

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
імені ІВАНА ФРАНКА**

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
І СПОРТУ В СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ**

**ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ  
II Всеукраїнської науково-практичної  
конференції з міжнародною участю**

**29 жовтня 2020 р.**

**Житомир  
Вид-во ЖДУ ім. І. Франка  
2020**

**УДК 796.011.3**

**А 43**

*Рекомендовано до друку вченою радою Житомирського державного університету імені Івана Франка (протокол № 4 від 29.11.2020 р.)*

**Рецензенти:**

*Сутула В.О.* – доктор педагогічних наук, професор, Харківська державна академія фізичної культури;

*Мудрик В.І.* – кандидат педагогічних наук, доцент, Комунальний заклад "Харківська гуманітарно-педагогічна академія" Харківської обласної ради;

*Крук М.З.* - кандидат педагогічних наук, доцент, Житомирський державний університет імені Івана Франка.

**Актуальні проблеми фізичної культури і спорту в сучасному суспільстві – 2020:** збірник наукових праць II Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю / гол. ред. О.І. Булгаков. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2020. – 178 с.

У Збірнику представлені результати теретичних і прикладних досліджень із широкого спектру науково-методичних проблем фізичного виховання різних груп населення, медико-біологічні проблеми фізичного виховання, розкриваються закономірності спортивного тренування.

Збірник містить матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Актуальні проблеми фізичної культури і спорту в сучасному суспільстві» (Житомир, 29 жовтня 2020 року).

**Головний редактор:**

*Булгаков Олексій Ігорович* – завідувач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент.

**Редакційна колегія**

*Булгаков Олексій Ігорович* – завідувач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення Житомирського державного університету імені Івана Франка, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент;

*Грибан Григорій Петрович* – професор кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення Житомирського державного університету імені Івана Франка, доктор педагогічних наук, професор.

*Мичка Іван В'ячеславович* - старший викладач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення Житомирського державного університету імені Івана Франка, кандидат педагогічних наук.

**Оргкомітет конференції:**

*Булгаков Олексій Ігорович* – завідувач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення Житомирського державного університету імені Івана Франка, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент.

*Мичка Іван В'ячеславович* – старший викладач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення Житомирського державного університету імені Івана Франка, кандидат педагогічних наук.

*Школа Альона Миколаївна* - завідувач кафедри фізичного виховання Комунального закладу "Харківська гуманітарно-педагогічна академія" Харківської обласної ради, кандидат педагогічних наук, професор

*Богуславський Віктор Володимирович* - завідувач кафедри спеціальної фізичної підготовки Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ, кандидат юридичних наук

*Матеріали друкуються в авторській редакції. За достовірність фактів, власних імен та інших відомостей несуть відповідальність автори публікації. Думка редакції може не збігатись з думкою авторів.*

©ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА, 2020

# УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ БРЕСТСКОГО ОБЛАСТНОГО КАДЕТСКОГО УЧИЛИЩА

*Подберезская Елена, Кузнецова Елена*

*Учреждение образования «Полесский государственный университет»,  
г. Пинск, Республика Беларусь*

**Актуальность темы исследования.** В письме Минздрава Республики Беларусь [4] дается разъяснения о целесообразности приема в кадетское училище лиц, имеющих основную медицинскую группу для занятий физической культурой и спортом. «Учитывая, что в кадетское училище принимаются лица, годные по состоянию здоровья и физическому развитию к обучению по учебным программам, предусматривающим военную подготовку, Минздрав поручает при поступлении в кадетское училище обеспечить отбор кандидатов, имеющих по состоянию здоровья основную медицинскую группу для занятий физической культурой и спортом и не имеющих медицинских противопоказаний к обучению в кадетских училищах» [4].

Таким образом, имея результаты медицинского осмотра [1], и, придерживаясь требованиями учебной программы и графика учебного процесса, мы систематизировали результаты тестов и установили уровень физической подготовленности учащихся.

**Цель исследования:** определить уровень физической подготовленности учащихся ГУО «Брестское областное кадетское училище».

**Результаты исследования.** Оценка результатов учебной деятельности учащихся ГУО «Брестское областное кадетское училище» [3] осуществлялась на основании сопоставления их реальных учебных достижений с заданными целями и требованиями учебных программ и образовательного стандарта по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» [2; 5].

