це питання більш детально можна навести наступне ствердження, що сучасні фахівці розділяють туристичну індустрію на дві основні категорії, які, працюючи взаємозалежно та взаємопов'язано одна із одною, формують структуру туристичного бізнесу загалом. Першою категорією є власне суб'єкти господарювання, які мають специфику роботи із в'їзним або виїзним типом туризму. Під другу категорію як раз підпадають бізнеси індустрії гостинності, які приймають, надають послуги та обслуговують туристичний потік. Неможливо уявити роботу індустрії гостинності без існування у ній готельно-ресторанних підприємств, адже саме вони є головними гравцями, які забезпечують стабільне функціонування не тільки сфери гостинності, але й туристичної індустрії взагалі.

Наразі, у зв'язку із прискоренням глобального економічного процесу, зростанням конкуренції та створенням нових форм обслуговування туристів готельно-ресторанні комплекси стикаються із низкою питань, які спрямовані на розвиток рітейлу у готельно-ресторанному бізнесі. Перш за все, необхідно визначити, що рітейл – це роздрібна торгівля товарами або послугами, спрямована на кінцевого споживача. Термін «рітейл» дуже часто використовується у сучасній комерції, особливо серед глобальних роздрібних торговців. Необхідно зауважити, що термін «рітейл» не тільки можна, але й необхідно застосовувати до сфери готельно-ресторанного господарства. Зміни в галузі гостинності, зростаючі вимоги споживачів до якості та диверсифікованості послуг, зручності продукту змушують готелі та ресторани шукати та імплементувати інновації та більш ефективно організовувати власний рітейл [1]. Традиційно, серед рітейлу готельно-ресторанного бізнесу необхідно виділити наступні аспекти: 1. Продаж розміщення та харчування; 2. Організація конгресів та конференцій разом із орендою технічного оснащення; 3. Організація розважальних і рекреаційних послуг; 4. Організація свят та

бенкетів на технічній базі готельного-ресторанного комплексу; 5. Організація кейтерингових заходів; 6. Організація інформаційно-навчальних заходів.

Для інтенсифікації рівня продажу готельного продукту та, відповідно, покращення таких метрик як: відсоток завантаженості номерного фонду, рівень виручки та доходу, відсоток рентебальності, відсоток конверсії продажу, середній чек, охоплення ринку можуть використовуватись різноманітні та іноваційні методи. Впровадження новітніх цифрових технологій, таких як мобільні додатки, системи онлайн-бронювання, CRM-системи та автоматизовані системи управління (PMS) дозволяють покращити ефективність роботи рітейлових каналів та підвищити якісну складову обслуговування клієнтів [2]. Крім того, завдяки використанню штучного інтелекту можна ефективно створювати омніканальні стратегії. Імлементація штучного інтелекту у роботі готельно-ресторанного бізнесу дозволяє створювати індивідуальні та персоналізовані пропозиції, не втрачаючи при цьому рівня автоматизації виробничих процесів, що, безпосередньо, впливає на підвищення лояльності та задоволеності споживачів. Іноваційні підходи у використанні штучного інтелекту у тому числі дозволяють оптимізувати запаси, закупівлі, процеси продажу та логістику, знижуючи витрати та підвищуючи рентабельність підприємства.

Готельно-ресторанний бізнес однозначно є самостійною системою, яка має власні особливості та специфічні потреби в організації її роботи. На нашу думку, першою характеристикою, що спадає на розум є факт того, що готельно-ресторанна індустрія перш за все спрямована на пряму роботу із людьми і саме людський фактор відіграє у ній критичне значення. Неможливо казати про покращення ефективності рітейлу у готельно-ресторанному комплексі без високого рівня сервісу. Адже саме сервіс є ключовою складовою нематеріального продукту гостинності. Ефектиний підбір персоналу, створення оптимальної організаційної структури, створення належної та конкурентної системи навчання та стажування у готелях і ресторанах є тою складовою, яка у подальшому буде підвищувати рівень продажу готельного та ресторанного продукту. Належна, працьовита та вмотивована команда буде тим каталізатором, який перманентно буде сприяти розвитку ефективності рітейлу у готельно-ресторанному бізнесі.

Диверсифікація каналів продажу готельно-ресторанного продукту є тим чинником без якого також неможливо уявити підвищення ефективності рітейлу. Диверсифікація каналів продажу спрямована на пошук нових способів збуту товарів, послуг та продукту загалом, тобто у своїй суті має регуляторну функцію. Серед прикладів щодо даного ствердження можна навести: 1. Сегментація продажу: орієнтація на певні сегменти не тільки цільової аудиторії але й туристичного бізнесу теж. Наприклад, продаж продукту через суб'єкти господарювання сфери туризму, тобто туристичні агенції та туристичних операторів. У тому числі це дозволяє вийти на міжнародний ринок; заключення контрактних договорів із компаніями різної форми власності щодо надання оптового готельно-ресторанного продукту; орієнтація на онлайн туристичні

агрегатори, тобто GDS системи. 2. Орієнтація на івент-туристичні події, що дозволяє продавати готельно-ресторанний продукт як туристам, так і організаторам певних івентів. 3. Створення служби доставки у ресторанах: наразі ця тенденція є дуже популярною у сучасних закладах. Ресторани та готельно-ресторанні комплекси можуть створювати як власний проєкт служби доставки, або використовувати вже існуючі технічні рішення.

Отже, викладені вище підходи разом утворюють комлексну стратегію, яка сприяє інтенсифікації продажів у готелях та ресторанах, забезпечують високу якість обслуговування та конкурентні переваги в умовах сучасного ринку.

Література:

1. Шаповалова О. М. Інноваційний розвиток підприємств сфери послуг: туризму. Вісник Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. 2013. № 4(2). С. 241-246.

2. Buhalis D., O'Connor P., Leung R. Smart hospitality: from smart cities and smart tourism towards agile business ecosystems in networked destinations. International Journal of Contemporary Hospitality Management, 2023. №35 (1), 369-393.

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

ВПЛИВ ІГРОВОЇ СЕРІЇ S.T.A.L.K.E.R. НА РОЗВИТОК РЕГІОНАЛЬНОГО ТУРИЗМУ В ЧОРНОБИЛЬСЬКІЙ ЗОНІ

У сучасному світі відеоігри відіграють значну роль у формуванні сприйняття реальних місць і можуть суттєво впливати на туристичні наміри гравців. Завдяки зануренню у віртуальне середовище, відчуттю присутності та ностальгії, викликаної знайомими історичними або культурними мотивами, відеоігри здатні пробуджувати інтерес до реальних локацій. Особливо це стосується популярних ігор, таких як S.T.A.L.K.E.R., Assassin's Creed чи Fallout, які не лише розважають, а й викликають у гравців емоційний зв'язок із зображеними місцями [1].

Дослідження такого феномену є важливим, оскільки воно дозволяє зрозуміти, як саме цифровий досвід впливає на рішення людей подорожувати та які чинники сприяють цьому ефекту. Крім того, актуальним є питання етичності використання історичних подій та культурної спадщини в розважальному контенті з метою просування туристичних напрямків.

Серія відеоігор S.T.A.L.K.E.R. від GSC Game World пропонує гравцям занурення в альтернативну реальність постапокаліптичної України, де Чорнобильська зона перетворюється на смертельний лабіринт аномалій, мутантів і таємничих артефактів. Виходячи з реальних подій, таких як

катастрофа на Чорнобильській АЕС, серія переносить гравців до зони відчуження, де не тільки природа, але й фізика реальності зазнали зміни. Залишаючи гравцям свободу вибору, серія розповідає про безліч сталкерів - людей, що відчайдушно шукають цінні артефакти, ризикуючи життям через чудовиськ і небезпечні явища, що населяють Зону [2].

Головні персонажі, кожен зі своєю метою, виявляються в центрі боротьби між фракціями, такими як «Долг» і «Воля», які мають різні погляди на майбутнє Зони. Відрізняючись від інших серій шутерів, S.T.A.L.K.E.R. поєднує елементи survival horror та рольової гри, що дозволяє гравцям не лише боротися з ворогами, а й занурюватися у глибокий сюжет і приймати складні моральні рішення. Ці рішення мають важливий вплив на фінал, що варіюється залежно від вчинків гравця, що додає ще одну складову до гри - непередбачуваність і реіграбельність.

Сюжет кожної частини S.T.A.L.K.E.R. розвивається навколо центрального питання - що стало причиною катастрофи в Зоні, та що насправді відбувається в її темних куточках? Ця серія не тільки пропонує екшен і дослідження, але й багаторазово торкається філософських та соціальних тем, створюючи потужний емоційний зв'язок з гравцем.

Серія відеоігор S.T.A.L.K.E.R. не лише змінила підхід до жанру survival horror, але й мала несподіваний вплив на розвиток Чорнобильського туризму. Гра, яка занурює гравців у постапокаліптичний світ зони відчуження Чорнобиля, стала своєрідною рекламою для реальних екскурсій в це місце. Вплив S.T.A.L.K.E.R. на сучасний туризм можна спостерігати в численних елементах, які запозичують з ігрової реальності, створюючи відчуття емоційного і фізичного контакту з небезпечною Зоною [3].

Цікаво, що в той час як сама Зона у грі зображена як місце, що приховує небезпеки в атмосфері руїн і мутантів, сучасні туристи, що відвідують Чорнобиль, намагаються відчути цей контакт з місцем через подібну наративну структуру. Туристичні компанії використовують елементи з ігрового світу для посилення емоційного впливу своїх екскурсій. Наприклад, концепт сталкерів, що шукають артефакти, часто вплітається в історії екскурсій, надаючи їм більш захопливий і драматичний відтінок. Водночас, це не просто рекламна стратегія, а спроба перенести гравців з віртуального світу в реальність, стикаючи їх із цими «невидимими» небезпеками, що залишаються в зоні.

Попри всю удавану безпеку офіційних турів, радіація залишається серйозною загрозою. Частинки радіоактивних матеріалів знаходяться в пилу, деревах, грибах і воді, що неможливо повністю усунути, навіть через ретельне очищення та обмеження доступу до найнебезпечніших ділянок. Туристи, що відвідують Зону, також відчувають, як природний середовище намагається повернути собі свої території, приховуючи під зеленою вуаллю небезпеки. Водночас, це дає певний парадоксальний ефект - хоч природа наче відновлюється, реальна небезпека залишається прихованою, а ризик все ще реальний.

Туризм у Зоні, як зазначає Ендрю Ф. Вуд, виходить за межі просто

візуального пізнання. Це - тілесний досвід, де ризик і небезпека стають частиною реальності, які відчуваються на рівні матеріальності. Вуд стверджує, що, перебуваючи в таких місцях, людина «стає реальною» через гостре усвідомлення цих небезпек і відчуття фізичного ризику. У випадку з Чорнобилем, це - зустріч із забрудненням, яке неможливо ігнорувати, хоч і здається, що все навколо зовні безпечно [4].

Таким чином, серія S.T.A.L.K.E.R. стала важливою частиною того, як ми сьогодні сприймаємо Чорнобильську зону, що змінює її з місця катастрофи на предмет зацікавленості та нової форми екстремального туризму. Вона перетворює Зону на щось більше, ніж просто пам'ятку природи та історії, а на інтерпретовану реальність, де кожен крок - це нове зіткнення з невідомими ризиками.

Література:

1. Dong J., Dubois L. E., Joppe M., Foti L. How Do Video Games Induce Us to Travel?: Exploring the Drivers, Mechanisms, and Limits of Video Game-Induced Tourism. *Audiovisual tourism promotion: A critical overview*, 2021. 153-172 с.

2. S.T.A.L.K.E.R. (серія відеоігор) URL : https://surl.li/zutojy

3. Laurila H. Radioactive Ghosts and Psychic Anomalies: Exploring Pripyat's Supernatural Topography in the STALKER Video Game Series. *Supernatural Cities: Placing Urban Identities, Memory, and Cultural Crises*, 11, 2024. 192-211 с.

4. Wood, Andrew F., A Rhetoric of Ruins: Exploring Landscapes of Abandoned Modernity, Lanham: Lexington Books, 2021. 218 с.

Боровських Олеся
студентка 1 курсу магістратури фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. фіз. виховання та спорту, доц. Чуєва І.О.

РУШІЙНІ ЗМІНИ СТАНДАРТІВ ЯКОСТІ ПОСЛУГ У ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОМУ БІЗНЕСІ

У сучасному світі, де індустрія гостинності стикається з надзвичайно високою конкуренцією, забезпечення високої якості обслуговування є ключовим фактором для успішного функціонування підприємств. Важливою умовою для того, щоб готельні, ресторанні та туристичні компанії могли відповідати вимогам своїх клієнтів і стійко позиціонувати себе на ринку, є впровадження ефективної системи управління якістю. Використання принципів загального управління якістю (TQM), які включають постійне вдосконалення всіх процесів, орієнтацію на споживача та активне залучення працівників, є обов'язковим для підприємств, які прагнуть досягти стабільного успіху на ринку. Постійний аналіз конкурентних переваг, реагування на змінювані

вподобання споживачів та підвищення якості послуг є важливими складовими для підтримки високого рівня конкурентоспроможності. В умовах зростаючих вимог до рівня сервісу та швидких змін на ринку, такі підходи допомагають підприємствам не тільки вижити, а й процвітати, забезпечуючи їм вплив на динамічно змінювану туристичну індустрію [1].

Інноваційні технології та технологічні тренди суттєво змінюють якість послуг у готельно-ресторанному бізнесі, покращуючи досвід гостей і ефективність обслуговування. Одним із основних напрямків є цифровізація обслуговування. Завдяки мобільним додаткам, гості можуть не тільки забронювати номер або столик, а й управляти своїм перебуванням, отримувати персоналізовані пропозиції, а також здійснювати оплату безпосередньо через додаток. Це дозволяє зменшити час очікування і підвищити комфорт гостей.

Ще одним важливим аспектом є впровадження інтелектуальних систем для управління ресурсами, такими як освітлення, кондиціонування та опалення, що дозволяє оптимізувати енергоспоживання в готелях, знижуючи витрати на енергію та сприяючи більш екологічному використанню ресурсів.

Крім того, нові технології, як VR та AR, надають можливість створювати віртуальні тури готелями та ресторанами. Це дає потенційним клієнтам можливість попередньо оглянути інтер'єр, оцінити умови перебування та прийняти рішення про бронювання ще до приїзду [2].

Історичні події та інновації значно впливають на очікування клієнтів і зміну стандартів якості послуг у готельно-ресторанному бізнесі. Наприклад, пандемія COVID-19 радикально змінила ставлення клієнтів до безпеки та гігієни, підвищивши вимоги до чистоти і санітарії. Після пандемії стандарт гігієни став основною вимогою. Клієнти почали очікувати, що заклади будуть дотримуватися суворих санітарних норми. Як результат, ресторанний і готельний бізнес змушений був скоригувати свої стандарти обслуговування, інвестуючи в нові технології дезінфекції, зміни в роботі персоналу і організаційні процеси.

Завдяки розвитку інтернету та глобалізації, клієнти стали більш обізнаними й вимогливими. Вони можуть порівнювати ціни, рівень обслуговування та умови перебування у різних країнах та містах за допомогою платформ, таких як TripAdvisor чи Booking.com. Це призводить до підвищення вимог до стандартів сервісу на світовому рівні. Клієнти тепер очікують, що готелі та ресторани будуть дотримуватися найкращих практик, надаючи високоякісне обслуговування, комфорт та інноваційні технології [3].

Кризи змушують клієнтів бути більш економними та вимогливими щодо співвідношення ціни та якості. Вони очікують, що навіть у складні економічні часи готелі та ресторани збережуть високий рівень обслуговування, але за доступнішими цінами або з бонусами, акціями та знижками. Заклади, що хочуть залишатися конкурентоспроможними, змушені шукати способи оптимізувати витрати, не знижуючи при цьому рівня обслуговування.

З розвитком новітніх технологій, таких як штучний інтелект, IoT та автоматизація, клієнти тепер очікують більшого комфорту і зручностей під час

перебування в закладах. Вони хочуть мати можливість керувати освітленням або температурою в номері за допомогою смартфона, замовляти їжу через мобільний додаток або здійснювати оплату безконтактно.

В останні роки клієнти стали очікувати, що готелі та ресторани використовуватимуть екологічно чисті матеріали, знижуватимуть використання пластикових виробів, впроваджуватимуть стратегії збереження води та енергії. Відповідно, ці фактори впливають на стандарти якості послуг, адже бізнеси змушені вводити екологічно чисті продукти та практики у свою діяльність [4].

Отже, гості тепер шукають не тільки комфортабельні умови, але й інноваційні та екологічно чисті рішення. Це змушує готелі та ресторани постійно вдосконалювати стандарти, відповідати новим вимогам і адаптуватися до змін, щоб залишатися конкурентоспроможними на ринку.

Література:

1. Oliinyk O., Dolynska O., Polova O., Shykina O., Sliusarchuk O. Modern, Innovative Approaches to Managing the Quality and Competitiveness of Hospitality and Tourism Businesses. *Economic Affairs 69(1)* (Special Issue), 2024. 169-177 с.
2. Д’яконова А., Тітомир Л., Жовтяк К. Інноваційні технології як фактор формування стратегії управління якістю послуг в готельно-ресторанному бізнесі. *Економіка та суспільство*, (54), 2023. URL : https://surl.li/vsgjvg
3. Балик У. О., Орлова В. В., Данило С. І. Аналіз розвитку міжнародних стандартів якості послуг у контексті глобалізаційних викликів. *Здобутки економіки: перспективи та інновації*, (8), 2024. URL : https://surl.li/tsptge
4. Рогова Н., Оніщенко О. Переваги інновацій для підвищення якості обслуговування в готелях та ресторанах. *Економіка та суспільство*, (68), 2024. URL: https://surl.li/heaqib

Гурдіш Матвій
студент 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Люта Д.А.

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ТУРИСТИЧНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ В ЧЕРНІГІВСЬКІЙ ОБЛАСТІ

Туристична сфера є однією з найбільш динамічно розвиваючих в XXI столітті. Сьогодні подорожі стали невід’ємною частиною життя людини. Люди бажають більше подорожувати, цікавляться іншими культурами, намагаються дізнаватися більше інформації про нові місця. Розвиток інформаційних технологій, транспортної інфраструктури, глобалізація сприяють розвитку туристичної індустрії. За оцінками Всесвітньої туристської організації туристична галузь займає перше місце за показником експорту/імпорту, всього ж у даній сфері задіяно більше 140 мільйонів працівників або кожен

чотирнадцятий задіяний у даній сфері [7].

Окрім того розвиток туристичної галузі є генератором розквіту інших галузей народного господарства. Так, за оцінками експертів Всесвітньої туристської організації від стану туристичної сфери залежить більше 40 інших галузей економіки. Так, в значній мірі від стану розвитку туристичної галузі залежать: пасажирські перевезення, готельна індустрія, ресторанний бізнес, виробництво сувенірів, виробництво спортивного інвентарю, екскурсійні, а також санаторно-лікувальні та оздоровчі послуги та багато інших. Відповідно розвиток туризму може дати суттєвий поштовх для піднесення всієї національної економіки [4].

Одним з регіонів України, який має потужний нереалізований до кінця туристично-рекреаційний потенціал є Чернігівщина. Зазначимо, що Чернігівська область є третім за величиною регіоном України. Центром Чернігівської області є місто Чернігів. Сьогодні Чернігівщина відома своїми пам'ятками архітектури. Деякі з них були побудовані за часів Київської Русі [6].

Розташована Чернігівська область на півночі України. Таке географічне положення Чернігівської області зумовлює наявність важливого транспортного коридору, який проходить через його територію.

Чернігівська область з позиції туристичної сфери займає досить вигідне місцерозташування. Вона має розгалужену річкову мережу та знаходиться у басейні Десни та притоків Сейму та Сноваю. Знаходження даної області у близькості до інших регіонів зумовили розвинену мережу залізничного та автомобільного транспорту [5].

Прикордонне розташування Чернігівщини додає вагомих перспектив щодо розвитку туристичної сфери. Цей регіон має усі шанси стати високорозвинутим прикордонним туристичним центром України.

Клімат Чернігівщини, як і більшості регіонів України є помірно-континентальним з теплим літом та досить м'якою зимою. Важливою передумовою для розвитку туризму є високий рівень лісистості Чернігівської області [1].

За рівнем забезпеченості водними ресурсами Чернігівська область є однією з найбільш розвинутих. З західної сторони територією протікає річка Дніпро, все ж головною річкою області є Десна, зі своїми притоками: Сейм, Доч, Остер, Убідь, Мена, Снов та Білоус. Окрім того, річкова система Чернігівщини представлена великою кількістю й інших водних ресурсів [2].

На розвиток туристичної індустрії також визначальний вплив має економічна ситуація в Україні та регіоні. Однак вона сьогодні є досить складною як для країни в цілому, так і її окремих регіонів. Так, як розвиток України ускладнюється в умовах війни та поширення пандемії коронавірусу. Зазначені фактори суттєво перешкоджають та гальмують розвиток туристичної сфери в Україні та Чернігівській області зокрема [3].

Також, до економічних проблем, які гальмують розвиток туристичної індустрії слід віднести: високий рівень інфляції, знецінення вартості національної валюти відносно курсу американського долара, зниження

платоспроможності потенційних споживачів туристичних послуг, дефіцит фінансових ресурсів для інвестування їх у розвиток туристичної інфраструктури.

