

**ЧЕРНІГІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені Т.Г. ШЕВЧЕНКА**

ВІСНИК

**Чернігівського національного
педагогічного університету**

Випуск 107

Том 2

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.,
Гринь Т.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.

Редакційна колегія серії "Фізичне виховання та спорт": Носко М.О., Пліско В.І.,
Медведева І.М., Кузьомко Л.М., Огієнко М.М., Єрмаков С.С., 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., Жара Г.І., Куртова Г.Ю., Міненок А.О., Усманова Г.О.

Відповідальні за випуск: доктор біологічних наук, професор, зав. кафедри
біологічних основ фізичного виховання та спорту **Жиденко А.О.;**
кандидат педагогічних наук, доцент **Жара Г.І.**

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 № 8 від 3 квітня 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)

УДК 796.42

Врублевский Е.П., Татарчук Ю., Асенкевич Р.

ОТБОР И ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОК В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ С ПОЗИЦИИ ПОЛОВОГО ДИМОРФИЗМА

Разработаны и обоснованы критерии морфогенетических маркеров скоростно-силовых способностей спортсменок и основные направления индивидуализации процесса их подготовки с учетом особенностей женского организма. Данная работа не претендует на решение всех проблем полового диморфизма в спорте. Ее цель – обратить внимание на вопросы, требующие обширных и сложных исследований.

Ключевые слова: спортсменки, маскулинность, пальцевые пропорции, скоростно-силовые показатели.

Постановка проблемы. Развитие спорта высших достижений сопровождается все более активным вовлечением в него представительниц женского пола. Между тем, в последние годы многие ученые высказывают мнение, что среди спортсменок всех возрастных групп (девочки, девушки, женщины) выражены признаки, свидетельствующие о большей маскулинности, чем у женщин, не занимающихся спортом. Это, прежде всего, морфологические признаки: соматотип (ширина плеч больше ширины таза, изменение соотношения между жировой и мышечной тканью в пользу последней), гирсутизм (мужской тип оволосения, т.е. появление волос в зонах, не свойственных женщине), гипоплазия (недоразвитие) грудной железы и т.п. Имеются и функциональные нарушения, связанные с изменением менструального цикла. Все это может свидетельствовать о повышенном содержании в организме спортсменок мужских гормонов.

Данный факт объясняется двумя точками зрения. Одни ученые считают, что это результат постоянно возникающей постнагрузочной гиперандрогении [5], другие утверждают, что это результат отбора в спорт девочек мужского соматотипа [7, 8]. Причем, последние, в качестве маркеров выделяют состав скелетно-мышечных волокон [7], маскулинный тип дерматоглифики [1], некоторые психологические особенности [9]. Однако, в силу недостаточной разработанности, инвазивности и сложности определения, эти критерии пока не нашли широкого практического применения.

Цель исследования – разработать и обосновать критерии морфогенетических маркеров скоростно-силовых способностей легкоатлеток и основные направления индивидуализации процесса их подготовки с учетом особенностей женского организма.

Методы и организация исследования. Совокупность методов, использованных для достижения цели, включала: 1) теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы; 2) анкетирование; 3) соматотипирование; 4) психологическое и педагогическое тестирование; 5) методы статистической обработки полученного материала.

Пальцевая пропорция длины второго (2D) и четвертого (4D) пальцев руки, называемая "соотношением Manninga", определялась по методике автора [12, 13] (рис. 1).

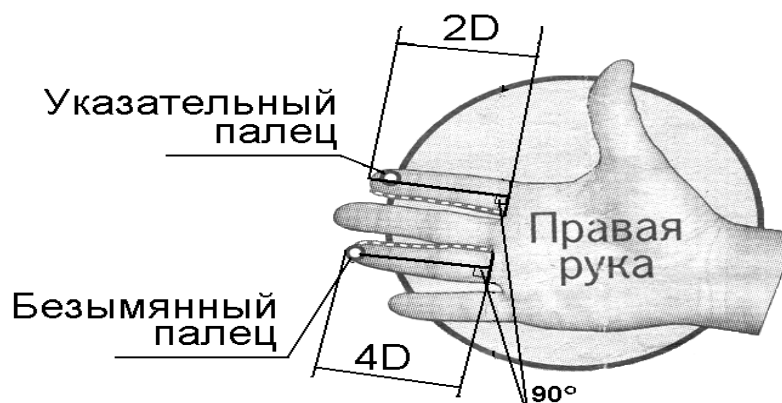


Рис. 1. Методика измерения пальцевых пропорций

Основные материалы исследования были получены при работе в комплексной научной группе (КНГ) сборной команды России по легкой атлетике. Всего обследовано 126 спортсменок высокой квалификации (МС-МСМК), специализирующихся в скоростно-силовых видах легкой атлетики различного возраста (от 17 до 38 лет).

В констатирующем эксперименте приняли участие 33 девочки и мальчика 13-14 лет, занимающихся легкой атлетикой.

Результаты исследования и их обсуждение. По результатам обследования нескольких тысяч мужчин и женщин, предпринятого J. T. Manning с сотрудниками, была определена пропорция, получившая в научном мире обозначение "2D:4D", т. е. отношение длины указательного (второго) пальца и безымянного (четвертого). Результат таков: у большинства мужчин безымянный палец немного длиннее указательного (мужской тип кисти), а пропорция 2D:4D колеблется в пределах 0,96-0,99. У женщин пропорция "перевернута" и составляет от 0,99 до 1,1 (женский тип кисти). При этом, указательный палец, как правило, длиннее безымянного. Средний вариант наблюдается у обоих полов, но в большей степени встречается у женщин (рис. 2).

