МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
імені АДМІРАЛА МАКАРОВА

ГУМАНІТАРНИЙ ВІСНИК НУК

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

ВИПУСК 17

Миколаїв
2024

УДК 001(062.552)
Г 94

Редакційна колегія збірника:

Бобіна О. В., канд. іст. наук, доц. (Миколаїв)
Вашкевич В. М., д-р філос. наук, проф. (Київ)
Гогоренко О. В., д-р філол. наук (Миколаїв)
Деркач В. М., заслужений тренер,
канд. наук з фіз. виховання та спорту, доц. (Миколаїв)
Карсканова С. В., канд. психол. наук, доц. (Миколаїв)
Коваль С. С., канд. фіз.-мат. наук, доц. (Миколаїв)
Матійко О. В., заслужений діяч мистецтв (Миколаїв)
Міняйлова А. В., канд. пед. наук, доц. (Миколаїв)
Наливайко В. С., канд. техн. наук, проф. (Миколаїв)
Трибулькевич К. Г., д-р пед. наук, доц. (Київ)
Філатова О. С., д-р філол. наук, проф. (Миколаїв)
Філіппова Н. М., канд. філол. наук, проф. (Миколаїв)
Чугуєва І. Є., канд. психол. наук, доц. (Миколаїв)
Яцунський О. С., заслужений тренер, доц. (Миколаїв)

Відповідальний за випуск: ***Бобіна О. В.***

Друкується за рішенням Вченої ради
Навчально-наукового гуманітарного інституту
Національного університету кораблебудування
імені адмірала Макарова
(протокол № 3 від 24.10.2024 р.)

Гуманітарний вісник НУК : збірник наукових праць. — Випуск 17. —
Г 94 Миколаїв : Іліон, 2024. — 122 с.

У віснику опубліковані статті, що узагальнюють досвід роботи та результати досліджень у сфері вищої освіти та інших галузях знань. Основні рубрики вісника відповідають напрямам гуманітарної підготовки та соціально-гуманітарної освіти, яка здійснюється Навчально-науковим гуманітарним інститутом Національного університету кораблебудування. Вісник розрахований на викладачів, наукових працівників, фахівців, молодих науковців у сфері вищої освіти.

УДК 001(062.552)

© Національний університет кораблебудування
імені адмірала Макарова, 2024

УДК 796:159.9

Марцінковський І. Б.
доцент кафедри теоретичних основ олімпійського та професійного спорту, Навчально-науковий гуманітарний інститут Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова (Україна, Миколаїв), ihor.martsinkovskyi@nuos.edu.ua

Єрофєєнко А. Д.
студентка спеціальності 017 Фізична культура і спорт, Навчально-науковий гуманітарний інститут Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова (Україна, Миколаїв), nastyaerofeenkko@gmail.com

ПОШИРЕНІ ТРАВМИ У ФЕХТУВАННІ ТА ЗАХОДИ ЇХ ПОПЕРЕДЖЕННЯ ЗА ДАНИМИ ЛІТЕРАТУРИ

Досліджена література з фехтування та спортивного травматизму цього виду спорту для з'ясування причин виникнення травм та заходів для їх попередження, що визначило актуальність і мету дослідження. Встановлено, що сучасне фехтування характеризується як технічний та фізично інтенсивний вид спорту, який вимагає високої швидкості, координації та гнучкості, де спортсмени виконують різкі маневри, атаки та оборонні дії, які можуть призвести до травм навіть при використанні захисного спорядження. Аналіз з'ясував причини травм, їх локалізацію та характер, а також заходи профілактики для зниження ризику травматизму серед спортсменів. Комплексний підхід з попередження виникнення травм у фехтуванні ефективно забезпечує зниження ризику травматизації спортсменів та досягнення кращих спортивних результатів.

Ключові слова: фехтування, спортивна травма, профілактика.