Чернігівська область на туристичному ринку є регіоном-аутсайдером. Проте, за статистичними даними за останні кілька років приток туристів до області збільшився. Щороку відбувається зростання кількості обслуговуваних туристів у Чернігівській області, що є позитивним явищем.

Чернігівська область має потенціал для розвитку різних видів туризму. Цьому насамперед сприяє великий розмір Чернігівщини, а також наявність різноманітних рельєфно-територіальних ресурсів.

Для переважної більшості українців Чернігівська область асоціюється з княжою добою, адже на її території розміщена багата спадщина того періоду. Так, у Чернігівській області розташований Батурин, що був гетьманською столицею. Також досить відомий палацово-парковий комплекс у Качанівці та тростянецьким дендропарком. На території Чернігівщини існує велика кількість туристичних об'єктів, які будуть цікавими для туриста. Чернігівська область унікальна ще й тим, що вона має велику кількість давніх туристичних об'єктів та забутих історичних місць й пам'яток, які залишаються невідомими навіть корінним мешканцям даного регіону [6].

Таким чином, Чернігівська область є однією з найбільших за розмірами в Україні, проте має невикористаний туристичний потенціал. Сьогодні Чернігівщина багата різними невідомим об'єктами, які мають всі шанси стати магнітами для туристів. Слід лише консолідувати зусилля влади та бізнесу для реставрації занедбаних пам'яток, популяризації туристичного бренду Чернігівщини, маркетингу її визначних місць тощо. Розвиток туристичної сфери у Чернігівській області може дати поштовх для процвітання ряду інших галузей народного господарства, що неодмінно позитивно вплине на економіку в цілому.

Література

1. Герасименко В. Оцінка туристично-рекреаційного потенціалу регіону : монографія. Одеса : ОНЕУ, 2016. 262 с.
2. Давиденко І.В. Основні компоненти туристично-рекреаційного потенціалу. *Соціально-економічні проблеми сучасності та концепція сталого розвитку в Україні та світі: матеріали міжнар. наук.-практ. конф.* Дніпропетровськ : НО «Перспектива», 2014. Ч. 2. С. 49-52.
3. Каленюк І.С., Котенко Т.М. Соціальні аспекти розвитку рекреації та туризму в Україні. *Демографія і соціальна економіка*. 2016. № 2 (27). С. 90-101.
4. Корж Н.В., Басюк Д.І. Управління туристичними дестинаціями : підручник. Вінниця : «ПП«ТД Едельвейс і К», 2017. 322 с.
5. Погуда Н.В., Чухіна О.В. Стратегічні напрями розвитку туризму у Чернігові. *Економіка та держава*. 2019. № 1. С. 95-99.
6. Чернігівська область. URL: https://salo.li/fDc7B9d.
7. UNWTO. URL: https://www.unwto.org/.

Дерев'янко Анастасія
студентка 3 курсу, фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Конох О.Є.

РОЗВИТОК КЕЙТЕРИНГУ В ПРОСТОРІ І ЧАСІ

У сучасному світі кейтеринг став невід'ємною частиною ресторанного бізнесу та індустрії гостинності. Зростання попиту на організацію виїзних заходів, святкувань, ділових подій та конференцій зумовило активний розвиток кейтерингових послуг.

Кейтеринг як форма організації харчування з'явився ще у Стародавньому Єгипті, Греції та Римі. У ті часи забезпечення їжею під час свят, обрядів чи прийомів здійснювалося спеціально навченими слугами чи кухарями. В Єгипті організовували пишні банкети для фараонів та знаті. Багаті римляни замовляли послуги рабів-кухарів, які готували розкішні бенкети поза межами основної кухні. Це можна вважати праобразом виїзного обслуговування.

У Середньовіччі кейтеринг набував рис, які формувалися в умовах феодального суспільства. При дворах знаті організовували масштабні банкети, на які запрошували кухарів та слуг з інших регіонів. Крім того, поширення паломництва та релігійних процесій створило попит на мобільне харчування. Власники таверн і заїжджих дворів почали пропонувати їжу для подорожуючих, що стало одним із праобразів кейтерингового обслуговування. У Європі великі феодальні двори мали власних кухарів та прислугу для організації святкувань. У цей період організація банкетів та пишних святкувань стає прерогативою королівських дворів та заможних аристократів. Кухарі та слуги відповідали за постачання продуктів, приготування страв та обслуговування гостей [1].

Починаючи з епохи Відродження, розвиток торгівлі й культури сприяв формуванню перших кейтерингових компаній. У Франції та Італії почали з'являтися приватні кухарі, які обслуговували замовлення на свята, весілля, прийоми. При королівських дворах та у знатних родинах з'являються професійні кухарі, які відповідають за приготування вишуканих страв та організації банкетів. В епоху Ренесансу кулінарне мистецтво набуває нового розвитку [2].

У XVIII столітті в Парижі з'являються перші постійні служби, які надають послуги з доставки страв та сервірування столу. В Європі та Америці стають популярними кав'ярні, які пропонують каву, чай, шоколад та інші напої, а також легкі закуски. Кав'ярні часто ставали місцем зустрічей ділових людей. Ці кав'ярні також надавали послуги з організації харчування на виїзд.

Кейтеринг у США – перші згадки про кейтеринг як окрему послугу датуються кінцем XVIII ст. Одним із перших кейтерингових підприємців був Роберт Бугл – афроамериканець, який організовував заходи для багатих клієнтів у Філадельфії. Він заснував успішний кейтерингові бізнес, організовуючи

великі заходи, включаючи бали та весілля. Встановив стандарти якості та професіоналізму в цій сфері [4]. В цей час кейтерингові послуги почали надаватися для балів, політичних зборів, весіль та похоронів. Кейтеринг став частиною інфраструктури урочистих подій.

Французька революція (кінець 19 ст.) відіграла певну роль у розвитку сучасного кейтерингу. Після скасування монархії багато колишніх королівських кухарів та слуг залишились без роботи і почали пропонувати свої послуги заможним родинам та організаціям [3].

XIX ст. – розвиток залізниці та морських перевезень сприяв появі послуг з харчування для подорожніх, зокрема в поїздах і на кораблях.

У XX ст. кейтеринг починає розвиватися як окрема галузь бізнесу. З'являються великі компанії, що спеціалізуються на організації харчування для масштабних заходів, корпоративних клієнтів та авіакомпаній [3].

З початком XX століття кейтеринг набув популярності в Європі та США. Війни, урбанізація та розвиток транспорту сприяли поширенню послуг доставки їжі. З'являються кейтерингові компанії, що обслуговують:

- корпоративні заходи;
- школи та лікарні;
- авіа- та залізничні перевезення;
- спортивні події та фестивалі.

У післявоєнний період кейтеринг перетворився на одну з провідних галузей індустрії гостинності. Компанії почали впроваджувати стандарти якості, гігієни, сервірування [5].

Впровадження нових технологій, таких як холодильники, транспортні засоби та сучасне кухонне обладнання, значно полегшило процес транспортування продуктів, приготування страв та обслуговування заходів.

Кейтеринг починає спеціалізуватися на різних видах послуг, таких як корпоративний кейтеринг, весільний кейтеринг, соціальний кейтеринг тощо.

1950-1960-ті роки – розвиток фаст-фуду та стандартизація кейтерингових послуг.

1970-1980-ті роки – популяризація вишуканого кейтерингу для весіль, ділових зустрічей і дипломатичних прийомів [5].

XXI століття ознаменувалось стрімким розвитком інформаційних технологій, глобалізацією та зміною споживчих вподобань, що суттєво вплинуло на всі сфери бізнесу, включаючи кейтеринг. Цифровізація та поява нових форматів стали визначальними тенденціями розвитку кейтерингового бізнесу в сучасному світі [5].

Отже, вивчення історії кейтерингу дозволяє краще зрозуміти еволюцію підходів до обслуговування споживачів, трансформацію гастрономічних традицій та адаптацію галузі до потреб часу. Це особливо актуально у зв'язку з глобалізацією, зміною стилю життя та підвищеними вимогами до сервісу.

Література

1. Організація кейтерингового обслуговування споживачів у закладах ресторанного господарства URL: http://nkkep.com/wp-content/uploads/2021/11/Organizatsiya-obslugovuvannya-GRS-31-05.11.21.pdf
2. Пахомська О. В. «Історія розвитку кейтеринг індустрії від минулого в майбутнє» URL: file:///C:/Users/home/Downloads/296-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-1177-1-10-20230322%20(1).pdf
3. Robert Bogle URL: https://en.wikipedia.org/wiki/Robert_Bogle
4. Історія виникнення кейтерингу у світі. Розвиток кейтеринг індустрії в Україні URL: https://surl.li/xxcyui
5. Історія виникнення й розвитку кейтеринга URL: https://city-izyum.pp.ua/the-history-of-the-emergence-and-development-of-catering/#google_vignette

Дерев'янко Анастасія
студентка 3 курсу, фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук., доц. Конох А.А.

КЛАСИФІКАЦІЯ НОВІТНІХ ФОРМАТІВ КЕЙТЕРИНГУ

Сучасний кейтеринг пропонує широкий спектр послуг, від доставки готових страв до організації вишуканих бенкетів з індивідуальним меню, тематичним декором та розважальною програмою.

Споживачі все більше цінують персоналізацію та індивідуальний підхід. Кейтерингові компанії намагаються задовольнити найвибагливіші потреби клієнтів, пропонуючи унікальні концепції та креативні рішення [1].

Сучасний кейтеринг стає високоорганізованою системою, яка охоплює:

- банкетне та фуршетне обслуговування;
- кейтеринг на заходах;
- фудкорти та вуличне харчування;
- корпоративне та шкільне харчування
- кейтеринг для VIP-клієнтів.

Із розвитком технологій кейтерингові послуги стали інтерактивними: онлайн-замовлення, персоналізація меню, використання додатків [2].

Нові формати кейтерингу:

- Food trucks та мобільний кейтеринг: Food trucks стали популярним форматом кейтерингу для вуличних заходів, фестивалів та корпоративних вечірок. Вони пропонують широкий вибір страв швидкого приготування, а їх мобільність дозволяє охопити різні локації.

- Pop-up кейтеринг: Pop-up кейтеринг передбачає організацію тимчасових ресторанів або кулінарних заходів у незвичайних місцях (галереях,

музеях, на дахах будівель). Це дозволяє кейтеринговим компаніям експериментувати з новими концепціями, залучати нову аудиторію та створювати унікальний досвід.

- Екологічний кейтеринг: Зростання екологічної свідомості споживачів зумовило появу екологічного кейтерингу, який передбачає використання органічних продуктів, місцевих інгредієнтів, екологічно чистого посуду та упаковки, а також зменшення відходів.

- Персоналізований кейтеринг: Клієнти все більше цінують індивідуальний підхід. Персоналізований кейтеринг передбачає розробку унікальних меню, врахування дієтичних обмежень та алергій гостей, а також створення тематичного оформлення заходів.

- Кейтеринг "Chef at Home": Кейтерингові компанії пропонують послугу "Шеф-кухар вдома", коли професійний кухар приїжджає до клієнта додому та готує страви на його кухні. Це зручний варіант для невеликих сімейних святкувань або особливих вечерь.

- Тематичний кейтеринг: Організація кейтерингу, що відповідає певній тематиці заходу (наприклад, вечірка в стилі 1920-х років, гавайська вечірка, італійський фестиваль). Це включає не тільки меню, але й оформлення, музику та розваги.

Класифікація новітніх форматів кейтерингу — це приклад адаптації галузі до потреб суспільства, змін технологій та культури споживання. Кейтеринг залишається гнучким інструментом організації харчування. Сьогодні він не лише задовольняє фізичні потреби, а й створює атмосферу події, репрезентує стиль та імідж замовника. Подальший розвиток кейтерингу буде тісно пов’язаний з інноваціями, еко-трендами та змінами у способі життя людей [1].

Література

1.Організація кейтерингового обслуговування споживачів у закладах ресторанного господарства URL: http://nkkep.com/wp-content/uploads/2021/11/Organizatsiya-obslugovuvannya-GRS-31-05.11.21.pdf

2. Пахомська О. В. «Історія розвитку кейтеринг індустрії від минулого в майбутнє» URL: file:///C:/Users/home/Downloads/296-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%20%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-1177-1-10-20230322%20(1).pdf

3.Історія виникнення й розвитку кейтеринга URL: https://city-izyum.pp.ua/the-history-of-the-emergence-and-development-of-catering/#google_vignette

Жукова Анастасія
студентка 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Маковецька Н.В.

СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ ЯК ІННОВАЦІЙНИЙ НАПРЯМ РОЗВИТКУ ТУРИСТИЧНОГО ПРОДУКТУ

Одним із завдань підприємств індустрії туризму є викликати бажання у клієнта купити тур, у такому випадку на допомогу приходить інтернет маркетинг та соціальні мережі.

Соціальні мережі сьогодні є ефективним інструментом комунікації, який дозволяє туристичним компаніям і споживачам взаємодіяти у нових форматах. Поширення туристичних продуктів через соціальні платформи стало одним із провідних інноваційних напрямів, який забезпечує швидке охоплення аудиторії, формування попиту та зміцнення бренду.

У сучасному світі ця тема є дуже актуальною, оскільки з'являється величезна кількість нових технологій. Споживачі потребують спрощення у виборі продукту, отриманні інформації та бронюваннях. Окрім цього, споживачі шукають живі відгуки та людей, котрі можуть поділитися досвідом та враженнями від туру. Все це можна отримати через соціальні мережі та мережу інтернет.

У XXI столітті соціальні мережі стали невід'ємною частиною життя мільйонів людей. Вони виконують не лише комунікативну, а й маркетингову, інформаційну та культурну функції.

Подорожі — це передусім емоції, враження, краса. Соцмережі (Instagram, Facebook, TikTok, YouTube) дозволяють передати атмосферу дестинації через фото, відео, сторіз, прямі ефіри.

Туристичні компанії можуть охоплювати мільйони користувачів у різних країнах світу за допомогою одного допису або рекламної кампанії.

Співпраця з блогерами, тревел-інфлюенсерами, знаменитостями дозволяє компаніям підвищувати впізнаваність бренду та формувати довіру до продукту через персональний досвід.

Соцмережі надають гнучкі інструменти для налаштування реклами: за віком, геолокацією, інтересами, поведінкою користувача. Це дозволяє більш ефективно витрачати маркетинговий бюджет.

Регулярна публікація корисного, цікавого і натхненного контенту створює навколо бренду спільноту прихильників, які з часом можуть стати постійними клієнтами.

Соцмережі — це публічний простір, де користувачі відкрито діляться своїм досвідом. Туристичним компаніям важливо оперативно реагувати на критику, дякувати за позитив та активно взаємодіяти з аудиторією.

Розповіді про мандрівки, рекомендації, путівники, добірки цікавинок — усе це приваблює підписників і стимулює їх до планування подорожі.

Короткі відео, reels та TikTok-контент мають великий вплив на туристичні вподобання молоді. Саме такі формати найчастіше мотивують бронювати подорож.

Туристичні бренди часто використовують інтерактивні механіки для залучення аудиторії: конкурси на найкраще фото з подорожі, опитування щодо майбутніх маршрутів, челленджі тощо.

Аналіз запитів, популярних хештегів, реакцій на контент дозволяє компаніям виявити інтерес до певних напрямків, форм подорожей (екотуризм, гастротури тощо) та адаптувати свою пропозицію.

Відомі кейси Airbnb, Booking, WizzAir, а також локальних компаній показують, як грамотно побудована SMM-стратегія може збільшити продажі, розширити клієнтську базу та підвищити лояльність.

Завдяки соціальним мережам можна популяризувати маловідомі туристичні локації в межах країни, створюючи нові маршрути і підтримуючи місцеві громади.

Поєднання технологій та соцмереж створює ефект присутності, дозволяє потенційним туристам “побувати” у місці ще до реальної подорожі.

Соціальні мережі — це не просто канал реклами, а повноцінний інструмент побудови бренду, комунікації з аудиторією та генерації попиту на туристичний продукт. Їх ефективне використання є необхідною умовою успішного функціонування туристичних компаній у цифрову епоху.

Література:

1. Ковальчук, О. (2020). Соціальні мережі як сучасний інструмент просування туристичних послуг. *Вісник Черкаського університету*, 2(2), 34–38.

2. Флінта, О. (2018). Використання соціальних мереж у просуванні туристичних послуг. *Науковий вісник НПУ імені М.П. Драгоманова*, 13, 45–50.

3. Buhalis D., Amaranggana A. Smart tourism destinations enhancing tourism experience through personalisation of services. *Information and Communication Technologies in Tourism.* Springer, 2021. 377–389.

4. Kaplan A. M., Haenlein M. Users of the world, unite! The challenges and opportunities of social media. *Business Horizons*. 2019. №. 53, Issue 1. 59–68.

5. VisitBritain. Using social media to promote tourism. [Онлайн ресурс]. URL: https://www.visitbritain.org .

Зінченко Єлизавета
студентка 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Конох О. Є.

ОСОБЛИВОСТІ ЕТИКЕТУ БАНКЕТНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ

Ресторанний етикет – це сукупність правил поведінки у громадських місцях, які регулюють взаємодію відвідувачів із персоналом та один з одним. Він має зробити процес трапези комфортним і приємним для всіх учасників. У сучасному світі, де ритм життя стрімко прискорюється, важливо пам'ятати про правила ресторанного етикету, які допоможуть вам не тільки справити гарне враження, а й уникнути незручних ситуацій. Ці правила не є суворими приписами, а скоріше рекомендаціями, які допоможуть вам почуватися впевнено та невимушено у будь-якій обстановці [1]. Дотримання етикету на банкеті є важливим аспектом для створення приємної та комфортної атмосфери для всіх учасників. Воно сприяє успішному проведенню заходу та залишає позитивне враження у гостей [2]. Правила поведінки на банкетах [4].

Одяг: Одяг повинен відповідати рівню офіційності банкету. Для офіційних заходів доречний діловий або святковий костюм, для неформальних — більш вільний одяг, але завжди охайний.

Пунктуальність: Важливо прийти на банкет вчасно, щоб не затримувати початок заходу.

Поводження за столом:

Не слід розмовляти голосно, висловлюватися грубо або образливо, використовувати мобільний телефон під час розмови. Слід дотримуватися правил користування столовими приборами. Спілкування: Спілкування має бути ввічливим та тактовним. Не слід нав'язувати свою компанію тим, хто хоче відпочити.

Висловлення подяки: В кінці заходу слід висловити подяку організаторам та персоналу за прекрасний вечір.

Алкоголь: Споживання алкоголю має бути поміркованим.

Повага до інших гостей: Важливо поважати інших гостей та не порушувати їхнього спокою. Етикет сервірування столів [2, 3].

Сервірування столів – це мистецтво, яке має велике значення для створення атмосфери банкету. Правильне сервірування підкреслює урочистість заходу та демонструє повагу до гостей. Основні елементи:

Скатертина: Чиста, випрасувана скатертина, яка звисає на 20-30 см з кожного боку столу.

Тарілки: Розміщення тарілок залежить від кількості страв. Зазвичай використовують кілька тарілок: закусочну, обідню, десертну.

Столові прилади: Розміщення столових приладів має бути симетричним. Вилка розміщується зліва, ніж – справа від тарілки.

Келихи: Розміщуються справа від тарілки. Кількість келихів залежить від кількості напоїв.Серветки: Серветки можуть бути тканинні або паперові. Тканинні серветки кладуться на коліна, паперові – на стіл.

Прикраси: Квіти, свічки та інші прикраси можуть доповнити сервірування. Важливість дотримання етикету для успішного проведення заходу:

Дотримання етикету є ключовим фактором для успішного проведення будь- якого банкету. Воно сприяє:

Створення позитивної атмосфери:

Ввічливе спілкування та правильне сервірування створюють приємну атмосферу, сприяють комфорту гостей.

Демонстрація поваги:

Дотримання етикету демонструє повагу до гостей та організаторів заходу.

Підвищення престижу заходу:

Правильно організований та проведений банкет підвищує престиж заходу та залишає позитивне враження.

Уникнення конфузних ситуацій:

Знання правил етикету допомагає уникнути несприятливих ситуацій та незручностей.

Сприяння комфорту гостей: Гості почуваються комфортно та розслаблено, коли все організовано правильно та дотримуються правила етикету [4].

Дотримання ресторанного етикету під час проведення банкетів є важливим аспектом, що впливає на загальне враження від заходу. Правила поведінки, сервірування столів і ввічливе спілкування сприяють створенню позитивної атмосфери, демонструють повагу до гостей і організаторів, а також підвищують престиж ресторану. Знання та дотримання етикету допомагає уникнути незручних ситуацій, робить атмосферу більш приємною та дозволяє всім учасникам насолоджуватися заходом. Таким чином, етикет не лише формує культуру спілкування, а ще є запорукою успішного проведення будь-якого банкету.

Література:

1. Ресторанний етикет URL https://severny.info/tpost/tfam1z37k1-restorannii-etiketseverny.

2. В.Я. Зусін. ЕТИКА ТА ЕТИКЕТ ДІЛОВОГО СПІЛКУВАННЯ. Навчальний посібник: 2-е., вид., перероб. і доп., Київ: Центр навчальної літератури, 2005. 224 с.

