



# НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

НАЦІОНАЛЬНОГО  
ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ  
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА

СЕРІЯ 15

НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
/ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ/

ВИПУСК 3К (131) 21



## ДО УВАГИ АВТОРІВ ТА ЧИТАЧІВ ЖУРНАЛУ!

Наукове періодичне видання Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт), що входить до Переліку наукових фахових видань України з педагогічних наук (наказ МОНУ № 1222 від 07.10.2016) та фізичного виховання і спорту (наказ МОНУ № 528 від 12.05.2015 р., включений до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus (IC) (Польща).

Dear Sir/Madam,

Thank you for submitting Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) (ISSN: null) scientific journal for the ICI Journals Master List 2016 evaluation and for ordering 'Evaluation on Request'. Based on the information submitted in your journal's questionnaire our experts calculated your Index Copernicus Value (ICV) for 2016.

ICI JOURNALS  
MASTER LIST

**ICV 2016 = 54.30**

Dear Sir/Madam,

We would like to inform you that „Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) (ISSN: 2311-2220)” has been indexed in **ICI Journals Master List 2017**. From now on, the Editorial Staff and Publisher may use this information in their external communication. Based on the information submitted in your journal's questionnaire our Experts calculated your Index Copernicus Value (ICV) for 2017.

ICI JOURNALS  
MASTER LIST

**ICV 2017 = 63.15**

Dear Sir/Madam,

We would like to inform you that «Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) (ISSN: 2311-2220)» has been indexed in **ICI Journals Master List 2018**. From now on, the Editorial Staff and Publisher may use this information in their external communication. Based on the information submitted in your journal's questionnaire our Experts calculated your Index Copernicus Value (ICV) for 2018.

ICI JOURNALS  
MASTER LIST

**ICV 2018 = 68**

Dear Sir/Madam,

We would like to inform you that «Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) (ISSN: 2311-2220)» has been indexed in **ICI Journals Master List 2019**. From now on, the Editorial Staff and Publisher may use this information in their external communication. Based on the information submitted in your journal's questionnaire our Experts calculated your Index Copernicus Value (ICV) for 2019

ICI JOURNALS  
MASTER LIST

**ICV 2019 = 62**

Наукометрична база – бібліографічна і реферативна база даних, інструмент для відстеження цитованості наукових публікацій. Наукометрична база даних - це також пошукова система, яка формує статистику, що характеризує стан і динаміку показників затребуваності, активності та індексів впливу діяльності окремих вчених і науково-дослідницьких організацій. Найбільш актуальними є такі наукометричні бази, як Scopus, Web of Science, Index Copernicus, Google Scholar та ін.

Index Copernicus - міжнародна наукометрична база, що включає індексування, ранжування та реферування журналів, а також є платформою для наукової співпраці та виконання спільних наукових проєктів.

Журнали, зареєстровані в цій базі, пройшли строгий відбір за численними параметрами, доводячи високу якість. Міністерство науки і освіти України віднесло Master List ICI Journal до списку наукометричних баз даних, індексація в яких дозволяє отримати додаткові бали в процесі оцінки публікацій та їх авторів. Крім того, індексація в базі даних Index Copernicus є підґрунтям міжнародної реклами і престижу.

**З повагою, редакція журналу**

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

# НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

НАЦІОНАЛЬНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ  
ІМЕНІ М. П. ДРАГОМАНОВА



*Серія 15*

НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ  
ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
(*фізична культура і спорт*)

**Випуск 3К (131) 21**

Київ  
Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова  
2021



УДК 0.51

Н 34

WEB сторінка електронного видання : <http://enpuir.npu.edu.ua>; <http://spppc.com.ua>

[www.ffvs.npu.edu.ua/chasopys-npu-seria-15](http://www.ffvs.npu.edu.ua/chasopys-npu-seria-15).

Збірник входить до переліку фахових наукових видань України за галузями науки:

«Педагогічні науки» – (наказ Міністерства освіти і науки України № 1222 від 07.10.2016 р.)

«Фізичне виховання і спорт» – (наказ Міністерства освіти і науки України № 528 від 12.05. 2015 р.).

Державний комітет телебачення і радіомовлення України: свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації - серія KB № 8821 від 01.06.2004 р.

Збірник включено до переліку наукових фахових видань України категорії «Б» за галузями наук: 011 «Педагогічні науки», 017 «Фізичне виховання і спорт» – (Наказ Міністерства освіти і науки № 886 від 02.07.2020).

**Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. – Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2021. – Випуск 3 К(131) 21. – с.457**

У статтях розглядаються результати теоретичних та науково-експериментальних досліджень у галузі педагогічної науки, фізичного виховання та спорту, висвітлюються педагогічні, медико-біологічні, психологічні і соціальні аспекти, інноваційні технології навчання фізичної культури, практики підготовки спортсменів. Збірник розрахований на аспірантів, докторантів, наукових, педагогічних та науково-педагогічних працівників. Статті друкуються в авторській редакції.

#### Редакційна рада:

|                        |  |
|------------------------|--|
| <b>Андрущенко В.П.</b> | доктор філософських наук, академік НАПН України, ректор НПУ імені М.П.Драгоманова; ( <i>гол.Ред. ради</i> ); |
| <b>Бондар В. І.</b>    | доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;                        |
| <b>Вернидуб Р.М.</b>   | доктор філософських наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова;  |
| <b>Євтух В.Б.</b>      | доктор історичних наук, професор, НПУ імені М.П.Драгоманова;   |
| <b>Дробот І.І.</b>     | доктор історичних наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова;  |
| <b>Жалдак М.І.</b>     | доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;                        |
| <b>Зернецька А.А.</b>  | доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М.П.Драгоманова;   |
| <b>Мацько Л.І.</b>     | доктор філологічних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;                        |
| <b>Падалка О.С.</b>    | доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;               |
| <b>Синьов В.М.</b>     | доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;                        |
| <b>Торбін Г.М.</b>     | доктор фізико-математичних наук, професор, НПУ імені М.П.Драгоманова;  |
| <b>Шут М.І.</b>        | доктор фізико-математичних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова.                 |

**Головний редактор О. В. Тимошенко**

#### Редакційна колегія серії:

|                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Тимошенко О.В.</b> | доктор педагогічних наук, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова; |
| <b>Томенко О.А.</b>   | доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Сумський державний педагогічний університет;   |
| <b>Путров С. Ю.</b>   | кандидат педагогічних наук, професор Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова;   |
| <b>Дьоміна Ж.Г.</b>   | кандидат педагогічних наук, доцент, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова;  |
| <b>Малечко Т.А.</b>   | кандидат педагогічних наук, доцент, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова   |
| <b>Андрєєва О.В.</b>  | доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Національний університет фізичного виховання і спорту України;                             |
| <b>Грибан Г.П.</b>    | доктор педагогічних наук, професор, Житомирський державний університет імені І.Франка;  |
| <b>Пронтенко К.В.</b> | доктор педагогічних наук, професор, Житомирський військовий інститут імені С. П. Корольова;   |
| <b>Пронтенко В.В.</b> | кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Житомирський військовий інститут імені С. П. Корольова;                                     |
| <b>Ейдер Ежи</b>      | доктор педагогічних наук доктор наук з фізичного виховання, професор Щецинського університету, Польща;  |
| <b>Приймаков О.О.</b> | доктор біологічних наук, професор, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова.   |

