

ЧЕРНІГІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені Т.Г. ШЕВЧЕНКА

ВІСНИК

Чернігівського національного
педагогічного університету

Випуск 112

Том I

Серія: ПЕДАГОГІЧНІ НАУКИ.

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ

Чернігів
2013

ВІСНИК
Чернігівського національного педагогічного університету
імені Т.Г.Шевченка

Головна редакційна колегія

Головний редактор доктор педагогічних наук, професор,
чл.-кор. НАПН України **Носко М.О.**

Відповідальний редактор доктор історичних наук, професор **Дятлов В.О.**

Редакційна колегія серії "Педагогічні науки": Бобир С.Л., Боровик А.Г., Гетта В.Г., Горошко Ю.В., Грищенко С.В., Жила С.О., Завацька Л.М., Зайченко І.В., Носко М.О., Сидоренко В.К., Кузьомко Л.М., Ляшенко О.І., Огієнко М.М., Пліско В.І., Пригодій М.А., Ростовський О.Я., Савченко В.Ф., Сеніна В.К., Скок М.А., Скребець В.О., Стрілець С.І., Торубара О.М., Третяк О.С.

Редакційна колегія серії "Фізичне виховання та спорт": Носко М.О., Пліско В.І., Медведєва І.М., Кузьомко Л.М., Огієнко М.М., Єрмаков С.С., Зайченко І.В., Жиденко А.О., Лукаш О.В., Ляпін В.П., Власенко С.О., Сергієнко Л.П., Яковенко Б.В., Скребець В.О., Торубара О.М., Приймак С.Г., Синіговець В.І., Гаркуша С.В., Жула Л.В., Куртова Г.Ю., Лисенко Л.Л., Багінська О.В., Почтар О.М.

Відповідальний за випуск: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент **Гаркуша С.В.**

За зміст публікацій, достовірність результатів досліджень відповідальність несуть автори.

Заснований 30 листопада 1998 р.
*(Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації
серія КВ № 17500-6250 ПР від 16.11.2010 р.)*

Адреса редакційної колегії:
14013, м. Чернігів, вул. Гетьмана Полуботка, 53, тел. (04622) 3-20-09.

Рекомендовано до друку вченою радою
Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка
(протокол № 2 від 25 вересня 2013 року)

Постановою Вищої атестаційної Комісії України "Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки" внесено до Переліку наукових фахових видань України, в яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата педагогічних наук.

*(Постанова президії ВАК України
від 16 грудня 2009 р. № 1-05/6)*

Постановою Вищої атестаційної Комісії України "Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт" внесено до Переліку наукових фахових видань України, в яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора і кандидата наук з фізичного виховання та спорту.

*(Постанова президії ВАК України
від 31 травня 2011 р. № 1-05/5)*

ДИАГНОСТИКА И РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

В статье рассматриваются методика отбора и начальной тренировки в дзюдо и каратэ на предварительном этапе подготовки на основе специфики спортивных единоборств.

Ключевые слова: ведущий уровень двигательной деятельности, межмышечная координация, дифференцирование мышечных усилий, отбор.

Постановка проблемы и её связь с важными научными или практическими заданиями. На этапе начальной подготовки закладываются основы дальнейшего роста спортивного мастерства атлета. Данный этап совпадает с началом периода активного развития и формирования систем организма ребенка, развития его психологической сферы. Это, наряду с неравномерным развитием организма юных спортсменов, остро ставит проблему отбора на этапе начальной подготовки. Прежде всего – это проблема критериев предрасположенности к спортивной специализации. Соревновательная деятельность в спортивных единоборствах предполагает выполнение сложнокоординационных движений, связанных с субмаксимальными и максимальными мышечными напряжениями, которые выполняются на фоне проблемы выбора адекватного данной ситуации действия и психологического стресса. Таким образом, представляется, что предрасположенность к такой двигательной деятельности должна определяться на основе интегральных критериев, отражающих специфику соревновательной деятельности в спортивных единоборствах.

Основу подготовки спортсмена-единоборца составляет развитие координационных способностей – ведь именно посредством сложных по координационной структуре движений решаются задачи соревновательной деятельности. Анализ отечественной и зарубежной научно-методической литературы показывает, что в настоящее время существуют различные взгляды на развитие координационных способностей в процессе спортивной подготовки.

Одни авторы предлагают развитие интегрировано осуществлять в ходе технической подготовки [11], другие считают, что воздействие на координационные способности сводится ни к одной из сторон подготовки, а составляет одну из стержневых основ ее содержания [8], третьи продолжают рассматривать место координационной тренировки через призму развития ловкости в системе физической подготовки, и наконец, ряд ученых и тренеров убеждены в необходимости выделения координационной подготовки в качестве самостоятельного и важнейшего раздела подготовки спортсмена, которому присущи определенные задачи, средства и методы развития координационных способностей в том или ином виде спорта [1].

В то же время, Ю.А. Шулика и А.С. Кузнецов [13] отмечают существующее в современной практике подготовки спортивного резерва противоречие, которое состоит в том, что на начальном этапе подготовки в детских спортивных школах в основном превалирует ОФП, хотя, во-первых, в каждом виде спорта на соревнованиях оцениваются специфические действия а, во-вторых, дети, пришедшие учиться приемам определенного единоборства и в силу неспособности ориентироваться на отставленный эффект, под давлением непосильных физических нагрузок покидают спортивные секции.

Таким образом, очевидно, что в современной практике начальной тренировки в спортивных единоборствах существует проблема соотношения средств, тренировки и места координационной подготовки юных спортсменов.

Анализ последних исследований и публикаций. Проблема выбора критериев диагностирования предрасположенности к спортивной тренировке в единоборствах на начальном этапе подготовки в построении эффективной системы отбора является ключевой. Ряд авторов [3, 11] высказывает мнение, что использование модельных характеристик и морфологических показателей юных спортсменов на этапе начальной подготовки не является целесообразным. Многообразие техники спортивных единоборств позволяет оптимально использовать любой тип телосложения: борец высокого роста может с успехом использовать броски с горизонтальным силовым воздействием, а низкий борец – с вертикальным (сверху в низ). Учет пропорций тела обеспечивает еще большее разнообразие приспособительных действий. Однако, модельные характеристики играют очень важную роль на более высоких этапах спортивной подготовки, где индивидуализируется функциональная и технико-тактическая подготовка спортсмена.

