

ISSN 2220-7481



ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ І КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ



Міністерство освіти і науки України
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, СПОРТ І КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ

Збірник наукових праць
Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки
№ 4 (40)

Луцьк
Східноєвропейський національний університет
імені Лесі Українки
2017

Редакційна колегія

Цьось А. В. – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки) (головний редактор)

Фізичне виховання і спорт

- Андрійчук О. Я.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки) (заступник головного редактора);
- Альошина А. І.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);
- Бергер Ю.** – доктор габілітований, надзвичайний професор, проректор з розвитку (Державна вища школа імені Папи Римського Івана Павла II в м. Бялій-Подлясці, Польща);
- Вільчковський Е. С.** – доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент АПН України (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);
- Воншік Я.** – доктор габілітований, професор, директор Інституту фізичної культури, туризму і фізіотерапії (Академія імені Яна Длугоша в Ченстохові, Польща);
- Батбаатор Г.** – доктор медичних наук, професор (Монгольський національний університет медичних наук, Улан-батор, Монголія);
- Давидов В. Ю.** – доктор біологічних наук, професор (Поліський державний університет, Пінськ, Білорусь);
- Єдинак Г. А.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Львівський державний університет фізичної культури);
- Коцан І. Я.** – доктор біологічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);
- Круцевич Т. Ю.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Національний університет фізичного виховання і спорту України);
- Лях Ю. Є.** – доктор біологічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);
- Ніколаєва А.** – доктор філософії (Університет Фракії, медичний факультет, Фракія, Болгарія);
- Перрі Д.** – доктор філософії, професор (Карловий університет в Празі, Чеська Республіка); Університет Лідса (Велика Британія);
- Томенко О. А.** – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор (Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка);
- Ягенський А. В.** – доктор медичних наук, професор (Волинський обласний центр кардіоваскулярної патології та тромболізу);
- Індика С. Я.** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки) (відповідальний секретар).

Педагогічні науки

- Белікова Н. О.** – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки) (заступник головного редактора);
- Блекінг Д.** – доктор історичних наук, професор (Університет Фрайбурга, Фрайбург, Німеччина);
- Волков В. Л.** – доктор педагогічних наук, професор (Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова);
- Гусак П. М.** – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);
- Джеральд Д.** – доктор філософії, професор (Мерілендський університет, Коледж-Парк, США);
- Дубогай О. Д.** – доктор педагогічних наук, професор (Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова);
- Завидівська Н. Н.** – доктор педагогічних наук, доцент (Львівський інститут банківської справи Університету банківської справи Національного банку України);
- Кондаков В. Л.** – доктор педагогічних наук, професор (Белгородський державний університет, Белгород, Росія);
- Куц О. С.** – доктор педагогічних наук, професор (Херсонський державний університет);
- Малліару М.** – доктор філософії (Грецький відкритий університет, Патри, Греція);
- Малолєпши Е.** – доктор габілітований, професор Академії імені Яна Длугоша (Академія імені Яна Длугоша в Ченстохові, Польща);
- Пріма Р. М.** – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);
- Смолюк І. О.** – доктор педагогічних наук, професор (Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки);
- Фіріка Ж.** – доктор філософії (Університет Тімішоара, Румунія);
- Фратріц Ф.** – доктор філософії, професор (Об'єднаний університет Ніколи Тесла, факультет спорту, Белград, Сербія);
- Ходінов В. М.** – доктор із фізичної культури, ад'юнкт кафедри фізичної культури і здоров'я Радомської політехніки (Польща).

Ф 50 **Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. праць Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. Я. Індика. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2017. – № 4(40). – 152 с.**

У збірнику наукових праць подано окремі положення розвитку фізичної культури, фізичного виховання різних груп населення, підготовки фахівців для галузі. Охарактеризовано методи, засоби тренування, особливості підготовки спортсменів, адаптації організму людей різного віку в процесі фізичного виховання, адекватність яких підкріплюється педагогічними, психологічними та медично-біологічними експериментами.