*Схвалено рішенням Вченої ради НПУ імені М.П. Драгоманова*

ISSN 2311-2220

© Автори статей, 2021

© НПУ імені М.П.Драгоманова, 2021

© Редакційна колегія серії, 2021

**Збірник друкується щомісяця**

## ФІЗІЧНАЯ ПАДРЫХТАВАНАСЦЬ ДЗЯЦЕЙ ДАШКОЛЬНАГА ЎЗРОСТУ, ЯКІЯ ЗАНІМАЮЦЦА ФІТНЭСАМ

Дзіцячы фітнес ёсць відом оздоровчай гімнастыкі, разробленым з урахуванням сучасных фітнес-тэхналогій. Шырокі арсенал напрамкаў дзіцячага фітнесу дазваляе выбраты найбольш падходячы від у залежнасці ад умоў заняткаў, зацікаўленасці дзіцяці, падготовленасці інструктара фізічнага выхавання. Заняткі дзіцячым фітнесам надаюць оздоровчы і лікувальна-прафілактычны ўплыў на арганізм дзіцяці дошкільнага ўзросту. Стэп-аэробіка і фітбол-аэробіка паряд з імцаўненням здароўя, паліпшэннем психо-эмацыйнага стану дазваляе павысіць узровень фізічнай падготовленасці дзіцяці дошкільнага ўзросту. В рэзультаті застасування заняткаў дзіцячым фітнесам у фізічнаму выхаванні відзначаны прырост паказнікаў гнучкасці, рывновагі, витриваласці, швядкісна-сілавых здібнасцей, швядкасці.

**Ключовыя словы:** дзіцячы фітнес, стэп-аэробіка, фітбол-аэробіка, дзіці дошкільнага ўзросту, фізічна падготовленасць.

**Клачко Н.В. Фізічная падрыхтаванасць дзіцяці дашкольнага ўзросту, якія займаюцца фітнесам.** Дзіцячы фітнес з'яўляецца вылядам аздаруленчай гімнастыкі, распрацаваным з улікам сучасных фітнес-тэхналогій. Шырокі арсенал напрамкаў дзіцячага фітнесу дазваляе выбраць найбольш прыдатны выгляд у залежнасці ад умоў заняткаў, зацікаўленасці дзіцяці, падрыхтаванасці інструктара фізічнага выхавання. Заняткі дзіцячым фітнесам аказваюць аздаруленчы і лячэбна-прафілактычны ўплыў на арганізм дзіцяці дашкольнага ўзросту. Стэп-аэробіка і фітбол-аэробіка нароўні з умацаваннем здароўя, паліпшэннем психо-эмацыйнага стану дазваляе павысіць узровень фізічнай падрыхтаванасці дзіцяці дашкольнага ўзросту. У выніку прымянення заняткаў дзіцячым фітнесам ў фізічным выхаванні адзначаны прырост паказчыкаў гнучкасці, рывновагі, трываласці, хуткасці-сілавых здольнасцяў, хуткасці.

**Ключавыя словы:** дзіцячы фітнес, стэп-аэробіка, фітбол-аэробіка, дзіці дашкольнага ўзросту, фізічная падрыхтаванасць.

**Klochko Natalia. Physical fitness of preschool children going in for fitness.** Preserving and strengthening the health of children is one of the priorities in the Republic of Belarus. Children's health is the basis of the state's potential (demographic, economic, intellectual). A healthy generation is a major factor in the socio-economic development of both the individual cell of society (the family) and society as a whole. Children's fitness is a type of health-improving gymnastics, developed taking into account modern fitness technologies. A wide arsenal of directions for children's fitness allows you to choose the most suitable type depending on the conditions of training, the interest of children, the fitness of the physical education instructor. Children's fitness classes have a health-improving and therapeutic and prophylactic effect on the body of preschool children. Step aerobics and fitball aerobics allow, along with health improvement, improvement of psycho-emotional state, it allows to increase the level of physical

fitness of preschool children. As a result of the use of children's fitness classes in physical education, an increase in indicators of flexibility, balance, endurance, speed-strength abilities, speed was noted.

Conclusions. Fitball aerobics and step aerobics in children's fitness are an effective means of improving the level of physical fitness of older preschool children (5-6 years). There has been an increase in performance in speed, speed-power abilities, coordination abilities and flexibility in boys and girls.

**Key words:** children's fitness, step aerobics, fitball aerobics, preschool children, physical fitness.

Захаваанне і ўмацаванне здароўя дзяцей з'яўляецца адной з прыярытэтных задач у Рэспубліцы Беларусь. Здароўе дзяцей уяўляе аснову патэнцыялу дзяржавы (дэмаграфічнага, эканамічнага, інтэлектуальнага). Здаровае пакаленне з'яўляецца галоўным фактарам сацыяльна-эканамічнага развіцця, як асобнай ячэйкі грамадства (сямі), так і грамадства ў цэлым.

Тэмп жыцця, які пастаянна расце, інтэнсіўнае развіццё інфармацыйных тэхналогій, зніжэнне ўзроўню рухальнай актыўнасці аказвае адмоўны ўплыў на функцыянальны стан арганізма, а таксама ўзровень фізічнай падрыхтаванасці дзяцей. Павышэнне інтэлектуальных нагрузак пры падрыхтоўцы дзяцей да школьнага навучання, правядзенне вольнага часу з выкарыстаннем сучасных гаджэтаў і, пры гэтым, зніжэнне рацыянальных фізічных нагрузак так неабходных арганізму дзіцяці, які расце (Э.Я. Сцепаненкава [11], В.А. Шышкіна [12] і інш.), вядзе да развіцця паталагічных станаў і зніжэння ўзроўню здароўя дзяцей дашкольнага ўзросту. Па дадзеных статыстычнага штогодніка за 2019 год у краіне ў выніку прафілактычных аглядаў было выяўлена 214675 выпадкаў зніжэння вастрыні гледжання, 6007 выпадкаў зніжэння вастрыні слыху, 97877 выпадкаў парушэння паставы, 51168 выпадкаў узнікнення скаліёзу і 83942 выпадкаў дэфектаў маўлення [10].

На сучасным этапе ажыццяўляецца пошук новых аздараўленчых тэхналогій з мэтай паляпшэння стану здароўя дзяцей, павышэння ўзроўню іх фізічнай і разумовай працаздольнасці, фарміравання патрэбнасці ў здаровым ладзе жыцця. Адносна новай аздараўленчай тэхналогіяй у нашай краіне з'яўляецца дзіцячы фітнес. Дзіцячы фітнес ўяўляе сабой «адно з сучасных напрамкаў аздараўленчай гімнастыкі, музыкі, рытмічных рухаў, элементаў акрабатыкі, гульнявых відаў спорту, які павышае агульны і эмацыйны тонус арганізма, паляпшае фізічную і разумовую працаздольнасць, задавальняе патрэбнасць дзіцяці ў рухальнай актыўнасці, стварае ўмовы для праявы рознабаковай рухальнай актыўнасці на аснове інтэграцыі дынамічных, рухальных, «позных» рэфлексаў з свядома кантраляванымі рухамі, фармуе адказ рэакцыі на знешнія ўздзеянні (супраціўленне, расцягванне, скарачэнне, расслабленне), сувязі паміж схемамі рухаў з эмацыйнымі і пазнавальнымі псіхічнымі працэсамі і паводзінамі; уманнем чужы, любіць і разумець музыку, адчуваць яе прыгажосць, выказваць свае эмоцыі ў спартыўных і танцавальных кампазіцыях» [5, с. 3].