Также отмечается, что прогноз конечных значений на основании начальных данных не всегда эффективен [3]. В практике спорта известно множество примеров, когда слабые юные спортсмены оказывались через определенное время занятий среди сильных, и наоборот. Каждый человек уникален по всем функциям и использование среднегрупповых критериев для их оценки некорректно. Поэтому при прогнозировании спортивных способностей рекомендуется ориентироваться не столько на исходный

уровень развития каких-либо качеств или характеристик, сколько на темпы прироста спортивных результатов. В.И. Лях [5], говоря о прогнозировании координационных способностей (КС), отмечает, что на основе первоначальных и однократных измерений можно с определенной долей достоверности судить лишь об актуальных КС.

Исследование же потенциальных КС будет эффективным лишь на основе долговременных наблюдений. Автор отмечает, что время наблюдения должно быть не менее 2 – 3 лет, а возраст, с которого целесообразно осуществлять прогноз в развитии КС зависит от того, какие из них оцениваются. КС класса "телесной ловкости", достоверно прогнозируются уже с 6 – 7 лет. КС класса "предметной ловкости" следует прогнозировать на 3 – 4 года позже – с 10 – 11 лет.

При прогнозировании и развитии КС выяснение вопроса об их взаимосвязи с кондиционными способностями имеет большое значение. В.И. Лях [5] на основании собственных исследований и анализа материала других авторов отмечает прямую взаимосвязь между координационными, скоростными и скоростно-силовыми способностями спортсмена. Немецкий специалист Н.Ж. Vilkner [цит. по 8] предлагает изучать проблему взаимосвязи координационных и кондиционных способностей не как изолированных их проявлений, а как взаимосвязи комплексов КС с комплексами кондиционных способностей.

Таким образом, можно заключить, что успех в спортивных единоборствах зависит от комплексных способностей – исходя из специфики требований вида спорта. В этой связи следует отметить несостоятельность широкораспространённого подхода в отборе на этапе начальной подготовки, когда предрасположенность к занятиям определенным видом спорта оценивается лишь на основании тестирования кондиционных и координационных способностей изолированно друг от друга. Ошибочность такого подхода состоит в том, что посредством данных контрольных упражнений двигательные качества оцениваются в отрыве от специфики единоборства.

С.Е. Бакулев, О.А. Двейрина, А.С. Савина [1] при рассмотрении роли и места координационной подготовки в системе подготовки боксеров на основании теории о многоуровневой системе управления движениями Н.А. Бернштейна [2] заключают, что ведущим в соревновательной деятельности в боксе является уровень, который обеспечивает двигательные акты, представляющие собой не отдельные движения, а совокупность последовательных разнородных движений, в которой каждое из них приобретает свое вспомогательное значение лишь в общей системе решения смысловой задачи в целом.

Также авторы приходят к мнению, что если на этапах начальной и предварительной базовой подготовки при выборе тренировочных средств в качестве ведущего использовать упражнения, относящиеся к другим уровням, это лишит спортсмена в дальнейшем на этапах специализированной базовой подготовки, максимальной реализации индивидуальных возможностей и этапе сохранения достижений перспективы владения соревновательным упражнением (т.е. техникой ударов) в рамках основного уровня.

Результаты некоторых исследований [4, 7] свидетельствуют о высокой эффективности спортивной подготовки с применением комплексного метода тренировки, включающего подвижные и спортивные игры, игровые упражнения и задания, а также комплексы специальных подготовительных упражнений, направленных на воспитание физических способностей, играющих важную роль при ориентации юных спортсменов в борьбе.

Формулировка цели и задач работы. Целью исследования являлось создание педагогической модели диагностирования и развития двигательных способностей юных единоборцев на этапе начальной подготовки. Для достижения цели были поставлены задачи:

- определение информативных критериев одаренности юных спортсменов и проведение на их основе тестирования двигательных способностей к занятиям единоборствами;
- разработка и реализация в рамках долгосрочного исследования методики тренировки, направленной на развитие двигательных способностей юных спортсменов-единоборцев;
- оценка эффективности разработанной методики тренировки, анализ результатов эксперимента и формулирование выводов.

Основной материал исследования. В эксперименте приняли участие 48 юношей в возрасте 10 – 11 лет, желающих заниматься дзюдо и каратэ.

Нами были подобраны тестовые упражнения для отбора одаренных в двигательном отношении юношей для занятий дзюдо и каратэ. Тесты были отобраны по трем направлениям:

- способность к межмышечной координации;
- способность к дифференцированию мышечных усилий;
- способность к ведению единоборства.

Способность к межмышечной координации тестировалась методом, предложенным В.И. Ляхом [6]. Все группы исследуемых были протестированы в беге на 30 метров и челночном беге 3 раза по 10 метров. По результатам тестирования было определено количественное выражение межмышечной координации исследуемых отношением результата в беге на 30 метров к результату в челночном беге 3 раза по 10 метров, которое выражает способность к перестроению работы мышц при развороте в челночном беге.

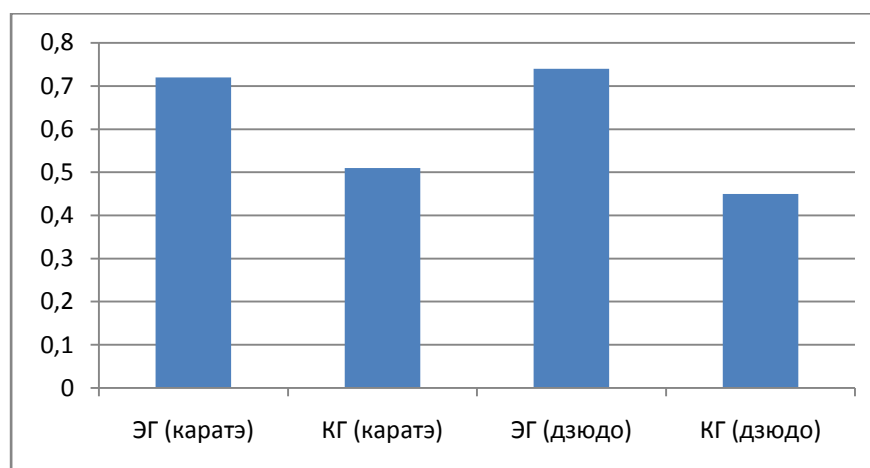


Рис. 1. Показатели межмышечной координации нижних конечностей у юношей 10 – 11 лет