Журнал є науковим фаховим виданням України, у якому можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата наук за напрямками «Педагогічні науки» (дивитися перелік наукових фахових видань, затверджений наказом Міністерства освіти і науки України від 12 травня 2015 р. № 528) та «Фізичне виховання і спорт» (дивитися перелік наукових фахових видань, затверджений наказом Міністерства освіти і науки України від 13 липня 2015 р. № 747).

Видання відображається в наукометричних та реферативних базах: Index Copernicus International (Impact Factor ICV 2014 – 46,23; 2015 – 57,07), eLIBRARY (PIHЦ) (ліцензійний договір №128-03/2015, від 12.03.2015 р.); ERIH PLUS; Polska Bibliografia Naukowa; Українська наукова; Ulrich's Periodicals Directory; репозитаріях та пошукових системах: OpenAIRE, BASE Google scholar, International Committee of Medical Journal Editors, Research Bible, Information Matrix for the Analysis of Journals, Наукова періодика України.

УДК 796 (Д 82)

УДК 797.21

STRENGTH PREPAREDNESS OF YOUNG SPORTSMEN PREDISPOSED TO SPRINTER AND STAYER DISTANCES

Vladimir Davydov¹, Anna Mankevich¹, Olga Morozova²

¹ Polessky State University, Pinsk, Byelorussia, v-davydov55@list.ru

² Astrakhan State University, Astrakhan, Russia

<https://doi.org/10.29038/2220-7481-2017-04-90-93>

Abstract

The article asserts the necessity to improve the sport training of swimmers, sprinters and stayers. The dynamics of strength preparedness indices of young swimmers belonging to experimental and control groups under the influence of training loads is studied. The influence of the main training aids on the indices of strength preparedness among young athletes aged 12–13 is defined. The divided strength preparedness of sprinters and stayers contributes to the realization of the capabilities of athletes in the competitive process.

Key words: swimming, strength preparedness, sprinters, stayers, training process.

Володимир Давидов, Анна Манкевич, Ольга Морозова. Силова підготовленість юних спортсменів, схильних до спринтерських і стаєрських дистанцій. У статті відзначено потребу вдосконалення спортивної підготовки плавців-спринтерів і стаєрів. Вивчено динаміку показників силової підготовленості юних плавців експериментальної й контрольної груп під впливом тренувальних навантажень. Визначено вплив основних тренувальних засобів на показники силової підготовленості юних спортсменів 12–13 років. Розділена силова підготовленість спринтерів і стаєрів сприяє реалізації можливостей спортсменів у процесі змагальної діяльності.

Ключові слова: плавання, силова підготовленість, спринтери, стаєри, тренувальний процес.

Владимир Давыдов, Анна Манкевич, Ольга Морозова. Силовая подготовленность юных спортсменов, предрасположенных к спринтерским и стайерским дистанциям. В данной статье представлена необходимость совершенствования спортивной подготовки пловцов-спринтеров и стайеров. Изучена динамика показателей силовой подготовленности юных пловцов экспериментальной и контрольной групп под воздействием тренировочных нагрузок. Определяется воздействие основных тренировочных средств на показатели силовой подготовленности юных спортсменов 12–13 лет. Разделенная силовая подготовленность спринтеров и стайеров способствует реализации возможностей спортсменов в процессе соревновательной деятельности.

Ключевые слова: плавание, силовая подготовленность, спринтеры, стайеры, тренировочный процесс.

Introduction. The preparation of a full-fledged sports reserve in swimming involves the introduction of sports training in accordance with the objective laws of the sportsmanship formation (Balakshi T. M., 1996; Davydov V. Yu., 2002; Morozov S. N., 1989; Platonov V. N., Sahnovsky K., 1988, Platonov V. N., 2004, etc.) [1–5]. In this case, the irrational is the position at which the swimmers of various specialization, significantly different in terms of sportsmanship formation, athletic condition, structure and content of competitive activity, readiness, individual indicators of physical development, undergo the same training (Sahnovsky K. P., 1990) [7].

This item is entirely related to the technique of swimmers training: sprinters and stayers, who have great differences in the timing of achieving sports results. Separate training of young swimmers predisposed to anaerobic and aerobic work is quite significant [2].

