

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
БЕРДЯНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ



## **ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСУМ: метафізика пізнання**

**Матеріали  
Регіональної науково – практичної конференції  
21-22 травня 2013 р.  
м. Бердянськ**

Бердянськ 2013

ББК 65.011В(Я5)  
УДК 330.1:11(045)  
Е 45

Е 45 Економічний універсум: метафізика пізнання. Частина 2. Матеріали Регіональної науково-практичної конференції. 21-22.05.2013 р. Наукове видання / За ідеєю д.е.н., проф. Саєнка Г.В., БДПУ. – Луганськ, СПД Резніков В.С. 2013. – 440 с.

ISBN 978-617-509-279-8

У збірнику надаються матеріали тлумачення загальних суспільно-господарських і теоретико-економічних явищ за інструментарієм метафізичного їх сприйняття. Розглядаються переважно рідкісні явища з економіки, педагогіки, фізичного розвитку людини, накопичення біологічною енергії тощо, що є доступними для дослідника, який знаходиться на шляху інтелектуального і фізичного розвитку, становлення і укріплення знаннєвого переконання. Концептуально здійснюється підхід конструювання думки за ознаками когнітивного мислення молоді, яке формується за стратегічними тенденціями переходу до ринкових взаємин. Системна думка розвитку державного середовища пов'язується з економічними і суто навчальними процесами та інноваціями, що притаманні сучасній науці і психолого-фізіологічним особливостям сприйняття знання, але обмежується вона педагогічним інструментарієм викладання економічних дисциплін.

**Редакційна колегія:**

Саєнко В.Г.

доктор економічних наук, доцент

Саєнко Г.В.

доктор економічних наук, професор

Когут С.І.

магістр - інженер-економіст,  
педагог, дослідник у галузі економіки

*Друкується за редакцією авторів  
Рекомендовано до друку Вченою радою  
Бердянського державного педагогічного університету  
(протокол № 11 від 05 квітня 2013 р.)*

ISBN 978-617-509-279-8

© Бердянський державний  
педагогічний університет, 2013  
© СПД Резніков В.С., 2013

## ЗМІСТ

<i>Нагорода професора</i> .....	3
<i>Вітальна промова ректора Зарви Вікторії Анатоліївни</i> .....	5
<i>Вітальне слово декана факультету Сасенка Владислав Григорович</i> .....	6

### Передмова

<i>Саєнко Г.В., д.е.н., професор</i> МЕТАФІЗИКА ПІЗНАННЯ: ФЕНОМЕНАЛЬНА РЕАЛЬНІСТЬ .....	8
<i>Мікуленко Л.І., к.х.н., доцент</i> АЛЬТЕРНАТИВНІСТЬ ДІАЛЕКТИКИ І МЕТАФІЗИКИ ЯК КОНЦЕПЦІЙ РОЗВИТКУ І МЕТОДІВ ПІЗНАННЯ В ЕКОНОМІЦІ: СПРИЙНЯТТЯ ТА ТЛУМАЧЕННЯ .....	13
<i>Черніков А.С., Черніков С.Я., к.п.н., доцент</i> АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ІНФОРМАТИКИ В ЕКОНОМІЦІ: МЕТАФІЗИЧНИЙ ПІДХІД .....	17
<i>Левченко Олег, к.п.н., доцент, Левченко Олександр</i> КРЕАТИВНА ПЕДАГОГІКА В ЧАСІ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНОЇ КРИЗИ: МЕТОДОЛОГО- ТЕХНОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ЕВОЛЮЦІЇ В КУЛЬТУРІ ОСВІТИ .....	20