На думку В. В. Барысавай, Т.А. Шастаковай [1], Е.Г. Сайкінай [9] дзіцячы фітнес з'яўляецца агульнадаступнай, высокаэфектыўнай і эмацыянальнай сістэмай аздараўленчых мерапрыемстваў, мэта якой заключаецца ва ўмацаванні здароўя дзяцей, прафілактыцы ўзнікнення захворванняў, пашырэнні функцыянальных рэзерваў арганізма, павышэнні ўзроўню рухальных здольнасцей, садзейнічанні асваенню розных відаў рухаў і далучэнні да здаровага ладу жыцця.

З мэтай вывучэння ўплыву заняткаў дзіцячым фітнесам на ўзровень фізічнай падрыхтаванасці ў фізічнае выхаванне дзяцей старэйшага дашкольнага ўзросту намі былі ўключаныя заняткі дзіцячым фітнесам. З разнастайнасці напрамкаў дзіцячага фітнесу былі абраныя заняткі стэп-аэробікай і фітбол-аэробікай.

Стэп-аэробіка уяўляе сабой напрамак фітнесу аэробнай скіраванасці, у працэсе якой танцавальныя рухальныя дзеянні выконваюцца з выкарыстаннем спецыяльнай стэп-платформы [6]. Заснавальнікам стэп-аэробікі была амерыканскі фітнес-інструктар Джын Мілер, якая з мэтай аднаўлення функцыі каленнага сустава пасля перанесенай траўмы, выконвала пад'ёмы на лаўку невялікай вышыні і спускі з яе. Разнастайнасць у свае заняткі Джын Мілер ўнесла за кошт выканання розных варыянтаў крокавых рухаў і музыкальнага суправаджэння [3]. Стэп-аэробіка аказвае дабратворны ўплыў на стан сардэчна-сасудзістай сістэмы за кошт павялічвання аб'ёму сардэчнай мышцы і максімальнага сардэчнага выкіду, паляпшэння забеспячэння тканін кіслародам і пажыўнымі рэчывамі. Сістэматычныя заняткі ўдасканальваюць функцыя дыхання, павялічваючы сілу дыхальных цягліц, жыццёвую ёмістасць лёгкіх, максімальную вентыляцыю лёгкіх, паляпшаючы лёгкаснае кровазабеспячэнне і спрыяюць больш эканамічнаму выкананню мышачнай працы [2, 3].

Фітбол-аэробіка – кірунак фітнесу, аснову якога складаюць фізічныя практыкаванні, якія выконваюцца з дапамогай вялікіх гімнастычных мячоў – фітболаў. Упершыню мячы вялікага памеру былі выкарыставаны швейцарскімі лекарамі з мэтай лячэння людзей з захворваннямі пазваночніка. Урач-фізіятэрапеўт з Швейцарыі Сюзан Кляйн-Фогельбах выкарыстоўвала фітбол на занятках з пацыентамі якія маюць цэрэбральны параліч. Джоан Познер-Маер – амерыканскі лекар-фізіятэрапеўт – выкарыстоўвала ўласцінасці фітбола для аднаўлення парушаных функцый у пацыентаў пасля траўмаў апорна-рухальнага апарата. Пазней былі распрацаваны аздараўленчыя праграмы для дзяцей [4].

Фізічныя практыкаванні фітбол-аэробікі аказваюць аздараўленчы эффект за кошт біямеханічных фактараў (актыўнае функцыянаванне цягліц і сістэм арганізма ва ўмовах няўстойлівай апоры, што спрыяе падтрыманню паставы і захаванню раўнавагі пры выкананні практыкаванняў на мячы; амартызацыйная функцыя мяча, якая спрыяе разгрузцы і мабілізацыі розных аддзелаў пазваночніка, што паляпшае абмен рэчываў, кровазварот і мікрацыркуляцыю ў межпазванковых дысках і ўнутраных органах; вібрацыйнае ўздзеянне на перыферычную і цэнтральную нервовую сістэму, якая аказвае абязбольвальны і танізавальны ці заспакаяльны эффект на арганізм у залежнасці ад інтэнсіўнасці вібрацыі, актывізацыю рэгенератывных працэсаў), уласцінасцяў фітбола (формай, памерам, колерам і пругкасцю) і шматфункцыянальнасцю яго выкарыстання (у якасці прадмета, апоры, абцяжарвання, трэнажора, перашкоды, масажора, арыентыру). Кожнае з гэтых асаблівасцяў фітбол праяўляе сваё спецыфічнае ўздзеянне на фізічны, псіхалагічны і эмацыянальны стан дзіцяці, забяспечваючы аздараўленчы і лячэбна-прафілактычны эффект заняткаў [4, 6, 7, 8].

Музычнае суправаджэнне заняткаў стэп-аэробікай і фітбол-аэробікай спрыяе пераадоленню стомы, якая з'яўляецца пры занятках, павышэнню працаздольнасці, вырашае задачы эстэтычнага, маральнага і разумовага выхавання,

паляпшае эмацыйны стан дзяцей, якія займаюцца фітнесам.

У даследаванні прынялі ўдзел 45 дзяцей старэйшага дашкольнага ўзросту (5-6 гадоў). Заняткі дзіцячым фітнесам праводзіліся 2 разы на тыдзень па 25 хвілін у другой палове дня ў працягу 7 месяцаў. Ацэнка фізічнай падрыхтаванасці дзяцей ажыццяўлялася з дапамогай наступных тэставых практыкаванняў: бег 10 м, бег 30 м, бег 90 (120) м, нахіл тулава наперад са становішча седзячы, скачок у даўжыню з месца, кіданне тэніснага мяча на далёкасць, стойка на адной назе. Да пачатку правядзення заняткаў было праведзена тэставанне фізічнай падрыхтаванасці дзяцей старэйшага дашкольнага ўзросту (табліца 1).

Табліца 1

Паказчыкі ацэнкі фізічнай падрыхтаванасці дзяцей 5-6 гадоў да пачатку заняткаў дзіцячым фітнесам (M ± m)

| Тэставае практыкаванне                         |         | Дзяўчынкі (n=26) | Хлопчыкі (n=19) |
|--|---------|------------------|-----------------|
| Бег 10 м, с                                    |         | 2,7±0,06         | 2,6±0,05        |
| Бег 30 м, с                                    |         | 7,7±0,16         | 7,6±0,18        |
| Бег 90 (120) м, с                              |         | 41,4±0,58        | 40,9±0,78       |
| Нахіл тулава наперад са становішча седзячы, см |         | 5,7±0,32         | 4,8±0,24        |
| Скачок у даўжыню з месца, см                   |         | 91,5±1,87        | 96,1±3,20       |
| Кіданне тэніснага мяча на далёкасць, м         | Пр.рука | 5,6±0,19         | 6,5±0,34        |
|  | Л.рука  | 4,7±0,16         | 5,2±0,29        |
| Стойка на адной назе, с                        |         | 35±0,02257       | 31±0,03         |

Атрыманыя дадзеныя фізічнай падрыхтаванасці дзяцей дазваляюць зрабіць выснову, што вынікі раўнавагі ў тэставым практыкаванні стойка на адной назе і гнуткасці ў тэставым практыкаванні нахіл тулава наперад з зыходнага становішча седзячы вышэй у дзяўчынак. Пры гэтым у хлопчыкаў лепшыя вынікі адзначаны ў практыкаваннях, асновай якіх з'яўляюцца хуткасныя (бег 10 і 30 метраў), хуткасна-сілавая здольнасці (скачок у даўжыню з месца і кіданне тэніснага мяча на далёкасць) і трываласці (бег 90 (120) метраў).