Постановка проблеми. Фехтування – популярний, технічний та фізично інтенсивний вид спорту, який вимагає високої швидкості, координації та гнучкості. Спортсмени виконують різкі маневри, атаки та оборонні дії, які можуть призвести до травм навіть при використанні захисного спорядження. Окрім контактних ударів, небезпеку становлять швидкі зміни напрямку, повторювані рухи та постійні навантаження на окремі групи м'язів і суглобів. Розуміння найбільш поширених травм допомагає фехтувальникам та їхнім тренерам вжити заходів для профілактики та належного лікування [1; 9; 12; 17; 18].

Враховуючи популярність цього спорту та високий рівень конкуренції, профілактика травм має суттєве значення для забезпечення здоров'я спортсменів та підвищення їхньої ефективності [2; 3; 4; 5; 6; 11; 16; 17]. Оскільки травми можуть переривати тренувальний процес і знижувати результати на змаганнях, розуміння поширених травм та ефективних заходів профілактики є важливим для фехтувальників, тренерів та медичних працівників, що і визначило актуальність нашого дослідження.

Метою дослідження стало визначення найпоширеніших травм у фехтуванні, аналіз причин їх виникнення та рекомендовані заходи з профілактики для зниження ризику отримання травм серед спортсменів. **Об'єктом дослідження** є спортивні травми у фехтуванні. **Матеріал та методи**. Досліджена методична література з фехтування та зі спортивного травматизму із фондів Миколаївської обласної універсальної наукової бібліотеки, електронні ресурси для з'ясування особливостей розвитку спортивних травм та розроблених заходів з їх попередження з використанням методів – бібліографічного, абстрагування, аналізу й синтезу.

Виклад основного матеріалу. Із-за збільшення інтенсивності та обсягів тренувань, прагнення до отримання якомога найвищих результатів, підвищенням вимог до технічної складності вправ і психоемоційна напруга боротьби стали причиною прогресуючого збільшення спортивних травм, попри підвищені вимоги до стану здоров'я спортсменів у всіх видах спорту, у тому числі й у фехтуванні. Неухильно підвищується число специфічних пошкоджень опорно-рухового апарату і його хронічних захворювань, які нерідко є причиною тривалих перерв у тренуванні та заставляє спортсмена передчасно закінчити заняття спортом [10]. Не остання роль у виникненні як хронічних патологій опорно-рухового апарату, так і гострих спортивних травм відіграють помилки тренерів, які інколи неналежно ознайомлені з причинами та попередженнями їхнього виникнення [12].

До основних факторів хронічних перенапруг, специфічних захворювань та гострих травм опорно-рухового апарату в спортсменів за В. Н. Платоновим об'єднують у кілька груп [7; 8].

До ***типових помилок тренерів і спортсменів*** відносять недостатні опрацювання та увага до ефективних, не травмонебезпечної спортивної техніки; нераціональне чергування навантажень, коли наступні заняття проводяться на тлі виразної втоми після попереднього; застосування надмірної тривалості тренувань, що призводять до глибокої втоми; надвисока інтенсивність навантажень, що не відповідає рівню адаптаційних пристосувань м'язів, кісток і сухожилків; недостатня ефективність розминки; відсутність відновних засобів (масаж, ванни, спеціальні розтирання тощо) між окремими тренуваннями зі значними навантаженнями; відсутність контролю за якістю спортивного спорядження, питним режимом, харчуванням.

До ***матеріально-технічного забезпечення тренувальної та організаційної змагальної діяльності*** відносять: поганий стан спортивних споруд,

місць проведення тренувань; низька якість спортивного екіпірування; низька якість медичного забезпечення.

Погодні, кліматичні та географічні умови, які мають значення для попередження травм: несприятливі погодні умови; високі та низькі температури; висока вологість, умови високогір'я; різка зміна годинникових поясів.

