

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 з К(147) 22

Київ
Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова
2022



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.

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, 2022. Випуск 3К (147) 22. 487 с.

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:

Андрущенко В.П.	доктор філософських наук, академік НАПН України, ректор НПУ імені М.П.Драгоманова; (голова редакційної ради);
Вернидуб Р.М.	доктор філософських наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Євтух В.Б.	доктор історичних наук, професор, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Дробот І.І.	доктор історичних наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Зернецька А.А.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Мацько Л.І.	доктор філологічних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Синьов В.М.	доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Торбін Г.М.	доктор фізико-математичних наук, професор, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Шут М.І.	доктор фізико-математичних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова.

Головний редактор О. В. Тимошенко

Редакційна колегія серії:

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

Схвалено рішенням Вченої ради НПУ імені М.П. Драгоманова

ISSN 2311-2220

© Автори статей, 2022

© НПУ імені М.П.Драгоманова, 2022

© Редакційна колегія серії, 2022

Збірник друкується щомісяця

MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE

SCIENTIFIC JOURNAL

NATIONAL PEDAGOGICAL DRAGOMANOV UNIVERSITY



Series 15

SCIENTIFIC AND PEDAGOGICAL
PROBLEMS OF PHYSICAL CULTURE
(physical culture and sports)

Issue 3K(147) 22

Kyiv
Publishers of National Pedagogical Dragomanov University
2022



UDC 0.51

N 34

WEB page of electronic edition: <http://enpuir.npu.edu.ua>; <http://spppc.com.ua>;
www.ffvs.npu.edu.ua/chasopys-npu-seria-15

State Committee for Television and Radio Broadcasting of Ukraine: Certificate of State Registration of the Printed Media. Series KV № 8821 dated 01.06.2004.

The collection is included in the list of scientific professional publications of Ukraine of category "B" by branches of science: 011 Pedagogical sciences, 017 Physical education and sports (Order of the Ministry of Education and Science № 886 from 02.07.2020).

Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series № 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports): Sb. scientific works / Ed. O. V. Tymoshenko. K.: Publishing house of National Pedagogical Dragomanov University, 2022. Issue 3K (147) 22. 487 p.

The article deals with the results of theoretical and scientific-experimental research in the field of pedagogical science, physical education and sports, highlights pedagogical, medical and biological, psychological and social aspects, innovative technologies of training physical culture, training practices of athletes. The collection is intended for graduate students, doctoral students, scientific, pedagogical and scientific and pedagogical workers. Articles are printed in the author's wording.

Editorial Board:

- Andrushchenko V.** Doctor of Philosophy, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, rector of the National Pedagogical Dragomanov University (head of the board);
- Vernidub R.** Doctor of Philosophy Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Yevtukh V.** Doctor of History Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Drobot I.** Doctor of Historical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Zernetska A.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Matsko L.** Doctor of Philology Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Sinyov V.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Torbin G.** Doctor of Physical and Mathematical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Shut M.** Doctor of Sciences (Physics and Mathematics), Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University.

Responsible editor O. Tymoshenko

Editorial board:

- Tymoshenko O.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Candidate of Science in Physical Education and Sports, National Pedagogical Dragomanov University;
- Tomenko O.** Doctor of Science in Physical Education and Sports, Professor, Sumy State Pedagogical University;
- Domina Zh.** Candidate of Pedagogical Sciences, Assistant Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Malechko T.** Candidate of Pedagogical Sciences, Assistant Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Andreeva O.** Doctor of Science in Physical Education and Sports, Professor, National University of Physical Education and sports of Ukraine;
- Griban G.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Zhytomyr State University named after I. Franko;
- Prontenko K.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, S. Korolev Zhytomyr Military Institute;
- Prontenko V.** Candidate of Science in Physical Education and Sports, Assistant Professor, S. Korolev Zhytomyr Military Institute;
- Ayer Ezhie** Doctor of Pedagogical Sciences, Doctor of Science in Physical Education, Professor at Szczecin University, Poland;
- Priyamakov O.** Doctor of Biological Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University.

Approved by the decision of the Academic Council of the National Pedagogical Dragomanov University

ISSN 2311-2220

© Authors of articles, 2022
 © National Pedagogical Dragomanov University, 2022
 © Editorial board, 2022

