МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БЕРЕЗІВСЬКЕ ВИЩЕ ПРОФЕСІЙНЕ УЧИЛИЩЕ ОНПУ
ОДЕСЬКИЙ РЕГІОНАЛЬНИЙ ІНСТИТУТ ДЕРЖАВНОГО УПРАВЛІННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ АКАДЕМІЇ ДЕРЖАВНОГО УПРАВЛІННЯ ПРИ ПРЕЗИДЕНТОВІ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ

МАТЕРІАЛИ

IV Міжнародної науково-практичної конференції

«АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ДЕРЖАВНО-ПРАВОВОГО РОЗВИТКУ УКРАЇНИ»

26-28 червня 2019 року, м. Одеса

Київ «Каравела» 2019

УДК 342.5 (477)

Збірник матеріалів IV Міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні питання державно-правового розвитку України» містить тези наукових праць, у яких розглядаються: сучасний стан та перспективи розвитку національної правової системи України, реформи в сфері державного управління України в рамках вивчення міжнародного досвіду та розкриття вітчизняних реалій, трансформаційні процеси в сучасному українському суспільстві. Окремо увагу приділено фізичній культурі та спорту, здоровому способу життя як факторам формування сучасного соціуму в Україні. Також розглянуто філософський, історичний та культурологічний аспекти суспільно-політичного розвитку України. Не залишилася осторонь й державна інформаційна політика в нашій країні та шляхи її реалізації.

Редакційна колегія:

Марущак В. П. – доктор наук з державного управління, професор, завідувач кафедри державознавства і права Одеського регіонального інституту державного управління Національної Академії державного управління при Президентові України.

Білоусов О. С. – доктор політичних наук, професор кафедри міжнародних відносин та права Одеського національного політехнічного університету.

Кочорадзе О. Г. - доктор історичних наук, професор Грузинського Технічного Університету, заступник головного редактора Наукового журналу “ВЛАСТЬ И ОБЩЕСТВО (История, Теория, Практика)”.

Чістякова І. М. – кандидат філософських наук, доцент, завідувач кафедри міжнародних відносин та права Одеського національного політехнічного університету.

Гегечкорі О. В. – доцент, доцент кафедри соціальних та правових дисциплін Національної академії Національної гвардії України.

Семенов С. С. - канд. філос. наук, доцент кафедри соціальних та правових дисциплін Національної академії Національної гвардії України.

Кудлай Т., магістр
Кудлай І., асистент
кафедра природознавчих наук
Одеський національний політехнічний університет
(Одеса, Україна)

СУЧАСНІ ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ОЗДОРОВЧИЙ ФІТНЕС

В Україні спостерігається тенденція стрімкого розвитку технологій, пов'язаних із застосуванням інформаційних технологій, засобів автоматизації, комп'ютерних програм. Останнім часом процеси глобалізації зумовили всеохоплюючий характер упровадження інформаційних технологій, зокрема в науці, освітньому процесі та фізичному вихованні.

Фітнес індустрія в Україні є однією з галузей що найбільш динамічно розвиваються. Доходи в даній галузі щороку збільшуються на 20 відсотків. Так само про це свідчить постійно зростаючий рівень конкуренції. В Одесі зараз працює багато закладів, що надають фітнес послуги [1].

Невід'ємною частиною фітнесу є інформаційні технології. Вони знаходять своє застосування в різних сферах цієї індустрії: від системи надання інформації до розробки індивідуальних спортивних дієт і програм тренувань [1, 2].

У сучасному суспільстві доступність інформаційних технологій дозволяє донести до споживача не тільки повний пакет послуг, але й дає можливість зробити продукт особливим і привабливим. Це так само підвищує конкурентоспроможність окремо взятих підприємств, що в свою чергу розкриває більш широкий вибір перед споживачем [3].

Активне впровадження інформаційних технологій не обійшло стороною і маркетинг. Кожне підприємство, яке сьогодні розраховує на залучення клієнтів, як мінімум, має свій сайт, на якому можна повністю ознайомитися з наданими послугами. Так само широко використовуються мережа Інтернет: розсилки, мобільні додатки, реклама з використанням мотиваційних роликів. Останні тенденції серед населення призвели до масової пропаганди здорового способу життя і завдяки цьому на багатьох ресурсах можна зустріти незалежну рекламу спортивної діяльності [2, 3].

Інформаційні технології так само займають дуже важливе місце в тренувальних процесах. Більшість програм присвячені контролю за

протіканням тренувань і орієнтовані на створення індивідуальних тренувальних процесів. Це дозволяє чітко виділити цілі, уникнути травм і підвищити рівень кінцевого результату [4].