Немалу роль відіграють ***підготовленість і функціональні можливості спортсменів***: недостатні знання з профілактики захворювань і травм; недостатня техніко-тактична підготовка спортсмена; недостатня еластичність м'язів, сухожилків і зв'язок; недостатній рівень координаційних здібностей; непропорційний розвиток м'язів-антагоністів; наявність скритих форм захворювань і невилікуваних травм; малі анатомічні аномалії опорно-рухового апарату.

До ***недоліків системи спортивної підготовки*** відносять: невідповідність тренувальних завдань рівня підготовленості спортсмена; нераціональна спортивна техніка; недостатня і неефективна розминка; виконання складних тренувальних завдань в умовах явної втоми; надмірні фізичні та психологічні навантаження; нераціональний режим роботи та відпочинку; нераціональні методи та засоби підготовки.

До ***порушень харчування і відновлення*** відносять: нераціональне харчування, що не відповідає специфіці виду спорту і характеру навантажень; нестача вітамінів і мікроелементів; нераціональний харчовий режим; відсутність або нераціональне застосування засобів відновлення.

Неналежна організація і проведення змагань можуть сприяти травмам і до цієї групи причин відносять: недосконалість правил змагань; низька якість суддівства, що допускає грубі та ризиковані прийоми; грубі дії супротивника; недостатня і неефективна розминка; надмірної тривалості перерви між виступами та відсутність додаткової розминки; використання недостатньо засвоєних прийомів і дій.

До ушкоджень при заняттях спортом відносять хронічні травми (захворювання) та гострі травми. Для фехтування, як і в кожному виді спорту, характерні специфічні (типові) травми. Однією з найпоширеніших травм у фехтуванні є розтягнення та надриви м'язів, особливо тих, що залучені до рухів нижньої частини тіла та спини. У фехтувальників часто виникають пошкодження м'язів стегон, литок та поперекового відділу через надмірні навантаження під час лунжів, випадів та швидких рухів [1; 9; 15; 16; 18].

Недостатня підготовка перед тренуванням або погана техніка виконання рухів значно підвищують ризик виникнення цих травм [1; 2; 4; 11; 12; 13; 17; 16]. Для попередження розтягнень та надривів м'язів, дотримуються наступних заходів:

- ***Розминка***. Ретельна розминка перед тренуванням – один з основних способів запобігання травмам. Динамічні вправи на гнучкість і підготовку м'язів, такі як махи ногами, випади вперед, назад і в боки, підготують м'язи до навантажень.
- ***Поступове збільшення навантажень,*** інтенсивності тренувань, особливо якщо вони тільки повернулися після перерви або відновлюються після травми, для попередження перенапруження м'язів.
- ***Силові тренування*** на зміцнення м'язів стегон, литок та спини допомагає зменшити ризик травм. Вправи на стабільність, такі як планка, присідання з вагою та вправи на розвиток м'язів кора, зміцнюють підтримуючі м'язи та сприяють кращій координації рухів.
- ***Розтягування*** – регулярне виконання вправ на статичне та динамічне розтягування м'язів після тренувань для підтримки гнучкості й еластичності тканин.
- ***Масаж та фізіотерапія*** – допомагає зняти напруження м'язів та уникнути травм.

Однієї з найпоширеніших проблем серед фехтувальників є травми суглобів. Колінні, гомілковостопні та плечові суглоби часто піддаються надмірному навантаженню під час різких маневрів та швидких атак. Наприклад, пошкодження меніска або зв'язок є поширеними наслідками неправильного виконання лунжів або випадів [1; 3; 11; 17].