Тестирование проводилось в I учебной четверти (сентябрь-октябрь 2020 года), в двух VIII-х классах I курса: гр. 1 – 11 взвод; гр. 2 – 12 взвод. Количество исследуемых – 44 человека (гр. 1 – 22; гр. 2 – 22), из них 12 девочек, 32 мальчика. Возраст – 13–14 лет. Уровень физической подготовленности определялся по результатам следующих тестов: наклон туловища вперед; челночный бег 4х9 м; гимнастика (подтягивание на перекладине (мал.), подъем туловища в сед за 1 мин. (дев.)); прыжок в длину с места; бег 1000 м (мал. и дев.); бег 30 м с высокого старта. Согласно требованиям образовательного стандарта [2] и учебной программы, оценивание итогов контрольных нормативов производилось с учетом гендерных различий. Результаты тестирования приводятся в табл. 1.

Таблица 1

**Результаты тестирования уровня физической подготовленности**  
(n=44,  $\bar{X}$ )

Группа	Наклон туловища вперед		Челночный бег 4х9		Гимнастика		Прыжки в длину с места		Бег 1000		Бег 30 м		Средний балл	Оценка
	р	о	р	о	р	о	р	о	р	о	р	о		
1 группа	4,91	6	9,73	7,55	13,73	7,00	195,00	6,45	4,08	8,00	4,84	8,77	7,23	7,32
2 группа	4,14	5	9,90	7,45	21,09	6,09	181,77	5,73	4,05	8,14	5,04	7,41	6,80	6,91

*Примечание: р – результат; о – оценка*

В соответствии с программными требованиями, критерии уровня физической подготовленности учащихся кадетских училищ указаны в табл. 2.

Таблица 2

**Критерии оценивания уровня физической подготовленности**

Уровень физической подготовленности	Средний балл	Соответствие десятибалльной шкале
Низкий	1,0 – 1,4	1
	1,5 – 2,4	2
Ниже среднего	2,5 – 3,4	3
	3,5 – 4,4	4
Средний	4,5 – 5,4	5
	5,5 – 6,4	6
Выше среднего	6,5 – 7,4	7
	7,5 – 8,4	8
Высокий	8,5 – 9,4	9
	9,5 – 10	10

По результатам тестирования низкий и ниже среднего уровень физической подготовленности не установлен ни у одного кадета 1 группы; средний – у девяти человек; выше среднего – у пяти; высокий – у восьми (табл. 3). Во 2 группе низкого уровня физической подготовленности не выявлено ни у одного кадета; ниже среднего – у четырех; средний – у шести; выше среднего – у шести и высокий – у шести человек.

Таблица 3

**Состав учащихся I курса ГУО «Брестское областное кадетское училище»**

**по уровням физической подготовленности (кол-во)**

Уровень физической подготовленности	Группы	
	1 гр.	2 гр.
Низкий	0	0
Ниже среднего	0	4
Средний	9	6
Выше среднего	5	6
Высокий	8	6

Кроме тестирования уровня физической подготовленности в начале учебного года, кадеты в таком же количественном составе принимали участие в сдаче контрольных нормативов модуля «Легкая атлетика». Уровень физической подготовленности модуля, как у мальчиков, так и у девочек, определялся по результатам следующих тестов: бег 60 м с высокого старта; метание мяча; прыжки в длину с разбега; бег 1500 м. Результаты тестирования приводятся в табл. 4.

Таблица 4

**Результаты тестирования уровня физической подготовленности по модулю «Легкая атлетика» (n=44,  $\bar{X}$ )**

Группа учащихся	Бег 60 м		Метание мяча		Прыжки в длину с разбега		Бег 1500 м		Средний балл	Оценка
	р	о	р	о	р	о	р	о		
1 группа	8,41	9,82	36,91	7,73	3,72	7,77	6,48	6,14	7,86	7,89
2 группа	8,37	9,77	35,45	8,68	3,56	8,00	6,89	6,23	8,17	8,20

*Примечание: р – результат; о – оценка*

**Выводы**

1. Уровень физической подготовленности учащихся ГУО «Брестское областное кадетское училище» и в 1, и во 2 группе – выше среднего.

2. Результаты тестирования уровня физической подготовленности по модулю «Легкая атлетика» в двух группах – выше среднего.