У выніку правядзення заняткаў дзіцячым фітнесам адбыліся змены ў паказчыках фізічнай падрыхтаванасці, як у дзяўчынак, так і ў хлопчыкаў 5-6 гадоў (табліца 2).

Табліца 2

Динаміка паказчыкаў фізічнай падрыхтаванасці дзяцей 5-6 гадоў пасля правядзення заняткаў дзіцячым фітнесам (M ± m)

| Тэставае практыкаванне                 | Дзяўчынкі (n=26) |                |                         | Хлопчыкі (n=19) |                |                         |        |
|--|------------------|----------------|-------------------------|-----------------|----------------|-------------------------|--------|
|  | Да заняткаў      | Пасля заняткаў | Дакладнасць адрозненняў | Да заняткаў     | Пасля заняткаў | Дакладнасць адрозненняў |        |
| Бег 10 м, с                            | 2,7±0,06         | 2,5±0,05       | p<0,01                  | 2,6±0,05        | 2,5±0,05       | p<0,01                  |        |
| Бег 30 м, с                            | 7,7±0,16         | 7,4±0,17       | p<0,01                  | 7,6±0,18        | 7,3±0,18       | p<0,01                  |        |
| Бег 90 (120) м, с                      | 41,4±0,58        | 39,1±0,57      | p<0,01                  | 40,9±0,78       | 38,6±0,77      | p<0,05                  |        |
| Нахіл тулава наперад, см               | 5,7±0,32         | 10,4±0,51      | p<0,01                  | 4,8±0,24        | 7,5±0,36       | p<0,01                  |        |
| Скачок у даўжыню з месца, см           | 91,5±1,87        | 101,5±1,90     | p<0,05                  | 96,1±3,20       | 106,6±3,35     | p<0,05                  |        |
| Кіданне тэніснага мяча на далёкасць, м | Пр.р.            | 5,6±0,19       | 6,6±0,21                | p<0,01          | 6,5±0,34       | 7,7±0,38                | p<0,01 |
|  | Л.р.             | 4,7±0,16       | 5,5±0,17                | p<0,01          | 5,2±0,29       | 6,5±0,27                | p<0,01 |
| Стойка на адной назе, с                | 35±0,02          | 63±0,02        | p<0,01                  | 31±0,03         | 60±0,03        | p<0,01                  |        |

Дакладнасць адрозненняў у паказчыках фізічнай падрыхтаванасці пры ўзроўні значнасці 0,01 адзначана ў тэставых практыкаваннях у дзяўчынак у бегу на 10 метраў, 30 метраў, 90 (120) метраў, нахіле тулава наперад са становішча седзячы, кіданні тэніснага мяча на далёкасць і стойцы на адной назе. У хлопчыкаў пры дадзеным узроўні значнасці дакладнасць адрозненняў выяўлена ў тэставых практыкаваннях у бегу на 10 метраў, 30 метраў, нахіле тулава наперад са становішча седзячы, кіданні тэніснага мяча на далёкасць і стойцы на адной назе. У скачку ў даўжыню з месца дакладнасць адрозненняў у паказчыках і ў дзяўчынак, і ў хлопчыкаў складае пры ўзроўні значнасці 0,05. Таксама ў хлопчыкаў дакладнасць адрозненняў пры ўзроўні значнасці 0,05 назіраецца ў паказчыках бегу на 90 (120) метраў.

**Высновы.** Заняткі фітбол-аэробікай і стэп-аэробікай ў рамках дзіцячага фітнесу з'яўляюцца эфектыўным сродкам павышэння ўзроўню фізічнай падрыхтаванасці дзяцей старэйшага дашкольнага ўзросту (5-6 гадоў). Адзначана павелічэнне паказчыкаў у хуткасных, хуткасна-сілавых здольнасцях, каардынацыйных здольнасцях і гнуткасці ў хлопчыкаў і дзяўчынак.

Літаратура

1. Борисова В. В. Оздоровительный фитнес в системе физического воспитания дошкольников и младших школьников / В. В. Борисова, Т. А. Шестакова. – Тула: Тульский государственный педагогический университет имени Л.Н. Толстого, 2011. – 84 с.
2. Виру А. А. Аэробные упражнения / А. А. Виру, Т. А. Юримяз, Т. А. Смирнова. – Москва: Физкультура и спорт, 1988. – 142 с.
3. Горцев Г. Ничего лишнего: аэробика, фитнес, шейпинг / Г. Горцев. – Ростов на Дону: Феникс, 2004. – 256 с.

4. Ключко Н. В. Влияние занятий футбол-аэробикой на организм детей / Н. В. Ключко. // Физическая культура, спорт, наука и образование: материалы I всероссийской научной конференции с международным участием, Чуралча, 29 марта 2017 г. – 2017. – С. 281–285.
5. Ключко Н. В. Детский фитнес в системе физкультурно-оздоровительной работы с детьми дошкольного возраста / Н. В. Ключко, Т. Ю. Логвина. // Пралеска. – 2019. – №3. – С. 3–7.
6. Лисицкая Т. С. Степ-аэробика / Т. С. Лисицкая. // Спорт в школе. – 2009. – №13. – С. 12–16.
7. Пономарев Е. Г. Комплексное воздействие упражнений футбол-аэробики на физическое и эмоциональное состояние детей младшего школьного возраста / Е. Г. Пономарев, С. В. Кузьмина. // Ученые записки. – 2011. – №2. – С. 161–164.
8. Сайкина Е. Г. Теоретико-методические основы занятия футбол-аэробикой / Е. Г. Сайкина, С. В. Кузьмина. – Санкт-Петербург: РГПУ им. А.И. Герцена, 2011. – 114 с.
9. Сайкина Е. Г. Фитнес в физкультурном образовании детей дошкольного и школьного возраста в современных социокультурных условиях / Е. Г. Сайкина. – Санкт-Петербург: РГПУ им. А.И. Герцена, 2008. – 68 с.
10. Статистический ежегодник. // Национальный статистический комитет Республики Беларусь. – 2020. – С. 124.
11. Степаненкова Э. Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка / Э. Я. Степаненкова. – М: Академия, 2006. – 368 с.
12. Шишкина В. А. Двигательное развитие дошкольника / В. А. Шишкина. – Мозырь: Белый Ветер, 2014. – 133 с.