До заходів попередження травм суглобів включають:

- ***Розвиток стійкості суглобів***. Тренування на стабільність суглобів (колінних, гомілковостопних та плечових) можуть значно знизити ризик травм. Вправи на баланс, такі як вправи на босукулях або одноногі присідання, допомагають зміцнити суглоби.
- ***Використання правильного взуття***. Спеціальне фехтувальне взуття повинно бути добре підібране для підтримки гомілковостопних суглобів та забезпечення стійкості під час швидких рухів. Зношені кросівки або неправильно підібране взуття можуть збільшити ризик вивихів і розтягнень.
- ***Регулярне виконання вправ на гнучкість***. Хорошу рухливість суглобів забезпечують вправи на розтягування сухожиль, суглобів та м'язів, що знижує ризик виникнення травм.
- ***Плавна корекція техніки***. При неправильній техніці виконання лунжів або інших рухів відбувається перевантаження суглобів, на що повинен звернути увагу тренер та поступово виправляти технічні недоліки.
- ***Захисні засоби***. Використання спеціальних наколінників або фіксуючих бандажів для суглобів може забезпечити додатковий захист під час інтенсивних тренувань або змагань.

Кисть та зап'ястя є одними з найуразливіших частин тіла у фехтуванні, оскільки саме вони виконують ключову роль у триманні зброї та виконанні ударів. Від постійного перенапруження у цих суглобах можуть виникати такі хронічні стани, як тендиніт або синдром зап'ястного каналу [12; 13; 15].

Запобігання травмам кисті та зап'ястя включає:

- ***Використання правильного захисного спорядження***. Носіння спеціальних рукавиць для фехтування, що забезпечують достатній захист кистей, допомагає зменшити ризик травм. Рукавиці повинні бути добре підібраними за розміром і не сковувати рухи, але водночас надавати підтримку.
- ***Силові тренування для передпліч***. Вправи на зміцнення м'язів передпліч, таких як підйоми гантелей або використання гумових еспандерів, допомагають знизити навантаження на зап'ястя під час виконання ударів.
- ***Техніка утримання зброї***. Неправильне тримання рапіри або шпаги може спричинити надмірний тиск на суглоби кисті. Фехтувальники повинні працювати над удосконаленням техніки, щоб уникати зайвого напруження в руках.
- ***Вправи на збільшення рухливості у суглобах***. Регулярні вправи на розтягування та зміцнення сухожиль і м'язів кисті знижують ризик хронічних травм.
- ***Перерви під час тренувань***. Часті та короткі перерви під час інтенсивних тренувань знижують ризик перенапруження рук, що дозволяє уникнути накопичення втоми у м'язах і суглобах.

Попри наявність захисного спорядження, фехтувальники все одно можуть отримати удари та синці (підшкірні крововиливи), особливо під час інтенсивних змагань. Контактні травми часто виникають через неочікувані атаки або зіткнення [12; 13].

До заходів попередження таких травм включають:

- ***Захисне спорядження***, таке як маска, куртка та рукавиці, повинно бути виготовлене з високоякісних матеріалів і відповідати стандартам безпеки. Захисна куртка повинна щільно прилягати до тіла, але не обмежувати рухи. Маска має бути міцною та надійно захищати обличчя та шию від можливих ударів.
- ***Підтримка належної техніки***. Удосконалення техніки ведення бою допомагає зменшити ризик отримання ударів. Правильне відчуття дистанції та своєчасні дії на оборону знижують кількість прямих контактів із суперником.
- ***Розвиток швидкості реакції***. Вправи на реакцію та координацію рухів допоможуть спортсмену уникати ударів від суперника. Вправи на швидке реагування, наприклад, тренування зі змінними напрямками руху, покращують здатність фехтувальника відступати або захищатися.
- ***Дотримання правил безпеки під час тренувань***. Тренери повинні наголошувати на важливості дотримання правил під час тренувань і змагань. Проводиться контроль за тим, щоб удари були безпечними та відповідали допустимій силі.

