

**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

ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В УСЛОВИЯХ ИНТЕГРИРОВАННОЙ ВОСПИТЫВАЮЩЕЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ СРЕДЫ И ЕГО ЭФФЕКТИВНОСТЬ

Гаврилик Марина

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

Физическое воспитание студентов как часть системы образования развивается в единстве социокультурных преобразований, и нравственных ценностей общества. Изменения характерные для мирового образовательного пространства, определяют перспективы совершенствования образования в области физической культуры. Актуальность проблемы повышения эффективности физического воспитания студентов, связана с инновационными процессами в системе образования, задающими направления модернизации

существующих подходов к преподаванию учебной дисциплины «Физическая культура» в системе высшего образования [1,с.55].

Актуальность проблемы инновационного преобразования сложившейся системы физического воспитания на основе принципиально нового подхода к организации занятий физической культурой и спортом у студенческой молодежи, подчеркивают многие ученые (В.К. Бальсевич, В.И. Загвязинский, В. А. Коледа, И.В. Манжелей, С.И. Филимонова, В.М. Куликов, В. А. Овсянкин, и др.) поэтому ими особое внимание уделяется вопросам организации занятий студентов по учебной дисциплине «Физическая культура» и повышению их эффективности.

В последние годы некоторые авторы (И.В. Манжелей, Н.С. Бутыч, С.И. Филимонова, О.В. Шинкаренко, С.В. Щетинина) качественное улучшение процесса физического воспитания обучающихся связывают с созданием физкультурно-спортивной среды образовательного учреждения, как совокупности условий и возможностей для саморазвития и самовыражения личности в сфере физической культуры и спорта.



Поскольку формирование личности студента осуществляется в среде образовательного учреждения, то наличие в нем качественной физкультурно-спортивной среды, является необходимой составляющей общей социокультурной среды вуза, так как именно в ней создаются условия для индивидуализации и дифференциации проявления и развития способностей людей в избранных ими формах физкультурно-спортивной деятельности [1,с.59]. Это в свою очередь определило цель нашего исследования: разработать концепцию повышения эффективности физического воспитания студентов на основе создания интегрированной воспитывающей физкультурно-спортивной среды.

Представленная концепция отражает пути повышения эффективности физического воспитания, исследовательские подходы (системный, средовой и личностно ориентированный) к решению изучаемой проблемы, обосновывает необходимость учёта средовых факторов и представляет интегрированную физкультурно-спортивную среду как динамическую целостность, в которой создаются условия для гармоничного развития личности студента и его самореализации в физической культуре[2,с.44].

В условиях реализации данной концепции, предполагались принципиальные изменения в организации учебного процесса по физической культуре студентов связанные с постепенным сокращением аудиторных занятий с преподавателем и увеличением доли управляемой самостоятельной работы [3,с.53]. Управляемая самостоятельная работа представлена как основное звено разработанной нами концепции повышения эффективности физического воспитания студентов, на основе организации интегрированной воспитывающей физкультурно-спортивной среды.

В основе образовательной деятельности лежит самостоятельная деятельность студента, что в педагогической практике проявляется через планомерный переход от обязательных форм к физическому самосовершенствованию студентов.

Были внесены существенные изменения в организацию учебного процесса по дисциплине «Физическая культура», так согласно учебным планам различных специальностей трудоемкость учебной дисциплины «Физическая культура» составляет 140 часов в год. Аудиторная нагрузка (занятия с основным преподавателем) составляет на 1-2 курсах 42 часа оставшаяся часть занятий реализуется, как управляемая самостоятельная работа студентов.

Управляемая самостоятельная работа приравнивается к аудиторной, на 3 курсе 100% занятий проходит в рамках управляемой самостоятельной работы студентов.

Во время аудиторных часов преподаватель, обсуждает со студентом его личные мотивы к занятиям, предпочтительные для студента виды физкультурно-спортивной деятельности, целеполагание. Далее определяется индивидуальная траектория развития студента (физкультурно-образовательная, физкультурно-оздоровительная, физкультурно-развивающая, физкультурно-спортивная).