#### References

1. Borisova V. V. Ozdorovitelnyy fitness v sisteme fizicheskogo vospitaniya doshkolnikov i mladshikh shkolnikov / V. V. Borisova. T. A. Shestakova. – Tula: Tul'skiy gosudarstvennyy pedagogicheskiy universitet imeni L.N. Tolstogo, 2011. – 84 p.
2. Viru A. A. Aerobnyye uprazhneniya / A. A. Viru. T. A. Yurimyaev. T. A. Smirnova. – Moskva: Fizkultura i sport, 1988. – 142 p.
3. Gortsev G. Nichego lishnego: aerobika. fitness. shey핑 / G. Gortsev. – Rostov na Donu: Feniks, 2004. – 256 p.
4. Klochko N. V. Vliyaniye zanyatiy fitbol-aerobikoy na organizm detey / N. V. Klochko. Fizicheskaya kultura. sport. nauka i obrazovaniye : materialy I vserossiyskoy nauchnoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiyem. Churapcha. 29 marta 2017 g., – 2017. – pp. 281–285.
5. Klochko N. V. Detskiy fitness v sisteme fizkulturno-ozdorovitelnoy raboty s detmi doshkolnogo vozrasta / N. V. Klochko. T. Yu. Logvina. Pral'eska, – 2019. – №3. – pp. 3–7.
6. Ponomarev E. G. Kompleksnoye vozdeystviye uprazhneniy fitbol-aerobiki na fizicheskoye i emotsionalnoye sostoyaniye detey mladshego shkolnogo vozrasta / E. G. Ponomarev. S. V. Kuzmina. Uchenyye zapiski, – 2011. – №2. – pp. 161–164.
7. Lisitskaya T. S. Step-aerobika / T. S. Lisitskaya. Sport v shkole, – 2009. – №13. – pp. 12–16.
8. Saykina E. G. Teoretiko-metodicheskiye osnovy zanyatii fitbol-aerobikoy / E. G. Saykina. S. V. Kuzmina. – Sankt-Peterburg: RGPU im. A.I. Gertsena3 2011. – 114 p.
9. Saykina E. G. Fitness v fizkulturnom obrazovanii detey doshkolnogo i shkolnogo vozrasta v sovremennykh sotsiokulturnykh usloviyakh / E. G. Saykina. – Sankt-Peterburg: RGPU im. A.I. Gertsena, 2008. – 68 p.
10. Statisticheskiy ezhegodnik. Natsionalnyy statisticheskiy komitet Respubliki Belarus, – 2020. – p. 124.
11. Stepanenkova E. Ya. Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya i razvitiya rebenka / E. Ya. Stepanenkova. – M: Akademiya, 2006. – 368 p.
12. Shishkina V. A. Dvigatelnoye razvitiye doshkolnika / V. A. Shishkina. – Mozyr: Belyy Veter, 2014. – 133 p.



ЗМІСТ 3 К (131) 2021

|     |   |     |
|-----|---|-----|
| 1.  | <i>Martynova N.P., Kuzko E. O.</i> PROBLEMS OF DISTANCE LEARNING OF APPLICANTS OF HIGHER EDUCATION IN «PHYSICAL CULTURE».....   | 13  |
| 2.  | <i>Medvedev P.Yu., Sevdalev S.V., Vrublevskiy, E.P.</i> THE METHODOLOGY OF GENERAL PHYSICAL TRAINING IN AN ANNUAL TRAINING CYCLE OF QUALIFIED FEMALE ATHLETES SPECIALIZING IN KAYAKING.....                     | 17  |
| 3.  | <i>Pryimakov Oleksandr, Eider Erzy, Peќala Damian, Mazurok Nataliya</i> <sup>4</sup> STAN FUNKCJONALNY I WYDOLNOŚĆ AEROBOWA FIZYCZNA OSÓB SPECJALIZUJĄCYCH SIĘ W RÓŻNYCH DYSCYPLINACH SPORTU.....               | 21  |
| 4.  | <i>Азаренкова Л. Л.</i> ПІДВИЩЕННЯ ВИТРИВАЛОСТІ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ СКАНДИНАВСЬКОЇ ХОДЬБИ НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....   | 25  |
| 5.  | <i>Андрійчук А. С., Кузьменко В. Ю., Стельмахівська В. П.</i> СУЧАСНИЙ ПОГЛЯД НА ФІЗИЧНУ ТЕРАПІЮ ПРИ СКОЛІОЗІ І-ІІ СТУПЕНЯ ДІВЧАТ 17-18 РОКІВ НА ПОЛІКЛІНІЧНОМУ ЕТАПІ.....                                      | 29  |
| 6.  | <i>Антонова-Рафі Ю.В., Легезіна Л.О.</i> ВПЛИВ КІНЕЗІОТЕЙПУВАННЯ НА ПАЦІЄНТІВ З ГІНОЇДНОЮ ЛІПОДИСТРОФІЄЮ.....   | 33  |
| 7.  | <i>Арефьев В. Г., Михайлова Н. Д.</i> БІОЛОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ.....  | 38  |
| 8.  | <i>Базилевич Н.О., Божко С. А., Тонконог О. С.</i> ВПЛИВ ЗАСОБІВ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ НА СИЛОВІ ТА ШВИДКІСНО-СИЛОВІ ЯКОСТІ СТУДЕНТІВ КОЛЕДЖУ.....  | 41  |
| 9.  | <i>Бакіко І. В., Дмитрук В. С., Ніколаєв С. Ю.</i> ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ І САМООЦІНКИ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ШКОЛЯРІВ 5-ИХ ТА 11-ИХ КЛАСІВ.....  | 44  |
| 10. | <i>Бойчук Р. І., Шанковський А. З., Захаркевич Т. М.</i> ОСОБЛИВОСТІ ВДОСКОНАЛЕННЯ ПСИХІЧНИХ ПРОЦЕСІВ ЮНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ.....   | 49  |
| 11. | <i>Бочкова Н. Л., Шевцова А. В.</i> МЕТОДИ ТА ЗАСОБИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ РЕВМАТОЇДНОМУ АРТРИТІ.....   | 53  |
| 12. | <i>Бочкова Н. Л., Філатова А. В.</i> АЛЬТЕРНАТИВНІ МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ХВОРИХ ПІСЛЯ ЛІВОСТОРОННЬОГО ГЕМОРАГІЧНОГО ІНСУЛЬТУ НА РАННЬОМУ ВІДНОВНОМУ ЕТАПІ.....  | 56  |
| 13. | <i>Булейченко О. В., Підвальна О.В.</i> ОБГРУНТУВАННЯ ВПРОВАДЖЕННЯ НЕТРАДИЦІЙНИХ ВИДІВ ФІТНЕСУ В САМОСТІЙНІ ЗАНЯТТЯ СТУДЕНТІВ ЗВО, ВІДНЕСЕНИХ ДО СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП, ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ..... | 59  |
| 14. | <i>Бурлака І. В., Лукачина А. В.</i> ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ТА ЙОГО ЦІННІСТЬ ДЛЯ СТУДЕНТІВ ЯК СПОСОБУ УКРІПЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я.....   | 63  |
| 15. | <i>Ващук Л., Кренделева В., Ковальчук Н.</i> ФІТНЕС В СИСТЕМІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ МОЛОДІ.....   | 68  |
| 16. | <i>Вдовенко Н. В., Осипенко Г. А., Россоха Г. В.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА КОРЕКЦІЇ АНТИОКСИДАНТНОЇ СИСТЕМИ В ОРГАНІЗМІ СПОРТСМЕНІВ ПІД ЧАС НАПРУЖЕНОЇ М'ЯЗОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....                         | 72  |
| 17. | <i>Вихляев Ю.М.</i> ТЕХНІЧНІ ЗАСОБИ ТРАКЦІЇ ХРЕБТА.....   | 77  |
| 18. | <i>Воловик Н. І., Путров О. Ю.</i> ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ МЕТОДУ ПІЛАТЕС.....   | 82  |
| 19. | <i>Галай М. Д., Марущак М. О., Мішаровський Р. М.</i> ВПЛИВ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ ПОКАЗНИКІВ РОЗВИТКУ НА ЗАСВОЄННЯ ВПРАВ З М'ЯЧЕМ КООРДИНАЦІЙНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....                 | 85  |
| 20. | <i>Глагоцук О. Г.</i> СПЕЦИФІКА ФОРМУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ТЕХНІЧНОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ.....  | 88  |
| 21. | <i>Глуценко Н. В., Буренко М. С., Борисенко Н. В.</i> ВИКОРИСТАННЯ ДИХАЛЬНОЇ ГІМНАСТИКИ ЗА СИСТЕМАМИ МАРИНИ КОРПАН В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ДІВЧАТ 15-16 РОКІВ.....                                  | 92  |
| 22. | <i>Гоголь Т. В., Кіндрат В. К., Мамчур С. Л.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЛОГІСТИЧНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.....  | 97  |
| 23. | <i>Гончаренко І. С.</i> ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ПЕДАГОГА ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....  | 101 |
| 24. | <i>Гордієнко О.</i> СУЧАСНІ ПІДХОДИ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ПІЛАТЕСУ В ПРОЦЕСІ ОЗДОРОВЛЕННЯ СТУДЕНТОК.....   | 105 |
| 25. | <i>Грибан Г. П., Ткаченко П. П., Краснов В. П.</i> ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ ВПРАВАМИ З ГИРЯМИ ЗІ СТУДЕНТАМИ З НИЗЬКИМ РІВНЕМ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ.....                                     | 108 |
| 26. | <i>Гутько О.І., Остапенко Г.О., Хроменков Д.В.</i> ВЗАЄМОДІЯ ТРЕНЕРА І ПСИХОЛОГА В РОЗДІЛІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА БОРЦЯ ВІЛЬНОГО СТИЛЮ.....  | 112 |
| 27. | <i>Гуцул Н.З., Гудима Г. Б., Нестеренко Л. О.</i> МОДЕЛЬНІ ПОКАЗНИКИ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ПАУЕРЛІФТЕРІВ-ПОЧАТКІВЦІВ З МЕТОЮ КОНТРОЛЮ ТРЕНУВАЛЬНОГО НАВАНТАЖЕННЯ.....   | 115 |
| 28. | <i>Дідковський В. А., Матвієнко М. І.</i> СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК КОМПОНЕНТ ОСВОЄННЯ СТУДЕНТСЬКОЮ МОЛОДДЮ ОСНОВ САМОЗАХИСТУ.....   | 119 |
| 29. | <i>Данилко В. М.</i> ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК ОДИН ІЗ КОМПОНЕНТІВ ПРОФЕСІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....  | 123 |