Окрім специфічних заходів для кожного типу травм, є універсальні профілактичні методи, які можуть допомогти знизити загальний ризик отримання травм під час фехтування [1; 8; 9; 10; 12; 16]. До них відносять:

- ***Розминка та заминка***. Розминка перед тренуванням підвищує температуру м'язів, покращує циркуляцію крові та готує тіло до навантажень. Заминка після тренування допомагає знизити м'язову напругу і покращує відновлення.
- ***Правильна техніка***. Регулярне коригування техніки виконання рухів під наглядом тренера знижує ризик отримання травм. Це стосується не лише атак і оборони, але й правильного утримання зброї та постановки корпусу.
- ***Регулярні тренування на витривалість і силу***. Фізична підготовка має включати як силові тренування для зміцнення м'язів, так і вправи на витривалість для покращення загальної фізичної форми. Сильніші м'язи краще підтримують суглоби та зменшують ризик перевантаження.
- ***Підтримка гнучкості***. Розтягування м'язів до та після тренувань дозволяє підтримувати належний рівень рухливості суглобів та гнучкості, що знижує ризик травм під час різких рухів.
- ***Правильний режим відпочинку та відновлення***. Дотримування балансу між інтенсивними тренуваннями та відпочинком є обов'язковим, оскільки надмірні тренування без належного відновлення можуть призвести до перевантаження організму та підвищення ризику травм.
- ***Фізіотерапія та регулярний медичний контроль***. Регулярні консультації з фізіотерапевтом або спортивним лікарем допомагають своєчасно виявити перші ознаки перенапруження чи мікротравм і вжити заходів для їх усунення [14].

Висновок. Проведеним дослідженням встановлено, що фехтування відноситься до технічно складних видів спорту, яке вимагає високого рівня фізичної підготовки, точності та координації рухів. До поширених травм у фехтуванні відносяться розтягнення м'язів, пошкодження суглобів, удари та травми зап'ясть. Для уникнення цих травм фехтувальники повинні дотримуватися чіткого плану профілактики, який включає правильну розминку, використання захисного спорядження, силові та гнучкісні тренування, а також регулярний контроль техніки. Комплексний підхід до профілактики травм дозволить знизити їх частоту та тривалість відновлення.

Література

1. Денисовець А. П., Пилипчук П. Б. Попередження травматизму у спортивній діяльності. *Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. Серія 15. Наук.-пед. пробл. фіз. культури (фізична культура і спорт).* 2021. Вип. 10 (141). С. 46–48.
2. Каннус П. Состав тела и заболевания, предрасполагающие к возникновению травм. *Спортивная травма.* Киев: Олімпійська література, 2002. С. 141–154.
3. Кен У. Мор, Сирил Б. Франк Повреждения коленного сустава. *Спортивные травмы.* Киев: Олімпійська література, 2003. С. 102–116.
4. Левенець В. М. Актуальні питання спортивного травматизму. *Спортивна медицина.* 2004. № 1–2. С. 84–90.
5. Левенець В. М. Синдроми перевантаження: діагностика і лікування. *Спортивна медицина.* 2003. № 1. С. 32–36.