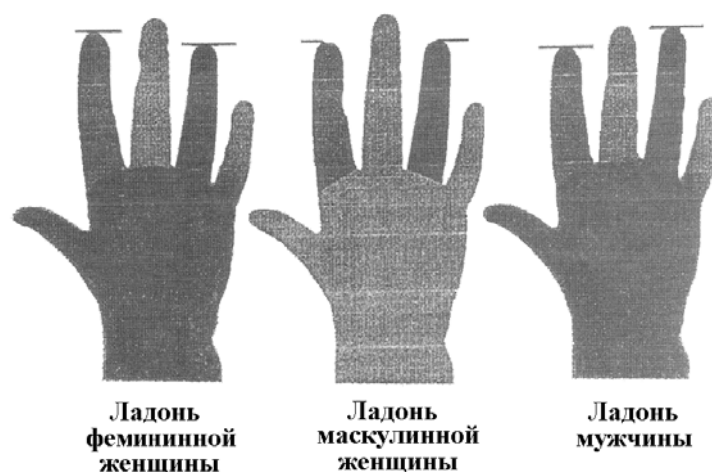


Рис. 2. Пальцевые пропорции (2D:4D) у женщин и мужчин

Авторы, формулируя гипотезы, отмечают, что разная величина пропорции 2D:4D может быть связана с предрасположенностью к развитию определенных болезней, сексуальной ориентации. Кроме того, указывалось на различные способности, в том числе, и двигательные возможности. Пропорции пальцев, считают ученые [2, 12], закладываются очень рано в процессе пренатального развития, когда зародышу около трех месяцев. На длину второго пальца влияет "женский" половой гормон эстроген, а четвертого – "мужской" половой гормон тестостерон.

Используя методику определения "2D:4D", нами были проанализированы пальцевые пропорции у 126 спортсменок, членов сборной команды страны по легкой атлетике (основной и резервный составы), специализирующихся в скоростно-силовых видах (спринтерский и барьерный бег, прыжки, метания). В состав обследуемых входили как молодые, перспективные спортсменки, так и известные легкоатлетки, победители и призеры чемпионатов мира и Олимпийских игр.

Выяснено, что у 78 % спортсменок наблюдаются пальцевые пропорции, близкие к "мужским" пропорциям (0,98-0,99), что может свидетельствовать об их определенной маскулинизации, а используемая для этого методика может быть информативным и простым маркером, по которому можно прогнозировать генетическую предрасположенность к способности эффективно совершать скоростно-силовую работу максимальной мощности. Результаты тестирования по стандартизированной методике "маскулинности-феминности" S. Vem [9] также показали, что у этой группы спортсменок в большей степени (63 %) проявляется маскулинизация их психики.

Характерны данные анкетирования спортсменок, которые свидетельствуют, что у 58 % легкоатлеток отцы или матери, в той или иной мере занимались спортом. Отметим, что высоких спортивных результатов добивались и легкоатлетки, у которых не обнаружены мужские пальцевые пропорции, но им, вероятно, для достижения подобного уровня необходимо было приложить больше усилий в тренировках, чем спортсменкам, более одаренным от природы.

Анализ тренировочных нагрузок, проведенный в группе легкоатлетов, специализирующихся в спринтерском и барьерном беге, показал, что маскулинные спортсменки, процент которых в этих дисциплинах легкой атлетики составлял 82 %, выполняют в годичном цикле достоверно ($p < 0,05$) больший объем работы скоростно-силового характера, по сравнению с другими бегуньями. В целом, выявлена идентичность, как годовых объемов средств тренировки, так и основных тенденций в их распределении по мезоциклам у мужчин-спринтеров и маскулинных бегуний (небольшие различия отмечены лишь в объеме и распределении тренировочной нагрузки гликолитической направленности). По нашему мнению, общность механизмов адаптации к различным воздействиям среды и эволюционная предрасположенность женщин (в первую очередь маскулинного типа) к выполнению больших физических нагрузок позволяют им осуществлять аналогичный, а в отдельных случаях и более значительный объем тренировочной работы, по сравнению с мужчинами.

Поэтому вполне приемлема общая методология построения тренировки в годичном цикле, учитывающая, однако, особенности женского организма при планировании тренировочной нагрузки в мезоциклах в соответствии с индивидуальной динамикой работоспособности по фазам овариально-менструального цикла (ОМЦ).

Между тем, результаты проведенного анкетирования показали, что спортсменки маскулинного типа отмечают незначительное снижение работоспособности (по субъективным ощущениям) в различные фазы ОМЦ. В этой группе достаточно высок процент девушек (28,2 %), которые хорошо переносят тренировочные нагрузки в предменструальной и менструальной фазах ОМЦ, а 23,6 % респонденток считают, что для них безразлично, в какую фазу цикла выполнять тренировочную нагрузку.

С целью сравнения реакции организма мальчиков и девочек 13-14 лет, занимающихся легкой атлетикой в спортивной школе, на одинаковые тренировочные воздействия скоростно-силовой направленности, был проведен эксперимент продолжительностью девять недель. В соответствии с программой, в начале и конце эксперимента проводилось педагогическое тестирование. Для контроля развития скоростно-силовых способностей использовались показатели, представленные на рисунке 3, а прирост результатов в этих тестах у мальчиков ($n=14$) и девочек ($n=19$) выражался в процентах, что позволило корректно сравнивать данные показатели. В группе девочек было десять юных спортсменок, у которых зафиксированы мужские пропорции пальцев.