Способность к дифференцированию мышечных усилий оценивалась посредством теста, в котором для каждого спортсмена был определен максимальный результат в толчке дальней рукой медицинбола, весом 1 кг, на дальность с места их положения, стоя вполборота к направлению толчка. Спортсменам было предложено выполнить три толчка медицинбола на заданное расстояние со зрительным контролем, запомнить усилие и выполнить после этого три толчка медицинбола с закрытыми глазами на то же расстояние. Толчки медицинбола проводили на дальность 2/3 от максимального результата. Результаты тестирования способности к дифференцированию мышечных усилий представлены в таблице 1.

Таблица 1

Результаты точности выполнения толчка медицинбола у юношей 10 – 11 лет

Группы исследуемых	Толчок медицинбола со зрительным контролем			Толчок медицинбола без зрительного контроля		
	1	2	3	1	2	3
ЭГ (каратэ), (n=12)	1,8	1,3	1,3	2,7	2,5	2,2
КГ (каратэ), (n=12)	2,5	2,2	2,1	3,3	3,5	3,2
ЭГ (дзюдо), (n =12)	1,9	1,4	1,3	2,5	2,2	2,0
КГ (дзюдо), (n =12)	2,4	2,1	2,1	3,4	3,3	3,0

Способность к ведению единоборства была оценена посредством разработанного нами игрового комплекса, в который входили игры-единоборства, отражающие специфику дзюдо и каратэ: игра в касания, забегания за спину соперника в партере, отрыв соперника от ковра, "осаливание" голеностопа соперника стопой, теснения из круга. Предварительная подготовка у тестируемых детей отсутствовала.

Каждый из участников эксперимента провел пять поединков по каждой игре. Длительность поединка составляла 1,5 минуты. Результаты оценивались баллами: один балл за каждое эффективное действие.

На основании результатов отбора были сформированы экспериментальные и контрольные группы по дзюдо и каратэ: в экспериментальные группы вошли те дети, итоговые тестовые результаты которых были более высокими.

После укомплектования групп было проведено тестирование уровня физической подготовленности (таблица 2).

Экспериментальные группы тренировались на протяжении двух лет по разработанной нами методике (рис. 2).

Таблица 2

Способность к ведению единоборства у юношей 10 – 11 лет (балл)

	Группа	игра в касания	забегания за спину соперника в партере	отрыв соперника от ковра	осаливание голеностопа соперника стопой	теснения из круга
Дзюдоисты	ЭГ	9,5	7,7	3,1	11,4	4,8
	КГ	6,1	4,8	1,3	7,5	2,2
Каратисты	ЭГ	9,7	8,5	2,7	10,8	5,0
	КГ	5,6	5,1	1,1	8,0	1,9

В качестве средств общефизической подготовки применялись упражнения скоростно-силового характера (70%) в сочетании с комплексным использованием средств баскетбола, гимнастики, плавания, лыжного спорта (30% времени). Преимущественно использовались игровой и соревновательный методы.

Контрольные группы тренировались также два года по традиционной методике.

По окончании эксперимента нами было проведено тестирование уровня физической подготовленности, результаты которого были сопоставлены с результатами тестирования в начале обучения. Прирост результатов представлен в таблице 3.

Как показывают результаты, больший прирост по всем показателям был в экспериментальных группах, которые были отобраны и занимались по разработанной нами методике.