Студент, приступающий к изучению учебной дисциплины, получает информацию обо всех формах самостоятельной работы по дисциплине с выделением обязательных видов самостоятельной работы, а также обо всех видах двигательной активности и видах спорта доступных для него с учетом индивидуальной траектории самосовершенствования согласно его интересам, потребностям и возможностям. Каждому студенту для проведения УСР предлагается на выбор различные формы и виды занятий физической культурой и спортом. Ориентируясь, на свои личностные потребности студент осуществляет выбор приемлемой для него формы самостоятельной работы из предлагаемого на выбор перечня [4,с.39-40].

Согласно, расписания занятия проходят два раза в неделю по два часа, однако студент в рамках управляемой самостоятельной работы сам определяет вид двигательной активности, например: плавание или легкая атлетика, фитнес, или катание на коньках, а может и волейбол и т.д. Кроме этого, студентам предоставлена возможность индивидуального выбора времени занятий, в удобное для него время, что по нашему мнению позволит существенно увеличить уровень двигательной активности студентов.

Такой путь обуславливает усиление образовательной и методической направленности педагогического процесса, освоения студентами физкультурных знаний, позволяющих им самостоятельно и рационально осуществлять физкультурно-спортивную деятельность.

С целью определения эффективности разработанной концепции интегрированной воспитывающей физкультурно-спортивной среды УВО проводился педагогический эксперимент, в котором приняли участие 1066 студентов факультета банковского дела, экономического и биотехнологического факультетов Полесского государственного университета.

Участники были распределены по половому (гендерному) признаку. Количество девушек, принявших участие в нашем эксперименте, составило 756 человека, из которых были сформированы экспериментальная группа 378 человек - ЭГ/д (n=378) и контрольная группа 378 человек - КГ/д (n=378). Количество юношей составило 310 человека, из которых были сформированы экспериментальная группа 155 человек - ЭГ/ю (n=155), и контрольная группа 155 человек - КГ/ю (n=155).

С целью определения эффективности разработанной концепции проводилось тестирование физической подготовленности юношей КГ/ю и ЭГ/ю по следующим показателям: прыжок в длину с места, наклон вперед из положения сидя, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, подтягивание на высокой перекладине, поднятие туловища из положения лежа на спине за 1 мин., челночный бег 4 x 9 м, бег 30 м, бег 3 000 м.

Как видно из таблицы на начальном этапе эксперимента полученное в результате расчетов эмпирическое значение критерия Вилкоксона по всем исследуемым показателям меньше критического значения $W_{0,05} = 1,96$, то есть $W_{эмп} \leq 1,96$ следовательно, можно сделать вывод, что исследуемые группы КГ/ю и ЭГ/ю не имели статистически достоверных различий на момент начала

эксперимента, характеристики сравниваемых выборок совпадают с уровнем значимости 0,05.

Таблица 1

Динамика показателей физической подготовленности КГ/ю и ЭГ/ю

Время тестирования	КГ/ю до эксперимента	КГ/ю после эксперимента	Прирост, %	ЭГ/ю до эксперимента	ЭГ/ю после эксперимента	Прирост, %	*W до эксперимента	p	*W после эксперимента	p
Прыжок в длину с места, см	228,1±19,5	248,5±20,3	8,9%	231,1±21	263,8±20,7	14,2%	1,49	<0,05	6,30	>0,05
Наклон вперед из положения сидя, см	12,6±7,3	15,3±7,7	21,4%	12,7±8,2	17,0±8	33,6%	0,34	<0,05	2,37	>0,05
Сгибание, разгибание рук в упоре лёжа, раз	44,6±9	49,2±9,1	10,4%	43,2±10,7	53,3±11,7	23,4%	0,79	<0,05	4,55	>0,05
Подтягивание на высокой перекладине, раз	9,5±4,7	11,2±4,6	17,1%	9,3±6,2	12,5±6	34,0%	0,58	<0,05	1,98	>0,05
Поднимание туловища из положения лёжа, раз за 1 мин.	47,3±7,3	52,9±7,6	11,8%	48,3±7,4	57,5±7,6	19,0%	1,27	<0,05	5,06	>0,05
Челночный бег 4 x 9 м, с	9,25±0,51	9,07±0,5	2,0%	9,16±0,57	8,84±0,49	3,6%	1,82	<0,05	3,97	>0,05
Бег 30 м, с	4,42±0,27	4,37±0,22	1,2%	4,36±0,27	4,23±0,18	2,8%	1,94	<0,05	5,29	>0,05
Бег 3000 м, с	849,9±41,2	685,7±43,2	19,3%	854,8±48,7	662,2±50	22,5%	1,36	<0,05	15,1	>0,05