The collection is published monthly

ЗМІСТ 3К (147) 2022

1.	Khimich I., Parakhonko V. SWIMMING AS A MEANS OF IMPROVING STUDENTS' MENTAL AND PHYSICAL WORKING CAPACITY	14
2.	Placinta D., Coropceanu E. INVESTIGATION OF THE PHYSIOLOGICAL PROCESSES OF THE HUMAN BODY WITH THE HELP OF DIGITAL SENSORS WITHIN BIOLOGY LESSONS	17
3.	Sevdalev S., Vrublevskiy E. MORPHOFUNCTIONAL FEATURES OF THE MANIFESTATION OF SEXUAL DIMORPHISM IN HIGHLY QUALIFIED ATHLETES SPECIALIZING IN MODERN PENTATHLON	21
4.	Żurawski A. BIEGI DŁUGODYSTANSOWE JAKO FORMA AKTYWNEGO SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO	26
5.	Арабаджі Т.Д., Арабаджі А.Ю., Фоменко В.В. ОЦІНКА СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ АРМСПОРТОМ У ЗАГАЛЬНИХ ГРУПАХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	30
6.	Арефьев В.Г., Михайлова Н.Д., Гармата О.М. НАЛЕЖНІ РІВНІ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЗДАТНОСТЕЙ У ПІДЛІТКІВ РІЗНОГО РІВНЯ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я	33
7.	Архипов О.А., Краснов В.П., Отрошко О.В. ФОРМУВАННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ КУЛЬТУРИ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ НАРОДНИХ РУХЛИВИХ ІГОР ТА ЗАБАВ	38
8.	Базилевич Н.О., Божко С.А., Волківський М.В. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ВІЛЬНОЮ БОРОТЬБОЮ НА РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ПІДЛІТКІВ	42
9.	Базильчук В.Б., Журавльов Ю.Г., Ремешевський О.В. ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ СПОРТИВНИХ ІГОР В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ УНІВЕРСИТЕТУ	46
10.	Безкопильний О.О., Сущенко Л.П., Матусевич А.М. СПЕЦИФІКА ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ПОЛЬЩІ	50
11.	Богуславська В.Ю., Губар І.В. УДОСКОНАЛЕННЯ СТРУКТУРИ ТА ЗМІСТУ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПЛАВЦІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ	54
12.	Бойко Г.Л., Козлова Т.Г., Шарафутдінова С.У. ПРОБЛЕМАТИКА ЗБЕРЕЖЕННЯ ФІЗИЧНОГО ТА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	58
13.	Бондар Т.К., Лимаренко Н.П. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО НАВЧАННЯ ПЛАВАННЯ СТУДЕНТІВ З ПРОБЛЕМАМИ СТРАХУ ВОДИ В УМОВАХ ГЛИБОКОГО БАСЕЙНУ	62
14.	Булеєв М.В., Ткаченко С.В., Жара Г.І. ЗАПОБІГАННЯ ТРАВМАТИЗМУ В ДЗЮДО ЯК ОЗНАКА ПРОФЕСІОНАЛІЗМУ ТРЕНЕРА-ВИКЛАДАЧА	66
15.	Васильчук Г.В., Редькіна М.А., Малечко Т.А. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ РУХІВ В УЧЕНИЦЬ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ З ПОРУШЕННЯМИ ПОСТАВИ	71
16.	Вдовенко Н.В., Осипенко Г.А., Пастухова В.А. ОПТИМІЗАЦІЯ КОМПОЗИЦІЙНОГО СКЛАДУ ТІЛА ФУТБОЛІСТІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ХАРЧУВАННЯ	74
17.	Вихляєв Ю.М. АКТИВОВАНЕ АУТОГЕННЕ ТРЕНУВАННЯ ЯК ЗАСІБ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ	81
18.	Воловик Н.І., Підвальна О.В. ПОНЯТТЯ ПРО "ЦЕНТР СИЛИ" МЕТОДУ ПІЛАТЕС	86
19.	Ворона В.В., Ткаченко В.В. СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА У СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ ТАКТИЧНОГО РІВНЯ ВМС ЗСУ ДО ЗДІЙСНЕННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ	89
20.	Воропай С.М. ЖІНКИ-АТЛЕТКИ ЯК ПРОБЛЕМА В ОЛІМПІЙСЬКОМУ СПОРТІ ТА ПІДХОДИ ДО ЇЇ ВИРІШЕННЯ	93
21.	Гончарова Н.М., Прокопенко А.О., Родіоненко М.В. МОРФО-ФУНКЦІОНАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В ПРОЦЕСІ ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ ТЕНІСОМ	100
22.	Грибан Г.П. ФОРМУВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ У ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ПІД ЧАС ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ «УПРАВЛІННЯ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ»	105
23.	Гулякін С.В., Тодорова В.Г. СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФІГУРИСТІВ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ	110
24.	Дакаленко О.В., Коваленко Н.Л. ПОЗААУДИТОРНЕ ЧИТАННЯ У ЗВО ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ ЯК СПЕЦІАЛЬНИЙ ВИД ЧИТАННЯ	116
25.	Деделюк Н.А., Вашук Л.М., Томашук О.Г. МОТИВАЦІЙНА СПРЯМОВАНІСТЬ БАТЬКІВ У ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ В ДОМАШНІХ УМОВАХ У ПЕРІОД КАРАНТИННИХ ОБМЕЖЕНЬ	121
26.	Дідковський В.А., Кузенков О.В., Матвієнко М.І. ОКРЕМІ АСПЕКТИ ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ ЗАНЯТЬ СИЛОВОЮ ГІМНАСТИКОЮ В ЧАСТИНІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ ДО САМОЗАХИСТУ	125

27.	Дутчак Ю.В., Сущенко Л.П., Денисова Л.В. СУЧАСНІ АСПЕКТИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЯКОСТІ ВИЩОЇ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТИ В УКРАЇНІ	129
28.	Дьоміна Ж.Г., Чен Пен. ЗВ'ЯЗОК УСПІШНОСТІ НАВЧАННЯ БАСКЕТБОЛУ З МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНИМИ ТА РУХОВИМИ ПОКАЗНИКАМИ РОЗВИТКУ ОРГАНІЗМУ СТУДЕНТІВ	133
29.	Євтушенко О.В., Тодорова В.Г. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ БОРЦІВ ГРЕКО-РИМСЬКОГО СТИЛЮ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ	138
30.	Жиденко А.О., Міщенко Т.В., Паперник В.В. ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАГІСТРІВ У ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ: ПРОБЛЕМИ І МОЖЛИВОСТІ	144
31.	Завальнюк О.В. ПРАВОВІ АСПЕКТИ ФУНКЦІОНУВАННЯ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	149
32.	Захаріна Є.А., Глущенко Н.В. ВИКОРИСТАННЯ ВПРАВ ЗА СИСТЕМОЮ FLOW ANIMAL В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ СТУДЕНТОК 18-19 РОКІВ	154
33.	Зеніна І.В., Гаврилова Н.М., Кузьменко Н.В. РОЛЬ КУЛЬТУРНО-ДОЗВІЛЄВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	158
34.	Зубко В.В., Черевичко О.Г., Смірнов К.М. ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНА ДІЯЛЬНІСТЬ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЗВО	162
35.	Карпенко Ю.М., Сущенко Л.П., Кукса Н.В. ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЦЕНТРАХ	166
36.	Ковальова Ю.А. ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ У СТАРШОКЛАСНИКІВ	171
37.	Ковальчук Н.М., Гнітецька Т.В., Санюк В.І. АНАЛІЗ ЗМІСТУ СТРОЙОВИХ ВПРАВ У ПРОГРАМАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ (1992–2021 рр.)	175
38.	Козицька А.П., Пшенична Л.П., Булейченко О.В. ЧИРЛІДІНГ ЯК СУЧАСНА ФОРМА ВДОСКОНАЛЕННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ	181
39.	Колосовська В.В., Трофіменко В.О. ФОРМУВАННЯ ЕКОЛОГО-ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА	185
40.	Копочинська Ю.В., Сущенко Л.П., Котенко О.Ю. ПРАКСЕОЛОГІЧНА СПРЯМОВАНІСТЬ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 227 «ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ»	189
41.	Кострікова К.С., Кольцова О.С. ТВОРЧА САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ВЧИТЕЛІВ В УМОВАХ ВПРОВАДЖЕННЯ ОЛІМПІЙСЬКИХ ЦІННОСТЕЙ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС	193
42.	Кравченко Т.П. ФОРМУВАННЯ У МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ВМІННЯ ДІЯТИ В КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ	198
43.	Криштанович С.В., Соловійов В.Ф., Матвійчук Т.Ф. КОГНІТИВНИЙ КОМПОНЕНТ ЯК ОСНОВА ФОРМУВАННЯ УПРАВЛІНСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ	203
44.	Кротов Г.В., Питомець О.П., Марчук Д.В. ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ПІДХІД ДО НАВЧАННЯ ГІМНАСТИЧНИХ ВПРАВ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З РІЗНИМ ТИПОМ ТІЛОБУДОВИ	207
45.	Крупеня С.В., Лакей М.М., Петрова М.В. ФОРМУВАННЯ ПРОГРАМИ ТРЕНУВАНЬ ДЛЯ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У КІОКУШИН КАРАТЕ ЗАСОБАМИ HASHSTER	211
46.	Кубатко А.І., Атаманюк С.І., Кириченко О.В. ВПЛИВ ОЗДОРОВЧО-РОЗВИВАЮЧИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НА ФІЗИЧНИЙ СТАН СТУДЕНТІВ ПІДГОТОВЧОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ	216
47.	Кулик Н.А., Лапицький В.О., Косар Т.І. МОДЕЛЮВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОК У ХОКЕЇ НА ТРАВІ	221
48.	Лаврентьєв О.М., Лакей М.М., Петрова М.В. ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ДИНАМІКИ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У КІОКУШИН КАРАТЕ ЗАСОБАМИ HASHSTER	225
49.	Латенко С.Б., Хіміч І.Ю. МЕТОДОЛОГІЯ ВІДНОВЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СПОРТСМЕНІВ ІЗ ПОСТКОВІДНИМ СИНДРОМОМ	230
50.	Лебединець Н.В., Омельчук О.В., Гозак С.В. ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИЙ РОЗВИТОК ДОШКІЛЬНЯТ ПІД ВПЛИВОМ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ В ПРОЦЕСІ РОЗВИВАЮЧОГО НАВЧАННЯ	234
51.	Мавренко А.М., Лисак В.В., Матвієнко М.І. ПОГЛЯДИ НА ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ	239