|     |   |     |
|-----|---|-----|
| 30. | Дмітрієва Н. С., Воловик Н. І. МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ СПОРТСМЕНІВ З КУЛЬОВОЇ СТРІЛЬБИ ДО ПОДОЛАННЯ ЗМАГАЛЬНИХ ТРУДНОЩІВ.....  | 127 |
| 31. | Дудорова Л. Ю., Черновський С. М. ДІАГНОСТИКА ТЕОРЕТИЧНИХ ЗНАТЬ СТУДЕНТІВ-ДИЗАЙНЕРІВ З ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ».....  | 130 |
| 32. | Дутчак М. В., Чеховська Л. Я. ЗМІСТ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФІТНЕС-ПЕРСОНАЛУ.....  | 134 |
| 33. | Єрмоленко О. В., Єрмоленко М. В. НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ АКЦЕНТОВАНОГО ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ ДО ІННОВАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ НА ОСНОВІ ВИКОРИСТАННЯ У НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ СУЧАСНИХ ПЕДАГОГІЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НАВЧАННЯ..... | 138 |
| 34. | Єфременко В. М. Сироватко З. В. СУЧАСНИЙ СТАН ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ.....  | 141 |
| 35. | Жайворонок О. О., Кольцова О. Є. ОПТИМІЗАЦІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ШКОЛЯРІВ ЗАСОБАМИ ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ.....  | 144 |
| 36. | Забіяко Ю. О., Могильний І. М. ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ НА ДОСВІДІ ПРОВІДНИХ КРАЇН.....  | 149 |
| 37. | Завальнюк О. В. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ У ПОШИРЕННІ СВИТОГЛЯДУ ЗДОРОВОГО СТИЛЮ ЖИТТЯ.....  | 155 |
| 38. | Капцюг Ю. Ф., Чарняўская Т. Н. АРГАНІЗАЦІЙНА-МЕТАДИЧНІЯ АСНОВЫ ЦЬЮТАРСКОЙ ДЗЕЙНАСЦІ ФАКУЛЬТЭТА ФІЗИЧНАГА ВИХОВАННЯ УСТАНОВЫ АДУКАЦЫІ “БЕЛАРУСКІ ДЗЯРЖАЎНЫ ПЕДАГАГІЧНЫ УНІВЕРСІТЭТ ІМЯ МАКСІМА ТАНКА”.....   | 158 |
| 39. | Касіч Н. П., Бінецький Д. О., Недільська А. І. ОСОБЛИВОСТІ ВИХОВАННЯ ЦІЛЕСПРЯМОВАНОСТІ УЧНІВ 7-9 КЛАСІВ ЗАСОБАМИ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....  | 161 |
| 40. | Катлоўскі А.У. ПАДРЫХОЎКА ДЗЮДАІСТАЎ-ПАРАЛІМПІЙЦАЎ У ПЕРАДСПАБОРНІЦКІЯ ПЕРЫЯДЫ.....   | 164 |
| 41. | Кафтанова Т. В., Яворська Т. Є., Домбровська О. Л. ЕФЕКТИВНІСТЬ ПЕРЕДАЧ М'ЯЧА У ГРАВЦІВ СТУДЕНТСЬКОЇ БАСКЕТБОЛЬНОЇ КОМАНДИ ПІД ЧАС ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....   | 168 |
| 42. | Кириченко О. В., Атаманюк С. І. ВИКОРИСТАННЯ ОЗДОРОВЧИХ ВПРАВ ЙОГИ НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП.....   | 171 |
| 43. | Клачко Н. В. ФІЗИЧНА ПАРЫХТАВАНАСЦЬ ДЗЯЦЕЙ ДАШКОЛЬНАГА ЎЗРОСТУ, ЯКІЯ ЗАНИМАЮЦЦА ФІТНЭСАМ.....   | 175 |
| 44. | Ковальчук Н. М., Санюк В. І., Деделюк Н. А. ГІМНАСТИКА ДЛЯ ВСІХ - ДОСТУПНИЙ ВИД МАСОВОГО СПОРТУ.....  | 178 |
| 45. | Козак Є. П., Остапенко О. І., Тимчик М. В. ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ В ПРОЦЕСІ ВІЙСЬКОВО-СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....   | 182 |
| 46. | Козицька А. П., Пшенична Л. П. ОСНОВНІ ТЕОРЕТИЧНІ ПОЛОЖЕННЯ ТА ПРИНЦИПИ ПОБУДОВИ ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ В ПЕРІОД КАРАНТИНУ.....   | 186 |
| 47. | Корх-Черба О. В., Севастьяненко Л. В. ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ЗМІСТ ЗАНЯТЬ З ОЗДОРОВЧОГО ФІТНЕСУ ЗА СИСТЕМОЮ ПІЛАТЕСА ДЛЯ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....   | 191 |
| 48. | Кострікова К. Є. СТРУКТУРНІ КОМПОНЕНТИ СФОРМОВАНОСТІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ - КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ПІД ЧАС ВПРОВАДЖЕННЯ ОЛІМПІЙСЬКИХ ЦІННОСТЕЙ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ.....  | 194 |
| 49. | Костюченко М. А., Рябенко В. Г., Донець І. О. КОНДИЦІЙНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЯК ОСНОВНИЙ ПОКАЗНИК ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ.....   | 200 |
| 50. | Кравченко Т. П. ВИКОРИСТАННЯ НЕТРАДИЦІЙНИХ ЗАСОБІВ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....   | 203 |
| 51. | Краснов В. П., Панченко В. Ф. ЦЕНТРИ СТУДЕНТСЬКОГО СПОРТУ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ: ПРАВОВІ ТА ФІНАНСОВО-ЕКОНОМІЧНІ АСПЕКТИ.....   | 209 |
| 52. | Красов О. І., Юзковець І. О. ЗАСТОСУВАННЯ РУХЛИВИХ ІГОР В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ ЕЛЕМЕНТАМ БАСКЕТБОЛУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....  | 213 |
| 53. | Кузнєцова О. Т., Коляда М. В. РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕННОСТІ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ.....  | 216 |
| 54. | Лебединець Н. В., Антомонов М. Ю., Улашкіна О. В. ВПЛИВ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НА ФУНКЦІОНАЛЬНУ АКТИВНІСТЬ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ ВЧИТЕЛІВ В УМОВАХ РЕФОРМУВАННЯ ОСВІТИ.....  | 221 |
| 55. | Лозовий А. Л., Сергієнко В. М. ВАЛІДАЦІЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НЕФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТИ В СТИЛЬОВОМУ КАРАТЕ.....   | 225 |
| 56. | Лукашук В. П., Тимошенко О. В. ПЕРЕДУМОВИ ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ КООРДИНАЦІЙНОЇ СПРЯМОВАНОСТІ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІВЧАТОК МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМ ПОСТАВИ.....  | 231 |
| 57. | Ляхова І. М., Дорошенко Е. Ю., Свириденко А. І. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ХВОРИХ ІЗ ПЕРЕЛОМАМИ ПЛЕЧОВОЇ КІСТКИ.....   | 236 |
| 58. | Мишин С. В. ПРОФЕСІЙНЕ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА.....   | 239 |
| 59. | Максименко Л., Солоненко Є., Кожокар І. ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ СТРІЛЬЦІВ ІЗ ЛУКА.....   | 243 |
| 60. | Маленюк Т. В., Бабаліч В. А., Брояковський О. В. ОСОБЛИВОСТІ ШВИДКІСНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ СПРИНТЕРІВ 14-15 РОКІВ У ГРУПАХ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....   | 246 |

