

ЗМІСТ

ВСТУП	7
УМОВНІ СКОРОЧЕННЯ	8
Розділ 1. ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ КІБЕРСПОРТУ. МІЖНАРОДНІ І НАЦІОНАЛЬНІ ОРГАНИ УПРАВЛІННЯ У КІБЕРСПОРТІ (Імас Є., Шинкарук О., Ярмолюк О., Анохін Е., Денисова Л.)	
1.1. Історія розвитку комп'ютерних ігор та кіберспорту у світі	9
1.2. Кіберспорт у зарубіжних країнах	14
1.3. Тенденції розвитку кіберспорту у світі та в Україні	24
1.4. Організація та управління кіберспортом у світі	43
1.5. Міжнародні органи управління у кіберспорті	48
1.6. Організація та управління кіберспортом в Україні.	51
1.7. Кіберспортивна команда (e-sport team) як об'єкт менеджменту	63
1.8. Івент-менеджмент у кіберспорті	70
Використана література	78
Розділ 2. КЛАСИФІКАЦІЯ КОМП'ЮТЕРНИХ ІГОР. ОСНОВНА ТЕРМІНОЛОГІЯ. ХАРАКТЕРИСТИКА ДИСЦИПЛІН КІБЕРСПОРТУ (Шинкарук О.)	
2.1. Класифікація та жанри комп'ютерних ігор	81
2.2. Основні терміни та поняття, що використовуються у кіберспорті	91
2.3. Загальна характеристика дисциплін кіберспорту	93
Використана література	125
Розділ 3. ЗМАГАННЯ ТА ЗМАГАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ У КІБЕРСПОРТІ. УМОВИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗМАГАНЬ У КІБЕРСПОРТІ (Шинкарук О., Анохін Е., Денисова Л.)	
3.1. Особливості змагальної діяльності в кіберспорті	134
3.2. Види змагань, регламент та сітка проведення змагань у кіберспорті	137
3.3. Класифікація кіберспортивних дисциплін	146
3.4. Особливості проведення міжнародних та національних змагань у кіберспорті	155
3.5. Матеріально-технічне забезпечення спортивних дисциплін у кіберспорті	160
3.6. Аналітика в кіберспорті	175
3.7. Піар, стримінг та коментування в кіберспорті	187
Використана література	198

Розділ 4. ХАРАКТЕРИСТИКА СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ У КІБЕРСПОРТІ

(Шинкарук О.)	200
4.1. Мета і завдання підготовки кіберспортсменів	200
4.2. Загальна характеристика підготовки кіберспортсменів	201
4.3. Тактична підготовка кіберспортсменів	210
4.4. Стратегія і тактика професійного геймінгу	215
4.5. Технічна підготовка кіберспортсменів	222
4.6. Психологічна підготовка кіберспортсменів	230
4.7. Фізична підготовка кіберспортсменів	234
4.8. Інтегральна (ігрова) підготовка кіберспортсменів	242
4.9. Теоретична підготовка кіберспортсменів	243
4.10. Побудова тренувального процесу	244
4.11. Професіограма тренера та спортсмена з кіберспорту	249
Використана література	254

Розділ 5. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У КІБЕРСПОРТІ. ПСИХОЛОГІЧНІ СТАНИ. ПСИХОДІАГНОСТИКА

(Мосьпан М.)	256
5.1. Психологічні зміни особистості у ході діяльності в умовах інтернет-середовища ..	256
5.2. Психологія кіберспорту як сучасний напрям спортивної психології	260
5.3. Когнітивна сфера кіберспортсменів та її прояв у спортивній діяльності	263
5.4. Емоційно-вольова сфера кіберспортсмена та її прояв у спортивній діяльності ...	265
5.5. Спрямованість особистості та прояв мотиваційної сфери кіберспортсмена у спортивній діяльності	266
5.6. Особливості психологічного забезпечення кіберспортсменів	271
5.7. Психологічне консультування	273
5.8. Психорегуляція у відновленні працездатності кіберспортсмена	274
5.9. Вправи для розвитку психічних процесів: уваги, пам'яті, мислення	282
5.10. Дихальні вправи	286
5.11. Вправи для розвитку засобів саморегуляції	289
Використана література	294

Розділ 6. РЕЖИМИ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ КІБЕРСПОРТСМЕНІВ РІЗНОГО ВІКУ ТА ПРОФІЛАКТИЧНО-ОЗДОРОВЧІ ЗАНЯТТЯ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ ЗАСОБІВ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

(Андрєєва О., Дутчак М., Василенко М., Бобренко С., Єременко Н., Благій О., Єракова Л., Омельченко Т.)	298
6.1. Загальна характеристика напрямів оздоровчо-рекреаційної рухової активності, рекомендованих для кіберспортсменів	298
6.2. Методика побудови профілактично-оздоровчих занять для кіберспортсменів різного віку на основі використання засобів оздоровчо-рекреаційної рухової активності	301
6.3. Режим рухової активності кіберспортсменів різного віку	313
6.4. Чинники здорового способу життя для підвищення результативності у кіберспорті	318
6.5. Специфіка діяльності у кіберспорті та профілактика типових захворювань засобами оздоровчого фітнесу	334
Використана література	340
Додатки	343