Taking into account the urgency of this issue, the theoretical data and normative documents were analyzed, the best trainers' experience was summarized, and the experimental program for training young swimmers based on the obtained data was compiled. It formed the basis of our study.

Organization and Research Methods. Sixteen swimmers aged 12–13 took part in the study. Young athletes were divided into four groups. Two groups are experimental: sprinters and stayers and two groups are of control: sprinters and stayers.

Training load when swimming as well as exercises of special physical preparedness on land were as close in their direction as possible in all groups and corresponded to the tasks of this preparation phase. The difference between the training programs consisted only in the fact that the experimental groups were trained according to the program compiled by us (Makarenko L. P., Shirkovets E. A., 1992) [3].

The control over the strength training dynamics of young swimmers was carried out according to the following indicators: imitation of the rowing effort on the land, in the mid-stroke phase (with both hands, right and left); maximum pulling force in water (when floating in full coordination, when passing by hand, when swimming with the help of feet); the time of passing 50 and 3000 meters by freestyle was determined; the level of explosive power was estimated by the results of a jump upwards from the place, the coefficient of power endurance was determined. The coefficient of strength capabilities use and the coordination coefficient were also calculated.

The Main Material and Justification of the Research Results. During the training process of young swimmers–sprinters belonging to the control and experimental groups the parameters of the readiness for mesocycles were changed. The preparatory period is characterized by a certain decline in the level of strength preparedness for all studied indicators in all groups, which is characteristic for this period.

The comparative analysis indicates significant changes in all indicators, both in the control and experimental groups (table 1).

Table 1

Dynamics of the Indicators of Strength Preparedness and Speed of Sprinters Swimming During the Training Macrocycle ($M \pm \sigma$)

Indicators		Experimental Group		Control Group	
		Start of the Study	End of the Study	Start of the Study	End of the Study
		$M1 \pm \sigma 1$	$M2 \pm \sigma 2$	$M3 \pm \sigma 3$	$M4 \pm \sigma 4$
Vpassage sailing 50 min/sec.		1,89 \pm 0,03	1,65 \pm 0,05	1,64 \pm 0,03	1,66 \pm 0,04
Vpassage sailing 3000 min/sec.		1,28 \pm 0,02	1,58 \pm 0,03	1,25 \pm 0,04	1,28 \pm 0,03
Absol. F traction on land	right hand	10,9 \pm 0,84	15,5 \pm 1,24	11,1 \pm 0,94	14,0 \pm 0,95
	left hand	10,9 \pm 0,73	15,4 \pm 1,81	10,3 \pm 0,44	13,8 \pm 0,88
	both hands	19,6 \pm 0,99	26,8 \pm 1,44	19,6 \pm 0,88	24,5 \pm 1,35
Traction force in water	on feet	5,2 \pm 1,31	2,4 \pm 0,81	5,3 \pm 1,21	6,5 \pm 0,22
	on hands	10,6 \pm 0,61	13,4 \pm 0,90	10,3 \pm 0,61	13,5 \pm 0,72
	in full coordination	12,6 \pm 0,65	17,4 \pm 0,97	12,3 \pm 0,65	15,5 \pm 0,92
Height of jump upwards, cm		47,8 \pm 0,52	51,9 \pm 3,76	47,1 \pm 0,53	47,9 \pm 0,88
Coefficient of coordination (KK)		77,8 \pm 3,69	85,0 \pm 1,32	77,8 \pm 3,06	82,0 \pm 1,29
Coefficient of strength capabilities use (CSCU)		61,1 \pm 1,34	67,0 \pm 1,02	61,8 \pm 1,06	64,8 \pm 1,11
Strength endurance		57,8 \pm 2,62	61,9 \pm 3,14	57,9 \pm 2,51	61,9 \pm 2,08

With a relatively equal increase in the level of strength endurance (100,6 %), the swimming speed of 3000 meters (99,2 %), the differences are not reliable $P > 0,05$; (108,9 %), as for the maximum force in water, in full coordination (112,5 %), jump height (108,4 %), the differences are relatively significant ($p < 0,05$). The swimmers of the experimental group significantly exceed the data of the swimmers belonging to the control group.