6. Левенец В. Н., Линько Я. В. Спортивна травматологія. Київ: Олімпійська література, 2008. 215 с.
7. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения. Киев: Олімпійська література, 2004. 808 с.
8. Платонов В. Н. Травматизм в спорте: проблемы и перспективы их решения. *Спортивна медицина.* 2006. № 1. С. 54–77.
9. Подоляка, П. С., Ногас, А. О., Гуцман, С. В., Андреєва, О. Б. (2022). Спортивний травматизм у сучасному спорті. *Rehabilitation and Recreation,* №11. 220–226.
10. Спортивные травмы. Основные принципы профилактики и лечения / Под ред. П. Ренстрема. Киев: Олімпійська література, 2002. 379 с.
11. Cross, E. R., Lynch, S. M., Miller, P. E., Hunt, D. L., Stein, C. J. (2024). Injury Patterns in Fencing Athletes – A Retrospective Review. *International Journal of Sports Physical Therapy (IJSPT),* № 19(9), 1108–1115.
12. Giulio S. Roi, Diana Bianchedi (2008). The science of fencing: implications for performance and injury prevention. *Sports Medicine,* № 38(6), 465–481.
13. Greenhalgh, A., Bottoms, L., Sinclair, J. (2013). Influence of surface on impact shock experienced during a fencing lunge. *Journal of Applied Biomechanics, №* 29, 463–467.
14. Harmer, P. A. (2008). Getting to the Point: Patterns and Medical Care in Competitive Fencing. *Current Sports Medicine Reports,* № 7, 303–307.
15. Jun, Iwamoto, Tsuyoshi, Takeda, Kiyohisa, Ogawa, Hideo, Matsumoto (2007). Muscle strain of the subscapularis muscle: a case report. *The Keio Journal of Medicine,* № 56(3), 92–95.
16. Roi, G. S., Bianchedi, D. (2008). The science of fencing: implications for performance and injury prevention. *Sports Medicine, №* 38, 465–481.
17. Wai Man, Chung; Simon, Yeung; Arnold, Yu Lok Wong; Ida, Fong Lam; Philip, Tat Fai Tse; Dinishi, Daswani; Raymond, Lee (2012). Musculoskeletal injuries in elite able-bodied and wheelchair foil fencers – a pilot study. *Clinical Journal of Sport Medicine,* № 22(3), 278–280.
18. Zemper, E., Harmer, P. A. (1996). Fencing. In: Epidemiology of Sports Injuries (Caine, D, Caine C, Lindner K, et al.), *Human Kinetics, Champaign, IL* (pp. 186–195).

Martsinkovsky I. B., Associate Professor of the Department of Theoretical Foundations of Olympic and Professional Sports, Education and Research Institute of Humanities of Admiral Makarov National University of Shipbuilding (Ukraine, Mykolaiv), mib-1958@ukr.net
Yerofieienko A., Student of the Specialty 017 Physical culture and sports, Education and Research Institute of Humanities of Admiral Makarov National University of Shipbuilding (Ukraine, Mykolaiv), nastyaerofeenkko@gmail.com

COMMON INJURIES IN FENCING AND THEIR PREVENTION MEASURES ACCORDING TO LITERATURE DATA

The literature on fencing and sports injuries of this sport was studied to find out the causes of injuries and measures for their prevention, which determined the relevance and purpose of the study. It has been established that modern fencing is characterized as a technically and physically intensive sport that requires high speed, coordination and flexibility, where athletes perform sharp maneuvers, attacks and defensive actions that can lead to injuries even when using protective equipment. The analysis revealed the causes of injuries, their localization and nature, as well as preventive measures to reduce the risk of injuries among athletes. A comprehensive approach to the prevention of injuries in fencing effectively reduces the risk of injury to athletes and achieves better sports results.
Key words: fencing, sports injury, prevention.

УДК 796.86

Цап А. О.
студентка спеціальності 017 Фізична культура і спорт, Навчально-науковий гуманітарний інститут Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова (Україна, Миколаїв), nastacap538@gmail.com

Сокол О. В.
доцент кафедри фізичного виховання та спорту, Навчально-науковий гуманітарний інститут, Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова (Україна, Миколаїв), olgavs697@gmail.com

РОЗВИТОК ФЕХТУВАННЯ ЯК ВИДУ СПОРТУ

Фехтування – найстародавніший вид спорту. Термін «фехтування» походить від «fechten», у перекладі з німецької – володіти зброєю, боротися. Взагалі фехтування характеризується боротьбою двох або більше бійців на холодній зброї, з метою уразити противника уколом або ударом, при цьому самому лишитися неураженим. Людина завжди боролася за виживання, полювала, вела загарбницькі та оборонні війни. Це було причиною появи та вдосконалення холодної зброї. Навчання воїнів починалося з раннього дитинства.
Ключові слова: Фехтування, рапіра, шпага, шабля.

Мета: надати необхідні теоретичні знання з фехтування та ознайомитися з історичними періодами розвитку фехтування.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури та джерел інформаційної мережі Інтернет.