3. Я.М. Сало. Організація обслуговування населення на підприємствах ресторанного сервісу. Ресторанна справа: Довідник офіціанта. Львів: Афіша. 2007. 301 с.

4. Організація обслуговування у закладах ресторанного господарства: Підручник [для вищ. навч.закл.] /За ред. П'ятницької Н.О. 2-ге вид. перероб. та допов.-Київ: Центр учбової літератури. 2011. 584 с.

Калюжна Юлія
студентка 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Конох О. Є.

ПСИХОЛОГІЯ ХАРЧУВАННЯ: ВПЛИВ ЕМОЦІЙ ТА СТРЕСУ НА ВИБІР ЇЖІ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ

У сучасному суспільстві емоції та стрес впливають на вибір їжі, оскільки швидкий темп життя, інформаційне перевантаження та нестабільність спричиняють хронічний стрес, що безпосередньо впливає на харчову поведінку. Травматичні стресові події здатні негативно впливати на загальний стан здоров'я людини, особливо на її харчову поведінку, незалежно від віку та статі. Масштабні травматичні переживання є факторами ризику розвитку розладів харчової поведінки (РХП) , які фіксуються у 37–74% випадків. Військові події в Україні лише посилюють розвиток РПХ, адже життя в умовах постійної небезпеки, втрати близьких та вимушеного переселення створює надмірний психологічний тиск, що змінює харчові звички людей, тому більшість використовують їжу, як спосіб впоратися з негативними емоціями. Недостатнє або незбалансоване харчування, у свою чергу, може посилювати симптоми тривожності, депресії та інших психологічних станів.

Проблемі психології харчових звичок на вибір їжі присвячені праці дослідників: Гуліч М. П., Харченко О. О., Петренко О. Д., Ященко О. В., Любарської Л. С. Їх роботи спрямовані на вивчення та упередження проблем зі здоров'ям викликаних неправильним та незбалансованим харчуванням.

Метою цієї тези є дослідження впливу емоційного стану на харчову поведінку людей. Зокрема, розглянути основні механізми емоційного харчування, наслідки стресу для вибору їжі та загального здоров'я, а також можливі стратегії корекції та підтримки збалансованого раціону в умовах підвищеного психологічного навантаження.

Тривалий стрес виснажує фізичні та психічні ресурси організму і в результаті проявляється головним болем, порушенням сну, хронічною втомою та зниженням працездатності. Він також сприяє загостренню шкідливих звичок, таким як, тяга до солодкого, алкоголю чи тютюну і порушенням харчової поведінки – відсутності апетиту або переїданню. Це створює замкнене коло, в якому стрес погіршує здоров'я, а нездорові звички ще більше посилюють його вплив. Унаслідок цього підвищується ризик розвитку «хвороб стресу», зокрема серцево-судинних, травних, нервово-психічних захворювань, діабету та ожиріння, що загрожує як дорослим, так і дітям. Тому, незважаючи на складну ситуацію, важливо докласти максимум зусиль для запобігання затяжної депресії та стресу, який може стати причиною серйозних захворювань та допоможе мінімізувати негативні наслідки і в результаті підтримати фізичне й емоційне благополуччя [1].

Сьогодні ми спостерігаємо не лише погіршення стану у людей, які вже мали певні розлади харчової поведінки, а й виникнення подібних порушень у тих, хто раніше не мав таких проблем. Дійсно, перебої з постачанням продуктів, відчуття голоду, вимушене переселення та тривале перебування у бомбосховищах часто спричиняють хаотичне харчування, зміну звичних харчових уподобань і навіть вимушене обмеження в їжі [2]. Це, в свою чергу, викликає безліч проблем зі здоров'ям.

Все більше досліджень показують, що певні продукти сприяють нормалізації емоційного стану, тоді як інші можуть погіршувати ситуацію, викликаючи посилення тривожності, депресії та нестабільності настрою. Тому необхідно підтримувати раціональне харчування для підтримки фізичного та ментального здоров’я. Адже деякі продукти сприяють виробленню «гормонів щастя», підтримують роботу нервової системи та допомагають організму справлятися з негативними наслідками стресу, тоді як інші здатні виробляти кортизол, який діє у зворотньому напрямку.

Перш за все, наведемо приклади продуктів, які варто уникати під час створення раціону. Це цукор та рафіновані вуглеводи (солодощі, випічка, газовані напої), які викликають різкі зміни рівня глюкози в крові можуть викликати втому, дратівливість і посилення тривожності. Надмірне споживання кофеїну може викликати безсоння, підвищену тривожність і збільшення рівня кортизолу. До продуктів, які містять високу кількість кофеїну відносять каву, енергетичні напої, міцні чорний та зелений чаї. Також більшість людей намагаються зняти напругу споживаючи алкогольні напої, але згодом він лише погіршує емоційний стан. Жирна та смажена їжа (фастфуд, чипси, снеки, трансжири) сприяє запальним процесам в організмі та негативно впливає на роботу мозку. Оброблене м’ясо, наприклад ковбаси, сосиски, консервоване м'ясо містить велику кількість насичених жирів, консервантів і солі, що може підвищувати рівень запалення та впливати на психічний стан.

Натомість потрібно включити в свій раціон продукти, багаті на триптофан. Триптофан – це амінокислота, яка є попередником серотоніну, відомого як «гормон щастя». Він сприяє зменшенню рівня тривожності та покращує настрій. Триптофан міститься в таких продуктах, як індичка, куряче м'ясо, яйця, сир, йогурт, банани, горіхи. Також це омега-3, які можна знайти у лососі, скумбрії, оселедцю, насіннях льону та чіа, волоських горіхах та оливковій олії. Вони покращують роботу мозку, зменшують запалення та захищають нервову систему. Вони допомагають підтримувати емоційну стабільність і знижувати рівень депресії. Продукти багаті на магній (темний шоколад (від 70% какао), авокадо, шпинат, броколі, бобові (нут, сочевиця, квасоля)), які знижують вироблення кортизолу в організмі та підтримує роботу нервової системи. Вітаміни групи В необхідні для підтримки енергії та здоров’я нервової системи. Вони містяться в цільнозернових продуктах (вівсянка, гречка, кіноа), м'ясі та печінці, насінні та горіхах. Продукти, які підтримують здорову мікрофлору кишківника (квашена капуста, кефір, йогурт, часник, цибуля, банан, спаржа) допомагають зменшити рівень тривожності та стресу.

Отже, вплив емоційного стану на харчову поведінку є особливо важливим в умовах постійного стресу та травматичних подій. Хронічний стрес, який виникає через різноманітні події викликані стресом, впливає на вибір їжі та може призвести до розвитку розладів харчової поведінки. У таких умовах важливо звертати увагу на раціональне харчування, яке може допомогти підтримувати емоційну стабільність і покращити загальний стан здоров'я.

Література:

1. Журнал довкілля та здоров’я: URL: http://www.dovkil-zdorov.kiev.ua/env/108-0031.pdf

2. Абсалямова Л. М. Психологія харчової поведінки людини. Навчально методичний посібник. Харків: Видавництво «Смугаста типографія». 2017. 181 с.

Калюжна Юлія
студентка 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: канд. тех. наук, доц. Фостащенко О.М

КЛАСИФІКАЦІЯ ТА ОСНОВНІ ТЕХНІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ УСТАТКУВАННЯ ЗАКЛАДІВ ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА

Сучасний розвиток готельно-ресторанного бізнесу вимагає впровадження ефективних технологій обробки продуктів, що сприяє підвищенню продуктивності, покращенню якості страв та оптимізації виробничих процесів. Класифікація та вивчення основних технічних характеристик устаткування є важливими для раціонального вибору обладнання, що відповідає потребам закладу та забезпечує високу ефективність його роботи.

Автоматизація та механізація виробничих процесів дозволяє зменшити витрати часу та ресурсів, знизити вплив людського фактора на якість кінцевого продукту, а також покращити санітарно-гігієнічні умови праці. Від правильного вибору устаткування залежить продуктивність персоналу, економічна ефективність закладу та задоволеність гостей. Оскільки ринок технологічного обладнання постійно оновлюється, дослідження його класифікації та характеристик є актуальним завданням для підприємств готельно-ресторанної сфери. Це сприяє підвищенню конкурентоспроможності закладів та впровадженню інновацій у сферу гостинності.

Устаткування класифікується за технологічними операціями, які воно виконує, та способом впливу на продукт, поділяючись на механічне, теплове, холодильне й торгове.

Механічне устаткування включає технологічні машини, призначені для виконання механічних і гідромеханічних процесів обробки сировини та

матеріалів. При цьому продукти зберігають свої властивості, змінюючи лише форму, розміри та інші параметри, на які можна вплинути механічним способом. До механічних процесів належать подрібнення, змішування, пресування, сортування, а до гідромеханічних – перемішування, емульгування, збивання, миття [1].

Механічне устаткування класифікують за функціональним призначенням, рівнем автоматизації, характером впливу на продукт та структурою робочого циклу.

За функціональним призначенням механічне устаткування, що використовується в закладах ресторанного господарства, поділяється на такі види:

– сортувально-калібрувальне – просіювачі, машини для перебирання картоплі, фруктів, а також калібрувальні машини;

– мийне – посудомийні машини та обладнання для миття овочів;

– очищувальне – машини для чищення картоплі, коренеплодів, цибулі та риби;

– подрібнювальне – обладнання для дроблення твердих продуктів, тонкого подрібнення та протирання продуктів;

– різальне – машини для нарізки овочів, м’яса, хлібобулочних виробів і гастрономічних продуктів;

– місильно-перемішувальне – змішувачі фаршу та салатів, збивальні машини, обладнання для замішування тіста;

– пресувальне – машини для виготовлення соків.

– дозувально-формувальне – обладнання для формування котлет, виробництва пельменів і вареників, подільники вершкового масла, дозатори крему та машини для розкачування тіста;

Універсальні кухонні машини – багатофункціональне обладнання, яке дозволяє виконувати різні види механічної обробки харчових продуктів [2].

Механічне устаткування закладів ресторанного господарства поділяється на три групи залежно від виду сировини та асортименту готової продукції:

Обладнання для попередньої обробки овочів, яке включає:

– сортувально-калібрувальні пристрої;

– машини для миття овочів;

– обладнання для чищення овочевої сировини;

– машини для нарізання овочів.

Обладнання для обробки м’яса та риби, що складається з:

– машин для нарізання та розрихлення м’яса;

– м’ясорубок;

– фаршеперемішувачів;

– апаратів для виробництва пельменів;

– машин для очищення та нарізання риби.

Обладнання для виготовлення борошняних та кондитерських виробів:

– просіювачі;

– тістомісильні машини;

– тістоокруглювальні та тісторозкатувальні пристрої;
– обладнання для подрібнення та протирання;
– машини для збивання та перемішування [3].

За ступенем автоматизації процесів механічне устаткування поділяється на:

– неавтоматизоване – оператор здійснює завантаження, вивантаження, контроль роботи машини та виконує деякі технологічні операції вручну.

– напівавтоматизоване – основні технологічні операції виконуються машиною, а допоміжні (транспортування, контроль) – вручну.

– автоматизоване – всі основні та допоміжні операції виконуються машиною без участі оператора [4].

Література:

1. ДСТУ 3862-99. Обладнання підприємств громадського харчування.
2. Гаврилюк В. О., Сичевська Л. В. «Технологічне обладнання закладів ресторанного господарства» Київ: Центр навчальної літератури, 2020.
3. Жижко С. О. «Механізація та автоматизація виробничих процесів у ресторанному бізнесі» Харків: ХНУМГ, 2019.
4. Ковальчук Г. М. «Організація матеріально-технічного забезпечення закладів готельно-ресторанного господарства» Львів: ЛНУ, 2021.

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

ТУРИСТСЬКІ ДЕСТИНАЦІЇ ЯК СУБ'ЄКТ УПРАВЛІННЯ РЕГІОНАЛЬНИМ РОЗВИТКОМ

Особливість джерел формування та ресурсного забезпечення туристичного продукту обумовили появу таких специфічних об'єктів пропозиції, як дестинація – місця (місцевості), привабливі для туристів як готовий туристичний продукт (туристські центри і напрями, конкретні міста і села, підприємства туристичної сфери з відомою маркою тощо), природні та антропогенні ресурси, засоби розміщення, заклади харчування, заклади розваг тощо [1].

Поняття «туристична дестинація» було введено в науковий обіг датським вченим Н. Лейпером у 1979 році для позначення «певної географічної території, що є привабливою для мандрівників» [2]. Він визначив туристичну дестинацію найістотнішою компонентою системи туризму, яка одночасно формує й задовольняє туристичний попит. Подальші дослідження дозволили деталізувати це поняття, виділивши його складові елементи: регіон, що породжує туристів;

транзитний регіон (транзитний маршрут туристів, які від'їжджають або повертаються); регіон туристичної дестинації.

В «Оксфордському словнику понять і термінів», за редакцією С. Медліка, дестинація трактується так: «Дестинація – місце, куди в цей час прямують люди або речі», тобто це поняття, як країни, регіони, міста та інші території, які приваблюють туристів, є головними місцями локалізації туристичної діяльності, потоків туристів та їх витрат; місця максимальної концентрації визначних туристичних пам'яток, засобів розміщення, харчування, розваг, інших послуг та економічного, соціального і фізичного впливу туризму [3].

Європейська Комісія (2000) визначила дестинацію як територію, яка окремо ідентифікується і підтримується для туристів як місце відвідування, у межах якої туристичний продукт виробляється одним чи декількома закладами або організаціями [4].

У свою чергу, Т. Ткаченко трактує дестинацію як систему засобів і служб, діяльність яких спрямована на задоволення якісних потреб туристів. Поняття «дестинація» охоплює різні географічні та просторові рівні від території окремого туристичного об'єкта (готелю, ресторану, пляжу) до окремих регіонів, країн, частин світу, материків [5].

Так, наприклад, Т. Лужанська зазначає, що туристична дестинація є внутрішньою якісною характеристикою туристичного регіону, оскільки вона є сукупністю ознак, властивих туристичному регіону в цілому або його сегментам, що впливають на ступінь привабливості, комфортності і якості обслуговування туристів [6].

Дестинація - це географічна територія, що має певні межі, що може залучати й задовольняти потреби досить широкої групи туристів. Саме слово «дестинація» у перекладі з англійської означає «місцезнаходження; місце призначення». Термін «туристська дестинація» було уведено до застосування в сфері управління регіонального розвитку у середині 1980-х рр..

Для того щоб територія була дестинацією необхідне виконання наступних умов: наявність на цій території місць розміщення, харчування, розваг (повинен бути певний рівень якості послуг) і високорозвиненої транспортної системи; наявність визначних пам'яток, що цікавлять туристів (наявність фактора привабливості є одним з головних факторів конкуренції між дестинаціями, отже, повинна бути певна родзинка для залучення туриста на територію дестинації); наявність інформаційних (наприклад, глобальних інформаційних систем «Amadeus», «Galileo», «Worldspan», «Sabre») і комунікаційних систем, тому що це необхідний інструмент інформування туристського ринку про дестинації [1].

Висновки. Виходячи з вищевикладеного, туристична дестинація - це вирішальний елемент регіональної туристської системи і суб'єкт управління регіонального розвитку. Її можна сприймати як територію із певним переліком засобів обслуговування й послуг, зручностей для забезпечення всіляких потреб туристів. Інакше кажучи, туристська дестинація містить у собі найбільш важливі й вирішальні елементи туризму, необхідні для туристів. Регіон

туристської дестинації є одним з найважливіших у туристській системі, тому що самі туристські дестинації і їхній імідж залучають туристів, мотивують візит, у такий спосіб активізують всю туристську систему.

Література:

1. Семенов В.Ф. Управління регіональним розвитком туризму: навч. посіб. Одеса: Одеський державний економічний університет, 2011. С. 126 – 130.

2. Leiper, N. 1990: Tourist attraction system. Annals of Tourism Research 17, p. 367–384.

3. Medlik S. Dictionary of Travel, Tourism and Hospitality. S. Medlik. 3-d ed. Elsevier Science, 2003.

4. Любіцева О.О. Типізація дестинацій. *Географія та туризм*. Київ, 2012. Вип. 17. С. 3–9.

5. Туристські дестинації (теорія, управління, брендинг): монографія / А.А. Мазаракі, Т.І. Ткаченко, С.В. Мельниченко та ін. / За заг. ред. А.А. Мазаракі. Київ: Київ. нац. торг.- екон. ун-т, 2013. 388 с.

6. Лужанська Т.Ю. Стратегії розвитку регіональних туристичних дестинацій. *Науковий вісник Мукачівського державного університету*. 2014. Вип. 2 (2). С. 175-180.

Канатнікова Валерія
студентка 1 курсу магістратури
фак-ту фізичного виховання, здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Чуєва І.О.

ЯКІСТЬ ПОСЛУГ У СФЕРІ ГОТЕЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ

Головним атрибутом ринку готельного бізнесу є конкуренція, яка постійно посилюється у зв'язку з виходом на український ринок світових готельних мереж. Саме вона є значною спонукальною силою для втілення у свою діяльність інновацій і випуску конкурентоспроможної продукції.

У готельному господарстві важко контролювати якість, тому що його продукт не можна виміряти як щось матеріальне: товаром є послуга.

Готельні послуги виробляються й споживаються одночасно, що обмежує можливість контролювати їхню якість. Непросто зберегти високу якість обслуговування в умовах підвищеного попиту.

Якість - поняття комплексне, воно охоплює та характеризує всі сторони діяльності готелю: розробку стратегії, організацію надання послуг, маркетингову політику тощо [1].

Управління якістю - це такі напрями діяльності функції загального управління, які визначають політику в галузі якості, мету і відповідальність, а також здійснюють їх за допомогою таких засобів як планування якості, керування якістю, забезпечення якості та поліпшення якості в межах системи

якості [2].

Обслуговування в готельному господарстві тісно пов'язане зі споживанням двох видів благ (товарів і послуг) і з двома видами відносин (матеріальних і нематеріальних). Нематеріальний елемент готельних послуг - це атмосфера, привабливість оточення, естетика, комфорт, відчуття, теплота обслуговування, доброзичливість, спокій і висока культура міжособистісного спілкування. До матеріальних належать номерний фонд, товарно-матеріальні ресурси та технологія надання послуг [3].

Якість послуг готельного господарства складається з таких компонентів: соціальна якість, технічна, правова, економічна та функціональна.

Соціальна якість - це відповідність готельних послуг рівню благополуччя людей, національним та регіональним традиціям та особливостям; етика, естетика, високий рівень культури персоналу готелю.

Технічна якість - забезпечення належної матеріально-технічної бази, при паданні послуг виконання принципів комплексності, своєчасності; впровадження засобів механізації та автоматизації роботи.

Правова якість - відповідність послуг вимогам законодавчих актів, нормативно-технічної документації, технології обслуговування та виконання робіт, вивчення та задоволення вимог споживачів.

Економічна - готельна послуга повинна мати корисний ефект як для споживача (задовольняти ного потреби, очікування), так і для готельного підприємства (одержання прибутку).

Функціональна - якість процесу надання готельних послуг.

Крім того, форми якості послуг дозволяють виокремити: проектну, потенційну, реальну та споживчу якість.

У проектній якості враховуються параметри та властивості, рівень яких максимально відтворює запити споживачів.

Потенційна якість фіксує реальні умови та можливості підприємства готельного господарства надати послуги певного рівня якості.

Реалізована якість являє собою споживчу оцінку кінцевого результату діяльності обслуговуючого персоналу.

Споживча якість вказує на побажання споживача щодо якісного змісту послуги чи комплексу послуг з метою відповідності готельних послуг у даний момент часу чи в найближчій перспективі його потребам .

Система якості має два основних взаємопов’язаних напрями функціонування: задоволення потреб й очікувань споживачів послуг та забезпечення інтересів готелю та його працівників. Для за безпечення виконання цих завдань готельне підприємство повинне забезпечити комплексне та взаємоузгоджене управління в сфері якості [4].

Підвищення якості послуг має важливе значення для готельного підприємства, споживача та національної економіки в цілому. На дання якісних послуг відвідувачам сприяє збільшенню обсягу їх реалізації, рентабельності підприємства, зростанню престижу готелю [5].

Звідси випливає необхідність постійної, цілеспрямованої, копіткої роботи

готельних підприємств щодо поліпшення якості послуг.

Таким чином, одним з основних завдань українських готельєрів сьогодні є створення системи якісного обслуговування, що дозволяє забезпечити надання конкурентоздатних готельних послуг.

Література:

1. Роглєв Х.Й. Основи готельного менеджменту: Підручник. К.: Кондор, 2009. 408с.

2. Основні поняття та категорії управління якістю [Електронний ресурс]. Режим доступу: http: https://elib.tsatu.edu.ua/dep/ate/tpzpsg_2/page2.html.

3. Круль Г. Я. Основи готельної справи. Навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2011. - 368 с.

5. Чорненька Н. В. Організація туристичної індустрії: Навчальний посібник, К.: Атіка, 2006. 264 с.

6. Богдан Н.М., Ферлій Р.Ю. Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. «Актуальні проблеми управління соціально-економічними системами». Луцьк: Луцький НТУ, 2016. Ч.3. С.50-53.