Фітнес-технології – це, передусім, технології, що забезпечують результативність занять фітнесом. Більш точно їх можна визначити як сукупність наукових методів, кроків, прийомів, сформованих у певний алгоритм дій, який реалізовується певним чином в інтересах підвищення ефективності оздоровчого процесу, що забезпечує гарантоване досягнення результату, на основі вільного мотивованого вибору занять фізичними вправами з використанням інноваційних засобів, методів, організаційних форм занять фітнесу, сучасного інвентарю та обладнання. До структурно-логічної схеми фітнес-технологій входить інформаційний і практичний компоненти. Перший із них містить відомості про термінологічний апарат оздоровчого фітнесу, знання про здоров’я та здоровий спосіб життя, вплив напрямів оздоровчого фітнесу на організм; другий – інформацію щодо використовуваних засобів оздоровчого тренування. У нашій фітнес-технології ми поєднали види рухової активності аеробної спрямованості; оздоровчі види гімнастики; види рухової активності силової спрямованості, рухової активності з різним обладнанням; рекреативні види рухової активності; засоби психоемоційної регуляції. Умовою для грамотної розробки фітнес-технологій є єдині вимоги до її складання.

Індустрія комп'ютерних і цифрових технологій зробила величезний прорив в даному напрямі. На початкових етапах знайти інформацію про правильні і раціональні тренування можна було виключно в підручниках або скориставшись послугами професійних фітнес-тренерів [2]. На сьогоднішній день з доступністю інформації немає жодних проблем, навпаки, стало набагато складніше підібрати найбільш актуальний матеріал серед величезного потоку літератури та інформаційного відео. Сьогодні кожному спортсмену доступні відео уроки провідних фітнес-моделей і тренерів світу. Так само можна з легкістю знайти потрібну літературу з програмами тренувань та інструкцію по їх використанню. А бази даних в компаніях тієї чи іншої мережі, що надають фітнес послуги дозволяють з легкістю об'єднувати знання компетентних фахівців. [5, 1, 2] Величезне поширення набули новітні гаджети, доступні сьогодні навіть спортсменам-любителям. Деякі з них дозволяють самостійно відстежувати частоту серцебиття, змісту цукру, тиск і навіть кількість витрачених калорій. Це значно допомагає уникнути проблем зі здоров'ям і перетренованості [5, 2].

Організація занять оздоровчим фітнесом потребує впровадження нових підходів, одним із яких є використання сучасних інформаційних технологій. Інформаційні технології дуже широко впливають на розвиток окремого підприємства всередині індустрії. З їх допомогою можна проводити глибокий аналіз конкурентів на основі якого йде робота з поліпшення власного продукту. Зокрема, вони дозволяють контролювати цінову політику і розвивати рекламну компанію, більш вигідну, ніж у опонента. Таким чином, зростає кількість повноцінного продукту і розкривається широкий асортимент для кінцевого споживача [2].

Підводячи підсумок, можна сказати, що інформаційні технології у фітнесі – потужний інструмент регулювання діяльності компанії, збору і зберігання аналітики, збільшення потоку клієнтів, а отже і обсяг продажу. Застосування програмного забезпечення в оздоровчому фітнесі підвищує якість організації цього процесу, дає змогу розв'язати питання щодо проведення занять, контролю фізичного стану в процесі занять, створює оптимальні умови для проведення самостійних оздоровчих занять.

Література:

1. Давидов В. Ю. Новые фитнесс–системы (новые направления, методики, оборудование и инвентарь): [учеб. пособие] / В. Ю. Давидов, А. И. Шамардин, Г. О. Краснова ; Федеральное агенство по физ. культуре и спорту, ВГАФК. –2-е изд., перераб. и доп. – Волгоград : Изд-во ВолГУ, 2005. – 284 с.
2. Долженко Л. П. Фізична підготовленість і функціональні особливості студентів із різним рівнем фізичного здоров'я: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту / Л. П. Долженко. – Київ, 2007. – 21 с.
3. Івчатова Т. В. Самостійні заняття фізичними вправами: метод. рек. [для студентів вищ. навч. закл.] / Т. В. Івчатова, Ю. Л. Соболєв, І. Б. Карпова [та ін.]. – Київ: КНЕУ ім. Вадима Гетьмана, 2007. – 55 с.
4. Информационные технологии в спорте [Электронный ресурс]. URL: http://www.abcsport.ru/shop-kids/profit-sport/3381.
5. Петров П. К. Информационные технологии в физической культуре и спорте / Петров П. К. – М. : Изд. центр "Академия", 2008. – 128 с.
6. Сайкина Е.Г., Пономарев Г.Н. Фитнес-технологии: понятие, разработка и специфические особенности // Фундаментальные исследования № 11-4 / 2012
7. Тенденции фитнес индустрии [Электронный ресурс]. URL: http://ibody.by/fitnes/fitnes-industriya.
8. Яковлев А.Н. Трансформации новых представлений о «теле» и «телесности» в системе физического воспитания // Педагогика. 2013.