Рис. 3. Динамика показателей скоростно-силовой и скоростной подготовленности испытуемых за период эксперимента

Результаты эксперимента показали, что реакция организма девочек в ответ на адекватные по объему и направленности тренирующие воздействия, по сравнению с мальчиками, отличается, что, по-видимому, объясняется биологическими особенностями и, в первую очередь, наличием значительно

меньшей концентрацией андрогенов в женском организме [2, 3]. В целом, для достижения одинакового с мальчиками прироста в скоростно-силовых и скоростных тестах девочкам требуется больше времени. Причем, наиболее значительные различия наблюдаются у девочек с "женскими" пропорциями пальцев.

Схожие (аналогичные) результаты получены Kamińska E. и Szymańska-Parkieta [11], которые исследовали большую группу школьниц 13 лет и выявили, что у физически более развитых девочек пропорции пальцев приближаются к мужским.

Проблема полового диморфизма в спорте высших достижений является одной из интереснейших и в тоже время слабо освещенных в современной спортивной науке. До сих пор нет однозначной оценки этого феномена в теории и практике отбора и подготовки спортсменов. Мало рассматривается представлений о маскулинности и фемининности как половых типах и недостаточно показывается необходимость их учета при суждении о тех или иных различиях между спортсменами и спортсменками. Между тем, как показано в ряде работ, учет степени выраженности маскулинности и фемининности существенно изменяет картину, что было выявлено как на детях [4], так и на взрослых людях [14]. Примечательно и то, что исследование, проведенное в США, показало наличие наиболее высоких баллов по шкале маскулинности у чернокожих женщин, за ними следовали латиноамериканки, а затем белые женщины [10].

По данным А. Н. Клиорина и В. П. Чтецова [6], мышечный соматотип у детей определяется уже с рождения, и в популяции среди девочек 8-9 лет он регистрируется у 7,7 %, в 13-14 лет – у 6,8 %. Таким образом, важно подчеркнуть, что в женской популяции представительство мышечной конституции невелико – всего 7-8 %. Можно предположить, что в женском спорте (особенно элитном) и концентрируется то небольшое количество (7-8 %) представительниц мышечного соматотипа женской популяции.

По нашему мнению, не стоит спорить относительно того, чем обусловлена гиперандрогенность маскулинных спортсменов: отбором или воздействием тренировочной нагрузки. Как и в отношении многих других проблем, вопрос не должен рассматриваться с позиции "или-или". Имеет значение как один, так и другой факторы, и отделить их друг от друга практически невозможно. По-видимому, при занятии спортом происходит усугубление того, что "заложено" от рождения.

Выводы

1. В скоростно-силовых видах легкой атлетики, в результате отбора, "концентрируются" девочки мышечного (мужского) соматотипа, который имеет все морфофункциональные и психоэмоциональные предпосылки для напряженных физических нагрузок в течение многих лет.

2. Становится очевидным, что простое сравнение мужских и женских групп является во многих случаях бесперспективным, так как на самом деле выявление половых различий должно основываться не столько на морфологических признаках (с учетом генетического пола), сколько с учетом гормонального пола, обуславливающего маскулинность и фемининность.

3. Проведенное исследование позволяет сформировать критерии прогностической оценки скоростно-силовых способностей на основе таких простых по тестированию и идентификации биологических маркеров, как пальцевые пропорции (2D:4D), которые могут быть использованы в виде "визитной карточки" на этапах ранней ориентации и начального отбора. Знание конкретной предрасположенности даже ведущих спортсменов позволит тренеру более четко определить круг возможностей, характер и методы педагогических воздействий.

4. Нарушение ритмичности функционирования женской репродуктивной системы, часто наблюдаемое у маскулинных спортсменов является своеобразной "ценой" за достижение ее организмом высокого уровня адаптированности к напряженным тренировочным и соревновательным нагрузкам.

Перспективы дальнейших исследований. При изучении различий мужчин и женщин, занимающихся спортом, следует учитывать, что традиционное их сравнение, то есть по генетическому полу, хотя и дает некоторые результаты, однако не отвечает имеющейся реальности, которая заключается в наличии половых типов, а не только биологических полов. Поэтому более перспективно изучение сходства и различий не между биологическими полами, а половыми типами мужчин и женщин, с учетом маскулинности и фемининности.

Настоящая работа не претендует на решение всей проблемы полового диморфизма в спорте. Цель ее заключается в том, чтобы обратить внимание на вопросы, требующие обширных и комплексных исследований.

Использованные источники

1. Абрамова Т. Ф. Пальцевая дерматоглифика и физические способности : автореф. дис... д-ра биол. наук. / Т. Ф. Абрамова. – М., 2003. – 51 с.
2. Антропология : Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М. : ВЛАДОС, 2004. – 272 с.

3. Вундер П. А. Эндокринология пола / П. А. Вундер. – М. : Медицина, 1980. – 253 с.
4. Каган В. Е. Нарушение половой идентичности / В. Е. Каган // Справочник по психологии и психиатрии детского и подросткового возраста. – СПб. : Питер, 2000. – 214 с.
5. Калинина Н. А. Гиперандрогенные нарушения репродуктивной системы у спортсменов / Н. А. Калинина. – М. : ВНИИФК, 2003. – 198 с.
6. Клиорин А. И. Биологические проблемы учения о конституциях человека / А. И. Клиорин, В. П. Чтецов. – Л. : Медицина, 1979. – 164 с.
7. Никитюк Б. А. Состояние специфических функций женского организма при занятиях спортом / Б. А. Никитюк. // Теория и практика физической культуры. – 1984. – № 3. – С. 19 – 21.
8. Соболева Т. С. Формирование полозависимых характеристик у девочек и девушек на фоне занятий спортом : автореф. дис... д-ра мед. наук. / Т. С. Соболева. – СПб., 1996 – 42 с.
9. Bem S. Theory and measurement of androgyny / S Bem. // Journal of Personal and Social Psychology, 1979. – v. 37. – P. 1047 – 1054.
10. Burn S. The social psychology of Gender / S Burn. – MC Craw – Hill, Inc., – 2000 – 320 p.
11. Kamińska E. Formyty palcowe u kandydatów i kandydatek do szkoly sportowej / E Kamińska, K Szymańska-Parkieta // Problemy dymorfizmu pociowego w sporcie : AWF Katowice, 2003. – P. 350 – 354.
12. Manning J. T. The ratio of 2nd and 4th digit length: a predictor of sperm numbers and concentrations of testosterone luteinizing hormone and oestrogen / J. T. Manning , D. Scutt. // Human Reproduction, 1998. – № 13. – P. 300 – 304.
13. Manning J. T. "The ratio of 2nd to 4th digit length: a new predictor of disease predisposition / J. T. Manning, P. E. Bundred. // Med.Hypotheses, – 2000. – №24. – P. 855 – 857.
14. Powell G. N. One more time: Do female and male managers differ? / G. N. Powell // Acad. Manag. Executive, 1990. – v.4. – №3. – P. 68 – 75.