Клінінберг Кристина
студентка 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Люта Д.А.

ХАРАКТЕРИСТИКА ІСТОРИКО-КУЛЬТУРНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОДЕЩИНИ, ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ

На території Одеської області збереглися численні пам'ятки археології античної доби – городище давньогрецького полісу, некрополь Кошари, залишки стародавнього міста Ніконія та інші, які можуть використовуватись як об'єкти туризму.

Архітектурно-містобудівна спадщина Одеської області пов'язана, в основному, з добою середньовіччя та епохою інтенсивного освоєння краю в останній чверті XVIII ст. Найвизначніші пам’ятки відносяться до періоду класицизму й історизму. Найбільша їх кількість сконцентрована в Одесі.

До переліку об'єктів Всесвітньої спадщини при належних обґрунтуваннях можуть бути внесені об'єкти на території Білгород-Дністровського, Кілійського районів Одеської області та центр Одеси.

Найбільш популярними на сьогодні об'єктами туризму в Одесі є Троїцька церква (1808 р.), Стара біржа (1828-1834 рр..), будинок Морського музею (1842 р.), Одеський театр опери та балету (1884-1887 рр..), Готель «Лондонський» (1827-1899 рр..) та ін.; у Білгород-Дністровську – Аккерманська фортеця та Генуезький замок (XIII-XV ст.), Підземна церква Св. Іоанна Сучанівського (XIV-XVII ст.), Вірменська і Грецька церкви (XIII-XIV ст.); в Ізмаїлі – пам'ятки

турецької архітектури: фортеця та Мала Мечеть; у Кілії – Миколаївська церква і дзвіниця (XIII-XVIII ст.); у Болграді – Мавзолей Інзова (1825 р.) та Преображенський собор (1838 р.) [2].

Історичні туристичні ресурси пов'язані з визначними подіями в історії України та Одеської області, а також із життям і діяльністю видатних людей (А. Ахматова, П. Вірський, К. Данькевич, І. Ільф, С. Караванський, Л. Утьосов, В. Фемеліді, П. Шмідт та ін.), з історією створення й розвитку Чорноморського флоту, з яскравими прикладами мужності й героїзму, пам'ять про які зберігають численні монументи, обеліски та меморіали.

До важливих туристичних ресурсів відносяться історичні міста Одещини, які дають унікальну можливість поєднати пізнавальні, виховні, навчальні та оздоровчі цілі. Міста концентрують у собі весь комплекс туристичних ресурсів (природні, історико-культурні, соціально-економічні).

Більшість історичних населених міст Одеської області сплановані у XVIII ст., тут добре збереглися містобудівні ансамблі. Наприклад, місто Вилкове, міста Рені, Ізмаїл та Балта.

Міжнародне значення мають залишки античних міст Тіри (Білгород-Дністровський) та Ніконію – це осередки завершального етапу грецької колонізації, свідки існування античної рабовласницької держави.

У структурі туристичного фонду Одещини важливу роль відіграють індивідуальні форми оздоровлення місцевого населення – дачі, садівницькі товариства, оренда житла в сільській місцевості, однак ступінь благоустрою такого вторинного житла залишається вкрай низьким [1].

Що стосується ефективності туристичної діяльності, то за офіційними даними послугами підприємств туристично-рекреаційної та курортної галузі Одеської області користується велика кількість людей.

Прогнозуючи розвиток системи туризму в Одеській області, можна виділити два аспекти – це розвиток перспективних видів туризму та масштаби туристичних потоків.

Аналіз природних та історико-культурних ресурсів дає можливість виділити наступні основні види туризму в Одеській області: культурно-пізнавальний; оздоровчий та рекреаційний; екологічний та сільський. Крім цих видів, перспективними для окремих міст Одеської області є діловий туризм, релігійний туризм та етнічний туризм.

В Одеській області питома вага вже освоєних та передбачених для використання найближчим часом курортно-рекреаційних ресурсів одна з найнижчих як по Україні, так і у Причорноморському регіоні.

Загальний туристичний потенціал Одеської області сьогодні використовується менше ніж на 10 %, що визначає необхідність розробки відповідних регіональних програм розвитку цієї галузі.

Місто Одеса має значну кількість архітектурних пам'яток, пам'ятників видатним діячам культури та мистецтва. З 13 державних музеїв області 7 знаходяться в Одесі. Серед них – Одеський археологічний музей; Одеський художній музей; Одеський музей західного і східного мистецтва.

Традиційні ремесла, обряди та діалекти різних етносів, що населяють терени області, є ресурсами для розвитку етнографічного туризму. На розвиток регіону помітно вплинули культури багатьох народів. Тут мешкають різні етнічні групи: молдавани, українці, албанці та болгари. Кожен народ має свої традиції, культуру, тому цей регіон неодмінно привертає увагу туристів. Представники різних етнічних груп живуть окремо у великих селищах, кожне з яких має свою культуру як в архітектурі, так і у фольклорі. Так, місто Болград є центром болгарського фольклору. Цікавим для відвідування є селище Тарутине (Тарутинський район), де щорічно проходить Бессарабський ярмарок за участю болгарської, молдавської та гагаузької діаспори [2].

Тож, спираючись на проведений аналіз можна стверджувати, що Одещина має надзвичайно великий історико-культурний потенціал для розвитку туризму в регіоні.

Література:

1. Панченко Т.Ф. Передумови туристичного розвитку Одеської області: природні ресурси, культурна спадщина, економічна перспектива. *Будівництво України.* № 8. 2007. С. 24-30.
2. Юдін А. Одесса, що йде. *Батьківщина.* № 8. 1999. С. 136-139.

Коваль Олександр
студент 1 курсу магістратури фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Чуєва І.О.

СТРАТЕГІЯ РОЗШИРЕННЯ ТА УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ ПІДПРИЄМСТВ ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА

Стратегія розширення та управління якістю підприємств готельно-ресторанного господарства є важливим аспектом розвитку галузі, що постійно змінюється в умовах глобалізації та технологічних інновацій. Визначення основних трендів розвитку індустрії гостинності, вплив економічних змін та соціальних потреб на попит і пропозицію дозволяє сформулювати ефективні стратегії для підприємств цього сектору.

Управління якістю в готельно-ресторанному господарстві є ключовим фактором конкурентоспроможності. Впровадження стандартів якості та сертифікаційних систем, таких як ISO або HACCP, забезпечує високий рівень обслуговування і безпеку продуктів. Застосування систем управління якістю в процесах обслуговування клієнтів та приготування їжі дозволяє мінімізувати ризики та підвищити довіру споживачів [1].

Розширення підприємств у галузі може бути досягнуте через різні стратегії, зокрема франчайзинг, відкриття нових філій, розвиток бренду та

інноваційні технології в обслуговуванні. Інновації, зокрема цифрові технології та автоматизація, відіграють важливу роль у покращенні управлінських процесів, зокрема моніторингу якості обслуговування та взаємодії з клієнтами. Впровадження програмного забезпечення для автоматизації цих процесів дозволяє оптимізувати витрати і підвищити ефективність роботи.

Один з важливих аспектів управління якістю – це персонал. Підготовка та мотивація працівників, постійне проведення тренінгів і підвищення кваліфікації є необхідними для підтримки високих стандартів обслуговування. Клієнти часто оцінюють рівень обслуговування саме через взаємодію з персоналом, тому його професіоналізм має безпосередній вплив на загальний успіх підприємства [2].

Маркетингова стратегія для розвитку підприємств готельно-ресторанного господарства повинна бути орієнтована на створення лояльності клієнтів через високу якість обслуговування. Використання ефективних маркетингових інструментів для залучення клієнтів та формування позитивного іміджу бренду сприяє стабільному росту та успішному розширенню.

Для моніторингу ефективності стратегії розширення та управління якістю важливо використовувати методи збору та аналізу зворотного зв'язку від клієнтів. Показники ефективності, такі як KPI, дозволяють оцінити результативність і адаптувати стратегію в залежності від отриманих даних, що дає змогу своєчасно коригувати напрямки розвитку.

З точки зору перспектив розвитку, підприємства готельно-ресторанного господарства повинні адаптуватися до умов глобалізації, змінюючи стратегії відповідно до міжнародної конкуренції та технологічних нововведень. Підприємства, які можуть швидко реагувати на зміни в поведінці споживачів і впроваджувати нові технології, матимуть більші шанси на успіх у довгостроковій перспективі.

Окрім основних аспектів стратегій розширення та управління якістю, підприємства готельно-ресторанного господарства також повинні звертати увагу на важливість внутрішнього та зовнішнього аналізу. Це включає вивчення конкурентного середовища, потреб і вподобань споживачів, а також змін в економічному середовищі, таких як інфляція, зміни в податковому законодавстві та інші макроекономічні фактори. Для цього важливо здійснювати регулярний моніторинг та оцінку діяльності конкурентів, а також адаптувати свої стратегії відповідно до змін [3].

Інновації в обслуговуванні також відіграють важливу роль у підвищенні якості. Застосування нових технологій, таких як віртуальні гіда, інтерактивні меню, безконтактні платежі та системи лояльності, дозволяють покращити взаємодію з клієнтами та підвищити рівень їх задоволеності. Важливою складовою є також наявність мобільних додатків, які дозволяють клієнтам здійснювати замовлення та оплачувати послуги онлайн, що сприяє зручності та економії часу для споживачів.

Ще одним важливим напрямком є екологічні ініціативи та стійкість бізнесу. Сучасні споживачі все більше цінують екологічно чисті та сталий

способи обслуговування. Підприємства, які впроваджують стратегії зниження впливу на навколишнє середовище, наприклад, з використанням екологічно чистих продуктів, зменшенням споживання енергії або оптимізацією відходів, можуть підвищити свою привабливість серед клієнтів і створити позитивний імідж.

Роль аналізу великих даних (Big Data) в управлінні підприємствами готельно-ресторанного господарства також зростає. Використання даних про поведінку клієнтів, їх уподобання та тренди на ринку дозволяє підприємствам створювати персоналізовані пропозиції та сприяти лояльності клієнтів. Це дозволяє не тільки підвищити якість обслуговування, але й здійснювати точніші прогнози для бізнес-планування та маркетингових кампаній.

Не менш важливою є культурна складова в управлінні підприємствами готельно-ресторанного господарства. Культурні традиції та звичаї можуть суттєво впливати на вибір стратегії розвитку. Врахування локальних особливостей, популярних кухонь, а також місцевих традицій може стати важливим фактором у формуванні унікального бренду та привабливості для гостей. Важливим аспектом є також забезпечення комфортного середовища для міжнародних гостей, особливо якщо підприємство орієнтоване на туристів з різних культурних груп [4].

Захист персональних даних клієнтів також набуває все більшої актуальності. В умовах постійного розвитку цифрових технологій і зростання використання онлайн-ресурсів, дотримання стандартів безпеки та захисту даних є необхідністю для підтримки довіри клієнтів та запобігання можливим юридичним наслідкам.

У підсумку, стратегії розширення та управління якістю підприємств готельно-ресторанного господарства потребують комплексного підходу, включаючи використання інноваційних технологій, аналіз поведінки споживачів, оптимізацію екологічних аспектів та врахування культурних особливостей. Підприємства, які будуть гнучко реагувати на зміни в ринкових умовах і забезпечувати високу якість обслуговування, матимуть більші шанси на успіх і розвиток у довгостроковій перспективі. Впровадження ефективних стратегій управління якістю є основою для створення конкурентоспроможних і прибуткових підприємств у галузі готельно-ресторанного господарства [5].

Література:

1. Сидоренко В. В., Волошина Н. М. Інноваційні стратегії в управлінні готельно-ресторанним бізнесом: теорія і практика. Київ: Нова наука, 2023. 212 с.

2. Сулімова О. М., Козак Ю. П. Моделі стратегічного управління для готельних підприємств у кризових умовах. Вісник Харківського національного університету, 2022, 31(2), 58-64.

3. Левченко Т. І. Управління якістю послуг у готельно-ресторанному бізнесі: сучасні підходи. Економіка і менеджмент, 2021, 18(3), 99-105.

4. Клімов І. І., Васильєва Л. В. Екологічні інновації у готельно-

ресторанному господарстві: роль та перспективи. Актуальні питання економіки, 2022, 8(2), 123-130.

5. Мельник В. О. Стратегії маркетингового розвитку готельно-ресторанних підприємств: досвід і перспективи. Збірник наукових праць Львівської бізнес-школи, 2020, 15(1), 45-52.

Максименко Кристина
студентка 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Конох О.Є.

ХАРАКТЕРИСТИКА КАВ'ЯРЕНЬ ЯК ЕЛЕМЕНТУ СВІТОВОЇ КУЛЬТУРИ

Кав'ярні протягом століть були місцем для ідей, початком революцій та розвитком культури. На сьогоднішній день, кав'ярня це простір для роботи, зустрічей та просто відпочинку. У всьому світі відчувається вплив кав'ярні на різні сфери життя, культуру та на суспільство в цілому [3].

В Європі заклади кав'ярень мають дуже різноманітні особливості, тому що все залежить від країни та від її традицій, але декілька спільних і ключових рис які характерні багатьом європейський кав'ярням виділити можна:

- Кава як культура: в Європі кава вважається не просто якимось напоєм, а цілою частиною культури. Це простір де люди можуть відпочити, насолодитися моментом, обговорити новини чи просто попрацювати. Кава може бути абсолютно різною як і її спосіб приготування, все залежить від країни. Наприклад, фільтр-кава у Франції чи Італійське еспресо.

- Атмосфера та декор: зазвичай у закладах дуже цікавий, унікальний інтер'єр, який часто відображає стиль та традиції місцевості. Наприклад, у Німеччині кав'ярні акцентуються комфортом та стилем і зазвичай це мінімалістичні заклади. Якщо взяти Францію то це просторі затишні заклади з дорогим вишуканим декором.

- Варіанти кави та його меню: кожна країна має свої традиційні особливості приготування кави. Взяти наприклад, Австрію - тут дуже відома кава "меланж" (це еспресо в яке добавляють сповнене молоко або збиті вершки). В Італії популярна традиційна і всі нам відома кава - капучино, латте, еспресо. На сьогоднішній день стає популярною фільтр-кава, особливо в Нідерландах та Швеції. Якщо взяти до уваги Францію то тут просто чорна кава або кава з молоком.

- Місце для відпочинку та спілкування: сьогодні кав'ярні стають щось типу базами для відпочинку де за чашкою кави можна провести години обговорюючи різні ідеї, важливі питання чи просто насолоджуватись атмосферою.

- Десерти: на сьогоднішній день в кав'ярнях подають не тільки каву а й дуже цікаві, різноманітні десерти (тістечка, круасани, торти)

- Ціни та обслуговування: зазвичай це недорогий, класичний спосіб провести час у затишній атмосфері. Але інколи ціни в залежності від країни або навіть міста можуть відрізнятися. Обслуговування зазвичай якісне, але наприклад в звичайних класичних кафе обслуговування буде повільнішим, розслабленим ніж наприклад за баром (тут буде більш швидке)

- Кав'ярня як місце для навчання та роботи: заклади кав'ярень особливо у великих містах (Лондон, Берлін) стали популярними серед студентів, блогерів, фрілансерів для людей які люблять посидіти за різними гаджетами. Такі кав'ярні зазвичай із безкоштовним WI-FI . Отож, кав'ярні Європи- це не просто місце де можна попити каву, це частина культури зі своїми цікавими та унікальними рисами в кожній країні та в кожному регіоні країни [1].

Заклади кав'ярень в Азії дуже різняться своєю культурою а також гастрономічними особливостями, все залежить від країни та регіону.

В Китаї кава тільки починає набирати свою популярність, адже китайці завжди традиційно пили чай. Але у великих містах таких як Пекін або Шанхай попит на каву останнім часом зростає дуже різко. Заклади можуть поєднувати традиції чаювання з культурою кави. Зазвичай, кав’ярні в меню мають стандартні позиції, такі як латте, еспресо, але і не виключають традиційні чаї. Дизайн закладів дуже різноманітний - починаючи від традиційних китайських концептів, закінчуючи класичними європейськими стилями.

Японія. Це країна, в якій кав'ярні дуже популярні і мають свій особливий унікальний стиль, а також японці славляться своєю увагою до деталей. Каву люблять подавати у витонченій обстановці, де дуже важливу роль відіграє естетика та мінімалізм. У японців також присутній свій стиль кафе (який має назву wabi-sabi), цей стиль акцентує увагу на красі невидимих деталей та на природній простоті. Також кава Японії індивідуальна тим, що готується за допомогою ручного методу фільтрації або використовують спеціальні кавові машинки.

Південна Корея. Зокрема, в Сеулі кав'ярні це важлива частина їхньої культури. Це місця де корейці проводять багато свого часу з друзями або на самоті. Атмосфера кафе дуже різноманітна, є і вишукані елегантні інтер'єри, а також є холодна кава (cold brew) а також різні добавки (по типу льоду для кави або смачні десерти).

У Індії інтерес до кави тільки починає зростати, тому що там до сих пір є популярним чайні культури. Індійська кава готується в металевих фільтрах і подається з молоком. Стиль кав'ярень дуже простий і доступний кожному з дуже великою кількістю місць для сидіння.

Індонезія. Через такі області як Суматра та Ява, які відомі високоякісною арабікою, то на сьогодні, тут кава має дуже глибоке коріння. У місцевих кав'ярнях популярна кава "kopi tubruk", вона готується шляхом змішування кави з цукром. Дизайн зазвичай сучасних з поєднанням місцевих традицій. Саме це привертає увагу не тільки туристів, а й місцевих жителів.

Кав'ярні в Таїланді часто відрізняються яскравими кольорами, теплими тональностями і невимушеною атмосферою. Найбільш популярними є холодні кавові напої, такі як кава з льодом (Thai iced coffee), яка є одним з національних напоїв. Таїланд також відомий своїми смузі та десертами на основі кави, що є великою частиною культури вуличної їжі.

У В'єтнамі кавова культура дуже сильно розвинена, і країна є одним із найбільших виробників кави в світі. В'єтнамська кава часто подається з сгущеним молоком, що створює унікальний смак і популярний напій cà phê sữa đá (холодна кава з молоком). В'єтнамські кав'ярні часто прості та невеликі, проте відвідувачі можуть насолоджуватися кавою на вулиці, сидячи на маленьких стільцях і спілкуючись.

Кав'ярні на Філіппінах популярні, але більше зосереджені на літніх напоях — каві з льодом або різноманітних варіаціях холодних кавових коктейлів. Кава на Філіппінах часто готується з місцевих зерен, таких як Barako, що є характерним для країни. Філіппінські кав'ярні поєднують традиційні елементи з сучасним дизайном, і в них часто можна знайти великі екзотичні десерти.

Малайзія. Ця країна має свій власний стиль приготування кави, відомий як "kopi". Це традиційний метод приготування кави за допомогою заварювання в спеціальних мішечках. У місцевих кав'ярнях можна знайти не тільки каву, а й різноманітні страви, що поєднують різні кухні країни, зокрема китайську, індійську та малайську [2].

Кава в Криму. Міністерство культури та стратегічних комунікацій України, внесли, в 2024 році до списку нематеріальної спадщини чотири традиції, серед яких і кримсько-татарська культура кави. Про її роль у повсякденному житті корінного народу Криму. На основі матеріалів Есми Аджиєвої та Олександра Савченка, авторів опублікованої мапи «Кавова культура кримських татар». Кава потрапила до Криму в 16 ст. при Османській імперії, завдяки зв’язкам з кримським ханством, козацька старшина познайомилася з цим напоєм на початку 18 ст. Кава стала важливою частиною не лише щоденних соціальних взаємодій, але й дипломатії – на зустрічах з закордонними послами її подавали разом з люлькою тютюну, що мало підкреслити гостинність і шану володарів.

Отже, у багатьох країнах світу, кав'ярні — це місце для соціалізації, роботи або відпочинку. Заклади часто мають унікальні концепти, що відображають культурні чи дизайнерські тренди. Кожна країна має свої особливості в кавовій культурі, що поєднуються з традиціями та місцевими смаками [3].

Література:

1. Кав’ярні Європи URL: ttps://stud.com.ua/56379/sotsiologiya/kavyarni_yevropi_zarodzhuvalasya_naukova_dumka

2. Як розвивалася культура кави в Азії URL: https://ua.jetinno-

vending.com/news /coffee-news-31109843.html

3. Як змінюється роль кави у сучасному суспільстві URL: https://touch-csb.com/tpost/xajsu7m5f1-kavyarnya-yak-stil-zhittya-yak-zmnyutsya?

Мерзлякова Владислава
студентка 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Сидорук А.В.

СУТНІСТЬ І ПОНЯТТЯ ПРОЦЕСУ ПРОСУВАННЯ РЕСТОРАННИХ ПОСЛУГ

Ресторанна галузь є однією з найпотужніших і конкурентоспроможних галузей господарювання, яка вимагає постійної адаптації до змін споживчих уподобань. Саме тому перед ресторанними закладами постає завдання систематичного підвищення ефективності виробництва і розробки конкурентних стратегій, зокрема впровадження сучасних маркетингових досягнень [1].

Ресторанний бізнес – це унікальна сфера, що поєднує в собі різноманітні аспекти, від мистецтва і традицій до стратегій управління та маркетингу.

