

лайків і коментарів ви отримаєте, тим помітніше стане ваша компанія. Також Інстаграм пропонує безліч способів проявити творчий підхід. У Інстаграм маркетингова команда може придумувати нові способи для того, щоб привернути увагу і додати нових клієнтів.

Список використаних джерел

1. The Advantages & Disadvantages of Інстаграм. URL: <https://burkhartmarketing.com/Інстаграм-benefits-drawbacks/>.
 2. Reasons to Use Інстаграм for Your Business. URL: <https://www.business.com/articles/10-reasons-to-use-Інстаграм-for-business/>.
 3. Інстаграм Marketing: A Small Business Guide. URL: <https://articles.bplans.com/Інстаграм-marketing-a-small-business-guide/>.
 4. Інстаграм Marketing Trends for 2021 You Need to Watch. URL: <https://influencermarketinghub.com/Інстаграм-marketing-trends-2021/>.
-

Бойко А. А., здобувачка вищої освіти гр. МР-201
Науковий керівник – **Забаштанська Т.В.**, к.е.н. доцент
Національний університет «Чернігівська політехніка» (м. Чернігів Україна)

ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ

Новітні технології – саме те, що дає нам можливість робити будь-що краще і бути кращими. Тож не дивно, що інновації в системі фізичного виховання і спорту стають звичайним явищем. У міру накопичення знань в області фізичної культури і спорту, набуття науково-педагогічного досвіду, появи нового спортивного інвентарю та обладнання, народжуються нові ідеї перетворення навчально-виховного і спортивно-тренувального процесів, забезпечення зміцнення здоров'я спортсменок-гімнасток, поліпшення їх фізичної підготовленості, досягнення високих спортивних результатів.

Загальновідомо, що використання новітніх технологій у будь-якому виді спорту робить тренувальний процес більш якісним. Аналіз останніх досліджень свідчить про те, що в такому виді спорту як художня гімнастика, оптимізації потребує процес підготовки спортсменів на етапах початкового, попереднього базового та спеціалізованого базового тренування. Один зі шляхів такої оптимізації – застосування новітніх інформаційних технологій [1].

На сьогодні, серед багатьох шляхів впровадження інформаційних технологій важливе місце належить створенню комп'ютерних засобів пошуку та опрацювання інформації. Впровадження і використання таких програм буде значним кроком у поліпшенні умов сприйняття інформації.

Прикладом може слугувати комп'ютерна програма «Fizra_z». Вона створена для допомоги тренерам секцій різних видів спорту (зокрема з художньої гімнастики), в організації тренувального процесу. Дана програма призначена для оптимізації системи обліку індивідуальних особливостей та планування навантажень у підвищенні фізичної підготовленості, а також допомагає тренеру здійснювати введення, редагування, зберігання та аналізування інформації [2].

В практиці спортивної підготовки широкої популярності набувають сучасні системи відеоспостереження, що дозволяють комплексно або вибірково вирішувати питання аналізу

інформації. Таким чином, використання спеціалізованих програм відеоспостереження, як демонструє статистика, дає можливість в найкоротший термін докорінно змінити якість підготовки спортсменів, а значить, наблизити команду до мети.

Система HDShift створена, щоб спростити роботу з технікою під час щоденних тренувань, має багато ракурсів відеозапису і відео повторів. Стаціонарно встановлені і підключені камери не вимагають обслуговування і налаштування, а для управління тренер використовує простий пульт дистанційного керування. Для універсальних залів система може бути спроектована так, щоб легко переконфігурувати для роботи з декількома видами спорту.

Біоритми, розвиток антропометричних характеристик, готовність спортсмена до тренувань, відсоток жирових тканин, рухливість у суглобах і амплітуду рухів можна визначити за допомогою спеціальних апаратів, які з високою точністю зможуть оцінити всі вище перераховані дані. Ринок ноу-хау в спорті розширюється з кожним днем і попит на його товари зростає швидкими темпами. Сьогодні дуже популярні «розумні» браслети. Вони можуть виконувати безліч функцій, але головна ідея – контроль за фізичною активністю протягом дня. Вони рахують кількість кроків, пройдену відстань і спалені калорії. Деякі з них можуть визначати серцевий ритм, стежать за раціоном і навіть режимом сну [4].

Унікальна технологія Firstbeat це оперативне управління та контроль тренувального процесу. Система Firstbeat sports надає об'єктивну оцінку фізичного навантаження, впливу позатренувальних навантажень; здійснює оцінку відновлення за допомогою нічних вимірювань показників варіабельності серцевого ритму містить набір функціональних тестів для визначення підготовленості спортсмена [3].

Використовуючи дану систему тренер або спортсмен отримує інформацію про стан організму і дозволяє вчасно вносити корективи в тренувальний процес. Унікальність технології Firstbeat полягає в тому що вона не тільки вимірює показники тренувального навантаження в реальному часі але також збирає цілодобову інформацію про стан автономної нервової системи спортсменів [3].