* используется статистический критерий Вилкоксона-Манна-Уитни. $W(0,05) = 1,96$.

После завершения эксперимента сравнительный анализ показал, что наблюдаются изменения в результатах педагогических тестов студентов: по показателю прыжок в длину с места результаты после завершения эксперимента результаты в ЭГ/ю (263,8±20,7), тогда, как в КГ/ю (248,5±20,3) полученное эмпирическое значение критерия больше критического $W_{эмп}=6,30 > 1,96$ ($p > 0,05$); по показателю наклон вперед из положения сидя ЭГ/ю (17,0±8), тогда, как в КГ/ю (15,3±7,7) $W_{эмп}=2,37 > 1,96$ ($p > 0,05$); по показателю сгибание и разгибание рук в упоре лежа результат в ЭГ/ю (53,3±11,7), тогда, как в КГ/ю (49,2±9,1), полученное $W_{эмп}=4,55 > 1,96$ ($p > 0,05$); по показателю подтягивание на высокой перекладине, результаты в ЭГ/ю (12,5±6), тогда, как в КГ/ю (11,2±4,6) $W_{эмп}=1,98 > 1,96$ ($p > 0,05$); по показателю поднимание туловища из положения лежа на спине за 60с после завершения

эксперимента результаты изменились следующим образом в ЭГ/ю ($57,5 \pm 7,6$), тогда, как в КГ/ю ($52,9 \pm 7,6$) $W_{эмп} = 5,06 > 1,96$ ($p > 0,05$); по показателю челночный бег 4x9 м после завершения эксперимента результаты в ЭГ/ю ($8,84 \pm 0,49$) в КГ/ю ($9,07 \pm 0,5$) значение $W_{эмп} = 3,97 > 1,96$ ($p > 0,05$); в беге на 30 м после эксперимента результаты в ЭГ/ю ($4,23 \pm 0,18$), тогда, как в КГ/ю ($4,37 \pm 0,22$) $W_{эмп} = 5,29 > 1,96$ ($p > 0,05$); в беге на длинные дистанции 3 000 м после повторного тестирования результат в ЭГ/ю ($662,2 \pm 50$) в КГ/ю ($685,7 \pm 43,2$), значение $W_{эмп} = 15,18 > 1,96$ ($p > 0,05$).

Следовательно, можно сделать вывод, что в эффективность физического воспитания на основе организации интегрированной воспитывающей физкультурно-спортивной среды выразилась в повышении показателей физической подготовленности в экспериментальной группе, так как наблюдается статистически достоверное различие во всех исследуемых показателях между ЭГ/ю и КГ/ю $W_{эмп} > 1,96$ достоверность различий равна 95% ($W_{эмп} > 0,05$).

Тестирование физической подготовленности девушек КГ/д и ЭГ/д проводилось по следующим показателям: прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, бег 30 м, челночный бег 4x9 м, бег 1500 м, поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с., наклон вперед из положения сидя.

Таблица 2.