Відомі ресторатори розглядають ресторан не лише як місце для споживання їжі, а й як арену для створення особливої атмосфери, задоволення потреб гостей і отримання вражень. Зараз ресторани конкурують за увагу та вподобання клієнтів, що створює певні виклики для підприємств у цій галузі [2].

Щоб подолати ці виклики, ресторани потребують формуванню ефективної маркетингової політики, яка допомагає залучати нових гостей закладу й утримувати вже існуючих.

На думку М. Рябенької для того, щоб ресторанний заклад був успішним, важливо враховувати багато аспектів, а саме: правильна фінансова і маркетингова стратегії, формування команди професіоналів, адекватне позиціонування на ринку та розробка ефективних стратегій просування. Поняття стратегії, в цьому контексті, визначається як вибір управлінської концепції для закладу, яка потім перетворюється в конкретні дії та програми реалізації [3].

Правильно організована маркетингова стратегія ресторанного закладу охоплює всі аспекти його роботи – від економії на продуктах до рівня обслуговування. Легше залучити гостей до ресторану вперше, але складніше їх утримати, тобто зробити так, щоб вони поверталися і рекомендували заклад іншим.

Маркетингова стратегія необхідна для ефективного просування ресторанного бізнесу, залучення нових клієнтів і утримання існуючих. Вона включає аналіз цільового ринку, конкурентів, унікальних торгових точок,

маркетингових каналів, бюджету, потреб гостей та ін.

Однією з особливостей маркетингової концепції формування сучасного ринку товарів і послуг є підвищення якості товару та зменшення витрат на його виготовлення й збут під час формування довгострокових взаємовідносин зі споживачами. Важливу роль також відіграють інформаційні технології, які змінюють загальні підходи до маркетингової діяльності. Порівняно з іншими видами маркетингу (друкованими, радіо і телебаченням) інтернет-маркетинг зростає дуже швидко. Він набуває все більшої популярності не тільки у бізнесі, а й серед звичайних користувачів, які хочуть просувати свої послуги чи блоги і заробити на цьому.

Сьогодні до загальноприйнятих складових частин інтернет-маркетингу відносять вебсайт, пошукову оптимізацію, інтернет-рекламу, маркетинг у соціальних мережах, мобільний маркетинг, блогінг, e-mail-маркетинг, адже всі вони перебувають у постійному розвитку, трансформуючись у нові форми і доповнюючись новими елементами [4].

Просування – це спосіб спілкування з клієнтами і вплив на потенційних споживачів, що полягає в наданні інформації, аргументів та стимулів, які підвищують бажання скористатися послугами або сприяють придбанню пропонованого товару. Його ще визначають як набір заходів та інструментів для збільшення обізнаності цільової аудиторії, агітації й орієнтації попиту на товари та послуги задля поліпшення іміджу підприємства ресторанного господарства на конкурентному ринку ресторанних послуг.

Таким чином, можемо визначити, що просування ресторанних послуг, по суті, є комплексним стратегічним підходом, орієнтованим на формування позитивного іміджу й ефективну комунікацію з цільовою аудиторією, відображаючи не лише продуктовий аспект, а й атмосферу, обслуговування та емоційну взаємодію з клієнтами. Просування стає важливим інструментом для створення впізнаваного бренду і встановлення стійкого партнерства із споживачами.

Література:

1. Сахринь О., Ланиця І. Маркетингові стратегії в закладах ресторанного господарства. *Сталий розвиток туризму на засадах партнерства: освіта, наука, практика*: матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції (23-24 листопада 2023 р.). ЛТЕУ. Львів, 2023. С. 127–129.

2. Бугай Р., Лобунець Т. Тенденції розвитку ресторанного бізнесу в світі. *Інклюзивний розвиток національної економіки: глобальні тенденції, можливості України та роль агропродовольчого сектору*: зб. матеріалів VI міжнар. наук.-практ. конф. (17-18 листопада 2022 р.). НУБіП України. Київ, 2022. С. 154–156.

3. Рябенька М. Маркетингові стратегії підприємств ресторанного бізнесу як основа забезпечення його конкурентоспроможності. *Соціально-політичні, економічні та гуманітарні виміри європейської інтеграції України*: зб. наук. пр. IX Міжнар. наук.-практ. конф.. м. Вінниця, 2021. С. 239–245.

4. Руди М. Інтеграція інструментів SMM у маркетингову діяльність українських підприємств. *Вісник НТУ «ХПІ». Серія: Актуальні проблеми управління та фінансово-господарської діяльності підприємства*. 2013. № 24 (997). С. 136–142.

Нетребенко Єлизавета
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Конох О.Є.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ТЕМАТИЧНИХ ЕКСКУРСІЙ: МЕНОНІТСЬКА ІСТОРІЯ м. ЗАПОРІЖЖЯ

Сьогодні екскурсія – це спосіб пізнання людиною навколишнього середовища, що передбачає ознайомлення з об'єктами «віч-на-віч», тобто в місцях їх безпосереднього розташування. При цьому огляд пам'яток відбувається під керівництвом кваліфікованого фахівця, а саме екскурсовода та супроводжується його розповіддю [2].

Тематичні екскурсії – це особливий різновид екскурсійного обслуговування, що передумовлює глибоке висвітлення конкретної теми, яка може стосуватися історичних, культурних, природних або соціально-економічних аспектів регіону.

Організація тематичних екскурсій потребує ретельної підготовки, оскільки вони прагнуть не тільки дати можливість ознайомитись з історичними подіями, а й забезпечити глибше усвідомлення впливу певного соціуму на розвиток місцевості. Маршрут екскурсії мусить бути логічно складеним, містити ключові історичні об'єкти, а також включати цікаві факти, історичні документи та особисті розповіді.

До головних принципів організації екскурсій за певною тематикою належать: чітке визначення теми – необхідно окреслити основну ідею екскурсії, яка буде домінувати в усіх пунктах маршруту; складання маршруту – вибір локацій та об'єктів, що мають історичну, культурну або архітектурну цінність та невід'ємно пов'язані з темою екскурсії; використання історичних джерел – екскурсія мусить ґрунтуватися на архівних документах, наукових роботах, свідченнях очевидців; застосування інтерактивних методів – відтворення історичних подій, використання аудіо- та відеоматеріалів, залучення відвідувачів до активного обговорення [3].

Одним з яскравих зразків тематичної екскурсії є подорож слідами менонітів у Запоріжжі – спільноти, яка залишила незабутній відбиток в історії та культурному поступі цього краю. Меноніти – це протестантська спільнота, що з'явилася у XVI ст. в Європі. Вони жили дотримуючись принципів пацифізму, самоврядування та сумлінної праці. У 1789 році, за розпорядженням

російської імператриці Катерини ІІ, перші меноніти переселилися до Південної України, насамперед в район сучасного Запоріжжя. Їм надали чималі привілеї, на кшталт звільнення від військової служби, автономне управління власними поселеннями та фінансову підтримку. Меноніти зробили великий внесок у розбудову регіону. Вони заснували декілька колоній, з яких найбільш відомими були Хортиця та Молочна. На початку ХХ ст. менонітські колонії стали осередком промислового виробництва. Вони зводили млини, виготовляли сільгосптехніку та займались виробництвом меблів. Але після революції 1917 року ситуація почала змінюватися. Меноніти втратили самоврядування, їхні землі були конфіскували, а багатьох членів громади репресували. У 1920-30-х роках більшість менонітів мусили покинути Україну та емігрувати до Канади, Німеччини, а також Південної Америки [4]. Сучасне Запоріжжя пильно береже багато пам'яток, пов'язаних з менонітським минулим. Дослідник історії та краєзнавець Роман Акбаш влаштовує тематичні екскурсії «Запоріжжя менонітське», присвячені історії менонітської спільноти та її архітектурній спадщині. Під час цих екскурсій учасники можуть дізнатися про те, як меноніти розвивали промисловість, сільське господарство та освіту на цій території, а також побачити унікальні архітектурні пам'ятки, що дійшли до наших днів.

Центральними об'єктами екскурсій є колишні будівлі менонітських підприємств, житлові будинки, навчальні заклади та культові споруди, зведені у XIX – на початку ХХ століття. Насамперед, увага приділяється архітектурним пам'яткам у районі Верхньої Хортиці та Розенталя. Серед них: унікальна пам'ятка – замок Валльмана, де кожна з чотирьох сторін будівлі виглядає оригінально та неповторно; залишки заводських корпусів братів Круппа, що колись були провідними промисловими об'єктами регіону; будинок культури Запорізького району або «РДК»; славнозвісна «Медхеншуле» або «Школа для дівчат», яка була заснована ще у 1789 році; вчительська семінарія – Лерерсемінаре; колишня Хортицька земська лікарня та центральна школа Хортицької колонії «Центршуле» [1].

Роман Акбаш не тільки знайомить учасників з будівлями менонітів, а й ділиться розповідями про колишній побут, традиції та спосіб життя цієї неперсічної спільноти, яка зробила значний внесок у становленні сучасного Запоріжжя. Такі екскурсії є гарним прикладом використання локальної історії для розвитку туристичної сфери та популяризації культурного спадку міста.

Менонітська історія Запоріжжя – це чудовий приклад впливу іноземних спільнот на розвиток українських регіонів. За допомогою тематичних екскурсій туристи та місцеві жителі можуть глибше пізнати унікальну сторінку історії, котра й досі є важливою частиною культурної спадщини Запоріжжя.

Література:

1. «Акбаш Знає» екскурсії в часі та по Запоріжжю URL: https://akbash.zp.ua/?p=2361

2. Поняття екскурсія URL: https://tourlib.net/books_ukr/korol-ekskurs1-1.htm

3. Поняття та організація тематичних екскурсій URL: https://dist.krok.edu.ua/mod/book/view.php?id=66154&chapterid=281
4. Прусські меноніти у Запоріжжі URL: https://www.ukrinform.ua/rubric-regions/2411796-hortica-prusski-menoniti-na-zaporizzi.html

Павлюченко Дар'я
студентка 1 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доц. Чуєва І.О.

ІННОВАЦІЙНІ ГОРИЗОНТИ: РОЗВИТОК ТЕХНОЛОГІЙ ТУРИСТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЗАПОРІЗЬКОГО РЕГІОНУ

Розвиток технологій у туристичній діяльності Запорізького регіону є важливим фактором, який сприяє підвищенню конкурентоспроможності та привабливості регіону на туристичному ринку. Запоріжжя, як один з найбільших культурних і історичних центрів України, має великий потенціал для розвитку туристичних послуг завдяки використанню сучасних технологій. Це включає впровадження цифрових платформ для бронювання, віртуальних гідів та інтерактивних карт, що покращують зручність для туристів і забезпечують високий рівень сервісу [1].

Одним із важливих напрямків є розвиток мобільних додатків для туристів, що дозволяють отримувати актуальну інформацію про події, екскурсії, маршрути, ресторани та готелі в режимі реального часу. Це забезпечує зручність для мандрівників і сприяє розвитку місцевого бізнесу. Крім того, використання систем штучного інтелекту для персоналізації сервісів дозволяє підвищити ефективність маркетингових кампаній та залучати більше туристів.

Важливою складовою є розвиток віртуальної реальності та доповненої реальності, які відкривають нові можливості для представлення історичних та культурних об'єктів Запорізького регіону. Віртуальні тури та інтерактивні виставки можуть зацікавити туристів, які не мають змоги відвідати регіон особисто, тим самим збільшуючи потік віддалених туристів і популяризуючи культурну спадщину.

Також не можна забувати про важливість розширення використання онлайн-платформ для розвитку агротуризму та екотуризму в Запорізькому регіоні. Ці технології дають можливість інтегрувати локальні господарства та природні зони у загальний туристичний маршрут, що сприяє розвитку сталого туризму та підвищенню екологічної свідомості серед відвідувачів.

Узагалі, розвиток технологій в туристичній сфері Запорізького регіону відкриває нові горизонти для бізнесу та місцевих громад, створюючи платформу для впровадження інновацій, що значно полегшують процеси

планування і обслуговування туристів. Використання цих технологій допоможе регіону стати більш конкурентоспроможним на міжнародному ринку туристичних послуг [2].

Окрім традиційних технологій, таких як онлайн-бронирование та використання геолокаційних сервісів, сучасні інноваційні рішення в туристичній сфері Запорізького регіону зосереджуються на інтеграції блокчейн-технологій для забезпечення прозорості фінансових транзакцій та підвищення довіри туристів. Це дає змогу забезпечити високий рівень безпеки для користувачів та гарантувати чесність обміну інформацією про послуги. Блокчейн також відкриває нові можливості для програм лояльності, що дозволяють туристам накопичувати бонуси за кожну покупку чи відвідування.

Система розумних міст є ще одним важливим фактором у розвитку технологій у туристичному секторі. Запоріжжя активно розвивається в напрямку впровадження інтелектуальних транспортних систем, що забезпечують зручний і швидкий доступ до основних туристичних об'єктів. За допомогою таких технологій можна значно покращити інфраструктуру регіону, зробити переміщення по місту більш ефективним і комфортним для туристів. Використання «розумних» парковок, автоматизованих інформаційних стендів, а також інтелектуальних систем для управління потоком людей дозволяє оптимізувати туристичні маршрути та зменшити навантаження на інфраструктуру [3].

Крім того, розвиток цифрових технологій у готельному та ресторанному сервісі дозволяє підприємствам Запорізького регіону підвищувати ефективність управління своїми послугами. Це включає впровадження онлайн-ресурсів для автоматизації процесів замовлення номерів, обробки відгуків клієнтів та удосконалення системи управління запасами. Важливим аспектом є також інтеграція технологій для полегшення процесу оплати та впровадження безконтактних платежів, що не тільки підвищує зручність, але й відповідає вимогам безпеки в умовах пандемії [4].

Усі ці технологічні інновації здатні значно змінити туристичний ландшафт Запорізького регіону, зробивши його більш доступним, безпечним та комфортним для туристів. Технологічний прогрес, поєднаний із культурною спадщиною і природними ресурсами, має великий потенціал для залучення нових відвідувачів та розвитку сталого туризму, що, в свою чергу, сприятиме економічному зростанню та соціальному розвитку регіону.

Література:

1. Сидоренко В. В., Волошина Н. М. Інноваційні стратегії в управлінні готельно-ресторанним бізнесом: теорія і практика. Київ: Нова наука, 2023. 212 с.

2. Іванова Т. С., Лаврик І. І. Технології розвитку туристичної інфраструктури в регіонах України. Економіка і регіон, 2022, 3(74), 45-53.

3. Романенко Л. А., Кучерявий В. М. Цифрові технології в управлінні туристичними потоками: досвід і перспективи. Журнал туристичних

досліджень, 2021, 4(2), 134-142.

4. Петрова О. В. Розвиток інноваційних технологій у туристичній галузі України. Вісник Національного університету харчових технологій, 2023, 21(1), 78-85.

Пасечник Антон
студент 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: кан. пед. наук, доц. Сидорук А.В.

ОРГАНІЗАЦІЯ СИСТЕМИ БЕЗПЕКИ В ГОТЕЛЬНОМУ ПІДПРИЄМСТВІ НА ПРИКЛАДІ «HILTON KYIV»

Управління підприємствами мережевого готельного господарства, зокрема в контексті готелю «Hilton Kyiv», ґрунтується на високих стандартах та корпоративних принципах, що дозволяє забезпечити стабільність і ефективність роботи готельного підприємства. За даними Королик С. А., ключовим елементом у такому управлінні є централізовані стандарти, які включають вимоги до якості обслуговування, безпеки та взаємодії з клієнтами. Крім того, управлінці готелів мережі Hilton повинні дотримуватися інноваційних технологій, які покращують сервіс і забезпечують високий рівень задоволення гостей. Готель «Hilton Kyiv» ефективно інтегрує ці стандарти на локальному рівні, забезпечуючи належний контроль за якістю надання послуг, що включає впровадження технологічних рішень для контролю доступу та систем безпеки [1].

Готель «Hilton Kyiv» використовує передові технології для контролю доступу та безпеки гостей і співробітників. Як зазначено в статті про «ЛоксМайстер», основними елементами системи є електромеханічні засувки та електрорігелі EffEff®, а також електромагніти SECURITRON®, що гарантують безпеку об'єктів, таких як двері та входи до приміщень, які потребують обмеженого доступу. Всі ці системи разом утворюють багаторівневу систему безпеки, де кожен елемент відповідає за окремий аспект контролю та реагування. Крім того, на рівні технологій, готель «Hilton Kyiv» активно використовує системи моніторингу, що дозволяють в реальному часі оцінювати ситуацію та оперативно реагувати у разі виникнення надзвичайних подій, таких як пожежа або спроба несанкціонованого доступу [2].

Міжнародна готельна мережа Hilton продовжує свій розвиток, і цей процес значною мірою відображає сучасний стан функціонування готелів цієї мережі в Україні та світі. Як зазначено в роботі, яка досліджує розвиток Hilton, ключовими факторами успіху є інноваційні стратегії управління, які включають високий рівень безпеки та комфорт для гостей. Важливим аспектом розвитку є постійне вдосконалення процесів, впровадження новітніх технологій і підтримка високих стандартів обслуговування, що дозволяє Hilton залишатися

лідером у готельній індустрії. Особливості безпеки в готелі «Hilton Kyiv» включають інтеграцію сучасних систем для забезпечення як фізичної, так і технологічної безпеки, що є важливою складовою конкурентної переваги цього готелю на ринку [3].

Фактор сезонності є важливим аспектом у роботі будь-якого готельного підприємства. Як показує досвід готелю «Hilton Kyiv», пік туристичної активності влітку та святкові періоди вимагають посилених заходів безпеки та адаптації управлінських стратегій. За даними дипломної роботи, сезонні коливання попиту на послуги вимагають змін у чисельності персоналу та розширення систем безпеки. У високий сезон готель може посилити фізичну охорону, а також вдосконалити технологічні засоби для контролю доступу та моніторингу в режимі реального часу. Система тренінгів для персоналу стає критично важливою, оскільки навчання у разі надзвичайних ситуацій повинно бути регулярним для того, щоб швидко реагувати на будь-які зміни в безпековій ситуації [4].

Література:

1. Королик С. А. Особливості управління підприємствами мережевого готельного господарства (на прикладі ТОВ «Міжнародно-діловий центр» готель «Hilton Kyiv») : бакалаврська робота. Тернопіль: ТНТУ ім. І. Пулюя, 2024. URL: https://surl.li/jkjywh

2. «ЛоксМайстер» організував систему контролю доступу та безпеки в готелі преміум-класу «Hilton Kyiv». URL: https://surl.li/gpaiii

3. Розвиток міжнародної готельної мережі Hilton та сучасний стан функціонування на прикладі готелю Hilton Kyiv. URL: https://surl.li/yhmuix

4. Фактор сезонності в роботі готельних підприємств (на прикладі готелю «Hilton» в м. Київ). URL: https://surl.li/rsvqha

Полякова Анна
студентка 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: канд. пед. наук, доц. Сидорук А.В.

ОСОБЛИВОСТІ ОБСЛУГОВУВАННЯ ТУРИСТІВ У ЗАКОРДОННИХ ТУРИСТИЧИХ КОМПЛЕКСАХ

Туристичні комплекси є найбільш поширеними стаціонарними типами закладів розміщення туристів, які характеризується високим рівнем матеріально-технічної бази та сервісу, широкими можливостями організації комплексного обслуговування. Буквально 99% всіх готелів працюють за системою «All Inclusive» («все включено»), саме тому інфраструктура в них дуже розвинена, багато послуг пропонуються безкоштовно.

Система «All Inclusive» є багатогранною концепцією відпочинку, яка

полягає в наданні комплексу послуг: транспортні послуги, розміщення, харчування, анімаційні послуги тощо. Історію походження системи «All Inclusive» деякі автори пов'язують з туризмом в Африці, інші стверджують, що вона пов'язана з французькою мережею «Club Mediterranian» (або Club Med). У 1960-х роках система з успіхом застосувалась на круїзних океанських лайнерах. У 1970-х близько берегів Куби з'явився цілий острів «All Inclusive» – Кайо-Ларго. Одним із перших готелів з повноцінною системою «All Inclusive» став «Negril Beach» на Ямайці, відкритий у 1976 р. (сучасна назва готелю – «Hedonism II»). Пізніше, ідея була прийнята іншими компаніями і швидко розвинулася в Західній Європі, США та Канаді. В кінці 1980-х років систему «All Inclusive» почала масово впроваджувати в свій туристичний бізнес Туреччина [1].

За даними, приведеними І. Смирновим [1], в Туреччині за цією системою працюють 86 % готелів, в Домініканській республіці – 95 %, Тайланді – 70 %, Єгипті – 35 %, Тунісі та Кіпрі – 20 % тощо.