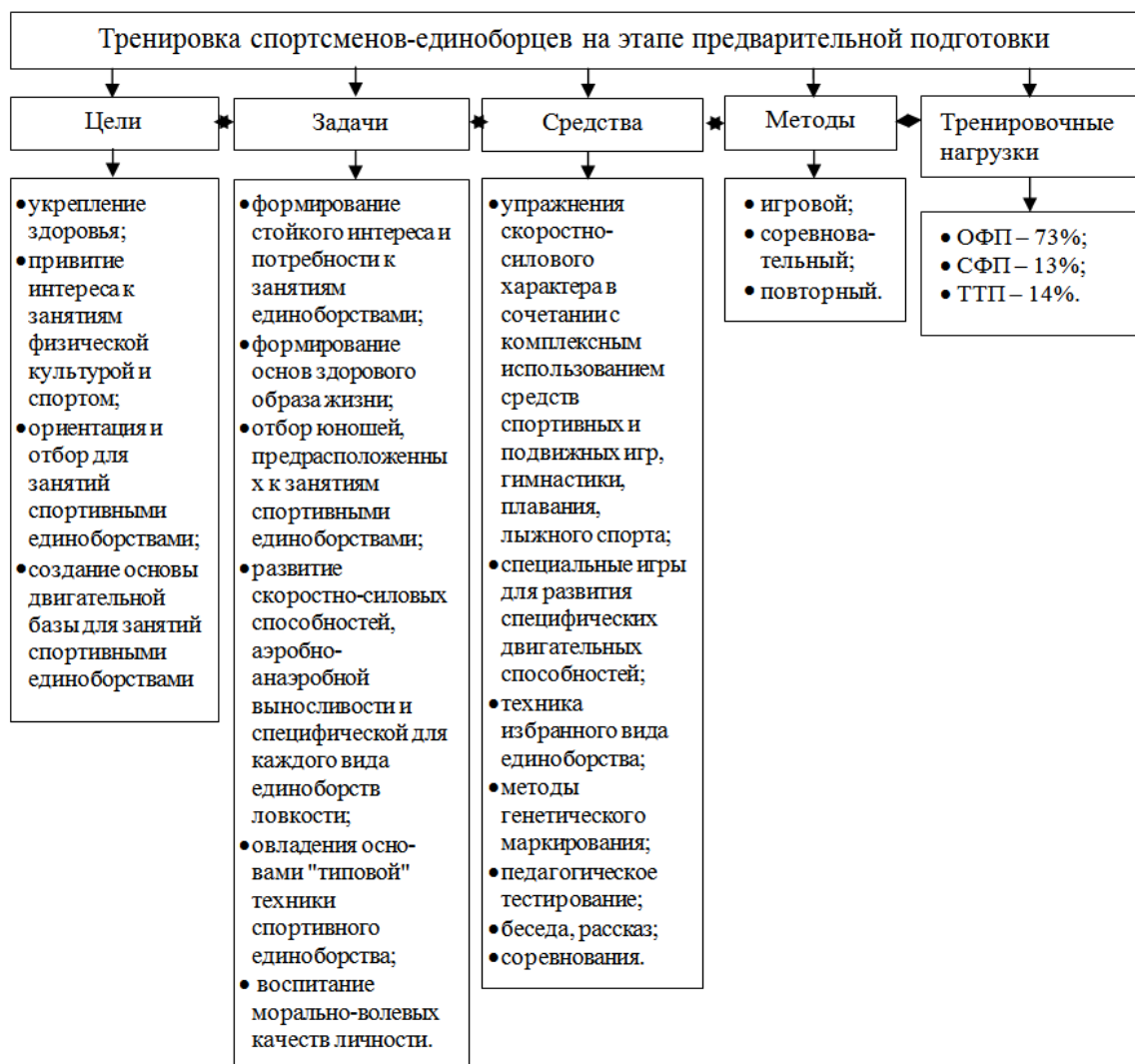


Рис. 2. Методика тренировки в спортивных единоборствах на этапе начальной подготовки

Причем, темпы прироста по отдельным тестам были разные в группах каратэ и дзюдо. В тестах силовую выносливость (подтягивание на перекладине, вис на согнутых руках) больший прирост был у дзюдоистов. В тестах на проявление взрывных усилий лучший результат у спортсменов-каратистов.

Возможно, что это объясняется спецификой применявшихся средств подготовки, характерных для дзюдо или каратэ, в тренировке спортсменов разных видов единоборств.

Таблица 3

Динамика уровня физической подготовленности у юношей, занимающихся дзюдо и каратэ

	Группа	6-мин бег(км)	Бег 30м	Челн.бег 3 x 10 м	Подтягивание из полож. виса, к-во раз	Прыжок с места, м.	Метание мяча 150 гр. на дальность, м	Вис на полусогнутых руках, с
Дзюдоисты	ЭГ, n=11	0,8	2,2	2,5	3	21	19	45
	КГ, n = 10	0,4	1,9	2,1	2	14	12	30
Каратисты	ЭГ, n = 12	0,7.5	2,4	2,4	2,5	24	25	32
	КГ, n = 9	0,3	2,0	2.0	1	18	17	25

Также нами был проведен анализ результатов соревновательной деятельности спортсменов в контрольных и экспериментальных группах. Каждый спортсмен провел по пять схваток, продолжительностью 1,5 мин. Был проведен анализ поединков и определены средние значения показателей соревновательной деятельности (таблица 4).

Таблица 4

Показатели соревновательной деятельности спортсменов-единоборцев 12 - 13 лет

Показатели соревновательной деятельности	ЭГ (дзюдо) n = 11	КГ (дзюдо) n = 10	ЭГ (каратэ) n = 12	КГ (каратэ) n = 9
Активность (кол-во атак в минуту), к-во раз	6	4	12	9
Надежность атакующих действий (эффективность проводимых атак), %	45	30	65	43

Спортсмены из экспериментальных групп за одну минуту поединка проводили большее число атак, эффективность которых была выше, чем у спортсменов из контрольных групп. Эти показатели соотносятся с показателями тестирования при отборе в группы перед началом подготовки.

По окончании исследования нами был проведен анализ динамики численного состава групп (таблица 5).

Таблица 5

Причины прекращения занятий на этапе предварительной подготовки (%)

Группы	Год занятий	Причины прекращения занятий					Всего выбывших, (%)
		Пропал интерес	Большие физич. нагрузки	По состоянию здоровья	Занятость	По семейным обстоят.	
ЭГ-1, 2 (n = 30)	1						
	2			1			4
КГ-1,2 (n = 30)	1	2		1			12,5
	2	1	1				8

За два года обучения в экспериментальных группах занятия прекратил один человек (4 % от численности групп) по состоянию здоровья. В контрольных группах за тот же период занятия прекратили пять человек (20,5 % от общего числа): трое – в связи с отсутствием интереса к занятиям, один – из-за высоких нагрузок и один – по состоянию здоровья. Очевидно, что адекватный способностям ребенка подбор

вида двигательной активности стимулирует интерес к занятиям и, кроме того, позволяет легче адаптироваться к тренировочным нагрузкам.

Выводы и перспективы дальнейших разработок. Как показывает анализ литературных источников и результаты исследования, специфика спортивных единоборств требует соответствующего подхода при выборе методов тренировки даже на этапе начальной подготовки. Именно такой подход позволяет реализовать задачи этапа начальной подготовки и достичь его целей. Результаты исследования подчеркивают важность качества спортивной подготовки на этапе начальной тренировки. Ориентация ребенка в спорте, адекватный требованиям избранного вида отбор и тренировка, организованная в соответствии с возрастными, индивидуальными особенностями занимающегося с одной стороны и особенностям вида спорта – с другой являются основой долговременной и плодотворной спортивной карьеры.

В дальнейшей перспективе представляет интерес вопрос отбора и методика тренировки двигательных способностей в отдельных видах единоборств: бросковых, ударных и смешанных.