Динамика показателей девушек ЭГ/д и КГ/д

Время тестирования	КГ/д до эксперимента	КГ/д после эксперимента	Прирост, %	до эксперимента	после эксперимента	Прирост, %	*W до эксперимента	p	*W после эксперимента	p
Прыжок в длину с места, см	178,3±16,3	183,7±14,2	3,1%	178,2±15,7	190,6±12,4	6,9%	0,04	<0,05	7,35	>0,05
Наклон вперед из положения сидя, см	18,3±6,5	20,6±5,6	12,6%	18,1±6,3	23,9±4,8	32,1%	0,54	<0,05	8,51	>0,05
Сгибание, разгибание рук в упоре лёжа, раз	7,5±4,7	9,2±4,6	21,7%	7,4±3,7	10,6±3,3	42,3%	0,48	<0,05	9,98	>0,05
Поднимание туловища из положения лёжа, раз за 1 мин.	50,1±7,2	52,7±6,4	5,1%	50,2±7,7	55,3±7,2	10,2%	0,34	<0,05	5,74	>0,05
Челночный бег 4 x 9 м, с	10,30±0,47	10,15±0,43	1,4%	10,29±0,47	10,09±0,45	2,0%	0,04	<0,05	1,98	>0,05
Бег 30 м, с	5,05±0,30	5,0±0,28	0,9%	5,04±0,31	4,97±0,25	1,5%	0,23	<0,05	1,18	<0,05
Бег 1500 м, с	461,7±17,7	425,1±16,8	7,9%	462,4±18	403,9±16	12,7%	0,67	<0,05	15,08	>0,05

Как видно из таблицы у девушек ЭГ/д и КГ/д что на начальном этапе исследования статистически достоверных различий не имелось.

После проведения эксперимента результаты значительно различаются: по показателю прыжок в длину с места результаты изменились следующим образом в ЭГ/д ($190,6 \pm 12,4$), тогда, как в КГ/д ($183,7 \pm 14,2$) эмпирическое значение критерия оказывается больше критического $W_{эмп} = 7,35 > 1,96 (p > 0,05)$; по показателю наклон вперед из положения сидя, ноги врозь после завершения эксперимента результат в ЭГ/д ($23,9 \pm 4,8$), тогда, как в КГ/д ($20,6 \pm 5,6$) эмпирическое значение $W_{эмп} = 8,51 > 1,96, (p > 0,05)$; по показателю сгибание и разгибание рук в упоре лежа после завершения эксперимента результаты изменились следующим образом в ЭГ/д ($10,6 \pm 3,3$), тогда, как в КГ/д ($9,2 \pm 3,2$) $W_{эмп} = 9,98 > 1,96 (p > 0,05)$; по показателю поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с. после завершения эксперимента результаты в ЭГ/д ($55,3 \pm 7,2$), тогда, как в КГ/д ($52,7 \pm 6,4$) $W_{эмп} = 5,74 > 1,96 (p > 0,05)$; по показателю челночный бег 4х9 м после завершения эксперимента результаты в ЭГ/д ($10,09 \pm 0,45$) в КГ/д ($10,15 \pm 0,43$) значение $W_{эмп} = 1,98 > 1,96 (p > 0,05)$; в беге на 30 м результаты, после эксперимента ЭГ/д ($4,97 \pm 0,25$), тогда, как в КГ/д ($5,0 \pm 0,28$) при $W_{эмп} = 1,18 < 1,96, (p < 0,05)$; в беге 1500м после повторного тестирования результат в ЭГ/д ($403,9 \pm 16$) в КГ/д ($425,1 \pm 16,8$), значение $W_{эмп} = 15,08 > 1,96 (p > 0,05)$.

Выводы

Следовательно, можно сделать вывод, что в эффективность физического воспитания в условиях реализации концепции повышения эффективности физического воспитания студентов, на основе организации интегрированной воспитывающей физкультурно-спортивной среды выразилась в повышении показателей физической подготовленности в экспериментальной группе, относительно контрольной, так как наблюдается статистически достоверное различие между ЭГ/д и КГ/д $W_{эмп} > 1,96$ достоверность различий равна 95% ($W_{эмп} > 0,05$) в следующих показателях: прыжок в длину с места, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, челночный бег 4х9 м, бег 1500м, поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с., наклон вперед из положения сидя. В показателе бег на 30м после эксперимента статистически достоверных различий между характеристиками ЭГ/д и КГ/д не выявлено $W_{эмп} = 1,18 < 1,96$.