Розділ 7. АНАТОМО-ФІЗІОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ТА ХАРЧОВА ЕРГОГЕНИКА КІБЕРСПОРТСМЕНА (Пастухова В., Лук'янцева Г., Порадун О.)	378
7.1. Вікові особливості розвитку організму кіберспортсмена	378
7.2. Формування та розвиток опорно-рухового апарату кіберспортсменів у віковому аспекті	383
7.3. Роль нервової системи в регуляції рухових функцій кіберспортсменів	390
7.4. Гормональна регуляція діяльності кіберспортсмена	398
7.5. Кардіореспіраторна система та діяльність кіберспортсмена	405
7.6. Харчування та харчова ергогеніка кіберспортсмена	413
Використана література	421
Розділ 8. ЕРГОНОМІЧНА БІОМЕХАНІКА ТА КІБЕРСПОРТ (Кашуба В., Бишевець Н., Хмельницька І.)	426
8.1. Об'єкт і предмет вивчення ергономіки. Проектування системи «людина–машина»	426
8.2. Мікроергономіка системи «студент–комп'ютер»	432
8.3. Мікроергономіка системи «кіберспортсмен–комп'ютер»	460
Використана література	472
Розділ 9. ВПЛИВ КОМП'ЮТЕРНИХ ІГОР НА ЗДОРОВ'Я ГРАВЦІВ ТА ПРОФІЛАКТИКА ВИНИКНЕННЯ КОМП'ЮТЕРНОЇ ДОНОЗОЛОГІЇ У КІБЕРСПОРТСМЕНІВ (Подрігало Л.)	475
9.1. Комп'ютерні ігри як складова мультимедійних технологій та їх вплив на здоров'я гравців	475
9.2. Найбільш значущі за впливом на організм кіберспортсменів чинники комп'ютерних ігор та комплексне фізіолого-гігієнічне їх оцінювання	477
9.3. Особливості розвитку та проявів «комп'ютерної донозології» (розлади зорової сис- теми, функціонального стану, психоемоційного статусу, біохімічних показників тощо)	487
9.4. Обґрунтування методологічної схеми наукових досліджень впливу комп'ютерних ігор на організм кіберспортсменів	492
9.5. Основні принципи профілактики виникнення комп'ютерної донозології у кіберспортсменів та побудова відповідних профілактично-оздоровчих програм	498
Використана література	503
Розділ 10. МЕДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ОСІБ, ЯКІ ОРГАНІЗОВАНО ЗАЙМАЮТЬСЯ КІБЕРСПОРТОМ (Шахліна Л., Футорний С., Маслова О., Осадча О., Шматова О.)	506
10.1. Структура та зміст окремих видів медичного обстеження та лікарського контролю кіберспортсменів	506
10.2. Специфіка медичного контролю за кіберспортсменами різних вікових та адаптивних груп	508
10.3. Актуальні питання спортивної підготовки жінок у кіберспорті	512
10.4. Медичний супровід змагань та масових заходів	516
10.5. Перенапруження провідних органів та систем організму спортсменів у практиці кіберспорту	517
10.6. Хронічне фізичне перенапруження та специфічні порушення опорно-рухового апарату кіберспортсменів	538
10.7. Специфіка виникнення невідкладних станів та формування залежностей під час занять у кіберпросторі	546
10.8. Засоби медичної спрямованості для підвищення роботоздатності та покращення процесів постнавантажувального відновлення в практиці кіберспорту	546
Використана література	555

Розділ 11. АДАПТИВНИЙ КІБЕРСПОРТ (КІБЕРСПОРТ ДЛЯ ОСІБ З ІНВАЛІДНІСТЮ) (Борисова О., Когут І., Гончаренко Є., Кропивницька Т., Краснянський К., Маринич В., Матвеев С., Крушинська Н., Шитікова Є., Бекар С.)	558
11.1. Міжнародна та національна практика розвитку кіберспорту для осіб з інвалідністю	558
11.1.1. Сучасні тренди у розвитку кіберспорту для осіб з інвалідністю	558
11.1.2. Практика застосування кіберспорту в паралімпійському русі та досвід Спеціальних Олімпіад в організації кіберспортивної діяльності для осіб з інвалідністю	563
11.2. Вплив занять кіберспортом на організм осіб з інвалідністю	569
11.3. Інклюзивність індустрії онлайн-ігор	571
11.4. Соціальна інтеграція осіб з інвалідністю через кіберспорт	584
11.5. Підготовка осіб з інвалідністю на різних етапах становлення кіберспортивної кар'єри	595
Використана література	598
ОСНОВНІ ТЕРМІНИ ТА ПОНЯТТЯ, ЩО ВИКОРИСТОВУЮТЬСЯ У КІБЕРСПОРТІ (Шинкарук О.)	601