У сьогоденній світовій практиці існує декілька варіантів системи «All Inclusive» [1]:

1. MAX. INCLUSIVE включає проживання у приватному комплексі, який поєднує унікальну природу з відмінною туристичною інфраструктурою. Пропозиція включає в себе: транспорт (повітряний, морський, наземний) і трансфер до засобу розміщення; розміщення в сімейних віллах або бунгало серед екзотичної природи; харчування в розкішних ресторанах з різноманітною кухнею і в основному з меню «A La Carte». Відмінна особливість даної системи в тому, що у вартість туру включені абсолютно всі напої, в тому числі алкоголь іноземного виробництва і тютюнові вироби (сигарети, сигари). Безалкогольні напої та пиво в міні-барі номера включаються в пакет. Крім цього, не існує обмеження і за часом – гості мають можливість замовити будь-які напої на території готелю цілодобово. Дана система гарантує гостям широкий спектр додаткових послуг: навчання та інструктаж з різних видів спорту (гольф, плавання, серфінг, дайвінг і т.і.).
2. Система IMPERIAL передбачає включення у вартість туру всіх алкогольних і безалкогольних напоїв, в тому числі й іноземного виробництва. Також максимально розширено кількість страв у ресторанах і барах готелю. Крім цього, готель пропонує гостям спеціалізовані ресторани (наприклад, рибні, італійські тощо), де необхідно буде бронювати столик заздалегідь. У сфері безкоштовних розваг пропонуються деякі активні види спорту (водні лижі, катання на банані тощо).
3. У системі ULTRA ALL INCLUSIVE у вартість туру включені не тільки місцеві, а й імпортні напої, як алкогольні, так і безалкогольні. Шведський стіл ресторанів готелю так само пропонує гостям широкий вибір страв.

Також існують такі види сервісу, як FULL BOARD PLUS (FB +) і HALF BOARD PLUS (HB +), які гарантують включення у вартість туру місцевого пива і вина на «шведському столі». На відміну від системи «All inclusive» вони не гарантують надання інших безкоштовних видів послуг.

В рамках системи All inclusive комплекс послуг і власні стандарти обслуговування розробляються в залежності від категорії номеру та умов відпочинку, які завчасно обираються. Велика увага приділяється організації харчування гостей, зокрема пропонуються варіанти для задоволення різноманітних бажань.

Отже, сутність обслуговування за системою «All Inclusive» в закордонних туристичних комплексах полягає в тому, що це є комплекс товарів і послуг, які необхідні для формування вражень туристів під час їх подорожі. Враження, які отримують гості на різних етапах свого відпочинку, володіють корисністю, споживчою цінністю та, у результаті, мають вартість. Враження створюється в процесі взаємодії з постачальниками різних послуг, кожен з яких робить свій внесок у створення цілісного образу і, тим самим, формує вартість кінцевого продукту гостинності. Технологічна послідовність вражень формує ланцюги доданої вартості, які об'єднують суб'єктів гостинності, як у межах одного сектору, так різних інфраструктурних секторів.

Література:

1. Дишкантюк О. Система послуг «ALL INCLUSIVE» в аспекті економіки вражень та перспективи її впровадження в Україні. *Економіка харчової промисловості*. 2019. Том 11. Випуск 3. С. 80-87.

2. Смирнов І. Турецький досвід із застосування системи гостинності «Все включене» в туризмі та можливості його використання в Україні (логістичний аспект). *Наукові записки. Вінницьк. держ. пед. університету ім. М. Коцюбинського. Серія Географія*. 2011. Вип. 23. С. 55-66.

Самойленко Олександр
студент 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: кан. пед. наук, доц. Сидорук А.В.

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ОБСЛУГОВУВАННЯ В РЕСТОРАННИХ ЗАКЛАДАХ МІСТА КИЄВА

Особливості організації обслуговування в ресторанних закладах Києва є результатом взаємодії низки факторів, що охоплюють як традиційні принципи гостинності, так і сучасні підходи до управління сервісом, інтегровані технологічні рішення та інноваційні маркетингові стратегії.

Актуальність теми зумовлена стрімким розвитком ресторанного бізнесу столиці, зростанням вимог клієнтів до якості послуг, впливом глобальних тенденцій на внутрішній ринок та необхідністю адаптації до змін економічного та соціального середовища [1,2].

Сучасні заклади активно інтегрують цифрові технології для оптимізації

операцій, зокрема – впроваджують електронні системи бронювання, автоматизацію процесів замовлень, мобільні додатки та електронні меню, що забезпечує оперативний зв'язок між клієнтами та персоналом [3]. Водночас, організація роботи ресторанів передбачає створення єдиної системи управління, яка об'єднує підбір та професійний розвиток кадрів, стандартизацію внутрішніх процесів, системи контролю якості обслуговування, а також постійний аналіз зворотного зв'язку з відвідувачами з метою безперервного вдосконалення сервісу [2,4]. Професіоналізм персоналу, що регулярно підвищує свою кваліфікацію через спеціалізовані тренінги з етикету, управлінських навичок та комунікації, є ключовою умовою досягнення високої якості обслуговування навіть за умов пікової завантаженості [2]. У сучасних умовах, коли конкуренція на ринку ресторанних послуг зростає, заклади орієнтуються на індивідуальний підхід до кожного клієнта, пропонуючи широкий спектр кулінарних концепцій, комфортне середовище та створення позитивного іміджу бренду, що сприяє формуванню лояльної аудиторії [1]. Крім того, інтеграція інноваційних технологій, таких як системи бізнес-аналітики для прогнозування попиту, управління ланцюгами постачання та оптимізації ресурсного забезпечення, дозволяє ефективно реагувати на зовнішні виклики, економічні коливання та сезонні зміни [4].

Організація обслуговування в київських ресторанах охоплює не лише технічну оснащеність, але й управління людським ресурсом, де кожен етап роботи – від прийому замовлень до оперативного реагування на запити – інтегровано у єдину систему, що забезпечує високий рівень сервісу. Сучасні тренди також включають використання еко-технологій, підтримку місцевих постачальників та впровадження принципів сталого розвитку, що відповідає очікуванням свідомих споживачів і сприяє формуванню етичного іміджу закладу [4].

Таким чином, комплексний підхід до організації обслуговування, який об'єднує традиційні стандарти, інноваційні рішення та високий рівень професіоналізму, створює умови для стійкого розвитку ресторанного бізнесу в Києві, забезпечує конкурентоспроможність підприємств та формує позитивний досвід для клієнтів навіть у складних ринкових умовах.

Література:

1. Афанащенко А., Пересічна С. Тенденції і перспективи розвитку ресторанного бізнесу. *Здобутки та досягнення прикладних та фундаментальних наук XXI століття*: матеріали IV Міжнародної наукової конференції, 16 грудня 2022 р. Вінниця, 2022. С. 37–39. URL: https://surl.li/vteota

2. Головко О. Організація готельного господарства. Київ: Кондор, 2011. 410 с.

3. Гросул В., Іванова Т. Тенденції сучасного розвитку підприємств ресторанного господарства в Україні та Харківській області. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія «Економіка»*. 2017. С. 143–149. URL: https://surl.li/polsvu

4. Завадинська О., Кінчур А., Деревицький Є. Сучасні тенденції впровадження інноваційних форм обслуговування в закладах ресторанного господарства. *Підприємництво і торгівля*. 2019. № 25. С. 54–59. URL: https://surl.li/awksxi

Супрун Аріна
студентка 2 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: ст. викладачка Геращенко Я.М.

ЗМІНА КЛІМАТУ ТА АДАПТАЦІЯ РЕКРЕАЦІЙНИХ РЕСУРСІВ ПРИАЗОВСЬКОГО РЕГІОНУ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ В УКРАЇНІ

Азовське море та його прибережна територія є одним з найважливіших природних багатств України. Приазовський район — це (наразі ліквідований) район України у південній частині Запорізької області. Він є важливим туристичним та екологічним осередком, має значний соціально-економічний та екологічний вплив як на місцеві громади, так і на стратегію розвитку України в цілому. Це також одне з найсприятливіших місць в для розвитку рекреаційної діяльності; безцінністю, якого є поєднання туризму з відпочинком та оздоровленням [1].

В свою чергу широкомасштабні військові дії, які тривають в Україні негативно впливають на ситуацію Приазовського регіону.

Зміна кліматичних умов є результатом глобальних кліматичних змін, які проявляються у таких аспектах, як температура, опади та екстремальні погодні явища. За останні кілька десятиліть спостерігається тенденція до підвищення середньорічної температури.

Згідно з даними метеорологічних станцій, середня температура за останні 30 років зросла приблизно на 1-2°C. Це особливо помітно в зимовий період, де спостерігається збільшення температури та скорочення зимового періоду. В свою чергу зміни в режимі опадів помітно в випадінні менш звичних обсягів у результаті посухи.

Війна має значний негативний вплив на туристичну діяльність в Приазовському регіоні [2]. До того ж, обмеження доступу до рекреаційних зон, пляжів, національних парків; пошкодження інфраструктури готелів та курортів; завдання шкоди водним ресурси, флорі й фауні - змінює сприйняття регіону серед можливих потенційних туристів, які через воєнні дії змушені уникати відвідування цих зон.

Важливо вживати заходів для відновлення безпеки, підтримки інфраструктури та екологічного балансу після завершення воєнних дій, щоб відновити туристичний потік і покращити життя місцевих мешканців.

Можливі стратегії адаптації рекреаційних ресурсів:

1. Впровадження екологічно чистих технологій у забезпечення та логістику (наприклад, використання сонячних панелей).

2. Створення «зелених» просторів.

3. Підтримка сталого сільського господарства (впровадження програм збереження біорізноманіття та сталого землекористування під час воєнних дій разом з підтримкою локальних фермерів у відновленні агрогенетики).

4. Проведення семінарів та навчань з управління кліматичними ризиками та створення спеціалізованих підрозділів для реагування на природні катастрофи.

5. Розробка партнерства з НДО (обмін ресурсами та досвідом маючи на меті покращення екологічної ситуації в регіонах, що постраждали від воєнних дій).

6. Створення еко-маршрутів із залученням громади в розвитку туризму.

7. Створення програм, що залучають місцевих жителів до надання послуг у сфері туризму (гід або ручна праця).

8. Покращення/відновлення заповідних зон і природних резервів [3].

І найголовніше це впровадження стратегії «нульового впливу», тобто заохочення туристів до участі в ініціативах, які будуть сприяти мінімізації «людського» сліду (збирання сміття, підтримка чистоти природних територій).

Крім того, розвиток практик сталого туризму, які надають пріоритети Збереженню навколишнього середовища та культури, може створити нові можливості для розвитку туризму в післявоєнний період.

Займаючись туристичною діяльністю, місцеві громади можуть отримати вигоду з економічних можливостей, які надає туризм, водночас зберігаючи свою культурну спадщину та захищаючи свої природні ресурси [4].

Попри війну українські громади вивчають найкращі європейські практики сталого розвитку туризму. Фахівці вважають, що завдання адаптації до кліматичних змін необхідно вирішувати вже сьогодні.

Туризм відіграватиме важливу роль в економічному відновленні регіонів, які постраждали від військових дій. У той час, як війна зруйнувала і надалі руйнує місцеву економіку, туризм може забезпечити вкрай необхідний поштовх, створюючи робочі місця, генеруючи дохід і сприяючи зосередженню уваги на проблемі адаптації рекреаційних ресурсів в умовах післявоєнного стану та кліматичній кризі.

Література:

1. Шаповалова, Т. Г. Рекреаційні об’єкти північного приазов’я: проблеми і перспективи. Редакційна колегія, 180.

2. Хшановська, Х. М. (2023). Вплив туризму та рекреації на розвиток територій і об'єктів природно-заповідного фонду в Україні.

3. Адаптація до змін клімату: чому це важливо під час війни https://rp.gov.ua/PressCenter/News/?id=2330

4. Токарева, Валентина & Горюнова, Катерина. (2025). Розвиток екотуризму в україні: роль рекреаційних комплексів у залученні туристів та збереження екосистеми. Економіка та суспільство.

Табакова Валерія
студентка 4 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров'я та туризму
Наук. кер.: д-р пед. наук, проф. Маковецька Н.В.

ТРЕВЕЛ-БЛОГІНГ ЯК ІННОВАЦІЙНИЙ ІНФОРМАЦІЙНИЙ ПРОДУКТ В ТУРИЗМІ

Тревел-блогінг є сучасним явищем, яке значно змінило спосіб отримання інформації про подорожі. Блогери, які спеціалізуються на туризмі, мають доступ до величезної аудиторії завдяки популярним платформам, таким як Instagram, YouTube та TikTok. Ці платформи дозволяють їм безпосередньо взаємодіяти з потенційними мандрівниками, надаючи їм унікальні враження та поради. Тревел-блогери надають аудиторії не лише інформацію про популярні напрямки, а й про менш відомі, але не менш цікаві місця. Це дозволяє туристам відкривати нові горизонти і розширювати власні уявлення про світ. Блогери можуть детально показувати різноманітні аспекти подорожей — від планування до самого досвіду, що робить їх контент дуже цінним. Вони активно впливають на вибір напрямків для подорожей, замінюючи традиційні туроператорські рекомендації. Тревел-блогінг став не тільки способом ділення враженнями, а й важливою складовою сучасного туризму. Це дозволяє мандрівникам отримати достовірну та актуальну інформацію, що не завжди можна знайти в туристичних путівниках. Все це робить тревел-блогінг важливою інновацією, яка змінює туризм як індустрію.

Тревел-блогери змінюють традиційні методи просування туристичних послуг, використовуючи креативний підхід до створення контенту. Вони можуть розповісти історії про конкретні місця, готелі або тури, демонструючи їх з усіх боків і таким чином надаючи реальну картину. Кожен блогер має свій стиль і підхід до подачі контенту, що дозволяє створювати індивідуальні продукти, орієнтовані на різні аудиторії. Вони працюють як посередники між туристичними компаніями та потенційними клієнтами, пропонуючи автентичні враження. Тревел-блогери можуть висвітлювати нові напрямки або альтернативні варіанти традиційних турів, що стимулює розвиток нових туристичних продуктів. Вони мають здатність генерувати інтерес до різноманітних видів туризму — від екологічного до екстремального. Завдяки соціальним мережам, блогери можуть моментально впливати на тренди і популяризувати нові продукти, підвищуючи їх привабливість. Спільно з туристичними брендами вони розробляють маркетингові стратегії, які відповідають сучасним вимогам. Залучення блогерів до просування туризму дозволяє створювати більш ефективні кампанії. Це дає змогу туристичним компаніям швидко адаптуватися до змін на ринку та задовольняти потреби сучасних мандрівників.

Однією з головних переваг тревел-блогінгу є безпосередня взаємодія з аудиторією, що дозволяє отримувати цінний зворотний зв'язок. Блогери активно

спілкуються з підписниками, відповідаючи на питання, коментуючи їхні думки та поради. Це створює ефективний двосторонній комунікаційний процес, де не тільки блогери дають інформацію, а й отримують її. Відгуки підписників допомагають блогерам краще розуміти потреби їх аудиторії та адаптувати контент. Туристичні компанії також отримують важливу інформацію через ці взаємодії, що дозволяє створювати продукти, які відповідають реальним вимогам мандрівників. Блогери можуть публікувати опитування, проводити конкурси або ділитися відгуками, щоб залучити свою аудиторію до активної участі. Це дозволяє краще визначити, які напрямки або послуги найбільше цікавлять людей. Зворотний зв'язок від підписників може бути критично важливим для вдосконалення туристичних продуктів. Це також дає можливість коригувати стратегії просування та створювати більш персоналізовані послуги. Важливість зворотного зв'язку полягає в тому, що він допомагає утримати лояльність аудиторії і покращити репутацію блогерів та їх партнерів.

Тревел-блогінг значно сприяє культурному обміну, адже блогери висвітлюють традиції, звичаї та культуру різних країн, що дозволяє людям з різних частин світу краще розуміти один одного. Вони можуть розповідати про місцеву кухню, святкові традиції або специфіку побуту в різних культурах, допомагаючи зламати стереотипи. Блогери часто показують, як мандрівники можуть отримати справжній досвід, який важко знайти у туристичних агентствах. Вони можуть акцентувати увагу на маловідомих, але дуже цікавих аспектах культури, таких як ремесла або місцеві фестивалі. Такий підхід робить подорожі не тільки розвагою, але й можливістю для культурного збагачення. Освітній туризм також активно розвивається завдяки блогерам, які знайомлять своїх підписників з навчальними програмами, мовними курсами або академічними можливостями за кордоном. Вони сприяють розвитку міжнародного обміну студентами та сприяють популяризації нових освітніх трендів. Блогери часто стають амбасадорами цілих країн, рекламуючи не лише туристичні об'єкти, але й освітні можливості, що дозволяє залучити нові інвестиції в освіту. Це також створює нові варіанти для студентів, які хочуть поєднати навчання з подорожами. Освітній туризм через блогінг має великий потенціал для розвитку, особливо серед молодого покоління.

Туризм, завдяки тревел-блогерам, стає частиною більш широкої креативної індустрії, де контент створюється з метою не лише інформування, а й натхнення. Блогери створюють контент, що не тільки показує місця, а й формує образи та ідеї, які можуть вплинути на вибір туристів. Вони часто використовують нестандартні техніки зйомки, креативні підходи до відео та фото, щоб представити туристичні напрямки в унікальному світлі. Це робить їхні пости не просто рекомендаціями, а мистецтвом, яке пробуджує цікавість до нових місць. Завдяки цьому туризм стає не тільки споживчим, а й креативним процесом, де кожна подорож може бути частиною великої історії. Блогери можуть поєднувати туризм з іншими галузями, такими як мода, гастрономія, архітектура, що дозволяє створювати інтерактивні та багатогранні продукти. Їхні зусилля сприяють розвитку нових форм туризму, таких як гастрономічний,

культурний чи арт-туризм. Креативний підхід блогерів також впливає на просування нових видів туризму, таких як сталий або екологічний туризм, через створення контенту, який показує відповідальне ставлення до природи. Туризм перетворюється на форму творчого самовираження, де кожна подорож може бути емоційним та інтелектуальним досвідом.

Тревел-блогінг є важливим інструментом для розвитку малих та середніх підприємств у туристичній сфері. Блогери мають змогу висвітлювати місцеві готелі, ресторани, магазини та інші підприємства, що часто залишаються непоміченими в традиційних туристичних пропозиціях. Завдяки їхній популярності такі підприємства можуть значно збільшити свою аудиторію, отримуючи нових клієнтів з різних куточків світу. Блогери активно просувають локальні продукти та послуги, що допомагає малому бізнесу вирізнятися серед великої кількості конкурентів. Це дозволяє створювати унікальні туристичні продукти, які базуються на місцевих традиціях та кулінарії, що дає їм конкурентні переваги. Блогери також можуть допомогти малим підприємствам створювати контент, який буде привертати увагу туристів через соціальні мережі. Вони можуть використовувати свою платформу для популяризації невеликих напрямків, які не можуть дозволити собі масштабну рекламну кампанію. Такий підхід стимулює розвиток економік малих міст та регіонів, знижуючи залежність від великих туристичних компаній. Малий бізнес отримує шанс заявити про себе та привернути увагу до своїх послуг, завдяки прямому зв'язку з потенційними клієнтами. Блогери можуть бути важливими партнерами для малих підприємств у стратегіях просування та розвитку.

Література:

1. Дмитрієва, А. С., & Козлова, О. В. (2019). Вплив соціальних медіа на розвиток туристичних послуг. *Вісник Чернігівського державного технологічного університету*. Серія: Економічні науки, 2(99), 55-62.

2. Ковальчук, І. І. (2020). Інноваційні стратегії маркетингу у туризмі: вплив цифрових технологій. *Туризм і рекреація: теорія і практика*, 2(12), 45-50.

Целуйко Юлія
студентка 3 курсу фак-ту фізичного виховання,
здоров’я та туризму
Наук. кер.: канд. тех. наук, доц. Фостащенко О.М.

ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ТУРИСТИЧНИХ ПОСЛУГ ЯК ОСНОВА ДЛЯ РОЗВИТКУ ТУРИСТИЧНОЇ ГАЛУЗІ УКРАЇНИ

В умовах глобалізації та зростаючої конкуренції на туристичному ринку, якість туристичних послуг є ключовим фактором успіху для суб'єктів туристичної діяльності. Дотримання вимог національних стандартів є обов'язковим для забезпечення безпеки, комфорту та задоволення потреб

туристів. Недостатнє регулювання та контроль за якістю туристичних послуг може призвести до негативних наслідків, таких як:

– зниження конкурентоспроможності туристичних підприємств;

– незадоволення туристів та формування негативного іміджу України як туристичної дестинації;

– зростання кількості скарг та судових позовів;

– загроза безпеці життя та здоров'я туристів.

У зв'язку з цим, актуальність проблеми підвищення якості туристичних послуг та забезпечення їх відповідності вимогам Державних стандартів України є беззаперечною.

Останні дослідження у сфері туризму свідчать про зростаючу увагу до питань стандартизації та якості туристичних послуг. Науковці та практики наголошують на необхідності:

– гармонізації національних стандартів з міжнародними;

– впровадження ефективних механізмів контролю за дотриманням вимог стандартів;

– підвищення професійної компетентності працівників туристичної галузі;

– інформування туристів про їх права та можливості щодо отримання якісних послуг;

– важливість врахування індивідуальних потреб туристів та забезпечення доступності туристичних послуг для різних категорій населення, включаючи людей з інвалідністю.

Туристичний продукт – попередньо розроблений комплекс туристичних послуг, який поєднує не менше ніж дві такі послуги, що реалізується або пропонується для реалізації за визначеною ціною, до складу якого входять послуги перевезення, послуги розміщення та інші туристичні послуги, не пов'язані з перевезенням і розміщенням (послуги з організації відвідувань об'єктів культури, відпочинку та розваг, реалізації сувенірної продукції тощо).