*Врублевський Е.П., Татарчук Ю.,
Асенкевич Р.*

ВІДБІР І ПІДГОТОВКА СПОРТСМЕНОК В ЛЕГКІЙ АТЛЕТИЦІ З ПОЗИЦІЙ СТАТЕВОГО ДИМОРФІЗМУ

Розроблено й обґрунтовано критерії морфогенетичних маркерів швидкісно-силових здібностей спортсменок та основні напрямки індивідуалізації процесу їх підготовки з урахуванням особливостей жіночого організму. Дана робота не вирішує усіх проблем статевого диморфізму у спорті. Її мета – звернути увагу на питання, які потребують розширених і складних досліджень.

Ключові слова: спортсменки, маскуліність, пальцеві пропорції, швидкісно-силові показники.

*Vrublevsky E. P., Tatarchuk Y.,
Asinkevich R.*

FIELD ATHLETICS FROM POSITION OF SEXUAL DIMORPHISM

The purpose of the research was to develop and substantiate the criteria of morphogenetic markers of speed-power abilities of female athletes and basic directions of individualizing the process of their training in view of female organism's features.

The present work does not claim for solving all problems of sexual dimorphism in sports. Its purpose consists in paying attention to the questions demanding extensive and complex researches.

Key words: athletes, masculinity, digit proportions, speed-power performance.

Стаття надійшла до редакції 01.02.13

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 2

ДІАГНОСТУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ОПТИМІЗАЦІЯ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО І ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСІВ

<i>Барков В.А.</i> К РАЗВИТИЮ ФУНКЦИИ "ЧУВСТВО ПРЕДМЕТА" У ДЕТЕЙ С НАРУШЕНИЯМИ ЗРЕНИЯ НА УРОКАХ АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.....	5
<i>Бусловская Л.К.</i> ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ И АДАПТАЦИЯ ДЕТЕЙ К УЧЕБНЫМ НАГРУЗКАМ.....	9
<i>Ben Saïd Noureddine, Inoubli Mokhtar, Gharbi Adnen, Sederi Lamjed, Ammar Mohammed</i> INFLUENCE OF INTERMITTENT ANAEROBIC WORKLOAD ON THE ACCURACY OF MOTOR ACTIONS AT FOOTBALLERS.....	13
<i>Волков В.Л.</i> ОЦІНКА МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ НАВЧАННЯ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ.....	16
<i>Врублевский Е.П., Татарчук Ю., Асенкевич Р.</i> ОТБОР И ПОДГОТОВКА СПОРТСМЕНОВ В ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ С ПОЗИЦИИ ПОЛОВОГО ДИМОРФИЗМА.....	21
<i>Gharbi A., Ben Said N., Frikha M., Inoubli M., Msadak M., Tabka Z.</i> EFFECTS OF MODE AND DURATION OF RECOVERY AT REPEATED SPRINTS ON SOCCER PERFORMANCE.....	26
<i>Горская Г.Б.</i> ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ СПОРТСМЕНОВ: ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ПОДДЕРЖАНИЯ.....	31
<i>Давыдов В.Ю., Врублевский Е.П., Татарчук Ю., Асинкевич Р.</i> ОБУЧЕНИЕ НАВЫКАМ ПЛАВАНИЯ ДЕТЕЙ – ДОШКОЛЬНИКОВ (ПОЛЬСКИЙ ОПЫТ).....	35
<i>Зайцева О.И.</i> ПРОФИЛЬ МЕЖПОЛУШАРНОЙ АСИММЕТРИИ В ЭТНИЧЕСКИХ ПОПУЛЯЦИЯХ КАК ОДИН ИЗ ФАКТОРОВ ШКОЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ.....	40
<i>Frikha Mohamed, Elghoul Yosri & Damak Karim</i> COGNITIVE APPROACH RELATED TO THE PERCEPTION DIFFICULTY OF AN ASSIGNED TASK AND ITS IMPACT ON THE ADAPTIVE BEHAVIOUR OF HIGH SCHOOL STUDENTS.....	43
<i>Калиниченко І.О.</i> ВПЛИВ УРОКІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НА РОЗУМОВУ ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ТА ОСНОВНІ ПСИХІЧНІ ФУНКЦІЙ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	48
<i>Климацкая Л.Г.</i> ВОСПРИЯТИЕ СПОРТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ИЗ КРАСНОЯРСКА.....	53
<i>Колокольцев М.М.</i> СОМАТОТИПОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПОПУЛЯЦИИ ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК ПРИБАЙКАЛЬЯ.....	56