The sprinters of the experimental group showed a higher degree of the strength potential in water: the coefficient of the strength capabilities use increased by 3,2 % in comparison with the control group, and the coordination factor by 2,7 %, the difference was statistically significant ($p < 0,05$). With the same initial level, the sprinters of the experimental group achieved the average swimming speed of the 50 m distance – 1,89 m/s, which is 6,8 % more than the control group swimmers did, the difference is statistically significant ($p < 0,05$).

The increase of this indicator is predetermined by the force factors that characterize sprinter qualities. The sprinters' strength preparedness of the experimental group, based on the accentuated development of force in relation to sprint distances, made it possible to achieve better results.

The results of the stayers strength training of the experimental and control groups are multidirectional in nature (table 2).

Table 2

Dynamics of the Indicators of Strength Preparedness and Speed of Stayers Swimming During the Training Macrocycle ($M \pm \sigma$)

Indicators		Experimental Group		Control Group	
		Start of the Study	End of the Study	Start of the Study	End of the Study
		M1 $\pm\sigma$ 1	M2 $\pm\sigma$ 2	M3 $\pm\sigma$ 3	M4 $\pm\sigma$ 4
Vpassage sailing 50 min/sec.		1,76 \pm 0,09	1,63 \pm 0,05	1,64 \pm 0,07	1,75 \pm 0,07
Vpassage sailing 3000 min/sec.		1,26 \pm 0,68	1,36 \pm 0,05	1,26 \pm 1,33	1,31 \pm 0,05
Absol.F traction on land	right hand	9,9 \pm 0,80	12,8 \pm 0,55	9,6 \pm 0,44	12,7 \pm 0,91
	left hand	9,4 \pm 1,22	12,8 \pm 0,77	9,0 \pm 1,44	12,8 \pm 0,60
	both hands	19,4 \pm 1,59	24,8 \pm 0,74	19,6 \pm 1,78	23,8 \pm 1,05
Traction force in water	on feet	5,0 \pm 0,90	6,4 \pm 0,41	4,9 \pm 0,68	5,9 \pm 0,52
	on hands	10,2 \pm 0,81	13,6 \pm 0,77	10,1 \pm 0,41	12,5 \pm 0,52
	in full coordination	12,0 \pm 0,69	16,9 \pm 1,03	11,9 \pm 0,75	14,9 \pm 0,92
Height of jump upwards, cm		46,8 \pm 2,34	48,0 \pm 2,65	47,3 \pm 2,45	47,4 \pm 2,18
Coefficient of coordination (KK)		78,9 \pm 2,59	84,9 \pm 1,82	79,5 \pm 2,43	81,7 \pm 1,99
Coefficient of strength capabilities use (CSCU)		61,8 \pm 1,25	68,1 \pm 1,39	61,0 \pm 1,99	62,8 \pm 1,41
Strength endurance		58,7 \pm 1,33	67,7 \pm 1,84	59,2 \pm 1,77	63,2 \pm 1,97

At the end of the first mesocycle, characterized by a large amount of training work, the stayers of the control group had a decrease in the traction strength on the land and in water, strength endurance and speed of navigation at the distance of 50 and 3000 meters.

In the experimental group, the changes in the strength preparedness are more balanced and temperate. Due to the suitability of the strength training and the structure of competitive exercises, the swimmers of the experimental group had no decrease in the level of strength capabilities despite the large volume of strength orientation.

One of the integral indicators of the stayers strength preparedness is the strength endurance, which, after the first mesocycle in the experimental group, remained at the same level, while in the control group, the strength endurance decreased from $59,2 \pm 1,71$ to $57,3 \pm 1,58$, the differences are not significant ($p > 0,05$).