|     |   |     |
|-----|---|-----|
| 61. | <i>Маринич Т. В., Маринич В. В.</i> ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ СОСТАВА ТЕЛА ПРИ ИНДИВИДУАЛІЗАЦІИ МЕТОДИКИ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ АЭРОБИКИ.....   | 250 |
| 62. | <i>Маринчук В. В., Кривобок Т. П.</i> СТАН ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СУЧАСНОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....   | 254 |
| 63. | <i>Маркова О. В.</i> ЗМІСТ І МЕТОДИКА ВИКОРИСТАННЯ ДИХАЛЬНОЇ ГІМНАСТИКИ В ТРЕНУВАННІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ.....  | 257 |
| 64. | <i>Масол В. В.</i> ЗМІСТ ВИХОВАННЯ РІШУЧОСТІ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ У ПРОЦЕСІ СПОРТИВНО-ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....   | 262 |
| 65. | <i>Матвієнко М. І., Масенко Л. В., Адирхаєв С. Г.</i> ОСОБЛИВОСТІ НАУКОВОГО СТАЖУВАННЯ ВИКЛАДАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ В ЗАКОРДОННОМУ УНІВЕРСИТЕТІ.....                      | 266 |
| 66. | <i>Медведєва І. М., Терентьєва Н. О.</i> ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА ТРЕНЕРА-ВИКЛАДАЧА З ФІГУРНОГО КАТАННЯ НА КОВЗАНАХ З УРАХУВАННЯМ ОСОБЛИВОСТЕЙ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....                | 271 |
| 67. | <i>Мирошніченко В. О.</i> МОТИВАЦІЙНЕ СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ АГРАРНОЇ ОСВІТИ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....  | 275 |
| 68. | <i>Мунтян В. С.</i> ПИТАННЯ ОРГАНІЗАЦІЇ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....   | 279 |
| 69. | <i>Нєворова О. В., Черній В. П.</i> ОСОБЛИВОСТІ ПОКАЗНИКІВ НЕЙРОДИНАМІКИ КОРИ ГОЛОВНОГО МОЗКУ ПІСЛЯ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ У ШКОЛЯРІВ З РІЗНИМ РІВНЕМ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ.....               | 285 |
| 70. | <i>Назаренко Л. І., Костюк Ю. С., Чіжаєв П. І.</i> ВИЗНАЧЕННЯ ПОКАЗНИКІВ РОЗУМОВОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ І ВЛАСТИВОСТЕЙ УВАГИ У ЮНИХ БАСКЕТБОЛІСТОК 11 – 12 РОКІВ.....                       | 289 |
| 71. | <i>Нєстеренко Т. М., Коваленченко В. Ф., Ківерник О. В.</i> ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ СТУДЕНТІВ ГУМАНІТАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....   | 292 |
| 72. | <i>Носко М. О., Архипов О. А., Омельчук О. В.</i> СИСТЕМАТИЗАЦІЯ ЗАГАЛЬНОПАТОГЕННИХ ТА ВНУТРІШНЬОШКІЛЬНИХ ФАКТОРІВ, ЩО ЗДІЙСНЮЮТЬ НЕСПРИЯТЛИВИЙ ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я УЧНІВ.....          | 297 |
| 73. | <i>Огнистий А. В., Огніста К. М.</i> ФОРМУВАННЯ «SOFT SKILLS» У МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ (ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНИЙ АСПЕКТ).....                                   | 302 |
| 74. | <i>Півень О. П., Поліщук В. В.</i> СТАН ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ УКРАЇНСЬКОЇ ТА ІНОЗЕМНОЇ ФІЛОЛОГІЇ УНІВЕРСИТЕТУ ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ В ПЕРЕЯСЛАВІ.....            | 307 |
| 75. | <i>Піддячий М. І.</i> ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ У ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ.....   | 311 |
| 76. | <i>Паршикура Ю. В., Ткаченко В. П.</i> АСПЕКТИ ІНТЕГРАЦІЇ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ПРИ ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ З ФІТНЕСУ ТА РЕКРЕАЦІЇ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....                     | 314 |
| 77. | <i>Пасічник В. Р., Мілкіна О. В., Напалкова Т. В.</i> РОЗВИТОК ФУТБОЛУ В ПОЛЬЩІ (ДРУГА ПОЛОВИНА ХХ – ПОЧАТОК ХХІ СТОЛІТТЯ).....   | 318 |
| 78. | <i>Петренко Н. Б., Філіппов М. М.</i> ВПЛИВ КОГНІТИВНИХ ФУНКЦІЙ НА КООРДИНАЦІЙНІ ЗДІБНОСТІ ДІТЕЙ 4–6 РОКІВ З ВІДХИЛЕННЯМИ МОВЛЕННЯ ПРИ ТАНЦЮВАЛЬНИХ ЗАНЯТТЯХ.....                     | 322 |
| 79. | <i>Поліщук В.</i> ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ТУРИСТСЬКО-КРАЄЗНАВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ФІЗИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ УЧНІВ СЕРЕДНЬОЇ ШКОЛИ.....   | 325 |
| 80. | <i>Потужній О. В.</i> ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ У СТУДЕНТІВ ДО САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ.....   | 328 |
| 81. | <i>Прима А. В., Путров С. Ю., Іванова Л. І.</i> КОНЦЕПТУАЛЬНА МОДЕЛЬ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ФІТНЕС-ІНДУСТРІЇ.....                | 332 |
| 82. | <i>Радіонова О. Л.</i> ПРОФЕСІЙНЕ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЯК УМОВА ЇХ УСПІШНОЇ МАЙБУТНЬОЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....                           | 335 |
| 83. | <i>Редькіна М. А., Шегімага В. Ф., Чорній І. В.</i> ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ СУЧАСНИХ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗВО.....          | 338 |
| 84. | <i>Рихаль В. І., Гуцул Н. З., Вовк І. В.</i> ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КІКБОКСЕРІВ МАСОВИХ РОЗРЯДІВ З УРАХУВАННЯМ ВАГОВИХ КАТЕГОРІЙ.....                                   | 341 |
| 85. | <i>Рихаль В. І., Слобода Т. І., Пєстерніков В. В.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ТА ГОНІОМЕТРИЧНИХ ПОКАЗНИКІВ КІКБОКСЕРІВ МАСОВИХ РОЗРЯДІВ З УРАХУВАННЯМ ВАГОВИХ КАТЕГОРІЙ.....   | 348 |
| 86. | <i>Ростєцька Л. В., Мерзлікіна О. А., Суцєнко Л. П.</i> СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З РОЗУМОВОЮ ВІДСТАЛІСТЮ В УМОВАХ СПЕЦІАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ..... | 355 |
| 87. | <i>Сергієнко В. М., Сірик А. Є.</i> ДОПІНГ ТА АНТИДОПІНГОВА ОСВІТА СУЧАСНОГО СПОРТУ.....  | 358 |
| 88. | <i>Сергата Н. С., Мотренко Ю. О.</i> ХАРАКТЕРИСТИКА ІСНУЮЧИХ МЕТОДИК ТА ЗАСОБІВ ДЛЯ КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНЬ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....                           | 362 |
| 89. | <i>Сергата Н. С., Сергата М. О.</i> КОРЕКЦІЯ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ У ЖІНОК МОЛОДОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ СХІДНОЇ ГІМНАСТИКИ ЦИГУН.....  | 366 |
| 90. | <i>Сироватко З. В., Єфременко В. М.</i> ВПЛИВ СПОРТИВНИХ ІГОР НА ПІДВИЩЕННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ У СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....   | 370 |
| 91. | <i>Сичов С. О., Сиротинська О. К.</i> ГІМНАТИЧНІ ВПРАВИ ЯК ЗАСІБ БЕЗОПЕРАЦІЙНОГО ЛІКУВАННЯ СКОЛІОЗУ У ПІДЛІТКІВ.....  | 373 |
| 92. | <i>Собко С. Г., Собко Н. Г.</i> РОЗВИТОК СПЕЦІАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....   | 376 |