	ЗАНЯТЬ АТЛЕТИЧНОЮ ГІМНАСТИКОЮ З УЧНЯМИ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ	
52.	Мазін В.М., Захарова О.М. АКТУАЛЬНІСТЬ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ БАКАЛАВРІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ДО ДИСТАНЦІЙНОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ РУХОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	243
53.	Максименко Л.М., Солоненко Є.В., Чхайло М.Б. ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА СТРІЛЬЦІВ ІЗ ЛУКА У ПІДГОТОВОЧОМУ ПЕРІОДІ СПОРТИВНИХ ТРЕНУВАНЬ	247
54.	Маленюк Т.В., Бабаліч В.А. ЕФЕКТИВНІСТЬ ПРОГРАМИ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ХУДОЖНІХ ГІМНАСТОК НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ	252
55.	Марамуха Н.П. ФОРМУВАННЯ У МАЙБУТНІХ БАКАЛАВРІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ГОТОВНОСТІ ДО НАДАННЯ ДОЛІКАРСЬКОЇ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ ЯК ПРОБЛЕМА ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ	257
56.	Мартінова Н.П., Горпинич О.О., Могильний І.М. РЕЗУЛЬТАТИ ПЕРЕВІРКИ ПРОГРАМИ СИЛОВОГО ТРЕНІНГУ ДЛЯ СТУДЕНТІВ ЗВО	261
57.	Масенко Л.В. ПЕРСПЕКТИВА ЗАСТОСУВАННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ТРЕНІНГУ З ПЕТЛЯМИ TRX У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ	265
58.	Медведєва І.М., Нестерова Т.І., Боліла М.О. ВИВЧЕННЯ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНОГО ПРОФІЛЮ З ОСЛАБЛЕНИМ ЗДОРОВ'ЯМ	269
59.	Мединський С.В. ФОРМУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ОСВІТНЬОЇ ТРАЄКТОРІЇ НАВЧАННЯ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ (НА ПРИКЛАДІ США)	274
60.	Мехед О.Б., Мехед Д.Б. ПРОФЕСІЙНО-РОЗВИВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ДО СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ, НАПРАВЛЕНОЇ НА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я МОЛОДІ	281
61.	Мішин С.В. ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВДОСКОНАЛЕННЯ У ФАХОВІЙ ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНЬОГО МАГІСТРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	285
62.	Нестеренко Т.М., Коваленченко В.Ф., Питомець О.П. РОЗВИТОК КОГНІТИВНОЇ СКЛАДОВОЇ ПОЗИТИВНОГО СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ГУМАНІТАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРІ	288
63.	Нєворова О.В., Черній В.П. ВИЯВЛЕННЯ ВЕГЕТАТИВНОГО ТОНУСУ В ПІДЛІТКІВ ЯК ВАЖЛИВОГО КРИТЕРІЮ ПОПЕРЕДЖЕННЯ ВЕГЕТО-СУДИННОЇ ДИСФУНКЦІЇ	292
64.	Оксом П.М., Павленко І.О., Бережна Л.І. ФЛОРБОЛ ЯК ЗАСІБ СПОРТИВНО-ОРІЄНТОВАНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ УКРАЇНИ	296
65.	Омельченко Т.Г., Боженко-Курило О.В. КОРЕКЦІЯ НАДЛИШКОВОЇ МАСИ ТІЛА ДІВЧАТ-ПІДЛІТКІВ В ПРОЦЕСІ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ	301
66.	Остапенко О.І., Тимчик М.В., Масол В.В. ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗКУЛЬТУРНО-МАСОВОЇ РОБОТИ	306
67.	Павленко І.О., Чхайло М.Б., Скачедуб Н.М. НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ЗАСТОСУВАННЯ ЕЛЕКТРОННИХ НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИХ ПОСІБНИКІВ ІЗ ВИДІВ СПОРТУ У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	310
68.	Пантік В.В., Ващук Л.М., Ішук О.А. РІВЕНЬ ФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА АДАПТАЦІЙНІ МОЖЛИВОСТІ ОРГАНІЗМУ	316
69.	Петренко Н., Лесік І., Медведєва Л. ФОРМУВАННЯ ПЕДАГОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У СФЕРІ ЕКОЛОГІЧНОГО ТА АКТИВНОГО ТУРИЗМУ В АГРАРНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ	320
70.	Пічурін Валерій В., Пічурін Віктор В. ФОРМУВАННЯ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТІВ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ СПОРТИВНОЮ ГІМНАСТИКОЮ	324
71.	Поліщук В.В., Поліщук М.В. ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ	329
72.	Потужній О.В., Поліщук В.В. ОРГАНІЗАЦІЯ АКТИВНОГО ДОЗВІЛЛЯ СТУДЕНТОК ЗАСОБАМИ РЕКРЕАЦІЙНИХ ІГОР	332
73.	Приймаков О.О., Степень-Слодковська М., Мазурок Н.С. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКИ ПАРАМЕТРІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ І СПЕЦІАЛЬНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ЄДИНОБОРЦІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ	336
74.	Родіонов В.А. МОДЕЛЬ І МЕТОД КОМПЛЕКСНОГО БІОФІЗИЧНОГО ВПЛИВУ ПОТЕНЦІЙНИХ БАТЬКІВ НА СТВОРЕННЯ ГЕНЕТИЧНИХ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я І	340