At the end of the study the strength endurance increased from $58,7 \pm 1,33$ to $67,7 \pm 1,84$ in the experimental group, the difference is statistically significant ($p < 0,05$), and, from $59,2 \pm 1,77$ to $63,2 \pm 1,97$ in the control group, the difference is not significant ($p > 0,05$). Also there were significant changes in those indices that determine the specificity of the stayer swimming in the experimental group (table 2). The obtained data contribute to a higher achievement of the average speed at the distance of 3,000 meters which influences the results in the stayer swimming.

Conclusions. The ongoing unidirectional process of strength training of sprinters and stayers is not effective enough.

The differentiated strength training of sprinters and stayers, taking into account the structure and content of competitive activities, individual characteristics, accentuated use of means and methods of training, contributes to the effective manifestation of sportsmen strength in competitive distances.

Sources and Literature

1. Балакши Т. М. Структура силовой подготовленности пловцов на этапе базовой подготовки и углубленной специализации как фактор развития максимальных скоростных способностей: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Волгоград, 1996. 22 с.
2. Давыдов В. Ю. Теоретические основы спортивного отбора и специализации в олимпийских водных видах спорта дистанционного характера: автореферат дис ... д-ра биол. наук. Москва: МГУ, 2002. 40 с.

3. Макаренко Л. П., Ширковец Е. А. Построение спортивной тренировки высококвалифицированных пловцов: метод. разраб. для слушателей ВШТ. – Москва, 1992. – 52 с.
4. Морозов С. Н. Показатели основных сторон подготовленности пловцов, спринтеров и стайеров как критерии управления тренировочным процессом на этапе углубленной специализации: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Москва: ГЦОЛИФК, 1989. 23 с.
5. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. *Общая теория и ее практические приложения*. Киев: Олимп. лит., 2004. 808 с.
6. Платонов В. Н., Сахновский К. П. Подготовка юного спортсмена. Киев: Радикальная шк., 1988. 288 с.
7. Сахновский К. П. Подготовка спортивного резерва. – Киев: Здоровья, 1990. 149 с.

References

1. Balakshi, T. M. (1996). Struktura silovoi podgotovlenosti plovtsov na etape bazovoi podgotovki i uhlublennoi spetsializatsii kak faktor razvitiia maksimalnykh skorostnykh sposobnostei: Avtoref. dis. kand. ped. nauk. [The structure of strength training of swimmers at the primary and extensive specialization stages as a factor in the development of maximum speed abilities]. Volhohrad, 22.
2. Davydov, V. Iu. (2002). Teoreticheskie osnovy sportivnogo otbora i spetsializatsii v olimpiiskikh vodnykh vidakh sporta distantsionnogo kharaktera: Avtoreferat dis. dokt. biol. nauk. [Theoretical bases of sports selection and specialization in Olympic water sports of remote character]. M.: MHU, 40.
3. Makarenko, L. P. & Shirkovets, E. A. (1992). Postroenie sportivnoi trenirovki vysokokvalifitsirovannykh plovtsov [Sports training construction for highly qualified swimmers]. M., 52.
4. Morozov, S. N. (1989). Pokazateli osnovnykh storon podgotovlenosti plovtsov, sprinterov i stayerov kak kriterii upravleniia trenirovochnym protsessom na etape uhlublennoi spetsializatsii: Avtoref. dis. ... kand. ped. nauk. [Indicators of the main aspects of swimmers, sprinters and stayers readiness as criteria for managing the training process at the stage of in-depth specialization]. M.: HTsOLIFK, 23.
5. Platonov, V. N. (2004). Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiiskom sporte [The system of training athletes in the Olympic sport]. Obshchaia teoriia i ee prakticheskie prilozheniia. Kiev, Olimpiiskaia literatura, 808.
6. Platonov, V. N. & Sakhnovskii, K. P. (1988). Podgotovka yunogo sportsmena [Buildup of a young athlete]. Kiev, Radikalnaia shkola, 288.
7. Sakhnovskii, K. P. (1990). Podgotovka sportivnogo rezerva [Preparation of sports reserve]. Kiev, Zdorovia, 149.

Стаття надійшла до редакції 14.10.2017 р.