Использованные источники

1. Бакулев С.Е. Дифференцированный подход к определению спортивно важных координационных способностей боксера / С.Е. Бакулев, О.А. Двейрина, А.С. Саввина // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2006. – Вып. 20. – С. 3-9.
2. Бернштейн, Н.А. О построении движений / Н. А. Бернштейн ; Центр. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. – М.: Медгиз, 1947. – 255 с.
3. Дзюдо. Система и борьба: учебник для СДЮШОР, спортивных факультетов институтов, техникумов, физической культуры и училищ олимпийского резерва / Ю.А. Шулика [и др.] ; под общ.ред. Ю.А. Шулика. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 800 с.
4. Крепчук И.Н. Сопряженное воздействие специализированных подвижных игр на физические качества и навыки единоборства юных борцов на этапе начальной подготовки: автореф. ...канд.пед.наук.–Минск, 1987.– 23 с.
5. Лях В.И. Координационные способности: диагностика и развитие / В.И. Лях. – М.:ТВТ Дивизион, 2006. – 290 с.
6. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников / В.И. Лях. – М.: АСТ, 1998. – С. 87.
7. Павлов А.Е. Пути повышения эффективности методики начального обучения в классической борьбе / А.Е. Павлов // Теория и практика физической культуры. – 1986. – №9. – С. 31.
8. Садовски Е. Основы тренировки координационных способностей в восточных единоборствах / Е. Садовски. – Белая Подляска, 2003. – 384 с.
9. Сергиенко Л.П. Генетические предпосылки в обучении двигательным действиям человека/Л.П. Сергиенко, В.П. Кореневич// Теория и практика физической культуры. – 1983 – № 2, – С. 41 – 45.
10. Тамбиева А.П. Возрастное развитие силы мышц кисти и выносливости при статических усилиях / А.П. Тамбиев // Возрастная морфология и физиология. – М.: Известия АПН РСФСР, 1963. – С. 3 – 26.
11. Туманян Г.С. Спортивная борьба: отбор и планирование / Г.С. Туманян. – М.: Физкультура и спорт, 1984.
12. Цыбиков Д.В. Определение спортивных способностей юных борцов на этапе начальной подготовки / Д.В. Цыбиков, С.В.Калмыков, А.С. Сагалеев, М.В. Тапхаров // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2007, – №4, стр. 96 – 100.
13. Шулика Ю.А. Ранняя специализация, массовость и спортивное долголетие как проблемы в организации многолетней подготовки по спортивной борьбе / Ю. А. Шулика, А. С. Кузнецов // Теория и практика физической культуры. – 1999. – №3. – С. 54 – 61.

Skoryna A.A., Wroblewski E.P.

DIAGNOSIS AND DEVELOPMENT OF MOTOR ABILITIES IN COMBAT SPORTS IN PRIMARY TRAINING

In the article are considered judo and karate technique of selection and initial training at a preliminary stage of preparation on the basis of combat sports specifics.

Key words: *leading level of motive activity, intermuscular coordination, differentiation of muscular efforts, selection.*

Стаття надійшла до редакції 13.09.2013 р.

Богомазов Віталій Едуардович	старший викладач кафедри водних видів спорту Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту (м. Дніпропетровськ)
Бойчук Роман Іванович	кандидат наук з фізичного виховання та спорту, викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання та спорту Івано-Франківського коледжу фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України (м. Івано-Франківськ)
Браташ Сергій Володимирович	аспірант, викладач кафедри фізичного виховання Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка (м. Чернігів)
Бублик Сергій Анатолійович	кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичного виховання Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника (м. Івано-Франківськ)
Буланов Олег Миколайович	старший викладач кафедри фізичного виховання Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка (м. Чернігів)
Бурлака Ірина Василівна	старший викладач кафедри фізичного виховання Національного технічного університету України "Київський політехнічний інститут"(м. Київ)
Височина Надія Леонідівна	кандидат наук з фізичного виховання та спорту, науковий співробітник Національного університету фізичного виховання і спорту України (м. Київ)
Вихляєв Юрій Миколайович	доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичного виховання Національного технічного університету України "Київський політехнічний інститут" (м. Київ)
Воронов Микола Петрович	доцент кафедри фізичного виховання №1 Національного Університету "Юридична академія України імені Ярослава Мудрого" (м. Харків)
Врублевський Євгеній Павлович	доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичної культури і спорту Поліського державного університету та Зеленогурського університету (м. Пінськ, Республіка Білорусь, м. Зелена Гура, Польща)
Гавриленко Інна Володимирівна	асистент Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка (м. Глухів)
Галай Марія Дмитрівна	викладач кафедри олімпійського та професійного спорту Інституту фізичного виховання та спорту Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (м. Київ)
Гацоєва Лілія Степанівна	викладач Херсонського державного університету (м. Херсон)
Глоба Галина Валеріївна	кандидат педагогічних наук, доцент кафедри методики викладання спортивно-педагогічних дисциплін Донбаського державного педагогічного університету (м. Слов'янськ)
Головченко Олексій Іванович	кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри здоров'я людини та фізичної реабілітації Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка (м. Суми)
Голенкова Юлія Валеріївна	кандидат наук з фізичного виховання та спорту доцент, заступник декана факультету фізичного виховання з виховної роботи Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди (м. Харків)
Голубєва Маргарита Віталіївна	викладач фізичного виховання Донбаської державної машинобудівної академії (м. Краматорськ)
Грибан Григорій Петрович	доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри фізичного виховання Житомирського національного агроєкологічного університету (м. Житомир)

////////////////////////////////////

З М І С Т

БИОМЕХАНІЧНІ, ПЕДАГОГІЧНІ, МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ТА ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ

<i>Адирхаєв С.Г.</i> ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ, ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОЇ РОБОТОЗДАТНОСТІ І ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ З НАСЛІДКАМИ ДЦП.....	9
<i>Аксенова А.В.</i> ХАРАКТЕРИСТИКА НАУЧНИХ ПУБЛІКАЦІЙ В "EUROPEAN JOURNAL OF SPORT SCIENCE"	14
<i>Антонов О.В.</i> ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ІГРОВОЇ СПРЯМОВАНОСТІ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ ЗАСОБІВ ПІШОХІДНОГО ТУРИЗМУ ДЛЯ РОЗВИТКУ ПСИХОМОТОРНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ СТАРШИХ КЛАСІВ	17
<i>Ареф'єв В. Г.</i> ФІЗИЧНІ МОЖЛИВОСТІ УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ РІЗНОГО РІВНЯ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ	26
<i>Архипов О. А., Кротов Г. В., Мішаровській Р. М.</i> ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ НА ФОРМУВАННЯ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	29
<i>Бабенко В.Г.</i> ІНДИВІДУАЛЬНЕ УПРАВЛІННЯ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ ОРГАНІВ ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ.....	33
<i>Багінська О.В.</i> ЗНАЧЕННЯ БІОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТ У РОЗВИТКУ РУХОВОЇ ФУНКЦІЇ ШКОЛЯРІВ В ПРОЦЕСІ ЇХ НАВЧАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	37
<i>Баранцев С.А.</i> ЗАКОНОМЕРНОСТІ ФОРМИРОВАНИЯ КИНЕМАТИЧЕСКОЙ СТРУКТУРЫ ЦИКЛИЧЕСКИХ ЛОКОМОЦИЙ ШКОЛЬНИКОВ 6-13 ЛЕТ	40
<i>Барков В.А.</i> ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ МАНИПУЛЯЦИОННОЙ СПОСОБНОСТИ У СЛЕПЫХ ДЕТЕЙ.....	45
<i>Бобровник В. И., Козлова Е. К.</i> АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННЫХ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ.....	49
<i>Богдановська Н.В., Караулова С.І., Кальонова І.В.</i> ОСОБЛИВОСТІ ДИНАМІКИ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СИСТЕМИ ЗОВНІШНЬОГО ДИХАННЯ СПОРТСМЕНІВ У ПРОЦЕСІ АДАПТАЦІЇ ДО ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ	55

Бойчук Р. І., Бублик С.А. ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ ЗДІБНОСТЕЙ ДО ОЦІНКИ ПРОСТОРОВО-ЧАСОВИХ І ДИНАМІЧНИХ ПАРАМЕТРІВ РУХІВ У ШКОЛЯРІВ В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ ТЕХНІЧНИХ ЕЛЕМЕНТІВ СПОРТИВНИХ ІГОР	59
Бурлака І. В., Смовженко А. М. ВПЛИВ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЇ НА ЯКІСТЬ ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ У СПОРТИВНИХ ІГРАХ	63
Вихляєв Ю.М. УПРАВЛІННЯ І КОРИГУВАННЯ НАПРЯМКУ РУХУ У СЛІПИХ ТА УЧНІВ ЗІ ЗБЕРЕЖЕНИМ ЗОРОМ.....	66
Воронов М.П., Шадріна В.В., Курячий С.В. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ТУРИЗМОМ НА РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ.....	71
Высочина Н.Л. ОПТИМИЗАЦІЯ СИСТЕМИ ЦЕЛЕПОЛАГАННЯ У СПОРТСМЕНОВ МЕТОДОМ КОУЧИНГА	75
Гавриленко І.В. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ ЗІ СТУДЕНТАМИ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....	79
Галай М.Д. ОБҐРУНТУВАННЯ ДОЦІЛЬНОСТІ ВРАХУВАННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ТІЛОБУДОВИ УЧНІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В МОЛОДШІЙ ШКОЛІ	83
Гацоева Л.С. ДОСЛІДЖЕННЯ ПОКАЗНИКІВ СЕНСОМОТОРНОЇ ФУНКЦІЇ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗІ ЗНИЖЕНИМ СЛУХОМ ТА ЇЇ ЗМІНИ ПІД ВПЛИВОМ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ МЕТОДИКИ.....	87
Глоба Г.В. СИСТЕМА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ШКОЛАХ КНР: АНАЛІЗ ДЕРЖАВНОГО РЕГУЛЮВАННЯ ТА CASE STUDY НА ПРИКЛАДІ НОРМАТИВІВ ДЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ	91
Головченко О.І. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ УЧНІВ 11-15 РОКІВ	95
Грибан Г.П. КОНЦЕПЦІЯ МЕТОДИЧНОЇ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ-АГРАРІЇВ.....	100
Грибан Г.П. ДИНАМІКА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ В ІСТОРИЧНОМУ АСПЕКТІ.....	106
Дичко О.А., Дичко В.В., Бобирев В.Є., Курильченко І.Ю. РУХОВІ ЯКОСТІ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ З УРАХУВАННЯМ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ	112
Дорошенко В.В. ВПЛИВ КОМПЛЕКСНИХ ВІДНОВНИХ ЗАХОДІВ НА ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ТА ФУНКЦІОНАЛЬНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ БОРЦІВ ГРЕКО-РИМСЬКОГО СТИЛЮ А ЕТАПІ ПЕРЕДЗМАГАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	116
Ермоленко А.В., Голубева М.В. СОВРЕМЕННЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ КАК УСЛОВИЕ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ.....	121
Єфременко А. М. ВИЗНАЧЕННЯ ВІДПОВІДНОСТІ ТЕСТІВ ДЛЯ ОЦІНКИ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ КВАЛІФІКОВАНИХ СПРИНТЕРІВ.....	124