Фехтування – це багатовіковий вид спорту, що оспівує мистецтво двобою на мечах. Два суперники сходяться у поєдинку, використовуючи витончену зброю та захисне спорядження. У боротьбі за те, щоб першим набрати 15 очок, перевіряються рефлекси, рівновага і тактичні здібності.

Традиції фехтування беруть свій початок у Європі в XIV–XV ст. У цьому контексті воно слугувало військовою бойовою вправою. Перехід від фехтування з метою самозахисту до рекреаційної діяльності розпочався, коли італійський спортсмен Доменіко Анджело відкрив академію фехтування у 1760-х рр.

Згодом з'явилися офіційні змагання, і фехтування стало престижним видом спорту з всесвітньо

ЗМІСТ

ДИЗАЙН

Матійко Н. О., Дюміна К. М.
Концептуальна модель бренд-дизайну в умовах цифрової конкуренції 3

Матійко О. В., Куприяненко А. О.
Вплив просторового макетування на естетичні та функціональні аспекти дизайну інтер'єру 5

Портнов Д., Кульчинська В.
Творчі студентські виставки в контексті формування навичок студентів-дизайнерів 7

Сергієнко О. М., Кульчинська В. А.
Використання виробів зі скла в оздоблені мінімалістичного інтер'єру 9

Сергієнко О. М., Толкушкіна А.
Фотографія як засіб сюжетної організації літературного твору 11

Чигінцев С. І., Чигінцева О. В.
Основні етапи при проєктуванні елементів дитячого майданчика 13

Данильченко Н. В., Гавловська Д.
Інтеграція конкурсів з дизайну в навчальний процес 14

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І ОЛІМПІЙСЬКИЙ СПОРТ

Багбеков Т. Р., Савіна О. Ю.
Розвиток тенісу як олімпійського виду спорту 16

Бровко А. С., Сокол О. В. Кікбоксинг сольні композиції (музичні форми) 23

Бурдін Д. С., Савіна О. Ю.
Психосоціальна та фізична реабілітація ветеранів війни на Миколаївщині 25

Гриник Є. І., Бірюк С. В. Історичні аспекти розвитку легкої атлетики на Миколаївщині 28

Дон А. Г., Савіна О. Ю. Тенденції управління сферою фізичної культури і спорту в умовах глобалізації 31

Дратман Л. С., Сокол О. В.
Художня гімнастика як специфічна система фізичного виховання дівчат 35

Кузікова Р. С., Деркач В. М.
Особливості етапу початкової спортивної підготовки у важкій атлетиці 37

Марцінковський І. Б., Єремєєва Є. А.
Поширені травми у художній гімнастиці та заходи їх попередження (огляд літератури) 40

Марцінковський І. Б., Єрофєєнко А. Д.
Поширені травми у фехтуванні та заходи їх попередження за даними літератури 44

Цап А. О., Сокол О. В. Розвиток фехтування як виду спорту 47

СУЧАСНІ МОВИ І ПРИКЛАДНА ЛІНГВІСТИКА

Єганова Л. Л. Особливості викладання німецької мови як другої іноземної після англійської 50

Литвинова А. Д., Ворчакова І. Є. Автоматичний переклад юридичних текстів: аналіз неточностей і їхні правові наслідки 52

Філенко У. Ю. Особливості функціонування вторинних текстів у сучасному комунікативному просторі (на матеріалі детективного дискурсу) 54

СОЦІАЛЬНО-ГУМАНІТАРНІ НАУКИ

Бобіна О. В. Третій рік навчання під час війни (2024): побіжний звіт директора ННГІ 57

Кравчук О. Ю., Гордієнко Д. О. Практики забезпечення політичної безпеки в державі: міжнародний досвід 60

Матвієнко Л. В. Спогади мешканців селища Первомайське: реалії лютого 2022 року 63

Оліфірова М. В., Матвієнко Л. В. Особливості становища бізнесу на Миколаївщині, зумовлені російсько-українською війною 2014–2024 рр. 64