### 1. Узагальнення

<i>Бурбело О.А., д.е.н., професор</i> ВИЯВЛЕННЯ ЧИННИКІВ НЕБЕЗПЕКИ ЯК УМОВА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕКОНОМІЧНОЇ БЕЗПЕКИ ПІДПРИЄМСТВ .....	24
<i>Гончарова Н.Н., к.фіз.вих., доцент</i> ПРОГРАММИРОВАНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ МУЖЧИН ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА .....	31
<i>Сасенко В. Г., к.фіз.вих., доцент, Клименко С. О.</i> ФІЛОСОФСЬКІ ЗАСАДИ ВИХОВНОЇ СИСТЕМИ УКРАЇНСЬКОГО ХОРТИНГУ .....	35
<i>Макарова І.А., к.е.н.</i> СТАН І ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ РИНКУ МОЛОЧНИХ ПРОДУКТІВ В УКРАЇНІ .....	39
<i>Бараннік Ю. В.</i> ПРОБЛЕМИ ІНВЕСТУВАННЯ В ЕКОНОМІКУ УКРАЇНИ .....	44
<i>Богданов Р.І.</i> ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ЕКОЛОГО-ЕКОНОМІЧНИХ ЦІННОСТЕЙ У МАЙБУТНІХ ВИКЛАДАЧІВ ЕКОНОМІКИ .....	46
<i>Бурлакова Т. Л.</i> МОДЕЛЬ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У НАВЧАЛЬНО- ВИХОВНОМУ СЕРЕДОВИЩІ .....	48
<i>Гусєва С. Д.</i> ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ-СИРІТ У ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ .....	53
<i>Кадников Е.А.</i> ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ (ЛЕЧЕБНЫЕ) ТРОПЫ-ДОРОЖКИ СИМФЕРОПОЛЯ: МЕТАФИЗИЧЕСКОЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ПРОБЛЕМЫ .....	58
<i>Кемська Т.О.</i> ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВ ПРОФЕСІЙНО ТЕХНІЧНО НАВЧАЛЬНЕ ЗАКЛАДІВ .....	64
<i>Козут С.І.</i> АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ОСНОВНИХ ЗАСОБІВ .....	68
<i>Ложечка М. В.</i> ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ СТАНОВЛЕННЯ ТА РОЗВИТКУ СУМО В СУЧАСНІЙ УКРАЇНІ .....	71
<i>Півоваров А. І.</i> ОСОБЛИВОСТІ ВІДБОРУ ВЕЛОСИПЕДИСТІВ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНИХ ГРУПАХ ТА ГРУПАХ СПОРТИВНОГО УДОСКОНАЛЕННЯ .....	73
<i>Пелешенко О.В.</i> СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ АКТИВІЗАЦІЇ МОТИВАЦІЇ ДІЯЛЬНОСТІ В СИТУАЦІЇ СУЧАСНИХ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИХ ЗМІН .....	74
<i>Скляр М. С.</i> СПЕЦІАЛЬНЕ СПОРТИВНЕ ХАРЧУВАННЯ КАРАТИСТА ЯК ФАКТОР ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОПТИМАЛЬНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ .....	81
<i>Толчева А. В.</i> ЭЛЕМЕНТЫ ДВИЖЕНИЯ В ПРАКТИКЕ ХАТХА-ЙОГИ .....	85
<i>Толчева А. В.</i> ОСОБЕННОСТИ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИХ ЦЕНТРОВ – ЧАКР В СИСТЕМЕ ЙОГИ .....	88
<i>Холодняк А. П.</i> РИТМ И ВРЕМЯ КАК КОМПОНЕНТЫ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТЕХНИКИ ДВИЖЕНИЙ В КАРАТЭ-ДО .....	92

практичною реалізацією. Проблематичним також стало внутрішнє прагнення людей до роботи, що істотно знижує ефективність праці. У цілому проблема мотивації виробничої діяльності може сприйматися вже не як локально галузева проблема, а як неефективність функціонування суспільства в цілому.

Усе це дозволяє зробити висновок про те, що створення ефективних соціально-психологічних умов мотивації діяльності, розробка сучасних методів та засобів мотивування і стимулювання праці, з урахуванням національних, суспільно-політичних, соціально-економічних особливостей українських працівників, дозволять досягти вагомих змін у професійній діяльності взагалі. Орієнтація на людський фактор дає переконливі результати в умовах економіки, перехідного періоду. Проблема наукового обґрунтування соціально-психологічних умов ефективного формування мотивації діяльності майбутніх фахівців та працівників, не зважаючи на її актуальність і важливе практичне значення, в сучасній науці не стала предметом спеціального дослідження. Таким чином, виходячи з нашого дослідження, зазначимо що ефективне формування мотивації діяльності можливе за таких умов:

- 1) сформованості позитивного ставлення до обраної професії;
- 2) формування активного соціально-психологічного навчання, уміння враховувати індивідуально-психологічні особливості особистості, володіти навичками професійного спілкування, саморегуляції та релаксації, розподіляти соціальні ролі, розвивати цілеспрямованість;
- 3) надання психологічної допомоги у подоланні професійних та життєвих утруднень;
- 4) використання сучасних досліджень мотивації в розробці професійних методів, напрямів та засобів мотивації діяльності;
- 5) визначення змісту та особливостей мотивації діяльності, виявлення рівнів сформованості мотивації діяльності, розробка соціально-психологічних умов формування мотивації діяльності та активізації механізмів формування професійної мотивації.

**Література:** 1. Афоин А.С. Основы мотивации труда: организационно-экономический аспект. – К., 1994. 2. Баткаєва, І.А. Мотивация трудовой деятельности / И.А. Баткаева. – М.: ГАУ, 1996. – 134 с. 3. Бугуцький О.А. Фактори розвитку мотивації праці. Економіка АПК. - № 7. – 1997. 4. Великий тлумачний словник сучасної української мови / Уклад. і голов. ред. В. Бусел. — К.: Ірпінь: ВТФ Перун, 2001. — 1440 с. 5. Л.А. Верещагіна, І.М. Кареліна Психологія потребностей и мотивация персонала. - Х., 2002. -152с. 6. Вилюнас В.К. Психологические механизмы мотивации человека. - М.: Издательство МГУ, 1999. – 288 с. 7. Ильин, Е.П. Мотивация и мотивы / Е.П. Ильин. – СПб.: Питер, 2002, 512. 8. Каверин С.Б. Мотивация труда. - М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1998. — 224 с. 9. Кибанов, А.Я. Мотивация трудовой деятельности: Учебное пособие / А.Я. Кибанов, И.А. Баткаева, Г.П. Гагаринская. – Самара, 2001. – 77 с. 10. Кондратьев О.В., Ніжинська М.В., Мелехов Ю.Е. Мотивация персонала. Немає мотиву - немає роботи. - М.: «Альфа-Пресс». 2005.-216 с. 11. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы, эмоции. – М., 1971, - 314 с. 12. Маслоу А. Мотивация и личность. - СПб.: Питер, 2003.-352 с. 13. Орбан-Лембрик Л.Е. Психология управления. - Івано-Франківськ: «Плай», 2001. - 695 с. 14. Рудик П. А. Мотивы поведения деятельности/ П.А. Рудик. - М., 1988. - 136с. 15. Словник-довідник з професійної педагогіки / [ред.-упоряд. А. В. Семенова]. - Одеса : Пальміра, 2006. - 272 с. 16. Татенко В.О. Психологія впливу: суб'єктивна парадигма // Наукові студії із соціальної та політичної психології: 36 статей. – К.: Вид-во “Сталь”. 2000. – Вип. 3 (6). – С. 3-18. 17. Третяченко В.В., Левченко О.Ом., Якушина Я.Є. Мотивация поведения и деятельности. - Луганськ: Видавництво «Світлиця», 2006. – 240 с. 18. Уткин, Э.А. Мотивационный менеджмент / Э.А. Уткин. – М.: ТАНДЕМ, ЭКМОС, 1999. – 256 с. 19. Шадриков В.Д. Введение в психологию мотивации поведения. - М.: Логос. – 2000.-210с. 20. Шонесси Дж. Принципы организации управления фирмой. – М.: Прогресс, 1979. – 420 с.