Жамардії В.О. ВИЗНАЧЕННЯ КРИТЕРІЇВ ТА ПОКАЗНИКІВ РІВНЯ СФОРМОВАНОСТІ СПЕЦІАЛЬНИХ УМІНЬ І НАВИЧОК СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ З ПАУЕРЛІФТИНГУ	129
Жаров А.І., Максименко Є.В., Кисличенко П.В., Ногіна К.О. ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У КУРСАНТА-ПРАВООХОРОНЦЯ - ВАЖЛИВИЙ ЕЛЕМЕНТ ЇХ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ.....	134
Жуков С. М., Кузьміна М. І. ВИДИ ПОПУЛЯРНИХ СПОРТИВНИХ ІГОР У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ.....	137
Журавель О.В., Логвиненко Ю.В., Олексенко І.М. НЕОБХІДНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ ФАРМАКОЛОГІЧНИХ ЗАСОБІВ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ З ДИСЦИПЛІНИ "СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА" У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ ТА ПРАКТИЧНИХ ПІДРОЗДІЛАХ ОРГАНІВ ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ	140
Золочевський В.В. ОРГАНІЗАЦІЯ ДІЯЛЬНОСТІ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНИХ ОБ'ЄДНАНЬ ДІТЕЙ І МОЛОДІ У ВІТЧИЗНЯНИЙ ПЕДАГОГІЦІ (КІНЕЦЬ ХІХ - ПОЧАТОК ХХ СТ.).....	143
Іванюта Н. В., Толмачова С. Є. ОСНОВНІ РУХИ АЕРОБІКИ	147
Каковкіна О. А. ПЕРСПЕКТИВНІ НАПРЯМИ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛІСТІВ З ВАДАМИ СЛУХУ	151
Капілевич Л.В. БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КООРДИНАЦИИ ДВИЖЕНИЙ СПОРТСМЕНОВ В БЕЗОПОРНОМ ПОЛОЖЕНИИ.....	155
Колесник В.А., Богомазов В.Э., Колесник И.А., Лашко В.П. СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ В УКРАИНЕ: ИСТОРИЯ И СОВРЕМЕННОСТЬ	159
Колесниченко В.А., Алзин Ходуд ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОГО АППАРАТА У БОЛЬНЫХ ПОЯСНИЧНЫМ ОСТЕОХОНДРОЗОМ В ДООПЕРАЦИОННОМ ПЕРИОДЕ.....	163
Константинова Л.И., Охлопкова Е.Д., Семёнова Е.И., Кривошапкина З.Н., Ефремова А.В., Миронова Г.Е. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ВИТАМИНИЗИРОВАННОГО НАПИТКА "ВАЛЕТЕК-СП АКТИВ" В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ ЯКУТИИ.....	166
Коробейников Г.В., Коробейникова Л.Г., Дудник А.К., Шацких В.М. АВТОНОМНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ РИТМА СЕРДЦА У СПОРТСМЕНОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ СЕНСОМОТОРНОГО РЕАГИРОВАНИЯ.....	171
Костенко О. М. РУХЛИВІ ІГРИ І ЕСТАФЕТИ ЯК ЗАСОБИ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВИХ ПСИХІЧНИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ НАПРЯМУ ПІДГОТОВКИ "ПОЧАТКОВА ОСВІТА"	175
Кравчук Т.М., Санжарова Н.М., Голенкова Ю.В., Рядинська І.А. ВПЛИВ РЕЖИМУ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ НА РІВЕНЬ РОЗВИТКУ ВИТРИВАЛОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ.....	178
Курилко Н.Ф. ВЛИЯНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СОВМЕСТИМОСТИ НА КОМПЛЕКТОВАНИЕ ФУТБОЛЬНЫХ КОМАНД	183
Лазаренко М.Г. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ВИЗНАЧЕННЯ ФАКТОРІВ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА РОЗВИТОК РУХОВИХ УМІНЬ І НАВИЧОК СТАРШОКЛАСНИКІВ У ПРОЦЕСІ ЛИЖНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	186

Лисенко О.М. ФІЗИЧНА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ТА ОСОБЛИВОСТІ РЕАКЦІЇ КАРДІОРЕСПІРАТОРНОЇ СИСТЕМИ ПРИ АЕРОБНИХ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕННЯХ У СПОРТСМЕНІВ ВИСОКОГО КЛАСУ.....	189
Лукачина А. В. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ У ВІДДЛЕННІ ТЕНІСУ	194
Лукаш О.В., Самоненко С.Б. ВРАХУВАННЯ ФІЗІОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ НАВЧАННЯ РУХОВИХ ДІЙ У СУЧАСНІЙ МЕТОДИЦІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	197
Малахова Ж.В., Начата О.С., Ярошенко В.В., Демченко П.С. ЗДОРОВ'ЯФОРМУЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП.....	201
Маслов В.М., Жула В.П. БІОМЕХАНІЧНИЙ АНАЛІЗ НАПАДАЮЧОГО УДАРУ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ВОЛЕЙБОЛОМ.....	204
Маслова О.В., Марховський Д.О. ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ БАСКЕТБОЛУ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ НЕПРОФІЛЬНИХ ВУЗІВ.....	208
Медведева І.М., Павленко Т.В. НАПРАВЛЕНІСТЬ ТА СТРУКТУРА ПРОЦЕСУ НАВЧАННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ СТУДЕНТІВ ВНЗ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧОЮ ГІМНАСТИКОЮ	211
Мизин В.И. ПРИМЕНЕНИЕ БЕЗАЛКОГОЛЬНОГО ПИЩЕВОГО КОНЦЕНТРАТА ПОЛИФЕНОЛОВ ВИНОГРАДА "ЭНОАНТ" В СОСТАВЕ ПИЩЕВОГО РАЦИОНА СПОРТСМЕНОВ	216
Михалюк Е.Л. ПРОВЕДЕНИЕ СУБМАКСИМАЛЬНОГО ТЕСТА PWC_{170} У СПОРТСМЕНОВ С СИНУСОВОЙ БРАДИКАРДИЕЙ.....	220
Михалюк Є.Л., Малахова С.М., Левченко Л.І. ВПРОВАДЖЕННЯ СУЧАСНИХ МОНІТОРІВ ПУЛЬСУ В ОЗДОРОВЧІ ТРЕНУВАННЯ СТУДЕНТІВ З ПЕРВИННОЮ АРТЕРІАЛЬНОЮ ГІПЕРТЕНЗІЄЮ	223
Мордик О.А., Чеханюк Л.О. ВИХОВАННЯ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ РИТМІЧНОЇ ГІМНАСТИКИ.....	226
Морфунцов В.В., Долженко О.В. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	229
Москалец Т.В., Зверева Е.Н., Коваль Т.В. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПРИКЛАДНОЙ АЭРОБИКИ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ЮНЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ	234
Мулик К.В., Мулик В.В. СПОРТИВНИЙ ТУРИЗМ, ЯК ЗАСІБ РЕКРЕАЦІЇ.....	237
Мунтян В.С. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ ЕДИНОБОРСТВ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ.....	241
Начатая Е.С., Ульяновкина О.В., Калмыкова В.И., Аматауни Н.А. АНАЛИЗ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ	245
Носко М.О., Куртова Г.Ю., Козерук Ю.В. УДОСКОНАЛЕННЯ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ УЧЕНИЦЬ ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ.....	248