ЗМІСТ

Історичні, філософські, правові й кадрові проблеми фізичної культури та спорту

Oleksandr Kilnytskyi

The Dynamics of the Development of Walking Tourism Among the Adult Population of the Southern Region of Ukraine in the Second Half of the XXth and the Beginning of the XXIst Century5

Andrii Koval

Problems of Involvement of Youth in Mass and Professional Sports Activities10

Oleksandr Kuts, Borys Kedrovsky, Valentyna Leonova

Conceptual Background of the School System Reform of Physical Education in Ukraine.....15

Vasyl Lutsyki, Bogdan Mytskan

Tourism and Regional Studies in Galicia in the Late XIX and First Half of the XX Century24

Технології навчання фізичної культури

Olga Obrazhey

Consideration of the Somatotype in the Development of Primary Teaching Swimming Methods of Children29

Vira Tkachuk, Iryna Turchyk, Roman Chopyk, Larysa Kozibroda, Maria Chemerys

Olympic Education as an Important Component of a Comprehensive Curriculum on Physical Culture35

Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

Natalia Chuprun

Modernization of Physical Education of Students by Means of Choreography on the Basis of an Integrated Approach41

Valeriy Hryhoriev

The Effect of Sports Club Participation on the Students' Somatic Health46

Valentyna Lyshevska, Serhiy Shepoval

Serological Markers in the Prognosis of the Development of Human Speed Abilities53

Andriy Mandyuk, Marta Yaroshyk, Olha Rymar

Motor Activity in the Informational Environment of High-School-Age Students60

Лікувальна фізична культура, спортивна медицина й фізична реабілітація

Olha Andriychuk, Tetyana Masikova, Dorota Elżbieta Ortenburger, Ruslan Ismailov

Features of the Vegetative Regulation of Demobilized Battle Participants68

Liliy Gatsoeva

The Research of Time Perception of Children with Hearing Impairments73

Mykola Makarenko, Serhii Holiaka

Qualities of Neurodynamic and Mental Functions of Athletes.....78

Sergiy Vozniy, Yuriy Romaskevych, Petro Godlevskiy

Physical Rehabilitation of Adolescents with Minor Structural Cardiac Abnormalities84

Олімпійський і професійний спорт

Vladimir Davydov, Anna Mankevich, Olga Morozova

Strength Preparedness of Young Sportsmen Predisposed to Sprinter and Stayer Distances.....90

<i>Inna Horodynska, Yuri Grabovskyi, Svitlana Stepaniuk, Oleg Kuznetsov</i>	
Technical Training Junior Tennis Players Aged 8–9 as a Constituent Part of Successful Playing Activity	94
<i>Olexander Klimashevsky</i>	
Biomechanical Structure Specifics of the Javelin Throwing Technique Ofelite Athletes	99
<i>Iryna Malyarenko, Yuriy Romaskevych, Olha Koltsova, Kateryna Yuskiv</i>	
Influence of Strength-Building Activities on Competitive Results of Athletes in Workout	104
<i>Artemii Perun, Rehina Andrieieva, Viktoria Koval, Oksana Shvets</i>	
Methodical Conditions for Increasing the Indicators of Technique on the Basis of Special Physical Training of Young Squash Players	111
<i>Anatoly Rovniy, Vladlena Pasko</i>	
The Role of Psychological Qualities in the Process of the Formation of Sports Skill of Young Basketball Players.....	118
<i>Andrzej Soroka</i>	
The Most Important Motor Coordination Skills in the Goalkeepers' Training	122
<i>Evheny Strialenko, Ihor Zhosan, Oleh Shalar</i>	
Intellectual Abilities of High-End Handball Players of Different Playing Roles	128
<i>Yaroslav Syvshch, Olha Pavlos, Ruslan Pavlos, Alla Hohla, Tetyana Dukh</i>	
Using Informational Technologies in the Training Process of Qualified Athletes	134
<i>Valentyna Todorova</i>	
The Main Trends in the Development of Sports Choreography and the Areas of its Improvement in Technical-Aesthetic Sports	139
 <i>Рецензії, хроніки та персоналії</i>	
Інформація про II Міжнародну науково-практичну конференцію «Фізична активність і якість життя людини»	145
Інформація для авторів	148