*Скляр М. С.*

## **СПЕЦІАЛЬНЕ СПОРТИВНЕ ХАРЧУВАННЯ КАРАТИСТА ЯК ФАКТОР ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОПТИМАЛЬНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ**

Постановка проблеми. В сучасному світі проблема харчування поступово і, на перший погляд, непомітно займає одне з головних місць в загальній системі підготовки спортсменів різної кваліфікації. Сучасний спорт зі значними фізичними і нервово-психічними навантаженнями, пред'являє до організму спортсменів підвищені вимоги,

викликає різку активацію метаболічних процесів у органах і системах організму (м'язова, серцево-судинна, вивідна та ін.), що інколи знаходяться на грані функціональних можливостей. Виникнення ж симптомів перетренування часто веде до розвитку різних захворювань. Попередити це можна за умови правильної організації режиму тренувань, відпочинку та раціонального харчування. Карате є відносно новим видом спорту, що активно розвивається у всесвітньому просторі. А тому, проведення дослідження у даному напрямку є актуальним.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Нині відсутні чіткі наукові розробки диференційованих норм харчування каратистів з урахуванням їх віку, статі, енерговитрат конкретного виду та стилю. У питаннях забезпечення адекватним харчуванням перспективною є також корекція раціонів з використанням продуктів підвищеної біологічної цінності, що дає змогу вводити в організм каратистів харчові речовини з урахуванням специфіки окремих видів розвинених на території України. У попередніх роботах нами були проведені деякі дослідження відносно побудови тренувального процесу та контролю фізичної підготовленості юних спортсменів та бійців високої кваліфікації, які спеціалізуються з шотокан карате [11-12]. В даній роботі, робиться спроба, дослідження особливостей спеціального спортивного харчування каратиста зазначеного виду.

Робота виконана за Зведеним планом науково-дослідної роботи Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України на 2010 – 2014 рр.; тема „Теоретико-методичні основи навчання фізичної культури та культурі здоров'я учнівської молоді (суб'єкти освіти в нормі та з особливими потребами)” (номер державної реєстрації 0110U000394).

Мета дослідження. Вивчити особливості спеціального спортивного харчування каратиста як фактор забезпечення оптимальної працездатності.

Виклад основного матеріалу дослідження. Як відомо, в умовах сучасного спорту високий ступінь фізичного і нервово-психічного навантажень, що виникають під час тренувань і змагань, супроводжується суттєвою перебудовою метаболічних процесів, який обумовлює підвищену потребу організму спортсменів в енергії й окремих харчових речовинах. Тому, важлива роль у забезпеченні високого рівня функціональної активності організму і прискорення процесів адаптації до напруженої м'язової діяльності належить правильно організованому харчуванню. Велике значення має також вибір режиму харчування, адекватного витратам енергії організму.

Формування раціону харчування каратистів повинно базуватися на теорії збалансованого харчування здорової людини, з урахуванням специфіки конкретного виду, обсягу, характеру і інтенсивності фізичних та нервово-психічних навантажень. Суттєвих змін в умовах тренувальних і змагальних навантажень в карате набуває обмін вітамінів. Цілком обґрунтовано, що дотримання раціональних співвідношень у спектрі вітамінів, а також збалансованості між кількостями основних харчових речовин і вітамінів, складають один з основних принципів побудови харчування спортсменів [1, 5, 8, 9, 15].

При фізичних і нервово-емоційних навантаженнях потреба у вітамінах, у силу особливостей їхньої біологічної дії, у значній мірі природно зростає. Багато водорозчинних вітамінів, що належать до групи В, беруть участь у побудові ряду ферментів, входячи до складу коферментних груп. Вплив на організм екстремальних навантажень супроводжується збільшенням використання ряду вітамінів та їхніх похідних у біосинтезі значного числа ферментів, зокрема тих, що беруть участь в утилізації енергії при м'язовій діяльності [3]. Особливе значення набуває адаптаційний синтез цих ферментів при тренувальних режимах максимальної і субмаксимальної потужностей, що супроводжуються збільшенням м'язової маси і розвитку сили, потребуючих пріоритету білкового харчування. У генезі порушень обміну вітамінів у спортсменів при великих і напружених фізичних навантаженнях, значна роль належить не компенсуючому потреби організму вмісту вітамінів у добовому раціоні харчування, а розбалансованість хімічного складу раціонів, порушення оптимальних співвідношень між окремими вітамінами й іншими нутрієнтами [10].

Загальновідомо, що мікроелементи, як і вітаміни, відносяться до числа тих біологічно активних речовин, дефіцит яких в організмі може супроводжуватися порушенням

функції багатьох фізіологічних систем. Деякі вітаміни впливають на обмін мікроелементів в організмі каратистів.

