

**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

# ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СОХРАНЕНИИ И УКРЕПЛЕНИИ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

*Коляда Николай, Кузнецова Елена*

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

**Актуальность темы исследования.** В последние годы сохранение потенциала и приумножение здоровья нации является предметом повышенного внимания ученых и специалистов в области физической культуры и спорта, возрастной физиологии, санитарной гигиены и педиатрии, педагогики и психологии. В психолого-педагогической науке и практике происходит активный поиск эффективных педагогических моделей и технологий оздоровления молодежи. Общетеоретические вопросы сохранения здоровья, здорового образа жизни, его компонентов, факторов влияния нашли отражение в публикациях исследователей в области физической культуры и спорта.

В Республике Беларусь физическая культура является:

а) одним из основных направлений государственной как внутренней, как и внешней политики. Функционируют многочисленные организации, структуры, объединения, общества, федерации, клубы, кружки. Построены современные спортивные сооружения, выпускается спортивная одежда, инвентарь и оборудование. В учебных заведениях готовятся специалисты физической культуры и спорта;

б) эффективным средством укрепления здоровья граждан и профилактики заболеваний, борьбы с гиподинамией и кинезией, с факторами риска: малоподвижный образ жизни, курение, алкоголизм и др. Это направление во

многим определяет физическое здоровье людей, их работоспособность, социальную активность, определяет возможности физического и интеллектуального развития личности;

в) важной составной частью государственной социально-экономической политики суверенной Беларуси, и это предполагает изменение социального статуса физической культуры как одной из составляющих национальной доктрины, формирующей здоровый образ жизни людей, престиж государства [9, с. 4].

Физическая культура и спорт в Республике Беларусь, как и в мире в целом, постоянно развивается, поэтому системная работа в данном направлении возможна только при нормативно-правовом обеспечении и регламентации, своевременности внесения изменений и дополнений.

**Цель исследования:** охарактеризовать основные нормативные документы, определяющие общую направленность и стратегию развития физкультурно-массовой и спортивной работы в Республике Беларусь, а также цель и место учебной дисциплины «Физическая культура» в учреждениях высшего образования.

**Результаты исследования.** Физическая культура как система, базовыми компонентами которой является физическое воспитание, спорт, профессионально-прикладная физическая подготовка, адаптивная и оздоровительная физическая культура, в своем концептуальном блоке содержит не только задачи развития и совершенствования моторно-функциональных (физических, двигательных) качеств, формирование двигательных навыков, но и задачи укрепления здоровья, закаливания организма, повышения устойчивости к воздействию неблагоприятных факторов среды и профессиональной деятельности. Анализ законодательных актов европейских стран показывает, что термин «физическая культура» употребляется в основных законах России, Беларуси, Украины, Хорватии. В законодательных актах Республики Беларусь и Российской Федерации термин «физическая культура» относится к физическому воспитанию. В других странах такой термин отсутствует, зато есть понятие «спорт» или «физическое воспитание». По определению, представленному в педагогическом словаре, говорится, что «Физическая культура – часть общей культуры общества, одна из сфер общественной деятельности, направленной на укрепление здоровья и развитие физических способностей человека».

В законе Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» [1] указано: «Физическая культура – составная часть общей культуры общества, направленная на укрепление здоровья, развитие физических, морально-волевых и интеллектуальных способностей человека с целью гармоничного формирования его личности». Эти две цитаты подчеркивают значение и роль физической культуры в совершенствовании биологического и духовного потенциала человека. Следует отметить, что государственные документы («Государственная программа развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь» «Положение о Государственном физкультурно-

оздоровительном комплексе Республики Беларусь» и др.) направлены на совершенствование системы физического воспитания молодежи с акцентом на оздоровительную направленность физической культуры. Таким образом, озабоченность физическим состоянием молодого поколения, его здоровьем сводится в ранг государственной политики [2; 3]. Наиболее существенными показателями развития физической культуры в обществе являются достижения в оздоровлении людей и всестороннем развитии их физических качеств, степень использования физической культуры в сфере образования и воспитания, в производстве и быту, а также спортивные достижения.

Цель Государственной программы развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь – достижение стабильно позитивной динамики оздоровления нации средствами физической культуры и спорта [9, с. 6]. Основными задачами определяется: улучшение качества организации физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий; повышение количества занимающихся массовой физической культурой и спортом; развитие детско-юношеского спорта и подготовка национальных сборных команд [9, с. 6].

Положение о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь разработано и принято Постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь в соответствии с пунктом 3 статьи 18 Закона Республики Беларусь «О физической культуре и спорте» [3]. В настоящем положении даются определения основным понятиям: «базовое физкультурное образование», «двигательный навык», «двигательное умение», «физическое упражнение», «здоровье», «образ жизни», «физическая культура», «спортивный результат», «физическая подготовка», «физическое совершенство» и др. Комплекс представляет собой совокупность программ и нормативов в качестве основы физического воспитания граждан. Его целью является развитие в Республике Беларусь массового физкультурно-спортивного движения, направленного на оздоровление, общее физкультурное образование, нравственное и патриотическое воспитание, формирование здорового образа жизни нации средствами физической культуры.

Актуальность физической культуры как вида общей культуры обусловлена тем, что она представляет самостоятельную область, специфический процесс деятельности, средство и способ физического совершенствования личности [10].