РОЗВИТКУ ДИТИНИ

75. Рябченко В.Г., Донець І.О., Черезов Ю.О. ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ ПІД ЧАС НАВЧАННЯ В ЗВО 346
76. Самокиш І.І. СТАН І ОСНОВНІ ПРОБЛЕМИ МОНИТОРИНГУ ОСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ В ЦІЛОМУ Й У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ЗОКРЕМА 350
77. Симак Н.Д., Тодорова В.Г. МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАННЯ ПЛАВАННЯ ДІТЕЙ 7-9 РОКІВ: ПРОБЛЕМИ ТА ЗДОБУТКИ 357
78. Сироватко З.В., Єфременко В.М. ВПЛИВ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ НА РУХОВУ АКТИВНІСТЬ СТУДЕНТІВ 363
79. Сичов С.О., Сиротинська О.К. ВИКОРИСТАННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ПЕДАГОГІЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ДЛЯ ЗАЛУЧЕННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ЦІННОСТЕЙ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ 367
80. Собко С.Г., Собко Н.Г., Липчанська Л.М. ОЦІНКА ГНУЧКОСТІ ТА ЇЇ ПРОГРАМУВАННЯ У СПОРТСМЕНІВ-ФУТБОЛІСТІВ 17-19 РОКІВ 370
81. Станкевич Л.Г., Хмельницька Ю.К., Краснова С.П. ОЦІНКА ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ РЕАКЦІЇ ОРГАНІЗМУ ТА СТАНУ АНТИОКСИДАНТНОЇ СИСТЕМИ НА ВПЛИВ ТЕСТУЮЧОГО НАВАНТАЖЕННЯ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ П'ЯТИБОРЦІВ В ПІДГОТОВЧОМУ ПЕРІОДІ 374
82. Стасенко О.А., Балашов Д.І. ПЕДАГОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ЗАНЯТЬ ГІМНАСТИКОЮ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ 380
83. Страшко С.В., Білик В.Г., Книш С.І. ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ З АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В СУЧАСНИХ УМОВАХ 384
84. Стрига В.О., Мерзлікіна О.А., Кузьменко В.Ю. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДІТЕЙ 6-8 РОКІВ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРУ В УМОВАХ РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ЦЕНТРУ 389
85. Сундукова І.В. АКРОБАТИКА ЯК ЗАСІБ ВСЕБІЧНОГО І ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ УЧНІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ 392
86. Супруненко М.В. ПРОФІЛАКТИКА ТА КОРЕКЦІЯ ПОРУШЕНЬ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ НА ЗАНЯТТЯХ З НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ 396
87. Сущенко Л.П., Василенко М.М., Корх-Черба О.В. ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ 399
88. Сущенко Л.П., Левчук Р.М., Качур Е.Ю. СУЧАСНИЙ ПОГЛЯД НА НЕЙРОРЕАБІЛІТАЦІЙНІ СТРАТЕГІЇ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ОСІБ-КОМБАТАНТІВ ПІСЛЯ ПОДОЛАННЯ НАСЛІДКІВ ПОСТКОМОЦІЙНОГО СИНДРОМУ 403
89. Татарченко Л.І., Мартинова Н.П., Присяжна М.К. АНАЛІЗ ВПЛИВУ КАРАНТИННИХ ОБМЕЖЕНЬ НА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ СТУДЕНТІВ 406
90. Терентьева Н.О. ПРОЕКТУВАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ІНТЕЛЕКТУАЛЬНА ВЛАСНІСТЬ В ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТА» ДЛЯ МАГІСТРАНТІВ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ СПОРТ 411
91. Терьохіна О.Л., Луценко С.Г., Ремешевський О.В. ПЕРСПЕКТИВИ ВИКЛАДАННЯ СПОРТИВНОЇ ДІЄЛОГІЇ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ 414
92. Тимошенко О.В., Сіренко В.Г. ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ УЧНІВ СТАРШОЇ ШКОЛИ ЗАСОБАМИ ЄДИНОБОРСТВ 418
93. Тогочинський О.М., Рябченко В.Г., Приймак С.Г. СПОРТИВНА КІНЕЗІОЛОГІЯ У СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНІЙ ОСВІТІ СТУДЕНТІВ 422
94. Троценко Т.Ю., Троценко В.В. ТУРИСТСЬКО-КРАЄЗНАВЧА ДІЯЛЬНІСТЬ У СИСТЕМІ ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ 427
95. Філатова З.І., Євтушок М.В., Антонець Б.Р. ВДОСКОНАЛЕННЯ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ПЛАВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗВО СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ ШЛЯХОМ ВИЗНАЧЕННЯ ПОКАЗНИКІВ ЇХ ПСИХОФІЗИЧНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ 431
96. Філіна В.А. МОТИВАЦІЯ УЧНІВ 10-11 КЛАСІВ ДО ЗАНЯТЬ З ДЗЮДО 434
97. Хоміцька В.М., Шишацька В.І. ПРОЯВИ РІВНЯ ТРИВОЖНОСТІ У СТУДЕНТІВ ПЕРШИХ ТА ВИПУСКНИХ КУРСІВ 440
98. Хорошуха М.Ф., Путров С.Ю., Омельчук О.В. ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ТРЕНУВАЛЬНИХ НАВАНТАЖЕНЬ РІЗНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ НА ПОКАЗНИКИ РОЗУМОВОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ 13-16 РОКІВ 444
99. Хотієнко С.В., Татарченко Л.І., Дідковський О.П. ВПРОВАДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У СУЧАСНУ СИСТЕМУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ЗВО 449
100. Чернявський О.А. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА У СИСТЕМІ ФОРМУВАННЯ ФАХОВОЇ 453

	КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ ВІЙСЬКОВО-МОРСЬКИХ СИЛ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ	
101.	Шевець В.П., Бріжата І.А. АНАЛІЗ СПОРТИВНИХ ТРАВМ ПІД ЧАС ЗМАГАНЬ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ	457
102.	Шевченко О.В., Мельнік А.О. ФОРМУВАННЯ ОЗДОРОВЧИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	461
103.	Шейко Л.В., Галай М.Д. ЗМІНА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ І ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЖІНОК 35-45 РОКІВ, ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ У ГРУПАХ ОЗДОРОВЧОГО ПЛАВАННЯ	465
104.	Ю Лювей, Каратник І.В., Пітин М.П. ЗМІНИ ПОКАЗНИКІВ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК БАДМІНТОНІСТІВ ВІКОМ 10-12 РОКІВ ЗА РЕЗУЛЬТАТАМИ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ	470
105.	Ярмоленко М.А., Шинкарук О.А., Максименко В.В. ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ТЕХНОЛОГІЇ ВІРТУАЛЬНОЇ РЕАЛЬНОСТІ У ПІДГОТОВЦІ СПОРТСМЕНІВ	476
106.	Яценко О.В., Бойко О.Г., Бузнік А.І. ОСОБЛИВОСТІ УДОСКОНАЛЕННЯ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ВОРОТАРІВ 17-19 РОКІВ У ФУТБОЛІ З ВИКОРИСТАННЯМ СТРИБКОВИХ ВПРАВ	481

CONTENTS 3K (147) 2022

1. Хіміч І.Ю., Парахонько В.М. ПЛАВАННЯ ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ РОЗУМОВОЇ ТА ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СТУДЕНТІВ	14
2. Плачинта Д., Коропчану Е. ДОСЛІДЖЕННЯ ФІЗІОЛОГІЧНИХ ПРОЦЕСІВ ЛЮДИНИ ЗА ДОПОМОГОЮ ЦИФРОВИХ ВИМІРЮВАНЬ НА УРОКАХ БІОЛОГІЇ	17
3. Севдалев С.В., Врублевський Є.П., Аленік Є.А. МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СТАТЕВОГО ДИМОРФІЗМУ У ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ, ЩО СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ НА СУЧАСНОМУ П'ЯТИБОРСТВІ	21
4. Журавський О. БІГ НА ДАЛЬНІ ДИСТАНЦІЇ ЯК ФОРМА АКТИВНОГО ПРОВЕДЕННЯ ВІЛЬНОГО ЧАСУ	26
5. Arabadzhy T., Arabadzhy A., Fomenko V. ESTIMATION OF SPECIAL PHYSICAL FITNESS OF STUDENTS ENGAGED IN ARM WRESTLING IN GENERAL GROUPS FOR PHYSICAL EDUCATION	30
6. Arefiev V., Mykhailova N., Harmata O. APPROPRIATE LEVELS OF THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL ABILITIES IN ADOLESCENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF PHYSICAL HEALTH	33
7. Arkhipov O., Krasnov V., Otroshko O. FORMATION OF NATIONAL CULTURE OF STUDENT YOUTH BY MEANS OF FOLK MOVING GAMES AND FUN	38
8. Bazylevych N., Bozhko S., Volkivsky M. THE INFLUENCE OF FREESTYLE WRESTLING ON THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL ABILITIES OF ADOLESCENTS	42
9. Bazylichuk V., Zhuravlov I., Remeshevskiy O. PECULIARITIES OF STUDENTS' MOTOR ACTIVITY DEVELOPMENT BY MEANS OF SPORTS GAMES IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT OF THE UNIVERSITY	46
10. Bezcopylny O., Sushchenko L., Matushevych A. PECULIARITIES OF FUTURE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS' TRAINING AT HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS OF POLAND	50
11. Bohuslavskaya V., Hubar I. IMPROVING THE STRUCTURE AND CONTENT OF THEORETICAL TRAINING OF SWIMMERS AT THE STAGE OF INITIAL TRAINING	54
12. Boyko G., Kozlova T., Sharafutdinova S. PROBLEMS OF MAINTAINING PHYSICAL AND MENTAL HEALTH OF HIGHER EDUCATION	58
13. Bondar T., Lymarenko N. PECULIARITIES OF PSYCHOLOGICAL READINESS FOR TEACHING SWIMMING STUDENTS WITH PROBLEMS OF FEAR OF WATER IN THE DEPTH OF THE DEEP SWIMMING POOL	62
14. Bulieiev M., Tkachenko S., Zhara H. PREVENTION OF JUDO INJURY AS A SIGN OF PROFESSIONALISM OF COACH-TEACHER	66
15. Vasylchuk G., Redkina M., Malechko T. MODERN APPROACHES TO THE FORMATION OF THE CULTURE OF MOVEMENTS IN PRIMARY SCHOOL STUDENTS WITH POSITIONAL DISORDERS	71
16. Vdovenko N., Osipenko A., Pastukhova V. OPTIMIZATION OF THE COMPOSITION OF THE BODY OF FOOTBALL PLAYERS THROUGH NUTRITION	74
17. Vykhliaiev Yu. THE ACTIVATED AUTOGENIC TRAINING AS MEANS OF PSYCHICAL AND PHYSIOLOGY PREPARATION OF SPORTSMEN	81
18. Volovyk N., Pidvalna O. THE CONCEPT OF THE POWERHOUSE OF THE PILATES METHOD	86
19. Vorona V., Tkachenko V. SPECIAL PHYSICAL TRAINING IN THE SYSTEM OF TRAINING OF FUTURE OFFICERS OF THE TACTICAL LEVEL OF THE NAVAL FORCES OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE TO CARRY OUT SOCIO-PSYCHOLOGICAL WORK	89
20. Voropay S. WOMEN ATHLETES AS A PROBLEM IN OLYMPIC SPORTS AND APPROACHES TO ITS SOLUTION	93
21. Goncharova N., Prokopenko A., Rodionenko M. MORPHOFUNCTIONAL FEATURES OF PRIMARY SCHOOL AGE CHILDREN IN THE PROCESS OF RECREATIONAL TENNIS	100
22. Hryban H. FORMING SPECIAL PROFESSIONAL COMPETENCIES OF THE HIGHER EDUCATION INSTITUTION STUDENTS DURING THE STUDY OF THE DISCIPLINE "PHYSICAL CULTURE AND SPORT MANAGEMENT"	105
23. Huliakin S., Todorova V. CURRENT STATE OF THE PROBLEM OF PHYSICAL TRAINING OF FIGURE SKATERS AT THE STAGE OF SPECIALIZED BASIC TRAINING	110
24. Dakalenko O., Kovalenko N. THE EXTRACURRICULAR READING IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT AS A SPECIAL KIND OF READING	116
25. Dedeliuk N., Vashchuk L., Tomashchuk O. MOTIVATIONAL ORIENTATION OF PARENTS IN THE ORGANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION OF JUNIOR SCHOOLCHILDREN AT HOME DURING QUARANTINE RESTRICTIONS PERIOD	121
26. Didkovskiy V., Kuzenkov O., Matvienko M. THE VIEWS ON CERTAIN ASPECTS OF SAFETY IN STRENGTH GYMNASTICS IN TERMS OF SPECIAL PHYSICAL TRAINING OF STUDENTS FOR SELF-DEFENSE	125
27. Dutchak Yu., Sushchenko L., Denisova L. PRESENT-DAY ASPECTS OF QUALITY ASSURANCE FOR PHYSICAL-CULTURE EDUCATION IN UKRAINE	129