Сонечко О. С. Рекреаційні та природні ресурси Миколаївщини: можливості відновлення 66

Сонечко О. С. Сугакова П. В. Проблема водопостачання міста Миколаєва в умовах військової агресії: виклики та медико-соціальні наслідки 68

ПСИХОЛОГІЯ

Домашевська Д. П., Литвиненко І. С. Розвиток емоційної регуляції як стратегія соціальної адаптації осіб з обмеженими фізичними можливостями 70

Кудряшова Д. С., Литвиненко І. С. Протидія та попередження булінгу в закладах освіти 72

Ларченко І. В. Локус контролю як чинник професійного самовизначення, стресостійкості та ментального здоров'я випукників професійно технічних навчальних закладів в умовах стресогенності 74

Литвиненко І. С., Вітко Ю. С. Особливості прояву пізнавальної активності у старшокласників у процесі навчально-пізнавальної діяльності 78

Литвиненко І. С., Догарєва В. В. Смислоутворення як чинник переживання травматичного досвіду 81

Литвиненко І. С., Жело Ю. В. Організація інклюзивного навчання для дітей з особливими освітніми потребами в закладах дошкільної освіти 83

Литвиненко І. С. Жереги О. В. Особливості використання почуття гумору як ресурсу психологічного подолання перешкод 86

Литвиненко І. С., Козирєва Є. В. Психологічна допомога членам сімей загиблих воїнів 89

Литвиненко І. С., Манзарук Н. О. ПТРС у дітей, які пережили психотравмуючі події 91

Литвиненко І. С., Розумяк С. О. Психологічні особливості попередження конфліктів у подружній сім'ї 92

Литвиненко І. С., Мочалова О. В.
Особливості мотивування на здоровий спосіб життя студентської молоді в сучасних реаліях українського суспільства 94
Литвиненко І. С., Тимченко С. О.
Психологічна готовність дітей дошкільного віку до навчання в школі 97
Миргородський С. О., Литвиненко І. С.
Агресивні реакції та шляхи їх корекції в молодших школярів 99
Олексюк О. М., Гучек О. В.
Структура психологічної готовності психологів до професійної діяльності.....101
Олексюк О. М., Коваль А. С.
Психологічна характеристика юнацького віку в сучасних умовах.....103
Олексюк О. М., Когут О. В.
Стресові фактори в умовах професійної діяльності вчителя.....105
Олексюк О. М., Приходько О. А.
Механізми психологічного впливу реклами на світогляд молоді 107
Сінченко В. М., Коренєва Ю. П.
Війна і дитинство на Миколаївщині: психологічні наслідки та прогноз на майбутнє.....109
Чугуєва І. Є., Болотня Г. Б.
Тривожність як сучасна психологічна проблема та методи її подолання.....111

ЛІТЕРАТУРНІ СТОРІНКИ

Сонечко О. С. Наші янголи… 114
Хвилі тихої, мілкої Балтики… 114
Мій дім… 115
Місто в гирлі Інгулу… 115

ВИМОГИ ДО СТРУКТУРИ ТА ОФОРМЛЕННЯ НАУКОВИХ СТАТЕЙ.....119
ЗРАЗОК ОФОРМЛЕННЯ СТАТТІ.....120
ВИПАДКИ СКОРОЧЕНЬ, ЩО ЧАСТО ТРАПЛЯЮТЬСЯ У НАУКОВИХ ТЕКСТАХ 121

Наукове видання

ГУМАНІТАРНИЙ ВІСНИК НУК

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

ВИПУСК 17

Редколегія не завжди поділяє погляд авторів статей.
За достовірність викладених фактів відповідальність несе автор.

Формат 60×84 1/8. *Ум. друк. арк.* 14,2. *Тираж* 100 пр. *Зам.* № 3012-1.

Поліграфічне підприємство СПД Румянцева Г. В.
54038, м. Миколаїв, вул. Бузника, 5/1.
Свідоцтво МК № 11 від 26.01.2007 р.