<i>Михалюк Е.Л.</i> ПРИМЕНЕНИЕ ПРОБЫ РУФЬЕ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ ШКОЛЬНИКАМ: НЕОПРАВДААННЫЕ НАДЕЖДЫ	63
<i>Носко М.О., Архипов О.А.</i> РУХОВІ ЯКОСТІ ЯК ОСНОВНІ КРИТЕРІЇ РУХОВОЇ ФУНКЦІЇ ЛЮДИНИ	67
<i>Носко М.О., Грищенко С.В., Носко Ю.М.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ПОСТАВИ В ОНТОГЕНЕЗИ ШКОЛЯРІВ 6-10 РОКІВ	71
<i>Павлов А.С.</i> ПЕРЕГРЕВ ТЕЛА ПОВЫШАЕТ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ В СПОРТЕ	74
<i>Подригало Л.В.</i> ОПТИМИЗАЦИЯ ВИЗУАЛЬНОГО ОКРУЖЕНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ШКОЛЬНИКОВ И МОЛОДЕЖИ ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ НЕБЛАГОПРИЯТНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ НА ЗДОРОВЬЕ	77
<i>Inoubli Mokhtar, Ben Saïd Noureddine, Gueroova Snejanka, Gharbi Adnen</i> EFFECT OF TRAINING PROGRAMS UNDER CONDITION OF HYPERTHERMIA ON SPEED RESISTANCE AND KICK ACCURACY INDEXES IN FOOTBALL PLAYERS	82
<i>Алексеев А.О.</i> ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЕ И ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЕ НАПРАВЛЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ЮНЫХ САМБИСТОВ	86
<i>Андрейчук В.Я., Пронтенко К.В., Пронтенко В.В., Недоля В.В.</i> ПОШТОВХ ГИР ЗА ДОВГИМ ЦИКЛОМ ЯК САМОСТІЙНИЙ ВИД ГИРЬОВОГО СПОРТУ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ	89
<i>Атаманюк С.І., Койгушська Г.П., Черненко К.Г., Кириченко О.В., Губрієнко О.А.</i> КОМПЛЕКС ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ОЖИРІННІ І-ІІ СТУПЕНЮ ЖІНОК ПЕРШОГО ЗРІЛОГО ВІКУ	95
<i>Атаманюк С.І., Черненко К.Г., Шеховцова К.В.</i> ХАРАКТЕР СТАНОВЛЕННЯ МЕНСТРУАЛЬНОЇ ФУНКЦІЇ У СПОРТСМЕНОК ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ В СПОРТИВНІЙ АЕРОБІЦІ	99
<i>Ашанин В.С., Литвиненко А.Н.</i> ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В СПОРТИВНИХ ЄДИНОБОРСТВАХ (ОГЛЯД ЛІТЕРАТУРИ)	102
<i>Бабачук Ю.М., Шовкопляс О.М.</i> ОБҐРУНТУВАННЯ ДОЦІЛЬНОСТІ ТЕХНОЛОГІЙ НАВЧАННЯ ІГОР З ЕЛЕМЕНТАМИ СПОРТУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	108
<i>Бережна Т.І.</i> КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД У БОРОТЬБІ З ПОРУШЕННЯМИ ПОСТАВИ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ	112
<i>Богущ В.Л., Гетманцев С.В., Яцунский А.С., Сокол О.В., Резниченко О.И., Кувалдина О.В.</i> ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОК	116
<i>Бойко Г.Л., Єфременко В.М.</i> ВПЛИВ ЗАНЯТЬ З ОЗДОРОВЧОГО ВОЛЕЙБОЛУ ТА ШЕЙПІНГУ НА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИЙ СТАН СТУДЕНТІВ	121
<i>Бондар Т.С.</i> ДОЗВІЛЛЯ ПІДЛІТКІВ: МЕДИКО-ПЕДАГОГІЧНИЙ АСПЕКТ	125
<i>Борейко Т.М.</i> ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ БІГУНІВ З ПЕРЕШКОДАМИ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ	129
<i>Босенко А.І., Самокиш І.І., Страшко С.В., Орлик Н.А.</i> ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ СТУДЕНТОК ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ	132
<i>Бочкова Н.Л., Мкртчян С.С.</i> ДИНАМІЧНА ПАУЗА ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ ЯК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ОПТИМІЗАЦІЯ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ	136
<i>Бріскін Ю.А., Корягін В.М., Блавт О.З.</i> УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕСТУВАННЯ СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП З ВИКОРИСТАННЯМ ЕЛЕКТРОННО-ТЕХНІЧНИХ ПРИСТРОЇВ	139