Охлопкова Е.Д., Олесова Л.Д., Константинова Л.И., Яковлева А.И., Ефремова А.В. КОРРЕКЦИЯ ПЕРЕКИСНОГО ОКИСЛЕНИЯ ЛИПИДОВ ПРОДУКТОМ КОБЫЛЬЕГО МОЛОКА У СПОРТСМЕНОВ ЯКУТИИ.....	252
Пліско В.І., Козерук Ю.В., Буланов О. М. ОРГАНІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В ЗАКЛАДАХ ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ.....	255
Пода В. М. ІСТОРИЧНІ Й СОЦІАЛЬНО-КУЛЬТУРНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ СВІТОГЛЯДУ В. В. ЗЕНЬКОВСЬКОГО.....	258
Позюбанов Э.П., Сотский Н.Б., Макась М.М., Костенко И.А. БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ К ОТТАЛКИВАНИЮ ШАГОВ РАЗБЕГА ПРЫГУНЬЯМИ В ДЛИНУ РАЗЛИЧНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	261
Пошчев М.И. ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ РОЛЬ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ В ПРОЦЕССЕ МЕТАБОЛИЧЕСКОГО АЦИДОЗА	267
Пронтенко К.В. СУЧАСНИЙ СТАН ТА ЕФЕКТИВНІСТЬ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ГИРЬОВОМУ СПОРТІ	269
Пронтенко К.В., Пронтенко В.В., Михальчук Р.В., Безпалий С.М. ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ СПОРТСМЕНІВ-ГИРЬОВИКІВ ДО ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	272
Романюк К.О. АНАЛІЗ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ РОБОТИ З ВИХОВАННЯ МІЖЕТНІЧНОЇ ТОЛЕРАНТНОСТІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	276
Руденик В.В. РЕАЛИЗАЦИЯ СИСТЕМНОГО ПОДХОДА В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ	282
Самсонова А.В. МЕТОДЫ ОЦЕНКИ СТЕПЕНИ ГИПЕРТРОФИИ СКЕЛЕТНЫХ МЫШЦ ЧЕЛОВЕКА	286
Скорина А.А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ГЕНЕТИЧЕСКИХ МАРКЕРОВ, КАК КРИТЕРИЯ СПОРТИВНОГО ОТБОРА В ЕДИНОБОРСТВАХ.....	291
Скорина А.А., Врублевский Е.П. ДИАГНОСТИКА И РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ В СПОРТИВНЫХ ЕДИНОБОРСТВАХ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ.....	296
Скребець В.О., Браташ С.В. ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО ТА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ УЧНІВ СТАРШОЇ ШКОЛИ.....	302
Стадник В. В. ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ АВТОРСЬКОЇ ПРОГРАМИ ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОГО ПІДХОДУ ДО ПОЗААКАДЕМІЧНИХ ЗАНЯТЬ НА РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ НУ "ЛЬВІВСЬКА ПОЛІТЕХНІКА"	306
Станкевич Л.Г. ВЛИЯНИЕ КОМПЛЕКСА АНТИОКСИДАНТОВ НА ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ.....	310
Торубара О.М., Трояновська М.М. ОЦІНКА КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІВЧАТ БІАТЛОНІСТОК СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В ПРОЦЕСІ СТРІЛЬБИ.....	314
Феуерман В.В. БЕЗПЕРЕРВНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ЯК ІНСТИТУТ ДЕРЖАВНОЇ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ	317

Фішев С.О., Фішев Ю.О. КОНЦЕПТУАЛЬНІ ЗАСАДИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УКРАЇНІ.....	321
Филинков В.И. ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДЫ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ С УЧЕТОМ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ.....	324
Хлус Н.О., Леонова В.А. ВПЛИВ КОМПЛЕКСІВ СТЕП-АЕРОБІКИ НА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ СТУДЕНТОК СТАРШИХ КУРСІВ ГЛУХІВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ ОЛЕКСАНДРА ДОВЖЕНКА.....	328
Христова Т.Є. МОНІТОРИНГ СТАНУ ПОВІТРЯНОГО СЕРЕДОВИЩА ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ СПОРТОМ.....	331
Чекмарьова Н.Г., Хаджинов В.А. КОМПЛЕКСНА ОЦІНКА ВИЗНАЧЕННЯ РОЗВИТКУ ПСИХОМОТОРНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ ДЛЯ СИСТЕМИ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ	334
Черненко Е.Е. ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО СИСТЕМЕ ПИЛАТЕСА НА УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК.....	341
Шевьяков О.В. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ СПОРТСМЕНІВ.....	345
Шишацька В. І., Щеглов Є. М. ФОРМУВАННЯ СПОРТИВНОЇ КУЛЬТУРИ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТІВ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	350
Шиян О.В. ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ АСИМЕТРИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ НА СТАН ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ СПОРТСМЕНІВ 12-13 РОКІВ	353
Шуба Л.В. ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ПАРАЛІМПІЙЦІВ З УРАЖЕННЯМ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ	357
Шумейко С. М. ВИХОВАННЯ ПІЗНАВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ	361
Щелкунова М.О., Щелкунов А.О., Панченко П.К., Єрохіна Н.В. ПОКАЗНИК НАЙБІЛЬШ ЗНАЧИМИХ ФІЗИЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ РІЗНОГО КОНТИНГЕНТУ У ЛЕГКОАТЛЕТИЧНИХ ВИДАХ ШКІЛЬНОЇ ПРОГРАМИ.....	364
Юнак А.П. ДОЗУВАННЯ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ ШКОЛЯРІВ ПІД ЧАС УРОКУ ЛИЖНОЇ ПІДГОТОВКИ	367
Яковенко Б.В., Франчук О.П. МОДЕЛЮВАННЯ БІОМЕХАНІЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ В ПРОЦЕСІ ФІЗКУЛЬТУРНИХ ЗАНЯТЬ	371
Якубович С.К. ОБ ОСОБЕННОСТЯХ ИНЕРЦИОННОГО КОМПОНЕНТА СИЛОВОЙ НАГРУЗКИ В СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ УПРАЖНЕНИИ ТОЛКАТЕЛЕЙ ЯДРА	375
Ясько Г.В. ВЛИЯНИЕ СИЛОВЫХ ТРЕНИРОВОК РАЗЛИЧНОГО УРОВНЯ И ЧАСТОТЫ НА СИСТЕМУ ПРОСТАГЛАНДИНОВ У СПОРТСМЕНОВ	380