### Список литературных источников

1. Постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 09 июля 2010 г. № 92 об установлении форм «Медицинская справка о состоянии здоровья», «Выписка из медицинских документов» и утверждении инструкции о порядке их заполнении (редакция 30.12.2014 № 118). – URL: <http://www.sporteducation.by/img/file/normativnyedokumenty/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5%20%D0%9C%D0%97%2092.pdf> (дата обращения: 18.10.2020).

2. Образовательный стандарт учебного предмета «Физическая культура и здоровье» –

URL: <https://sch108.minskedu.gov.by/%D1%83%D1%87%D0%B0%D1%89%D0%B8%D0%BC%D1%81%D1%8F/%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%B0%D1%8F-%D0%B6%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D1%8C>. (дата обращения: 19.10.2020).

3. Официальный сайт Государственного учреждения образования «Брестское областное кадетское училище». – URL: <https://brestkadet.by/> (дата обращения: 19.10.2020).

4. Письмо Министерства здравоохранения Республики Беларусь № 3-3-11/3968 от 06.10. 2017 г. – URL: <https://brestkadet.by/index.php/dlya-postupavushchikh#o-nekotorykh-voprosakh-meditsinskogo-osmotra>. (дата обращения: 20.10.2020).

5. Тестовые упражнения для проверки уровня физической подготовленности кандидатов, поступающих в Государственное учреждение образования «Брестское областное кадетское училище». – URL: <https://brestkadet.by/index.php/21-spravka-po-uchilishchu/poryadok-priema/50-zadaniya-dlya-proverki-urovnya-fizicheskoy-podgotovlennosti>.

## ЗМІСТ

**Щербина Юрій, Зеленюк Оксана**

ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19..... 8

**Школа Олена, Христенко Дмитро**

ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ..... 10

**Школа Олена, Фоменко Олена, Фоменко Валерій**

ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ» З ВИКОРИСТАННЯМ ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ..... 13

**Чоботько Маргарита**

РОЗВТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ЮНИХ ДЗЮДОЇСТІВ..... 16

**Чекмарьова Наталя, Хаджинов Валерій**

КОНЦЕПЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ОРІЄНТОВАНА НА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ ТА ВПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ..... 19

**Хомовський Олександр**

ПРОБЛЕМИ ТА ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ..... 21

**Хлус Наталя, Скрипченко Ольга**

ДОСЛІДЖЕННЯ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ СТЕП-АЕРОБІКИ..... 24

**Хлус Наталя, Ракоїд Вікторія**

ІГРОВИЙ СТРЕТЧІНГ ЯК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ТЕХНОЛОГІЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ..... 27

**Школа Олена, Мудрик Василь, Лесніков Юрій**

ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНОГО СПОРТИВНОГО ОБЛАДНАННЯ ТА ІНВЕНТАРЮ ДЛЯ ЗАНЯТЬ ФІТНЕСОМ..... 30

**Школа Олена, Зейналова Каміла**

СУЧАСНІ ВИДИ ФІТНЕСУ ДЛЯ МОТИВАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ..... 32

**Чоботько Ігор**

БОРОТЬБА ДЗЮДО, ЯК ЗАСІБ ДЛЯ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ СТУДЕНТІВ З ПРАВООХОРОННОЇ ДІЯЛЬНОСТІ..... 35

**Рогальський Володимир**

ШЛЯХИ ОПТИМІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ УКРАЇНИ..... 37