Буцька Л.В. ВИКОРИСТАННЯ ІНДЕКСУ МАСИ ТІЛА, ЯК ВАЖЛИВОЇ СКЛАДОВОЇ ФІЗИЧНОЇ ТА МЕДИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ, ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ НЕІНФЕКЦІЙНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ	144
Вереньга Ю.В., Пронтенко К.В., Бондаренко В.В., Ахрамович П.П. СТАН ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ВПЕРШЕ ПРИЙНЯТИХ НА СЛУЖБУ ПРАЦІВНИКІВ ОРГАНІВ ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ.....	148
Власюк О.О. РОЗВИТОК ГНУЧКОСТІ ДІТЕЙ 6-7 РОКІВ ЗАСОБАМИ ЙОГИ.....	153
Галандзовський С.М. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВІДБОРУ ДО ЗАНЯТЬ ВЕСЛУВАННЯМ НА БАЙДАРКАХ І КАНОЕ.....	156
Гацко О.В., Євдокимова Л.Г., Соляник Т.В., Гнупова Н.П. ВПЛИВ ОЗДОРОВЧОГО БІГУ НА СТАН ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТОК, ЯКІ МАЮТЬ НАДЛИШКОВУ МАСУ ТІЛА.....	159
Глазирін І. Д., Базілевський А. Г. ЗАЛЕЖНІСТЬ ЯКОСТІ ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЮНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ ВІД РІВНЯ РОЗВИТКУ ЇХ ТАКТИЧНОГО МИСЛЕННЯ	162
Головата О.Б. ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	166
Гранько Н.О. ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ВІКОВИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ НА ЇХ СТАТЕНЕ ВИХОВАННЯ	170
Гримчак Є.В., Зенченко Н.Л., Мехед О.Б., Гримчак А.О. ІПОТЕРАПІЯ ЯК ЧАСТИНА КОМПЛЕКСНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ-ІНВАЛІДІВ У ЧЕРНІГІВСЬКОМУ ЦЕНТРІ МЕДИКО-СОЦІАЛЬНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ "ВІДРОДЖЕННЯ".....	174
Гришко Ю.Ю. ТРЕНУВАЛЬНІ НАВАНТАЖЕННЯ В ВОЛЕЙБОЛІ, МОТИВАЦІЙНА СКЛАДОВА ДІЯЛЬНОСТІ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ	178
Дичко В.В., Флегонтова В.В., Зіновієв О.М., Бобирів В.Є., Дичко Д.В., Пономарьов В.А., Мельник І.М. ФОРМУВАННЯ ОЦІННО-КОНТРОЛЬНИХ ДІЙ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ВАДАМИ ЗОРУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ З УРАХУВАННЯМ ПСИХОФІЗИЧНОГО СТАНУ	181
Дичко О.А., Флегонтова В.В., Дичко Д.В., Зіновієв О.М., Пономарьов В.А., Мельник І.М., Флегонтов В.В. СЛОВЕСНІ ІНСТРУКЦІЇ ЯК ФАКТОР ОБГРУНТУВАННЯ МЕТОДИКИ КОРЕКЦІЙНОГО НАВЧАННЯ РУХОВИХ ДІЙ У ФІЗИЧНІЙ ТА СОЦІАЛЬНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ВАДАМИ ЗОРУ.....	184
Дорошенко В.В., Толкачова О.В., Остапенко Г.О. ІНТЕРВАЛЬНЕ ГІПОКСИЧНЕ ТРЕНУВАННЯ У ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ЧАСТО ХВОРЮЮЧИХ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ	188
Ермаков С.С., Кривенцова І.В., Миненок А.А. ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ВУЗЕ.....	193
Єфременко А. М. ДОДАТКОВІ ЗАСОБИ ВІДНОВЛЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ В ПІДГОТОВЦІ БІГУНІВ НА КОРОТКІ ДИСТАНЦІЇ	197
Жара Г.І., Гайова Н.В., Рябченко В.Г., Станкевич С.Ф. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ГІМНАСТИКОЮ НА РІВЕНЬ ЗДОРОВ'Я ДІВЧАТОК МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	201
Зінов'єв О.М., Щелкунов Д.А. ВПЛИВ РОСТО-ВАГОВИХ ПОКАЗНИКІВ ШКОЛЯРІВ НА РЕЗУЛЬТАТИВНІСТЬ ЛЕГКОАТЛЕТИЧНИХ ВПРАВ.....	205
Калиниченко І. О., Дяченко Ю. Л. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ ОЗДОРОВЧО-РЕАБІЛІТАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ З ДІТЬМИ 4-7 РОКІВ ІЗ ПРОЯВАМИ ГІПЕРМОБІЛЬНОСТІ СУГЛОБІВ	208
Кашуба В.А., Бирик Р.В., Мартынюк О.А. ХАРАКТЕРИСТИКА КОМПОНЕНТОВ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОК И ЖЕНЩИН ПЕРВОГО ЗРЕЛОГО ВОЗРАСТА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ.....	212