28. Domina Zh., Cheng Peng. THE RELATIONSHIP BETWEEN THE SUCCESS OF BASKETBALL LEARNING WITH MORPHOFUNCTIONAL AND MOTOR INDICATORS OF STUDENTS' BODY DEVELOPMENT	133
29. Ievtushenko O., Todorova V. PHYSICAL PREPAREDNESS OF GREEK-ROMAN STYLE WRESTLERS AT THE AT THE STAGE OF PRELIMINARY BASIC TRAINING	138
30. Zhydenko A., Mishenko T., Papernyk V. PROFESSIONAL TRAINING OF MASTERS IN THE INDUSTRY OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT: PROBLEMS AND OPPORTUNITIES	144
31. Zavalniuk O. LEGAL ASPECTS OF THE FUNCTIONING OF SPORTS ACTIVITIES	149
32. Zakharina E., Glushchenko N. THE USE OF EXERCISES ON THE ANIMAL FLOW SYSTEM IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION OF FEMALE STUDENTS AGED 18–19	154
33. Zenina I., Gavrilova N., Kuz'menko N. THE ROLE CULTURAL AND LEISURE ACTIVITIES AT FORMING HEALTH MODE OF LIFE OF STUDENT'S YOUTH	158
34. Zubko V., Cherevichko O., Smirnov K. PHYSICAL CULTURAL AND SPORTS ACTIVITIES IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT IHE	162
35. Karpenko Yu., Sushchenko L., Kuksa N. PEDAGOGICAL CONDITIONS OF READINESS'S FORMATION OF FUTURE SPECIALISTS IN PHYSICAL THERAPY, OCCUPATIONAL THERAPY FOR PROFESSIONAL ACTIVITY IN REHABILITATION CENTERS	166
36. Kovalova Yu. THE PEDAGOGICAL CONDITIONS OF PREPARATION OF THE FUTURE TEACHER OF PHYSICAL EDUCATION FOR THE FORMATION OF MORAL AND VOLITIONAL QUALITIES AT SENIOR PUPILS	171
37. Kovalchuk N., Hnitska T., Saniuk V. ANALYSIS OF THE CONTENT OF DRILL EXERCISES IN PHYSICAL CULTURE PROGRAMS OF GENERAL SECONDARY EDUCATION INSTITUTIONS (1992–2021)	175
38. Kozyska A., Pshenychna L., Buleichenko O. CHEERLEADING AS A MODERN FORM OF IMPROVEMENT OF MOTOR ACTIVITY OF STUDENTS IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION	181
39. Kolosovska V., Trofimenko V. FORMATION OF ECOLOGICAL AND VALEOLOGICAL COMPETENCE IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS OF AGRICULTURAL HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS AS A PEDAGOGICAL PROBLEM	185
40. Kopochynska Yu., Sushchenko L., Kotenko O. PRAXEOLOGICAL ORIENTATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS OF PROFESSIONAL TRAINING OF HIGHER EDUCATION STUDENTS FROM THE SPECIALTY 227 «PHYSICAL THERAPY, ERGOTHERAPY»	189
41. Kostrikova K., Kolcova O. CREATIVE SELF-REALIZATION OF TEACHERS IN CONDITIONS OF IMPLEMENTATION OF OLYMPIC VALUES IN THE EDUCATIONAL PROCESS	193
42. Kravchenko T. FORMATION OF FUTURE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS' ABILITY TO ACT IN CONFLICT SITUATIONS	198
43. Kryshchanovych S., Solovyov V., Matviichuk T. COGNITIVE COMPONENT AS THE BASIS OF FORMATION OF MANAGEMENT COMPETENCE OF SPECIALISTS IN PHYSICAL CULTURE AND SPORT	203
44. Krotov H., Pitomec O., Marchuk D. A DIFFERENTIATED APPROACH TO TEACHING GYMNASTICS EXERCISES OF JUNIOR SCHOOLCHILDREN WITH DIFFERENT TYPES OF BODY STRUCTURE	207
45. Krupenya S., Lakei M., Petrova M. FORMATION OF A TRAINING PROGRAM FOR THE DEVELOPMENT OF COORDINATION SKILLS IN KYOKUSHIN KARATE BY HASHSTEP	211
46. Kubatko A., Atamanyuk S., Kirichenko E. THE INFLUENCE OF HEALTH AND DEVELOPMENTAL PHYSICAL EDUCATION CLASSES ON THE PHYSICAL CONDITION OF STUDENTS OF THE PREPARATORY MEDICAL GROUP	216
47. Kulyk N., Lapytsky V., Kosar T. PSYCHOLOGICAL TRAINING MODELING OF FIELD HOCKEY ATHLETES	221
48. Lavrentiev O., Lakei M., Petrova M. COMPARATIVE ANALYSIS OF THE RESULTS OF THE STUDY OF THE DYNAMICS OF THE DEVELOPMENT OF COORDINATION ABILITIES IN KYOKUSHIN KARATE BY MEANS OF NASHSTEP	225
49. Latenko S., Khimich I. METHODOLOGY FOR RESTORING SPORTS PERFORMANCE OF ATHLETES WITH POSTCOCIOUS SYNDROME	230
50. Lebedynets N., Omelchuk O., Hozak S. PSYCHOPHYSIOLOGICAL DEVELOPMENT OF PRESCHOOL CHILDREN UNDER THE INFLUENCE OF PHYSICAL ACTIVITY IN THE PROCESS OF DEVELOPMENTAL LEARNING	234
51. Mavrenko A., Lysak V., Matvienko M. VIEWS ON THE PECULIARITIES OF THE ORGANIZATION OF ATHLETIC GYMNASTICS CLASSES WITH STUDENTS OF SECONDARY SCHOOLS	239
52. Mazin V., Zakharova O. IMPORTANCE OF FUTURE BACHELORS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS PREPARATION FOR DISTANT ORGANIZATION OF MOTOR ACTIVITY	243
53. Maksymenko L., Yevhen S., Chkhailo N. PSYCHOLOGICAL TRAINING OF ARCHERS IN THE PREPARATORY PERIOD OF SPORTS TRAINING	247
54. Maleniuk T., Babalich V. THE EFFECTIVENESS OF THE PROGRAM OF SPECIAL PHYSICAL TRAINING OF RHYTHMIC GYMNASTS AT THE STAGE OF SPECIALIZED BASIC TRAINING	252
55. Maramukha N. READINESS FORMATION FOR PRE-MEDICAL CARE PROVISION AMONG FUTURE BACHELORS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT AS PROFESSIONAL TRAINING ISSUE	257