Место учебной дисциплины «Физическая культура» в системе социально-гуманитарных знаний определяется предметом её изучения, которым являются системные закономерности и особенности процесса формирования физической культуры личности студента-выпускника, совокупность знаний, умений и навыков физкультурно-оздоровительной деятельности в интересах укрепления физических и духовных сил личности, достижения ею жизненных и профессиональных целей [10, с. 5].

Целью учебной дисциплины «Физическая культура» в учреждении высшего образования является формирование социально-личностных

компетенций студентов, обеспечивающих целевое использование соответствующих средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности [4; 5; 11].

Изучение учебной дисциплины «Физическая культура» организуется в соответствии с типовой учебной программой по учебной дисциплине «Физическая культура» для учреждений высшего образования (рег. номер ТД-СГ.025/тип. от 27.06.2017), которая включает теоретический и методико-практический разделы [6, с.17].

На основании типовой программы кафедры физического воспитания и спорта разрабатывают учебные программы по физической культуре с учетом имеющейся материально-технической базы, кадрового потенциала и направленности учебного заведения [7; 8; 12]. Учебные программы отражают специфику профиля вуза, специальности, собственных научно-методических предпочтений и профессионального опыта профессорско-преподавательского состава [10, с. 5].

### **Выводы**

В статье охарактеризованы основные нормативные документы, определяющие общую направленность и стратегию развития физкультурно-массовой и спортивной работы в Республике Беларусь, а также концепцию воспитания физической культуры студенческой молодежи. Представлены цель и место учебной дисциплины «Физическая культура» в учреждении высшего образования.

### **Список литературных источников**

1. О физической культуре и спорте: Закон Республики Беларусь от 4 января 2014 г. № 125-з: принят Палатой Представителей 5 декабря 2013 года: одобр. Советом Республики 19 декабря 2013 года // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – 2014. – № 2/2123. – С. 1–48.

2. Об утверждении государственной программы «Образование и молодежная политика» на 2016–2020 годы: постановление Совета Министров Респ. Беларусь, 28 марта 2016 г., № 250 // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – 13.04.2016. – 5/41915.

3. Об утверждении Положения о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь и признании утратившим силу постановления Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 24 июня 2008 г. № 17 : Постановление Министерства спорта и туризма Республики Беларусь, 2 июля 2014 г., № 16 // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – 09.09.2014. – 8/29060.

4. О разработке образовательных стандартов и учебно-программной документации образовательных программ высшего образования. Приказ Министерства образования Республики Беларусь от 18.07.2018 №594. – URL: <http://nihe.bsu.by/index.php/ru/norm-doc> (дата обращения: 16.10.2020).

5. Об утверждении образовательных стандартов высшего образования I ступени. Постановление Министерства образования Республики Беларусь от

24. 12. 2019. – № 188. – URL: <http://www.edustandart.by>. [rivsh\\_inf@bsu.by](mailto:rivsh_inf@bsu.by) (дата обращения: 20.10.2020).

6. Об организации образовательного процесса в учреждениях высшего образования в 2020/2021 учебном году. Постановление Министерства образования Республики Беларусь от 28.08.2020. – № 03-01-18/7065/дс.

7. Об утверждении Инструкции о порядке распределения обучающихся в основную, подготовительную, специальную медицинскую группы, группу лечебной физической культуры: Постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 9 июня 2014 г. № 38 // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – 22.08.2014. – 8/29025.

8. Верес Н.А., Кузнецова Е.Т. Организация занятий физической культурой в специальном учебном отделении университета // Научный потенциал молодежи – будущему Беларуси: матер. XIV междунар. молодежной научно–практ. конф., УО “Полесский государственный университет”, г. Пинск, 3 апреля 2020 г. / Министерство образования Республики Беларусь [и др.]; редкол.: К.К. Шебеко [и др.]. – Пинск: ПолесГУ, 2020. – С.145–147.

9. Прохоров Ю.М. Нормативно-правовые документы, регламентирующие образовательный процесс по физической культуре в вузе: метод. рекомен. Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2017. – 59 с.

10. Физическая культура. Типовая учебная программа для учреждений высшего образования (рег. номер ТД-СГ.025/тип. от 27.06.2017). – Минск, 2017. – 37 с.

11. Яковлев А.Н., Кузнецова Е.Т. Формирования культуры здоровья и здорового образа жизни студенческой молодежи в Республике Беларусь (анализ опыта) // Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М.П. Драгоманова. Серія 15 : Наук.-пед. проблеми фіз. культури (фіз. культура і спорт) : Зб. наук. пр. – Київ, 2020. – Вип. 3 К (123) 20. – С. 501–508.

12. Nosko, M., Sahach, O., Nosko, Yu., Griban, G., Kuznietsova, O., Bohuslavskiy, V., Dovgan, N., Samokish, I., Shkola, O., Zhukovskiy, Ye., Plotitsyn, K., & Bloshchynskiy, I. (2020). Professional Development of Future Physical Culture Teachers during Studying at Higher Educational Institutions. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9 (5), 44-55. Retrieved from <http://www.ijaep.com/index.php/IJAE/article/view/975>.

## 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>Макарина 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 КЛІНІЧНОЇ 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>Лебедєв 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> ПІДВЩЕННЯ 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