<i>Кісельов А.Ф., Руденко А.О., Тахтарова І.К., Захарова А.О., Борецька Н.О., Козубенко О.С.</i>	
ДИНАМІКА СТАНУ ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ, ЯКІ ПРИБУЛИ ІЗ ЗОНИ ЧОРНОБИЛЬСЬКОЇ КАТАСТРОФИ (1986 – 2012 РР.)	217
<i>Коломийцева О.Э., Брусник В.В.</i>	
АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ І КУРСА ВОЕННО-ЮРИДИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА	219
<i>Коломієць Т.В.</i>	
ДІАГНОСТИКА НЕСТАБІЛЬНОСТІ КОЛІННОГО СУГЛОБА З ДОПОМОГОЮ АПАРАТУ REV – 9000.....	225
<i>Колумбет О.М.</i>	
СТИМУЛЬОВАНИЙ РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ-НАОЧНИКІВ	228
<i>Кондак Н.М., Гаврилко І.В., Свиницький В.Ж.</i>	
ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОЯВУ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ В СИСТЕМІ ЇХ ВІДБОРУ ДЛЯ ЗАНЯТЬ ВОЛЕЙБОЛОМ	231
<i>Корнійчук Н.М., Шиманська А.Г.</i>	
ЗНАЧЕННЯ ЗАГАРТУВАННЯ В ПРОФІЛАКТИЦІ ЗАХВОРЮВАНЬ ВЕРХНІХ ДИХАЛЬНИХ ШЛЯХІВ У ДІТЕЙ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	234
<i>Костюнін А. В.</i>	
ВИЗНАЧЕННЯ ПОКАЗНИКІВ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ ЯКОСТЕЙ ГРАВЦІВ У ФУТЗАЛ ІІ-ГО РОЗРЯДУ ПРОТЯГОМ РІЧНОГО МАКРОЦИКЛУ	237
<i>Крамской С.И., Амельченко И.А., Куликова И.В., Мусиков Г.В.</i>	
ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ В СОВРЕМЕННЫХ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЯХ.....	240
<i>Латіна Г.О.</i>	
СТАТИСТИЧНІ ТА СПЕКТРАЛЬНІ ПОКАЗНИКИ ВАРІАБЕЛЬНОСТІ СЕРЦЕВОГО РИТМУ, ЯК ІНДИКАТОРИ РЕЗИСТЕНТНОСТІ ОРГАНІЗМУ У СТУДЕНТІВ-СПОРТСМЕНІВ З РІЗНИМ ТИПОМ ВЕГЕТАТИВНОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ПРИ ФІЗИЧНОМУ НАВАНТАЖЕННІ.....	244
<i>Литовченко Г.О., Кузьменко М.Г., Порядіна В.В., Харченко А.М., Колодяжна Т.П.</i>	
ДОТРИМАННЯ РУХОВОГО РЕЖИМУ УЧНЯМИ – ОДИН ІЗ ФАКТОРІВ, ЯКИЙ СПРИЯЄ ЗБЕРЕЖЕННЮ ЗДОРОВ'Я	248
<i>Люліна Н.В., Захарова Л.В., Ветрова И.В.</i>	
МЕТОДИКА ПРИМЕНЕНИЯ ДОМАШНЕГО ЗАДАНИЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ.....	251
<i>Лядська О.Ю., Рятасова Н.Ю.</i>	
ВПЛИВ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ З ВИКОРИСТАННЯМ ФІТБОЛУ НА ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ЖІНОК ПЕРШОГО ЗРІЛОГО ВІКУ	255
<i>Максименко Л.М.</i>	
ІГРОВИЙ МЕТОД ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ЯК ОСНОВНИЙ ЗАСІБ ВСЕБІЧНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ 5-ТИ І 6-ТИ РОКІВ	259
<i>Мартиросова Т.А.</i>	
МЕТОДИКА РЕКРЕАТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ХОДЬБИ КАК СРЕДСТВО ФОРМИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ-БАКАЛАВРОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ.....	262
<i>Маслова Е.В., Дасюк С.М., Муха В.А.</i>	
СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ В СПОРТИВНЫХ ИГРАХ.....	267
<i>Матвієнко М.І.</i>	
ДІАГНОСТИЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ КОНТРОЛЮ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ	271
<i>Михальчук Р.В.</i>	
ДОСЛІДЖЕННЯ ТРЕНУВАННЯ ТЕМПУ ПІДЙОМУ ГИР ТА ФІНІШНОГО ПРИСКОРЕННЯ В ПІДГОТОВЦІ ДО ЗМАГАНЬ СПОРТСМЕНІВ-ГИРЬОВИКІВ.....	275
<i>Михалюк Є.Л., Малахова С.М.</i>	
ГЕНДЕРНІ ВІДМІННОСТІ ЗСУВІВ ПУЛЬСУ ТА АРТЕРІАЛЬНОГО ТИСКУ У ПІДЛІТКІВ З АРТЕРІАЛЬНОЮ ГІПЕРТЕНЗІЄЮ ПІД ЧАС ТЕСТУВАННЯ НА ВЕЛОЕРГОМЕТРІ	278
<i>Михалюк Є.Л., Малахова С.М., Левченко Л.І.</i>	
СТАН ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ М. ЗАПОРІЖЖА ТА ЗМІНИ ЙОГО ПІД ВПЛИВОМ РЕГУЛЯРНИХ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	282