Завдяки новітнім інженерним розробкам, сьогодні гімнастки проходять диспансеризацію перед кожним тренуванням всього за декілька хвилин. OMEGA S – програма, яка дає можливість зрозуміти як організм спортсмена реагує на тренувальний режим, а саме виміряти функціональний стан спортсменок та показники адаптаційних можливостей (на підлеглого надягають апарат, який пише розширену електрокардіограму – за результатами комп'ютер робить висновки про стан здоров'я спортсменки).

Запровадження такого програмного забезпечення просто необхідне для тренувального процесу, адже, аналізуючи такий вид спорту як художня гімнастика, ми бачимо, що тривалість гімнастичного виступу всього 90 секунд, середній пульс гімнастки під час виступу близько 170 ударів в хвилину, тобто під час тренувань серце багаторазово прискорює її уповільнює ритм. Це для нього серйозне навантаження, тому перш ніж випустити гімнастку на килим, тренер з'ясовує чи впорається її серце з навантаженням.

Програма КАРДІОВІЗОР допомагає нам оцінити зміни серцевого м'яза (показується малюнок, на якому видно чи є будь-які відхилення чи серцевий м'яз знаходиться у нормальному стані). Якщо показники все ж таки незадовільні, то спеціальний лікувальний апарат менш ніж за годину зможе повернути гімнастці повну працездатність. Це система манжетів з потужним компресором яка одягається на спортсменку, паралельно на тілі закріплюють спеціальні електроди, які зчитують фази скорочення серця (манжети стискаються і розтискаються відповідно з ритмом серця, тим самим допомагаючи йому поліпшити кровообіг в організмі). Так за допомогою інноваційних технологій можна

оцінити і поліпшити стан здоров'я спортсмена, як наслідок дозволяючи йому повністю викластися на тренуванні.

Ефективність підготовки спортсменів в сучасних умовах багато в чому обумовлена використанням засобів і методів комплексного контролю, а саме інструментів управління, що дозволяють здійснювати зворотні зв'язки між тренером і спортсменом, і на цій основі підвищувати рівень ефективності його рухових здібностей.

Розвиток інноваційних технологій в художній гімнастиці дозволяє об'єктивно оцінити рухові здібності спортсменки, забезпечити повний аналіз стану здоров'я, тим самим дозволяючи використовувати свої природні можливості наповну.

Список використаних джерел

1. Юрчишин Ю. В. Стан та особливості мотивації студентів до рухової активності оздоровчого спрямування на сучасному етапі реалізації фізичного виховання у ВНЗ. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр./за ред. СС Єрмакова*. Харків: ХДАДМ (ХХІІІ) : 2012. С. 118-123.

2. Баранов В. А. Фізичне виховання студентів і використання комп'ютерно-інформаційних технологій. Збірник наукових статей: До 55-річчя кафедри фізичного виховання і спорту БГУ, 2003. С. 47-49.

3. Технологія Firstbeat. URL: <http://www.firstbeat.pro/system>

4. Фісунов С. В. Інноваційні технології в спорті. Збірник : інновації у науці та освіті матеріали міжнародної (заочної) науково-практичної конференції. Наукове (неперіодичне) електронне видання. 2016. С. 204-207.

Бойко В. О., здобувач вищої освіти 3 курсу, група МР-181

Науковий керівник – **Бабаченко Л. В.**, к.е.н., доцент

Національний університет «Чернігівська політехніка» (м. Чернігів, Україна)

СУЧАСНИЙ СТАН ЛОГІСТИЧНОГО АУТСОРСИНГУ В УКРАЇНІ

Аутсорсинг - це один з інноваційних інструментів, який використовують підприємства. В наш час його застосовують для підвищення ефективності виробництва в умовах динаміки розвитку глобальних процесів. Застосування його на підприємствах може значно збільшити їх конкурентоспроможність [6].

Можна виділити наступні типи аутсорсингу:

- ІТ-аутсорсинг, охопленням якого є розробка та тестування програмного забезпечення, послуг, програмного забезпечення, локалізації, мережевих послуг, ІТ-консалтинг;

- виробничий аутсорсинг, що включає базовий та допоміжний аутсорсинг;

- аутсорсинг бізнес-процесів: управління інтелектуальними ресурсами, постачання, гарантійне, фінансове та бухгалтерське обслуговування, створення колл-центрів, сервісні центри, лізингові та логістичні операції, рекламна діяльність;

- аутсорсинг персоналу (аутстафінг) [1].

Інсорсинг ще визначають як створення власних автономних структурних підрозділів, що забезпечують спеціалізацію послуг як підрозділам підприємств, так і зовнішнім підрядникам.