Следовательно, можно утверждать, что организация физического воспитания студентов в условиях интегрированной воспитывающей физкультурно-спортивной среды, позволила повысить его эффективность.

Список литературы

1. Гаврилик, М.В. Интегрированная физкультурно-спортивная среда учреждения высшего образования / М.В. Гаврилик // Веснік Палескага дзяржаўнага ўніверсітэта. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук: навучна-практычны журнал. - 2020. - № 1. - С. 55-61.

2. Гаврилик, М.В. Социально-педагогические условия удовлетворенности студентов физическим воспитанием / М.В. Гаврилик // Веснік Магілёўскага дзяржаўнага ўніверсітэта імя А.А. Куляшова. Серыя С.

Псіхолага-педагагічныя навукі: педагогіка, псіхалогія, методыка : навучно-методычны журнал. - 2019. - № 1 (53). - С. 40-45.

3. Гаврылік, М. В. Арганізацыйныя асновы інтэгрыраванай фізкультурна-спартыўнай сроды і эфектыўнасць фізічнага выхавання студэнтаў / М.В Гаврылік // Веснік Палескага дзяржаўнага ўніверсітэта. Серыя грамадскіх і гуманітарных навук: навучна-практычны журнал. - 2019. - № 2. - С. 48-54.

4. Гаврылік, М.В. Эфектыўнасць фізічнага выхавання студэнтаў на аснове стварэння фізкультурна-спартыўнай сроды / М.В. Гаврылік // Здаров'е для ўсіх №1(2020). Пінск: ПолесГУ, 2020, - С.37-44.

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 ПІДГОТОВЛЕНОСТІ 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

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

Спічак В., Сіваченко М., Горенко З.А., Очеретько Б.Є. КОРЕКЦІЯ КОМПОНЕНТНОГО СКЛАДУ ТІЛА ТА ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІВЧАТ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ВОЛЕЙБОЛОМ, ЗАСОБАМИ ФІТНЕСУ.....	82
Дейнеко Альфія, Шевчук Олеся СТАНОВЛЕННЯ ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ ЯК ОЛІМПІЙСЬКОГО ВИДУ СПОРТУ.....	85
Жамардій Валерій ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВИКЛАДАЧА В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ.....	88
Суровов Олексій, Олійник Дмитро КУРС «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ» ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ НАВЧАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	92
Аксьонов Дмитро, Сичов Дмитро ВИКОРИСТАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НАВЧАННЯ ДЛЯ ЗАСВОЄННЯ ТЕОРЕТИЧНОГО МАТЕРІАЛУ З ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» ДЛЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ У КОЛЕДЖІ.....	93
Макаріна Ольга СТАТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ КАК ЭЛЕМЕНТ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В ГРУППАХ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ГРЕБЛЕ АКАДЕМИЧЕСКОЙ.....	95
Іващенко Сергій ВПЛИВ ЗОРОВИХ НАВАНТАЖЕНЬ НА ПОКАЗНИКИ КЛІНІЧНОЇ РЕФРАКЦІЇ СТУДЕНТІВ.....	99
Костюк Юлія, Єловець Олександр, Курилло Тетяна² СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТСЬКИХ КОМАНД З БАСКЕТБОЛУ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	103
Подберезская Елена, Кузнецова Елена УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ БРЕСТСКОГО ОБЛАСТНОГО КАДЕТСКОГО УЧИЛИЩА.....	106
Крук Микола, Гвоздь Сергій, Поліщук Роман ОСОБЛИВОСТІ ПРОЦЕСУ ЗАГАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПЛАВЦІВ.....	109
Воронцова Ірина, Плешаков Дмитро ВПЛИВ ВОЛЕЙБОЛУ НА РОЗВИТОК РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ПІДЛІТКІВ.....	112
Грищенко Олександр, Полоус Вікторія БУДОКОН – НОВИЙ ВИД ФІТНЕС-ТРЕНУВАНЬ.....	113
Петренко Сергій ВПРОВАДЖЕННЯ РУКОПАШНОГО І БОРЦІВСЬКОГО БОЮ У СИСТЕМУ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ.....	116

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

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