56.	Martynova N., Horpynych O., Mohylnyi I. THE RESULTS OF THE TEST OF THE STRENGTH TRAINING PROGRAM FOR STUDENTS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS	262
57.	Masenko L., Melnichenko O. PROSPECTS OF APPLICATION OF FUNCTIONAL TRAINING WITH TRX LOOPS IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS	266
58.	Medvedeva I., Nesterova T., Bolila M. STUDY OF THE PHYSICAL CONDITION AND PHYSICAL FITNESS OF STUDENTS OF PEDAGOGICAL PROFILE WITH IMPAIRED HEALTH	269
59.	Medynskyi S. FORMATION OF INDIVIDUAL EDUCATIONAL TRACTOR TRAINING OF SPECIALISTS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS (ON THE EXAMPLE OF THE USA)	274
60.	Mekhed O., Mekhed D. PROFESSIONAL AND DEVELOPMENTAL TECHNOLOGIES FOR TRAINING FUTURE TEACHERS FOR SOCIO-PEDAGOGICAL ACTIVITIES AIMED AT MAINTAINING THE HEALTH OF YOUNG PEOPLE	281
61.	Mishin S. ORGANIZATIONAL AND PEDAGOGICAL CONDITIONS OF PROFESSIONAL ACTIVITY SELF-IMPROVEMENT IN THE PROFESSIONAL TRAINING OF THE FUTURE MASTER PHYSICAL EDUCATION	285
62.	Nesterenko T., Kovalenchenko V., Pytomets O. THE DEVELOPMENT OF THE COGNITIVE COMPONENT OF THE POSITIVE ATTITUDE OF STUDENTS OF HUMANITIES TO HEALTH ACTIVITIES IN THE EDUCATIONAL SPACE	288
63.	Nievorova O., Cherniy V. DETECTION OF AUTONOMIC TONE IN ADOLESCENTS AS AN IMPORTANT CRITERION FOR THE PREVENTION OF VEGETATIVE-VASCULAR DYSFUNCTION	292
64.	Oksom P., Pavlenko I., Berezhna L. FLOORBALL AS A MEANS OF SPORTS-ORIENTED PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF UKRAINE	296
65.	Omelchenko T., Bozhenko-Kurilo O. CORRECTION OF EXCESS OVERWEIGHT OF ADOLESCENT GIRLS IN THE PROCESS HEALTH AND RECREATIONAL CLASSES	301
66.	Ostapenko O., Tymchuk M., Masol V. MILITARY-PATRIOTIC EDUCATION OF HIGH SCHOOL STUDENTS IN THE PROCESS OF PHYSICAL CULTURE AND MASS WORK	306
67.	Pavlenko I., Chkhilo M., Skachedub N. SCIENTIFIC AND METHODOLOGICAL BASIS OF THE USE OF ELECTRONIC TEACHING AIDS FROM SPORTS IN THE PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE SPECIALISTS IN PHYSICAL CULTURE	310
68.	Pantik V., Vashchuk L., Ischuk O. THE LEVEL OF BODILY CONDITION THE STUDENTS OF FACULTY PHYSICAL CULTURE AND HIS INFLUENCE ON ADAPTATION POSSIBILITIES OF ORGANISM	316
69.	Petrenko N., Lesik I., Medvedeva L. FORMATION OF PEDAGOGICAL COMPETENCE OF SCIENTIFIC-PEDAGOGICAL WORKERS OF PHYSICAL EDUCATION IN THE SPHERE OF ECOLOGICAL AND ACTIVE TOURISM IN AGRARIAN UNIVERSITY	320
70.	Pichurin Valerii, Pichurin Victor. FORMATION OF VOLITIONAL QUALITIES OF STUDENTS' PERSONALITY IN THE PROCESS OF GYMNASTICS	324
71.	Polishchuk V., Polishchuk M. USE OF MODERN INFORMATION TECHNOLOGIES IN STUDENTS' PHYSICAL EDUCATION CLASSES	329
72.	Potuzhnyi A., Polishchuk V. ORGANIZATION OF ACTIVE LEISURE ACTIVITIES FOR FEMALE STUDENTS THROUGH ENTERTAINMENT GAMES	332
73.	Pryimakov O., Stępień-Słodkowska M., Mazurok N. INTERRELATIONS BETWEEN THE PARAMETERS OF PHYSICAL FITNESS AND SPECIAL PERFORMANCE OF HIGHLY QUALIFIED MARTIAL ARTISTS	336
74.	Rodionov V. MODEL AND METHOD OF THE COMPLEX BIOPHYSICAL INFLUENCE OF POTENTIAL PARENTS ON THE CREATION OF THE GENETIC FOUNDATIONS OF THE HEALTH AND DEVELOPMENT OF THE CHILD	340
75.	Riabchenko V., Donets I., Cherezov Yu. THE PHYSICAL HEALTH OF A PERSON WHEN LEARNING AT HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENT	346
76.	Samokish I. THE STATE AND MAIN PROBLEMS OF MONITORING EDUCATIONAL ACTIVITIES IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS IN GENERAL AND IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN PARTICULAR	350
77.	Simak N., Todorova V. METHODOICAL FEATURES OF TEACHING SWIMMING OF CHILDREN 7–9 YEARS OLD: PROBLEMS AND ACHIEVEMENTS	357
78.	Syrovatko Z., Yefremenko V. THE INFLUENCE OF DISTANCE LEARNING ON STUDENT MOTOR ACTIVITY	363
79.	Sychov S., Syrotynska O. USING INNOVATIVE PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES TO INVOLVE STUDENT YOUTH IN THE VALUES OF PHYSICAL CULTURE	367
80.	Sobko S., Sobko N., Lipchanska L. ASSESSMENT OF FLEXIBILITY AND ITS PROGRAMMING IN ATHLETES-FOOTBALL PLAYERS 17–19 YEARS	370
81.	Stankevych L., Khmelnytska Yu., Krasnova S. EVALUATION OF THE FUNCTIONAL REACTION OF THE ORGANISM AND THE STATE OF THE ANTIOXIDANT SYSTEM ON THE INFLUENCE OF THE TEST LOAD OF QUALIFIED PENTATHLETES IN THE PREPARATORY PERIOD	374
82.	Stasenko O., Balashov D. PEDAGOGICAL CHARACTERISTICS OF GYMNASTICS CLASSES IN GENERAL SECONDARY EDUCATION INSTITUTIONS	380
83.	Strashko S., Bilyk V., Knysh S. FEATURES OF TRAINING SPECIALISTS IN ADAPTIVE PHYSICAL CULTURE	384