У результаті досліджень багатьох показників харчової цінності раціонів було виявлено, що зниження надходження вітамінів А, В1, В2, В3, В6, С, РР та ін. вірогідно корелювало зі зменшенням вмісту в раціоні кальцію, магнію, фосфору, марганцю, заліза, цинку і кобальту [8, 15]. Цілком можливо, що саме присутністю біоелементів пояснюється відомий факт, що природні вітаміноносії дають кращий лікувальний ефект, ніж їхні синтетичні препарати, які не містять мікроелементів, чи включають домішки іншої хімічної природи. Вважають, що відсутність заліза як кофактора ферментів може відігравати важливу роль у процесах стомлення. Дефіцит аскорбінової кислоти, у свою чергу, погіршує абсорбцію заліза [8].

Особливе місце серед продуктів підвищеної харчової цінності для каратистів займають вітамінно-мінеральні комплекси. Більшість комплексів можна віднести до фармакологічних препаратів, оскільки до їхнього складу входять синтетичні вітаміни і мінеральні речовини. Проте, вітамінно-мінеральні комплекси, у першу чергу, служать для корекції харчового раціону каратистів, заповнення дефіциту і збагачення організму спортсменів вітамінами, макро- і мікроелементами, необхідними для створення оптимальних умов мобілізації і утилізації енергетичного субстрату для відновлення втрат солей. Разом з тим переконливо доказано [2, 8, 15], що надвеликі дози вітамінів, особливо аскорбінової кислоти і токоферолу, не впливають на працездатність спортсменів.

За досвідом тренерів надзвичайно різнобічний вплив на стан тренуваності каратистів мають природні апіпродукти, зокрема пилок рослин, що містить натуральні вітаміни, мінеральні елементи, амінокислоти і білки, цукор, а також споживання продуктів на основі коренів женьшеню, елеутерококу. Проте, необхідний ретельний контроль за рівнем забезпеченості організму спортсмена окремими вітамінами, макро- і мікроелементами. Фахівці з харчування [1, 5, 9, 15], мають твердження негативних наслідків як нестачі, так і надлишку в організмі вітамінів і солей.

Харчування і збалансованість продуктів за складом відіграють важливу роль у підсиленні результатів каратистів. Сприятливий вплив їжі на їхній організм має виражатися не тільки у відшкодуванні витрат енергії і поживних речовин, але й в індукуючому впливі компонентів їжі на активацію метаболічних процесів, необхідних для виконання специфічних у єдиноборствах спортивних навантажень, таких як збільшення м'язової маси, сили і витривалості.

Разом з тим, аналіз змін, що відображають вітамінний і мінеральний статус організму каратистів в умовах великих і напружених фізичних навантажень, не може вважатися досить повним без урахування фактичного харчування. Перспективним є розробка і впровадження нових продуктів підвищеної біологічної цінності, що позитивно впливають на обмін речовин в організмі. Тим часом, обмежений асортимент продуктів, вироблених для спортсменів, робить їх малодоступними для широкого застосування в караті. Наприклад, створені на території колишнього СРСР високовуглеводні суміші і рослинні полікомпонентні суміші не знайшли широкого застосування в харчуванні спортсменів [7]. Проте, застосування екструдованих продуктів є простим і безпечним способом надходження в організм великої кількості енергетично цінних харчових речовин, що сприяє нормалізації обмінних процесів, підвищенню фізичної витривалості і загальної фізичної працездатності спортсменів. Сировиною для них служать рисова, пшенична, манна крупи, горох з додаванням сухого молока, крохмалю, цукру, какао, яблучного порошку, кураги, грибів, сушеного м'яса, меду і медопродуктів тощо.

Дослідник Яковлев М. М., що вивчав стає харчування збірних команд у період підготовки до Олімпійських ігор в 70-х роках ХХ ст., установив, що при тривалих навантаженнях раціони харчування у дорослих спортсменів енергоємністю в 6000–7000 ккал (або 25,104–29,288 мДж) спричиняють надмірне навантаження на органи травлення. Встановлено, що для дорослої людини фізіологічною нормою може бути 5000 ккал