|      |  |     |
|------|--|-----|
| 93.  | Сороколiт Н. С. ОСОБЛИВОСТІ КАДРОВОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ В УМОВАХ РЕФОРМУВАННЯ ОСВІТИ.....  | 381 |
| 94.  | Станкевич Л. Г. РАЦІОНАЛЬНЕ ХАРЧУВАННЯ ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ТРЕНУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТСМЕНІВ, ЯКІ СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ НА ВИТРИВАЛІСТЬ В УМОВАХ СЕРЕДНЬОГР'Я .....                                 | 385 |
| 95.  | Стасенко О. А. ГІМНАСТИКА ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ .....   | 391 |
| 96.  | Сундукова І. В. ХАРАКТЕРИСТИКА ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ГІМНАСТІВ У ПРОЦЕСІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.   | 395 |
| 97.  | Терьохіна О. Л., Овдсенко А. О. КРИТЕРІЇ, ПОКАЗНИКИ Й РІВНІ ГОТОВНОСТІ ВИКЛАДАЧА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ВИЩОГО ЗАКЛАДУ ОСВІТИ ДО ВИКОРИСТАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ..... | 398 |
| 98.  | Філатова З. І., Євтушок М. В., Антоневич Б. Р. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ПІДВИЩЕННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗВО ЗАСОБАМИ НАВЧАННЯ ПЛAVАННЯ .....   | 401 |
| 99.  | Фабрика Я. М., Арапов О. В. ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ПОЗААУДИТОРНІЙ РОБОТІ .....  | 405 |
| 100. | Хіміч І. Ю., Латенко С. Б. КОРЕКЦІЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ОРГАНІЗМУ ХВОРИХ НА ВІРУСНУ ПНЕВМОНІЮ МЕТОДАМИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ.....   | 408 |
| 101. | Холодний О. І., Долинний Ю. О., Мусхаріна Ю. Ю. МОДЕЛЬ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ.....  | 412 |
| 102. | Хорошуха М. Ф., Путров С. Ю., Хохлов А. В. ТЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗМІН ФУНКЦІЇ ЛОГІЧНОГО МИСЛЕННЯ У ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД СПРЯМОВАНОСТІ ЇХ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ                                   | 416 |
| 103. | Хотієнко С. В. ВПРОВАДЖЕННЯ ТА ВПЛИВ ЦИФРОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА РОЗВИТОК СФЕРИ РЕКРЕАЦІЇ ТА ІНДУСТРІЮ ТУРИЗМУ .....  | 421 |
| 104. | Царук В. ГОТОВНІСТЬ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ШКОЛЯРІВ.....  | 425 |
| 105. | Чупрун Н., Кравченко Т. КОРЕКЦІЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО ТА ФІЗИЧНОГО СТАНІВ У СТУДЕНТОК ЗАСОБАМИ ХОРЕОГРАФІЇ.....   | 428 |
| 106. | Шевченко О. В., Мельнік А. О. ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ПРОЦЕСІ ВИРОБНИЧОЇ ПРАКТИКИ.....   | 432 |
| 107. | Шейко Л. В. ВПЛИВ ОЗДОРОВЧО-НОРМАЛІЗУЮЧИХ РЕЖИМІВ ПЛAVАННЯ НА СТАН ДИХАЛЬНОЇ СИСТЕМИ ЖІНОК, ЯКІ СТРАЖДАЮТЬ НА ХРОНІЧНІ РЕСПІРАТОРНІ ЗАХВОРЮВАННЯ.....  | 435 |
| 108. | Шульга М. ОПТИМІЗАЦІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ ЗАСОБАМИ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ.....   | 441 |
| 109. | Юденко О. В., Крушинська Н. М., Омельчук О. В. ВПРОВАДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ В ПРОГРАМИ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ІЗ НАСЛІДКАМИ БОЙОВОЇ ТРАВМИ.....             | 445 |
| 110. | Язловецька О. В. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ У ПІДЛІТКІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....  | 451 |