Супутні туристичні послуги та товари – послуги та товари, призначені для задоволення потреб споживачів, надання та виробництво яких несуттєво скоротиться без їх реалізації туристам.

Характерні туристичні послуги та товари – послуги та товари, призначені для задоволення потреб споживачів, надання та виробництво яких суттєво скоротиться без їх реалізації туристам [1].

Державний стандарт України [2] визначає загальні вимоги до туристичних послуг, які охоплюють різні аспекти діяльності туристичних підприємств, зокрема:

– надання достовірної та повної інформації про туристичний продукт, умови подорожі, правила безпеки тощо;

– забезпечення якісного та своєчасного обслуговування туристів, включаючи розміщення, харчування, транспорт, екскурсійне обслуговування тощо;

– вживання необхідних заходів для забезпечення безпеки життя та здоров'я туристів під час подорожі;

– забезпечення відповідності якості туристичних послуг встановленим

стандартам та вимогам;

– чітке оформлення договірних відносин між туристичним підприємством та туристом, включаючи визначення прав та обов'язків сторін.

Засоби розміщування зобов'язані надавати мінімальний перелік послуг, а саме:

– цілодобове приймання;

– послуги громадського харчування або умови для самостійного готування їжі;

– щоденне прибирання житлової кімнати та санвузла (крім гуртожитків, таборів праці та відпочинку, гірських притулків тощо);

– змінювання постільної білизни – не менше одного разу на п'ять діб, змінювання рушників –не менше одного разу на три доби;

– відправка, отримування і доставка листів та телеграм;

– зберігання цінностей та багажу;

– медична допомога: виклик швидкої допомоги, користування аптечкою першої допомоги;

– туристична інформація.

Підвищення якості туристичних послуг та забезпечення їх відповідності вимогам Державних стандартів України є важливим завданням для розвитку туристичної галузі України. Для вирішення існуючих проблем необхідно:

– посилити контроль за дотриманням вимог стандартів з боку уповноважених органів;

– спростити процедуру оскарження неякісних послуг;

– підвищити відповідальність туристичних підприємств за якість наданих послуг;

– активізувати роботу з інформування туристів про їх права та можливості.

Важливим кроком у цьому напрямку є також гармонізація національних стандартів з міжнародними, що сприятиме підвищенню конкурентоспроможності українського туристичного продукту на світовому ринку.

Література:

1. Закон України «Про туризм». URL: https://urst.com.ua/act/pro_turyzm\
2. ДСТУ 4268:2003. Послуги туристичні. Засоби розміщування. Загальні вимоги. Держспоживстандарт України, 2004. 10 с.

ЗМІСТ

СЕКЦІЯ «МЕНЕДЖМЕНТ, ЛОГІСТИКА ТА ПІДПРИЄМНИЦТВО»

Абросимов Семен
ОЦІНКА ФІНАНСОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ ТА ВИКОРИСТАННЯ ПРИБУТКУ ПІДПРИЄМСТВА……4

Акімочкіна Юлія
ЛОГІСТИЧНІ ПОТОКИ: ВІД ТЕОРІЇ ДО ПРАКТИКИ ЕФЕКТИВНОГО УПРАВЛІННЯ……6

Багмет Вадим
ІНСТРУМЕНТИ СТРАТЕГІЧНОГО РОЗВИТКУ ПІДПРИЄМСТВ ХАРЧОВОЇ ГАЛУЗІ В УМОВАХ ІНДУСТРІЇ 4.0……7

Бажан Ангеліна
РОЛЬ ЛІДЕРСТВА В УПРАВЛІННІ СУЧАСНИМИ ПІДПРИЄМСТВАМИ……10

Барсуков Євген
ГЛОКАЛІЗАЦІЯ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ КОНКУРЕНТНИХ ПЕРЕВАГ УКРАЇНСЬКИХ ІТ-КОМПАНІЙ НА МІЖНАРОДНИХ РИНКАХ……11

Батерук Мирослав
РОЛЬ СКЛАДСЬКОЇ ЛОГІСТИКИ В ОПТИМІЗАЦІЇ ЛАНЦЮГІВ ПОСТАЧАННЯ.....13

Бєліх Ігор, Петрова К. В.
ПУБЛІЧНО-ПРИВАТНЕ ПАРТНЕРСТВО ЯК ІНСТРУМЕНТ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ РЕАГУВАННЯ НА НАДЗВИЧАЙНІ СИТУАЦІЇ У ТЕРИТОРІАЛЬНИХ ГРОМАДАХ УКРАЇНИ……15

Бікулов Руслан
СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ПУБЛІЧНОГО УПРАВЛІННЯ У СФЕРІ МЕНЕДЖМЕНТУ ЗДОРОВ'Я……17

Бондарчук Владислав, Маркова Світлана
ЕКОНОМІЧНА СТАБІЛЬНІСТЬ І АДАПТАЦІЯ ПЕРСОНАЛУ ПРОМИСЛОВИХ ПІДПРИЄМСТВ ПІД ЧАС ВІЙНИ В УКРАЇНІ……19

Воробйов Костянтин
СЦЕНАРІЙ ФУНКЦІОНУВАННЯ СИСТЕМИ БЕЗПЕЧНОСТІ ХАРЧОВОЇ ПРОДУКЦІЇ У ВНУТРІШНЬОМУ ТА ЗОВНІШНЬОГО СЕРЕДОВИЩІ……21

Воробйова Софія
СЦЕНАРІЙ АВТОМАТИЗАЦІЇ ЛАНЦЮГА СТВОРЕННЯ ЦІННОСТІ У СЕГМЕНТІ «ONLINE-RETAIL» КОМЕРЦІЙНОГО ПІДПРИЄМСТВА……23

Гайдаманчук Іван
ОРГАНІЗАЦІЯ ЯК СКЛАДНА СИСТЕМА ТА ОБ'ЄКТ УПРАВЛІННЯ……25

Гайдаманчук Іван
ВПЛИВ ЛІДЕРСТВА НА ОРГАНІЗАЦІЙНУ ЕФЕКТИВНІСТЬ……..27

Глухов Едуард
УДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ МЕНЕДЖМЕНТУ ЯКОСТІ НА ПІДПРИЄМСТВІ….28

Гоменюк Надія
УДОСКОНАЛЕННЯ ЯКОСТЕЙ УСПІШНОГО МЕНЕДЖЕРА……..30

Гончаренко Артур, Олійник Олександр
ОСОБЛИВОСТІ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ ВІТЧИЗНЯНИХ ПІДПРИЄМСТВ В УМОВАХ ІНДУСТРІЇ 4.0……..33

Джемадінова Ельвіна
ОСОБЛИВОСТІ АНТИКРИЗОВОГО МЕНЕДЖМЕНТУ В ІНДУСТРІЇ ГОСТИННОСТІ.....34

Даниленко Юлія, Дибчинська Яна
MANAGING INTERNATIONAL PROJECT: FEATURES AND CHALLENGES……..37

Динчев Сергій
ПУБЛІЧНЕ УПРАВЛІННЯ ІНФОРМАЦІЙНИМ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯМ РЕІНТЕГРАЦІЇ ТИМЧАСОВО ОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ……39

Івіна Каріна
ОРГАНІЗАЦІЯ І УПРАВЛІННЯ РЕКЛАМНО-ІНФОРМАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПІДПРИЄМСТВА НА ЗОВНІШНІХ РИНКАХ……..41

Калушко Євген
ФОРМУВАННЯ HR-БРЕНДУ ЯК КЛЮЧОВИЙ ФАКТОР УСПІШНОГО УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ……43

Кірюхін Даніїл
ЛІДЕРСТВО В УПРАВЛІННІ ОРГАНІЗАЦІЯМИ: ТЕОРЕТИЧНІ ПІДХОДИ ТА СТИЛІ.....45

Кір'янов Роман
ЦИФРОВІЗАЦІЯ ГРОМАДСЬКИХ ОРГАНІЗАЦІЙ ЯК ЧИННИК ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ПУБЛІЧНОГО УПРАВЛІННЯ В УКРАЇНІ……47

Коваленко Олександр, Довгополова Тетяна
МАРКЕТИНГОВІ СТРАТЕГІЇ ЯК ІНСТРУМЕНТ ОПТИМІЗАЦІЇ ВАНТАЖНИХ ПЕРЕВЕЗЕНЬ АТ «УКРЗАЛІЗНИЦЯ»……49

Козлітін Дмитро, Олійник Олександр
КАДРОВІ РИЗИКИ ПРИ РЕЛОКАЦІЇ БІЗНЕСУ: ІДЕНТИФІКАЦІЯ, ОЦІНКА, МЕТОДИ УПРАВЛІННЯ……51

Колбасова Альона
ВПЛИВ МІЖНАРОДНИХ ЕКОНОМІЧНИХ КРИЗ НА СТРАТЕГІЇ УПРАВЛІННЯ КОМПАНІЙ……53

Конько Іван
БРЕНД-МЕНЕДЖМЕНТ У СИСТЕМІ БІЗНЕС-ПРОЦЕСІВ РОЗДРІБНОЇ МЕРЕЖІ КОМПАНІЇ ТОВ «ВИГІДНА ПОКУПКА»……55

Кузнєцов Михайло
ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ УДОСКОНАЛЕННЯ ДЕРЖАВНОГО РЕГУЛЮВАННЯ ЗЕМЕЛЬНИХ ВІДНОСИН У ГРОМАДАХ……..57

Кузнєцов Олександр
СУТНІСТЬ ТА СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ ПРИЙНЯТТЯ УПРАВЛІНСЬКИХ РІШЕНЬ……59

Лаврінчук Сергій, Довгополова Тетяна
ВПЛИВ АВТОМАТИЗАЦІЇ НА ВНУТРІШНІ БІЗНЕС-ПРОЦЕСИ І ЕФЕКТИВНІСТЬ ОБСЛУГОВУВАННЯ КЛІЄНТІВ «НОВА ПОШТА»……61

Мирошник Юрій
ЯКІСТЬ УПРАВЛІНСЬКОГО РІШЕННЯ – ЯК ЕЛЕМЕНТ МОТИВАЦІЇ ТОП МЕНЕДЖЕРА ЗАКЛАДУ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я ПРИВАТНОЇ ФОРМИ ВЛАСНОСТІ……63

Мирошниченко Ксенія
ЦИФРОВІЗАЦІЯ МАРКЕТИНГУ ЯК КЛЮЧ ДО УСПІХУ ТОВ «АТБ-МАРКЕТ» У КОНКУРЕНТНОМУ СЕРЕДОВИЩІ……64

Мосіна Дар'я
ВПЛИВ ЗОВНІШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА НА ЕФЕКТИВНУ ДІЯЛЬНІСТЬ ОРГАНІЗАЦІЇ……66

Напрягло Діана
ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ЗАВДАНЬ МЕНЕДЖЕРІВ……68

Напрягло Діана
ІННОВАЦІЙНЕ ЛІДЕРСТВО ЯК КЛЮЧОВИЙ ЧИННИК УСПІШНОГО УПРАВЛІННЯ ОРГАНІЗАЦІЯМИ……70

Нішенко Кирило, Петрова Катерина
СТРАТЕГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ БЕЗПЕРЕРВНОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ СОЦІАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ГРОМАДИ ПІД ЧАС ВОЄННИХ ЗАГРОЗ……72

Носов Дмитро
РОЛЬ ЗНАННЄВОГО МЕНЕДЖМЕНТУ В АДМІНІСТРАТИВНОМУ УПРАВЛІННІ ПІДПРИЄМСТВАМИ СФЕРИ ПОСЛУГ: ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА……74

Олійник Максим
УПРАВЛІНСЬКІ ВИКЛИКИ ЦИФРОВОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ В УМОВАХ ВЗАЄМОДІЇ ДЕРЖАВНИХ ОРГАНІВ ТА ГРОМАДСЬКИХ ОРГАНІЗАЦІЙ……76

Онушко Катерина
СПОСОБИ ОЦІНКИ СТУПЕНЯ РИЗИКУ В УМОВАХ ПОВНОМАСШТАБНОЇ ВІЙНИ В УКРАЇНІ……78

Орловська Дарья
КЛЮЧОВА РОЛЬ МЕНЕДЖЕРА В РИНКОВІЙ ЕКОНОМІЦІ……80

Остапов Максим
РОЛЬ ДЕРЖАВИ У СТИМУЛЮВАННІ ЛОКАЛІЗАЦІЇ ВИРОБНИЦТВА ВИСОКОТЕХНОЛОГІЧНОЇ ПРОДУКЦІЇ НА ФОНІ ГЛОБАЛЬНИХ ВИКЛИКІВ……82

Пейчева Христина
ПЕРСПЕКТИВИ РОЗРОБКИ СИСТЕМИ УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ НА ПІДПРИЄМСТВІ……84

Пінчук Сергій
ПІСЛЯВОЄННА ТРАНСФОРМАЦІЯ ДЕРЖАВНОЇ МІГРАЦІЙНОЇ ПОЛІТИКИ УКРАЇНИ: СТРАТЕГІЧНІ НАПРЯМИ ТА УПРАВЛІНСЬКІ РІШЕННЯ……86

Плотников Максим
МІЖНАРОДНИЙ ДОСВІД ДЕРЖАВНОГО УПРАВЛІННЯ ВІДНОВЛЕННЯМ ПРИРОДНИХ РЕСУРСІВ У ПОВОЄННИЙ ПЕРІОД НА МІСЦЕВОМУ РІВНІ……..88

Проценко Владислав
ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ БІЗНЕС-ЕКОСИСТЕМ УКРАЇНСЬКИХ ПІДПРИЄМСТВ В УМОВАХ СТАЛОГО РОЗВИТКУ……..90

Пругло Альбіна
ШЛЯХИ ПОКРАЩЕННЯ ФІНАНСОВОГО СТАНУ ТУРИСТИЧНИХ КОМПАНІЙ УКРАЇНИ В УМОВАХ ВОЄННОГО РОЗВИТКУ ГАЛУЗІ……92

Риляков Ілля
РОЗВИТОК МЕХАНІЗМУ МОТИВАЦІЇ ПЕРСОНАЛУ ЧЕРЕЗ ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В УМОВАХ ГЛОБАЛЬНИХ ВИКЛИКІВ……94

Семоненко Артем
ЗАСТОСУВАННЯ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ У КАТЕГОРІЙНОМУ МЕНЕДЖМЕНТІ ПІДПРИЄМСТВ-СУБ'ЄКТІВ ЗЕД……96

Сєлємєнєв Роман
ПРАВА ТА ОБОВ'ЯЗКИ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ У КОНТЕКСТІ СОЦІАЛЬНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ……98

Смольський Руслан
ОСНОВНІ НАПРЯМКИ УДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ ЗАКУПІВЕЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ……100

Солос Микита

КЛЮЧОВІ ФАКТОРИ УСПІШНОСТІ ЦИФРОВОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ БІЗНЕС-ПРОЦЕСІВ У РІЗНИХ ГАЛУЗЯХ ЕКОНОМІКИ УКРАЇНИ……102

Тимофієнко Станіслав
МЕХАНІЗМИ РОЗВИТКУ ІНФРАСТРУКТУРИ ДЛЯ СТИМУЛЮВАННЯ ІННОВАЦІЙНО-ІНВЕСТИЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПІДПРИЄМСТВ……105

Трошина Аміна
ЛІДЕРСЬКІ КОМПЕТЕНЦІЇ КЕРІВНИКА ПРОМИСЛОВОГО ПІДПРИЄМСТВА В УМОВАХ СУЧАСНИХ ВИКЛИКІВ……107

Шаповалов Роман
ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ЦИФРОВІЗАЦІЇ ДЕРЖАВНОГО УПРАВЛІННЯ НА РЕГІОНАЛЬНОМУ РІВНІ……109

Шибеко Дмитро
ОРГАНІЗАЦІЙНА ГНУЧКІСТЬ ПІДПРИЄМСТВ ЯК ОСНОВА ЕФЕКТИВНОГО СИТУАЦІЙНОГО УПРАВЛІННЯ В УМОВАХ ГЛОКАЛІЗАЦІЇ……111

Шайда Олександр
ВИКЛИКИ ДЛЯ МОЛОДИХ ПІДПРИЄМЦІВ ТА ШЛЯХИ ЇХ ПОДОЛАННЯ……..113

Шайда Олександр
ЦИФРОВА ТРАНСФОРМАЦІЯ БІЗНЕСУ: ВИКЛИКИ, ТРЕНДИ, ПЕРСПЕКТИВИ……..115

Щербина Руслан
РОЛЬ ОРГАНІВ ДЕРЖАВНОЇ ВЛАДИ ТА МІСЦЕВОГО САМОВРЯДУВАННЯ У РОЗВИТКУ СПОРТУ……..117

СЕКЦІЯ «СОЦІОЛОГІЧНІ ТА ПОЛІТИЧНІ НАУКИ. ФІЛОСОФІЯ, УПРАВЛІННЯ ТА СОЦІАЛЬНА РОБОТА»

Агарков Олександр
МІЖДИСЦИПЛІНАРНІ ВИМІРИ СОЦІОЕКОЛОГІЧНИХ НАСЛІДКІВ ПОВНОМАСШТБНОГО ВТОРГНЕННЯ РФ В УКРАЇНУ……120

Арсенюк Маргарита
ВПЛИВ ПОЛІТИЧНИХ, ДЕМОГРАФІЧНИХ, КУЛЬТУРНИХ ТА ІНСТИТУЦІЙНИХ ЗМІННИХ НА РОЗВИТОК ЯПОНІЇ ТА ПІВДЕННОЇ КОРЕЇ (ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ)……121

Батрак Костянтин
ВПЛИВ БІОГРАФІЧНИХ ОБСТАВИН ЖИТТЯ Ф. НІЦШЕ НА ЗМІСТ ЙОГО ФІЛОСОФІЇ……124

Білокопитов Володимир
КОНЦЕПТ «СВОБОДА» КРІЗЬ ПРИЗМУ «HUMAN FREEDOM INDEX»……126

Блискавка Андрій
СУЧАСНІ АВТОКРАТІЇ ЯК ЧИННИК ДЕСТАБІЛІЗАЦІЇ СИСТЕМИ ГЛОБАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ……128

Буц Олексій
ВИМІРИ СОЦІАЛЬНОЇ ЗГУРТОВАНОСТІ УКРАЇНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТБНОГО ВТОРГНЕННЯ РФ В УКРАЇНУ……130

Воловоденко Ярослав
СОЦІАЛЬНА РОБОТА З ПРАЦЕВЛАШТУВАННЯ МОЛОДІ……132

Гайсин Денис
СУПЕРЕЧНОСТІ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ……134

Зайцев Назар
ІНТЕГРАЦІЯ НАЦІОНАЛЬНИХ МЕНШИН ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ УКРАЇНСЬКОЇ ПОЛІТИЧНОЇ НАЦІЇ……135

Зиміна Анастасія
СОЦІАЛЬНІ СЛУЖБИ У ПОДОЛАННІ НАСЛІДКІВ БЕЗВІДПОВІДАЛЬНОГО БАТЬКІВСТВА……137

Козар Анна
ПРОБЛЕМА НЕЗАХИЩЕНОСТІ ОДНОСТАТЕВИХ ПАР В УКРАЇНІ……139

Колода Артур
АУРЕЛІО ПЕЧЧЕЇ ПРО ШІСТЬ ЦІЛЕЙ У КНИЗІ «ЛЮДСЬКІ ЯКОСТІ»……..141

Коротких Єгор
СКЕПТИЦИЗМ, ЙОГО РОЗВИТОК ТА ПОДАЛЬШИЙ ВПЛИВ……..143

Кравченко Роман
ОРГАНІЗАЦІЙНІ КОДЕКСИ ЯК ФАКТОР ІНТЕРІОРИЗАЦІЇ КОРПОРАТИВНИХ ЦІННОСТЕЙ СПІВРОБІТНИКАМИ ОРГАНІЗАЦІЇ……..144

Лаврівський Вадим
МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНО-ФІЛОСОФСЬКОГО АНАЛІЗУ АДВОКАТСЬКОЇ ЕТИКИ……..146

Лелека Анастасія
КРУГИ АДУ В «БОЖЕСТВЕНІЙ КОМЕДІЇ» ДАНТЕ АЛІГ'ЄРІ……148

Лукашева Вероніка
РОЛЬ НАЦІОНАЛІЗМУ В КОНФЛІКТАХ XXI СТОЛІТТЯ……..150

Манько Юлія
ФІЗОСОФСЬКА РЕФЛЕКСІЯ ФЕНОМЕНУ ЩАСТЯ……152

Нетребенко Єлизавета
ГЛОБАЛІЗАЦІЯ ТА ФІЛОСОФІЯ КУЛЬТУРИ: ВИКЛИКИ ЗІТКНЕННЯ ЦІННОСТЕЙ.....154

Павленко Богдана
ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ПОЛІТИЧНИХ ТРАНСФОРМАЦІЙ В ІНДОНЕЗІЇ ТА ФІЛІППІНАХ В ДРУГІЙ ПОЛОВИНІ XX ТА НА ПОЧАТКУ XXI СТ……156