<b><i>Хлус Наталія, Кром Віта</i></b> ПОКРАЩЕННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ РУХЛИВИХ ІГОР.....	40
<b><i>Хлус Наталія, Грищенко Дар'я</i></b> ДОСЛІДЖЕННЯ СКЛАДОВИХ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СУЧАСНОГО ІНСТРУКТОРА З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	42
<b><i>Ріпак Мар'яна</i></b> РУХОВА АКТИВНІСТЬ У СТРУКТУРІ ВІЛЬНОГО ЧАСУ ЖІНОК СІЛЬСЬКОЇ МІСЦЕВОСТІ.....	46
<b><i>Прокоф'єв Олександр</i></b> ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ СТАНОВЛЕННЯ ХОРТИНГУ В УКРАЇНІ, ЯК КОЗАЦЬКОЇ БОРОТЬБИ.....	48
<b><i>Петрушин Дмитро</i></b> ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ПІДЛІТКІВ ЇЇ СУЧАСНИЙ СТАН ТА МОТИВАТОРИ, ЗАСОБИ ВДОСКОНАЛЕННЯ СПОРТИВНОЇ АКТИВНОСТІ.....	50
<b><i>Антонюк Наталія</i></b> ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ УЧНІВ ВИЩОГО ПРОФЕСІЙНОГО УЧИЛИЩА.....	53
<b><i>Хмель Ольга, Кузнецова Елена</i></b> ИНТЕГРАТИВНЫЕ ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.....	57
<b><i>Сачковская Виктория</i></b> РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ 5 – 6 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ПОДВИЖНОЙ ИГРЫ С УЧЕТОМ ИНДИВИДУАЛЬНО- ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА.....	62
<b><i>Гакман Анна</i></b> ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ СТАНОВЛЕННЯ ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ В НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ.....	65
<b><i>Хачатрян Сатеник</i></b> ДЕТЕРМИНАНТЫ ЗДОРОВЬЯ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СКВОЗЬ ПРИЗМУ МНЕНИЙ ШКОЛЬНИКОВ.....	68
<b><i>Гордейченко Руслана, Дуда Єлизавета, Білан Дмитро</i></b> ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ.....	72
<b><i>Лісовик Ангеліна, Гордейченко Руслана</i></b> ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ	73
<b><i>Гаврилик Марина</i></b> ОРГАНИЗАЦІЯ ФІЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ИНТЕГРИРОВАННОЙ ВОСПИТЫВАЮЩЕЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ СРЕДЫ И ЕГО ЭФФЕКТИВНОСТЬ..	75



<b>Спічак В., Сіваченко М., Горенко З.А., Очеретько Б.Є.</b>	
КОРЕКЦІЯ КОМПОНЕНТНОГО СКЛАДУ ТІЛА ТА ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІВЧАТ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ВОЛЕЙБОЛОМ, ЗАСОБАМИ ФІТНЕСУ.....	82
<b>Дейнеко Альфія, Шевчук Олеся</b>	
СТАНОВЛЕННЯ ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ ЯК ОЛІМПІЙСЬКОГО ВИДУ СПОРТУ.....	85
<b>Жамардій Валерій</b>	
ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВИКЛАДАЧА В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ.....	88
<b>Суровов Олексій, Олійник Дмитро</b>	
КУРС «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ» ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ НАВЧАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	92
<b>Аксьонов Дмитро, Сичов Дмитро</b>	
ВИКОРИСТАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НАВЧАННЯ ДЛЯ ЗАСВОЄННЯ ТЕОРЕТИЧНОГО МАТЕРІАЛУ З ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ У КОЛЕДЖІ.....	93
<b>Макаріна Ольга</b>	
СТАТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ КАК ЭЛЕМЕНТ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ГРУППАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ГРЕБЛЕ АКАДЕМИЧЕСКОЙ.....	95
<b>Іващенко Сергій</b>	
ВПЛИВ ЗОРОВИХ НАВАНТАЖЕНЬ НА ПОКАЗНИКИ КЛІПІЧНОЇ РЕФРАКЦІЇ СТУДЕНТІВ.....	99
<b>Костюк Юлія, Єловець Олександр, Курилло Тетяна<sup>2</sup></b>	
СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТСЬКИХ КОМАНД З БАСКЕТБОЛУ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	103
<b>Подберезская Елена, Кузнецова Елена</b>	
УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ БРЕСТСКОГО ОБЛАСТНОГО КАДЕТСКОГО УЧИЛИЩА.....	106
<b>Крук Микола, Гвоздь Сергій, Поліщук Роман</b>	
ОСОБЛИВОСТІ ПРОЦЕСУ ЗАГАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПЛАВЦІВ.....	109
<b>Воронцова Ірина, Плешаков Дмитро</b>	
ВПЛИВ ВОЛЕЙБОЛУ НА РОЗВИТОК РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ.....	112
<b>Грищенко Олександр, Полоус Вікторія</b>	
БУДОКОН – НОВИЙ ВИД ФІТНЕС-ТРЕНУВАНЬ.....	113
<b>Петренко Сергій</b>	
ВПРОВАДЖЕННЯ РУКОПАШНОГО І БОРЦІВСЬКОГО БОЮ У СИСТЕМУ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ.....	116