Носко М.О., Грищенко С.В., Носко Ю.М. ФОРМУВАННЯ СКЕЛЕТУ ТА ГЕОМЕТРІЇ МАС ТІЛА В ОНТОГЕНЕЗИ ШКОЛЯРІВ 6-10 РОКІВ	286
Ольховик А.В. СТРУКТУРА ЗАНЯТТЯ ТА МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ ОЗДОРОВЧОЇ АКВАГІМНАСТИКИ ДЛЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ ІЗ ЗАХВОРЮВАННЯМ НА ВЕГЕТО-СУДИННУ ДИСТОНІЮ ЗА ЗМІШАНИМ ТИПОМ	289
Омельченко Т.Г. ВИКОРИСТАННЯ ЗАНЯТЬ ФІТНЕСОМ ОЗДОРОВЧОГО СПРЯМУВАННЯ ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ ДОНОЗОЛОГІЧНИХ СТАНІВ ОРГАНІЗМУ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ, ОБУМОВЛЕНИХ ГІПОДИНАМІЄЮ	294
Омельяненко О.В. ПРИНЦИПИ ВИХОВАННЯ СПОРТИВНОЇ ДИСЦИПЛІНОВАНOSTI УЧНІВ-СПОРТСМЕНІВ ДЮСШ	298
Опришко Н.О. ОСОБЛИВОСТІ ПОКАЗНИКІВ СКЛАДУ ТІЛА СТУДЕНТОК 18-19 РОКІВ	302
Осипенко Е.В. ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ МОНИТОРИНГА	306
Павленко В.Й., Калишенко Г.О. ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ РОБОТИ В ДОШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ	311
Павлова Т.В. ИНФОРМАЦИОННАЯ ЗНАЧИМОСТЬ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ОБЩЕЙ СПОРТИВНОЙ ОДАРЕННОСТИ ДЕВОЧЕК СЕМИ ЛЕТ, ПРИ ОТБОРЕ ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ИГРОВЫМИ ВИДАМИ СПОРТА НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ	314
Пеньковець Д.В., Пеньковець В.І., Пеньковець О.В., Лазаренко М.Г. ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ СИСТЕМИ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В СТРУКТУРІ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ КВАЛІФІКОВАНИХ БІАТЛОНІСТІВ	318
Петров Д.О., Галушкін А.В. ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТІВ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ	323
Подригало Л.В., Ермаков С.С., Пашкевич С.А., Кривенцова И.В. ИЗУЧЕНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ НЕСПЕЦИФИЧЕСКОЙ РЕЗИСТЕНТНОСТИ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШИХ КЛАССОВ	327
Подригало Л.В., Галашко О.І., Поручіков В.В., Галашко М.М., Стародубцев Д.С. ДОСЛІДЖЕННЯ ЧИННИКІВ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTI СПОРТСМЕНІВ ГИРЬОВОГО СПОРТУ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКІВ МІЖ НИМИ	330
Пуздря Т.В., Власюк О.О., Мандражеєва О.О. РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІВЧАТ 7-8 РОКІВ ЗАСОБАМИ ХІП-ХОПУ	333
Рибалка О.Я. РОЛЬ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖНИХ ОСВІТНІХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОЇ ОСОБИСТОСТІ	336
Римар Ю.И. ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА И ИХ УЧЕТ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ СИСТЕМАТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКИМИ УПРАЖНЕНИЯМИ	340
Романовська Т.І. МЕТОДИКА ЗБІЛЬШЕННЯ ДОВЖИНИ КРОКІВ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ ОРІЄНТИРІВ НА УРОКАХ ФІЗКУЛЬТУРИ ДЛЯ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	343
Романчук В.М. АНАЛІЗ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTI СТУДЕНТІВ ОСНОВНОГО ТА СПОРТИВНОГО ВІДДІЛЕНЬ	347
Руднева И.И., Скуратовская Е.Н., Шайда В.Г., Зекин В.В., Бакурадзе В.И. ПРИМЕНЕНИЕ КОМПЛЕКСНОГО АНАЛИЗА СЫВОРОТКИ КРОВИ ДЛЯ ОЦЕНКИ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ЧЕЛОВЕКА	351
Рябов В.В. ХАРАКТЕРИСТИКА СТРУКТУРИ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ДЛЯ РОЗВИТКУ СИЛИ ТА ВИТРИВАЛОСТІ	356
Рябокоть В.О. ОЦІНКА СТАНУ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКІВ 12-13 РОКІВ	360

Сасенко В.Г., Дубовой В.В. ПОКАЗНИКИ СИЛОВИХ І ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ПАУЕРЛІФТЕРІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ.....	363
Сасенко В.Г., Скляр М.С. ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ФУНКЦІЇ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ В СЕКЦІЯХ КАРАТЕ	366
Селищева Е.В. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ КАК ФАКТОР КОМФОРТА ЛИЧНОСТИ В ЖИЗНЕННОМ МИРЕ.....	370
Сергієнко В.М. НОРМАТИВИ ОЦІНКИ ІНДЕКСІВ МАКСИМАЛЬНОЇ СИЛИ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ.....	373
Серебряков О. Ю. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ВИДОВ ПОДГОТОВКИ ХОККЕИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ.....	379
Скутин А.В. СТАНОВЛЕНИЕ НОВОЙ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ТЕХНОЛОГИИ - ГЕЛОТОТЕРАПИИ/СМЕХОТЕРАПИИ В РОССИИ	382
Соколюк О.В., Дуда О.В., Дуда Б.П. ФОРМУВАННЯ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	387
Сорока В.А., Сорока О.І. ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ НАВАНТАЖЕНЬ ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ З ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ РІЗНИХ ВИДІВ СПОРТУ	391
Ткаченко С.В. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОЯВУ СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ СПОРТИВНОЮ БОРОТЬБОЮ	395
Трояновська М.М. КООРДИНАЦІЙНІ ЗДІБНОСТІ ДІВЧАТ В БІАТЛОНІ ПІД ЧАС СТРІЛЬБИ СТОЯЧИ	399
Фалькова Н.І., Зубко І.В., Кочура Г.В. ПСИХОМОТОРНА ПІДГОТОВКА СТУДЕНТОК СОЦІОЛОГІЧНОЇ СПЕЦІАЛЬНОСТІ У ПРОЦЕСІ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	402
Фотинюк В.Г. ДІАГНОСТИКА СТАНУ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ІНЖЕНЕРІВ-МЕХАНІКІВ З ОБСЛУГОВУВАННЯ ТА РЕМОНТУ ПОВІТРЯНИХ СУДЕН.....	405
Хом'якова В.С., Буцька Л.В. ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ТРАКЦІЙНОЇ ТЕРАПІЇ З ВИКОРИСТАННЯМ АПАРАТІВ СЕРІЇ "ОРМЕД" В ЛІКУВАННІ НЕВРОЛОГІЧНИХ ПРОЯВІВ ОСТЕОХОНДРОЗУ ХРЕБТА.....	409
Хоменко Д.О. ЗМІСТ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ ТА ОСОБЛИВОСТІ ЇХ ВИКОРИСТАННЯ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ.....	413
Чекмарьова Н.Г., Хаджинов В.А., Сеймук А.О. ПОКАЗНИКИ ВІДЧУТТЯ РИТМУ ДІТЕЙ ТА СПОРТСМЕНІВ У КОНТЕКСТІ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ.....	417
Штефаненко І.І. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТРЕНИНГА КАК МЕТОДИКИ СНИЖЕНИЯ УРОВНЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СПОРТСМЕНОВ-ГАНДБОЛИСТОВ.....	420
Шуба Л.В. РОЗВИТОК РУХОВИХ УМІНЬ ТА НАВИЧОК УЧНІВ ПЕРШОГО КЛАСУ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ТЕНІСОМ	424
ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ.....	428