Пенязь Павло
КОРУПЦІЯ ЯК СОЦІАЛЬНО-ФІЛОСОФСЬКА ПРОБЛЕМА……..160

Полтавець Єлисей
РОЛЬ ГРОМАДСЬКОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У РОЗВИТКУ ГРОМАДЯНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА ТА СТІЙКОСТІ УКРАЇНСЬКОЇ ДЕРЖАВИ.....161

Пономаренко Олексій
АКТУАЛЬНІСТЬ ЕТИЧНОГО ВЧЕННЯ СТОЇКІВ В СУЧАСНОМУ УКРАЇНСЬКОМУ КОНТЕКСТІ……..165

Рибалка Михайло
ВПЛИВ ОСНОВНИХ ПОДІЙ ЖИТТЯ АВГУСТИНА АВРЕЛІЯ НА ЙОГО ФІЛОСОФІЮ……167

Рудомьотов Руслан
ФЕНОМЕН СВОБОДИ У ФІЛОСОФСЬКО-ОСВІТНІЙ ПАРАДИГМАТИЦІ……..169

Філонова Анастасія
ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА МОДЕЛЬ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА: ОСОБИСТІСНІ РИСИ, ПСИХОПАТОЛОГІЯ ТА МЕХАНІЗМИ ПОВТОРЮВАНОСТІ……170

Шустенко Олег
СУСПІЛЬНА ДУМКА ТА ВЛАДА: РИСИ ВЗАЄМОВПЛИВУ……172

«СЕКЦІЯ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»

Бігус Дарина
ФІТНЕС У СИСТЕМІ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ……175

Гладущенко Геннадій
АРМСПОРТ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ……177

Єльшевич Крістіна
ЕВОЛЮЦІЯ ГАНДБОЛУ: ВІД ЗАРОДЖЕННЯ ДО ПОПУЛЯРИЗАЦІЇ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ……179

Захарова Аліна
НЕТРАДИЦІЙНІ МЕТОДИ ОЗДОРОВЛЕННЯ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ……181

Костіна Марія
СИСТЕМА ВПРАВ ПІЛАТЕС У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ: ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ……182

Костогриз Ілля
ЗАНЯТТЯ З ТАНЦЮВАЛЬНОЇ ХОРЕОГРАФІЇ ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ……185

Коціло Нестор
ВПЛИВ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАХОДІВ НА ПОКАЗНИКИ АДАПТАЦІЙНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ……186

Лисенко Володимир
ВЕЙКБОРДИНГ ЯК ЗАСІБ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ ТА ДОРОСЛИХ ЧЕРЕЗ СПОРТ І ВІДПОЧИНОК……188

Оплачко Владислава
ОСНОВИ ІНФОРМАЦІЙНО-МЕДІЙНОЇ ГРАМОТНОСТІ: ТЕМАТИЧНІ КІНОСТРІЧКИ ЯК ЗАСІБ МОТИВАЦІЇ ДО РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ……190

Рукас Олександр
ВЕЛОТУРИЗМ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ……192

Сергієнко Кіріл
АРТ-ТЕРАПІЯ, ЙОГА ТА ПРИРОДНІ ФАКТОРИ: НЕТРАДИЦІЙНІ МЕТОДИ ОЗДОРОВЛЕННЯ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ……194

Стойков Максим
ЗАСТОСУВАННЯ КОГНІТИВНОГО ТРЕНІНГУ НА СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТТЯХ З ФУТЗАЛУ……196

Товстоп'ятко Ілля
ВОЛЕЙБОЛ ЯК ЗАСІБ ПІДТРИМКИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ: ІНТЕГРАЦІЯ СУЧАСНИХ ПІДХОДІВ……198

Товстоп'ятко Ілля
СПОРТИВНЕ ОРІЄНТУВАННЯ ЯК ОСВІТНІЙ ІНСТРУМЕНТ……..199

Чернявська Євгенія
ПІДВИЩЕННЯ ВИТРИВАЛОСТІ ПІДЛІТКІВ У ПІДГОТОВЦІ ДО АЛЬПІНІСТСЬКИХ СХОДЖЕНЬ У ПОЗАШКІЛЬНІЙ СЕКЦІЇ……201

СЕКЦІЯ «СПОРТ»

Дудко Наталія
СУЧАСНІ СТАТЕГІЇ ГРИ В БАСКЕТБОЛ: АДАПТАЦІЯ ДО ЗМІН У ПРАВИЛАХ ТА ТАКТИЦІ……204

Дудко Наталія
СУЧАСНІ МЕТОДИ ТРЕНУВАННЯ В ВОЛЕЙБОЛІ В ВУЗАХ……205

Дуров Вячеслав
ОСОБЛИВОСТІ І СТРУКТУРА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ТАЇЛАНДСЬКОМУ БОКСІ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ……207

Гаращенко Олександр
ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ТАЕКВОН-ДО НА ФІЗИЧНИЙ ТА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН СПОРТСМЕНА……208

Грановський Денис
ПЕДАГОГІЧНА ТЕХНОЛОГІЯ ПІДГОТОВКИ У ФУТБОЛІ……..210

Євстратова Світлана
РОЗВИТОК ВИТРИВАЛОСТІ У ЛЕГКОАТЛЕТОК 18-20 РОКІВ……211

Журомська Марина
РОЗВИТОК АЕРОБІКИ В УКРАЇНІ……213

Зубрич Поліна
ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ПЛАВЦІВ….215

Калінічев Даниіл
ІСТОРИЧНИЙ РОЗВИТОК ФУТБОЛУ В УКРАЇНІ……217

Калюта Вероніка
ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ ВИНИКНЕННЯ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ……..219

Кирпичов Дмитро
СПОРТИВНЕ ХАРЧУВАННЯ У СПОРТІ ТА ФІТНЕСІ……221

Костиря Дмитро
ТЕХНІКО-ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА ТЕНІСИСТІВ 12-14 РОКІВ……223

Ленінець Станіслав
РОЗВИТОК СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ВЕСЛУВАННІ НА БАЙДАРКАХ І КАНОЕ……224

Літовченко Антон
ОЦІНЮВАННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ФУТБОЛІ……227

Мясоєдова Юлія
ДОСЛІДЖЕННЯ ВИКОРИСТАННЯ ВПРАВ ДЛЯ РОЗВИТКУ ГРУДНОЇ КЛІТИНИ БОДІБІЛДЕРАМИ 16-18 РОКІВ……..228

Олєйніков Владислав
ВДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ.....230

Рубцов Леонід
ПІДВИЩЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ЗДІБНОСТЕЙ БОКСЕРІВ 15-17 РОКІВ…….233

Сахно Владислав
ІСТОРІЯ ВИНИКНЕННЯ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ……..235

Сватьєв Володимир
ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ ТРИАТЛОНІСТІВ……..237

Сімаченко Софія
ДОСЛІДЖЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ВАРІАТИВНОСТІ ПЛАНУВАННЯ НАВАНТАЖЕННЯ НА ПОКАЗНИКИ РОЗВИТКУ М'ЯЗОВОЇ МАСИ ДІВЧАТ ЯКІ СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ У БОДІБІЛДИНГУ……..239

Троян Антон
ГЕНДЕРНІ АСПЕКТИ У СПОРТІ……..241

Чижова Вероніка
КООРДИНАЦІЯ РУХІВ У ГІМНАСТИЦІ……243

Шеховських Іван
ВДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВОЇ ПІДГОТОВКИ ЛЕГКОАТЛЕТІВ……244

Шуліка Богдан
УПРАВЛІННЯ У СФЕРІ СПОРТИВНИХ ТАНЦІВ В УКРАЇНІ ТА СВІТІ……246

Юрченко Вячеслав
МЕТОДИКА РОЗВИТКУ СПЕЦІАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ У ЛЕГКОАТЛЕТОК 16-18 РОКІВ……248

Юрченко Євгеній
НАВЧАННЯ ТЕХНІКИ ВОЛОДІННЯ М'ЯЧЕМ У ДІТЕЙ 7-8 РОКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ МІНІ-ФУТБОЛОМ……250

Явися Дар'я
ВИВЧЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕННОСТІ СПОРТСМЕНОК ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ СТРЕНФЛЕКСОМ ВІКОМ 16-18 РОКІВ У ПІДГОТОВЧОМУ ПЕРІОДІ.....251

Ясногор Ігор
МЕТОДИ РОЗВИТКУ МАКСИМАЛЬНОЇ СИЛИ У ЮНАКІВ В АКАДЕМІЧНОМУ ВЕСЛУВАННІ……253

СЕКЦІЯ «ТЕРАПІЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ»

Безгодов Тарас
МОЖЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ МАНУАЛЬНИХ МОБІЛІЗАЦІЙНИХ ТЕХНІК ПРИ АДГЕЗИВНОМУ КАПСУЛІТІ НА ЕТАПІ РАННЬОГО ВТРУЧАННЯ……256

Бєлік Валерія
МОЖЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ МАНУАЛЬНИХ ТЕХНІК У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ.....258

Ботова Ангеліна
ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ МОТИВАЦІЙНИХ ПРОГРАМ……..260

Букіна Яна
РЕАБІЛІТАЦІЙНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ ПРИ ПОШКОДЖЕНІ МЕНІСКУ……262

Букіна Яна
ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ОСІБ З АРТЕРІАЛЬНОЮ ГІПЕРТЕНЗІЄЮ.....264

Голіздра Данило
ВДОСКОНАЛЕННЯ РІВНОВАГИ В ОСІБ ПІСЛЯ ПЕРЕНЕСЕНОГО ІШЕМІЧНОГО ІНСУЛЬТУ В РАННЬОМУ ВІДНОВНОМУ ПЕРІОДІ……..266

Гончар Катерина
АНАЛІЗ НАУКОВО-ДОКАЗОВИХ МЕТОДИК ЛІКУВАННЯ СКОЛІОЗУ У ДІТЕЙ....267

Гребенченко Кристина
ІНОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ДЛЯ ОЦІНКИ МОТОРНИХ ФУНКЦІЙ У ДІТЕЙ З ДЦП.....269

Гриу Марія
ЗАСТОСУВАННЯ СТРЕТЧИНГУ ЯК ВИДУ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ДЛЯ ОСІБ З МАЛОРУХЛИВИМ СПОСОБОМ ЖИТТЯ……..271

Давиденко Анастасія
СУЧАСНІ МЕТОДИ МЕХАНОТЕРАПІЇ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСІБ ЛІТНЬОГО ВІКУ З ПІСЛЯІНСУЛЬТНИМ ГЕМІПАРЕЗОМ У РАННЬОМУ ВІДНОВНОМУ ПЕРІОДІ….273

Денискова Ольга
КОМПЛЕКСНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІСЛЯ АМПУТАЦІЇ КІНЦІВОК……275

Дурнєва Вікторія
СУЧАСНІ МЕТОДИ ОЦІНКИ БОЛЮ: ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ОДНОВИМІРНИХ ШКАЛ.....277

Каврін Михайло
ІШІАС: ДИФЕРЕНЦІЙНА ДІАГНОСТИКА ТУНЕЛЬНИХ СИНДРОМІВ СІДНИЧНОГО НЕРВА ТА РАДИКУЛОПАТІЙ……..279

Каврін Михайло
СІМТ-ТЕРАПІЯ: МОДИФІКАЦІЇ ДЛЯ ПАЦІЄНТІВ З ДИТЯЧИМ ЦЕРЕБРАЛЬНИМ ПАРАЛІЧЕМ……..282

Каширін Антон
АНАЛІЗ ОСНОВНИХ ПРИНЦИПИ ПОБУДОВИ ЗАНЯТЬ АКВАФІТНЕСОМ……...284

Клебан Іван
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ІЗ КОНТУЗІЙНИМИ ЧЕРЕПНО-МОЗКОВИМИ ТРАВМАМИ ЛЕГКОГО СТУПЕНЮ.....287

Ковальова Анастасія
ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ МЕТОДИКИ ЄВМІНОВА В КОМПЛЕКСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ІЗ НЕСПЕЦИФІЧНИМ СКЕЛЕТНИМ БОЛЕМ У НИЖНІЙ ЧАСТИНІ СПИНИ……...289

Кулаков Євген
ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТТЯ ГІДРОКІНЕЗОТЕРАПІЄЮ ДЛЯ ДІТЕЙ ІЗ ЗАХВОРЮВАННЯМИ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ……292

Курдас Єва
КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД У РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ ГРУДНОГО ВІКУ З ДИСПЛАЗІЄЮ КУЛЬШОВИХ СУГЛОБІВ……...294

Лелека Анастасія
МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД ДО ЛЕГЕНЕВОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ……...296

Манько Юлія
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ В ПАЦІЄНТІВ З СЕРЦЕВОЮ НЕДОСТАТНІСТЮ.....298

Михайлова Вікторія
ДІАГНОСТИЧНІ КРИТЕРІЇ ХРОНІЧНОГО ОБСТРУКТИВНОГО ЗАХВОРЮВАННЯ ЛЕГЕНЬ У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ……300

Нікора Артем
ДІАГНОСТИКА ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ У ЛЮДЕЙ МОЛОДОГО ВІКУ……302

Оларь Аміна
ЗАСТОСУВАННЯ ГІДРОКІНЕЗОТЕРАПІЇ ДЛЯ ОСІБ ІЗ ЗАХВОРЮВАННЯМ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ……...304

Ольшанська Валентина
ТЕРАПІЯ ФАНТОМНОГО БОЛЮ: ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ PHANTOM MOTOR EXECUTION (PME) У ПОРІВНЯННІ З ІНШИМИ МЕТОДАМИ……...306

Оніщук Вікторія
ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ МЕТОДІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В ПРОГРАМАХ ЛЕГЕНЕВОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ З COVID-19……...308

Подхомутова Софія
ЛЕГЕНЕВА РЕАБІЛІТАЦІЯ В ІНТЕНСИВНІЙ ТЕРАПІЇ……310

Прокопенко Данило
ІПОТЕРАПІЯ ЯК МЕТОДИКА КОРЕКЦІЇ РУХОВОГО РЕЖИМУ ДЛЯ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ……...312

Савченко Дар'я
РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІВЧАТ-ПІДЛІТКІВ З АРТЕРІАЛЬНОЮ ГІПЕРТЕНЗІЄЮ……...313

Сафонова Карина
ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ М'ЯЗОВІЙ ДИСТРОФІЇ ДЮШЕНА……315

Сергійчук Євгенія
ВИКОРИСТАННЯ СИСТЕМИ ЛЕВІТАС У КОМПЛЕКСНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ІЗ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦЯМИ……317

Соломенчук Катерина
МОЖЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПІСЛЯ АРТРОСКОПІЇ ПРИ ТРАВМАХ ПЛЕЧОВОГО СУГЛОБА ВНАСЛІДОК ВОГНЕПАЛЬНИХ ПОРАНЕНЬ……318

Стародуб Наталія
МЕТОДОЛОГІЯ РАННЬОГО ВТРУЧАНЯ У ДІТЕЙ З ДЦП……320

Стовповець Світлана
ФАНТОМНИЙ БІЛЬ В КІНЦІВКАХ – ОДНА З ОСНОВНИХ ПРОБЛЕМ ПЕРЕНЕСЕНОЇ АМПУТАЦІЇ……322

Сурських Крістіна
КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДІТЕЙ З ДЦП……324

Тарасенко Богдана
ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ ТРЕНІНГ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ МЕТОД ПОКРАЩЕННЯ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ОСІБ З СИДЯЧИМ СПОСОБОМ ЖИТТЯ……327

Тістол Лілія
СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ ПРИ УШКОДЖЕННІ СПИННОГО МОЗКУ У ДІТЕЙ……329

Цацура Аліна
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІСЛЯ ХІРУРГІЧНОГО ЛІКУВАННЯ ОСКОЛКОВИХ ПОРАНЕНЬ НИЖНІХ КІНЦІВОК НА СТАЦІОНАРНОМУ ЕТАПІ……331

Чопоров Владислав
КЛАСИФІКАЦІЯ НАПРЯМІВ АКВААЕРОБІКИ……333

Чувалова Ліза
СУЧАСНІ ПОГЛЯДИ ЕНДОПРОТЕЗУВАННЯ КУЛЬШОВОГО СУГЛОБА (3D-ДРУК ІНДИВІДУАЛЬНИХ ЕНДОПРОТЕЗІВ)……335

Щербина Олексій
ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВИХ ПІСЛЯ АМПУТАЦІЇ НИЖНЬОЇ КІНЦІВКИ НА РІВНІ ГОМІЛКИ……337

СЕКЦІЯ «ТУРИЗМ, РЕКРЕАЦІЯ ТА ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННА СПРАВА»

Бай Андрій, Волобуєв Андрій
РІТЕЙЛ У ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОМУ БІЗНЕСІ: ГОЛОВНІ АСПЕКТИ ІНТЕНСИФІКАЦІЇ ПРОДАЖІВ……339

Боровських Олеся
ВПЛИВ ІГРОВОЇ СЕРІЇ S.T.A.L.K.E.R. НА РОЗВИТОК РЕГІОНАЛЬНОГО ТУРИЗМУ В ЧОРНОБИЛЬСЬКІЙ ЗОНІ……..341

Боровських Олеся
РУШІЙНІ ЗМІНИ СТАНДАРТІВ ЯКОСТІ ПОСЛУГ У ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОМУ БІЗНЕСІ……...343

Гурдіш Матвій
ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ТУРИСТИЧНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ В ЧЕРНІГІВСЬКІЙ ОБЛАСТІ……...345

Дерев'янко Анастасія
РОЗВИТОК КЕЙТЕРИНГУ В ПРОСТОРІ І ЧАСІ……..348

Дерев'янко Анастасія
КЛАСИФІКАЦІЯ НОВІТНІХ ФОРМАТІВ КЕЙТЕРИНГУ……..350

Жукова Анастасія
СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ ЯК ІННОВАЦІЙНИЙ НАПРЯМ РОЗВИТКУ ТУРИСТИЧНОГО ПРОДУКТУ……...352

Зінченко Єлизавета
ОСОБЛИВОСТІ ЕТИКЕТУ БАНКЕТНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ……...354

Калюжна Юлія
ПСИХОЛОГІЯ ХАРЧУВАННЯ: ВПЛИВ ЕМОЦІЙ ТА СТРЕСУ НА ВИБІР ЇЖІ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ……...356

Калюжна Юлія
КЛАСИФІКАЦІЯ ТА ОСНОВНІ ТЕХНІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ УСТАТКУВАННЯ ЗАКЛАДІВ ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА……...358

Канатнікова Валерія
ТУРИСТСЬКІ ДЕСТИНАЦІЇ ЯК СУБ'ЄКТ УПРАВЛІННЯ РЕГІОНАЛЬНИМ РОЗВИТКОМ……..360

Канатнікова Валерія
ЯКІСТЬ ПОСЛУГ У СФЕРІ ГОТЕЛЬНОГО ОБСЛУГОВУВАННЯ……..362

Клінінберг Кристина
ХАРАКТЕРИСТИКА ІСТОРИКО-КУЛЬТУРНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОДЕЩИНИ, ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ……..364

Коваль Олександр
СТРАТЕГІЯ РОЗШИРЕННЯ ТА УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ ПІДПРИЄМСТВ ГОТЕЛЬНО-РЕСТОРАННОГО ГОСПОДАРСТВА……..366

Максименко Кристина
ХАРАКТЕРИСТИКА КАВ'ЯРЕНЬ ЯК ЕЛЕМЕНТУ СВІТОВОЇ КУЛЬТУРИ……..369

Мерзлякова Владислава
СУТНІСТЬ І ПОНЯТТЯ ПРОЦЕСУ ПРОСУВАННЯ РЕСТОРАННИХ ПОСЛУГ……372

Нетребенко Єлизавета
ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ТЕМАТИЧНИХ ЕКСКУРСІЙ: МЕНОНІТСЬКА ІСТОРІЯ м. ЗАПОРІЖЖЯ……374

Павлюченко Дар'я
ІННОВАЦІЙНІ ГОРИЗОНТИ: РОЗВИТОК ТЕХНОЛОГІЙ ТУРИСТИЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЗАПОРІЗЬКОГО РЕГІОНУ……376

Пасечник Антон
ОРГАНІЗАЦІЯ СИСТЕМИ БЕЗПЕКИ В ГОТЕЛЬНОМУ ПІДПРИЄМСТВІ НА ПРИКЛАДІ «HILTON KYIV»……378

Полякова Анна
ОСОБЛИВОСТІ ОБСЛУГОВУВАННЯ ТУРИСТІВ У ЗАКОРДОННИХ ТУРИСТИЧИХ КОМПЛЕКСАХ……379

Самойленко Олександр
ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ОБСЛУГОВУВАННЯ В РЕСТОРАННИХ ЗАКЛАДАХ МІСТА КИЄВА……381

Супрун Аріна
ЗМІНА КЛІМАТУ ТА АДАПТАЦІЯ РЕКРЕАЦІЙНИХ РЕСУРСІВ ПРИАЗОВСЬКОГО РЕГІОНУ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ В УКРАЇНІ……383

Табакова Валерія
ТРЕВЕЛ-БЛОГІНГ ЯК ІННОВАЦІЙНИЙ ІНФОРМАЦІЙНИЙ ПРОДУКТ В ТУРИЗМІ……385

Целуйко Юлія
ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ТУРИСТИЧНИХ ПОСЛУГ ЯК ОСНОВА ДЛЯ РОЗВИТКУ ТУРИСТИЧНОЇ ГАЛУЗІ УКРАЇНИ……387