<b>Школа Олена, Семенченко Інна</b> РОЗВИТОК РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ПОЗААУДИТОРНОЇ РОБОТИ З КАРАТЕ.....	118
<b>Омельяненко Інна</b> ВПЛИВ СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНИХ ФАКТОРІВ НА ЧИННЕ ПРОГРАМОВЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ.....	122
<b>Хлус Наталія, Гниденко Софія</b> КОРЕКЦІЙНО-ОЗДОРОВЧА РОБОТА З ДІТЬМИ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ФІТБОЛ-АЕРОБІКИ.....	125
<b>Марков Роман, Богуславський Віктор</b> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТА ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ – ПРОФЕСІЙНА ГОТОВНІСТЬ.....	128
<b>Хлус Наталія, Біловоленко Юлія</b> ФІТБОЛ-АЕРОБІКИ В НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ.....	131
<b>Кузьменко Марія, Гіденко Євген</b> МЕТОДИ ЕФЕКТИВНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДІ У СПОРТІ.....	133
<b>Кусайко Ілона</b> ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ КУРСАНТІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ СИСТЕМИ МВС.....	136
<b>Лебедев Сергій, Гвоздь Сергій, Гошко Андрій</b> ІНДИВІДУАЛЬНІ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНІ ДІЇ ЗАХИСНИКІВ ФК «АРСЕНАЛ» М. ХАРКОВА.....	138
<b>Ленкова Тетяна, Маковей Єгор Сергійович</b> ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА КУРСАНТІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЯК МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ.....	142
<b>Лозицький Максим, Анісімов Дмитро</b> ЩОДО ДЕЯКИХ ПИТАНЬ КОРУПЦІЇ У СФЕРІ СПОРТУ.....	144
<b>Кафтанова Тетяна, Корінець Павло, Домбровська Олена</b> ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ СИСТЕМ ЗОННОГО ЗАХИСТУ У БАСКЕТБОЛІ.....	146
<b>Муллагільдіна Алла, Красова Інна</b> ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ГІМНАСТОК У ВПРАВАХ З ПРЕДМЕТАМИ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ...	150
<b>Ремзі Ірина, Палащук Віта</b> ФІТНЕС В СИСТЕМІ ОЗДОРОВЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	154
<b>Коляда Николай, Кузнецова Елена</b> ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОХРАНЕНИИ И УКРЕПЛЕНИИ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ.....	156
<b>Мичка Іван, Саранча Микола, Гаврилюк Віктор</b> ВПЛИВ ЗАСОБІВ ПАУЕРЛІФТИНГУ НА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	160

<b><i>Грибан Григорій, Ткаченко Павло, Білоскаленко Тетяна</i></b> ГИРЬОВИЙ СПОРТ ЯК ОСНОВА РОЗВИТКУ СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	163
<b><i>Булгаков Олексій, Домбровська Олена, Яневич Ліна</i></b> ПІДВІЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ У ЖІНОК 1-ОГО ЗРІЛОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ КРОСФІТУ .....	166
<b><i>Саранча Микола, Жуковський Євгеній, Гвоздь Сергій</i></b> ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ І ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ФУТЗАЛІСТІВ.....	170
<b><i>Марченков Михайло, Домбровська Олена, Гвоздь Сергій</i></b> ХАРАКТЕРИСТИКА ТА СТРУКТУРА ОСНОВНИХ ЕЛЕМЕНТІВ СИСТЕМИ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ГІМНАСТІВ.....	174

Наукове видання

**ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ  
II Всеукраїнської науково-практичної конференції  
з міжнародною участю**

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
І СПОРТУ В СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ**

29 жовтня 2020 р.

Відповідальний за випуск О.І. Булгаков

Надруковано з готового оригінал-макету

Підписано до друку 01.12.20. Формат 60x90/16. Папір офсетний.

Гарнітура Times New Roman. Друк різнографічний.

Ум. друк. арк. 6.5. Обл. вид. арк. 5.7. Наклад 100. Зам. 65.

---

Видавництво Житомирського державного університету імені Івана Франка

м. Житомир, вул. Велика Бердичівська, 40

Свідоцтво про державну реєстрацію:

серія ЖТ №10 від 07.12.04 р.

електронна пошта (E-mail): zu@zu.edu.ua