IN MODERN CONDITIONS	
84. Stryga V., Merzlikina O., Kuzmenko V. MODERN APPROACHES TO PHYSICAL THERAPY FOR CHILDREN 6-8 YEARS OLD WITH AUTISM SPECTRUM DISORDERS IN A REHABILITATION CENTER	389
85. Sundukova I. ACROBATICS AS A MEANS OF COMPREHENSIVE AND HARMONIOUS DEVELOPMENT OF STUDENTS IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION	392
86. Suprunenko M. PREVENTION AND CORRECTION OF DESORDERS OF THE MUSCULOSKELETAL SYSTEM AT TABLE TENNIS LESSONS	396
87. Sushchenko L., Vasylenko M., Korkh-Cherba O. PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES FOR PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE FITNESS TRAINERS	399
88. Sushchenko L., Levchuk R., Kachur E. MODERN VIEW ON NEUROREHABILITATION STRATEGIES OF PHYSICAL THERAPY OF COMBATANTS AFTER OVERCOMING THE CONSEQUENCES OF POST-CONCUSSION SYNDROME	403
89. Tatarchenko L., Martynova N., Prysyazhna M. ANALYSIS OF THE INFLUENCE OF QUARANTINE RESTRICTIONS ON STUDENTS' PHYSICAL PREPAREDNESS	406
90. Terentieva N. DESIGN OF THE DISCIPLINE "INTELLECTUAL PROPERTY IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT" FOR GRADUATE STUDENTS OF EDUCATIONAL PROGRAM SPORT	411
91. Terokhina O., Lutsenko S., Remeshevskiy A. PROSPECTS OF TEACHING SPORTS DIETOLOGY IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS	414
92. Tymoshenko O., Sirenko V. WAYS OF FORMING THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF HIGH SCHOOL STUDENTS BY MEANS OF MARTIAL ARTS	418
93. Togochynskiy O., Riabchenko V., Priymak S. SPORTS KINESIOLOGY IN SPORTS AND PEDAGOGICAL EDUCATION OF STUDENTS	422
94. Trotsenko T., Trotsenko V. TOURIST AND LAND KNOWABLE ACTIVITY IN THE SYSTEM OF ORGANIZATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS OF GENERAL SECONDARY EDUCATION INSTITUTIONS	427
95. Filatova Z., Yevtushok M., Antonevych B. IMPROVING THE METHODS OF TEACHING SWIMMING TO STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUP BY DETERMINING THEIR PSYCHO-PHYSICAL INDICATORS OPPORTUNITIES	431
96. Filina V. MOTIVATION FOR JUDO CLASSES IN SCHOOLCHILDREN OF 10-11 GRADES	434
97. Khomitska V., Shishatska V. MANIFESTATIONS OF ANXIETY IN FIRST AND GRADUATE STUDENTS	440
98. Khoroshukha M., Putrov S., Omelchuk O. PECULIARITIES OF INFLUENCE OF TRAINING LOADS OF DIFFERENT ORIENTATION ON THE INDICATORS OF MENTAL PERFORMANCE OF YOUNG ATHLETES AGED 13-16 YEARS	444
99. Khotiienko S., Tatarchenko L., Didkovskiy O. INTRODUCTION OF INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN THE MODERN SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION OF COMPETITORS OF FORMATION OF ESTABLISHMENTS OF EHE	449
100. Cherniavskiy O.A. PHYSICAL TRAINING IN THE SYSTEM OF FORMATION OF PROFESSIONAL COMPETENCE OF FUTURE OFFICERS OF THE NAVAL FORCES OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE	453
101. Shevets V., Brizhata I. ANALYSIS OF SPORTS INJURIES DURING ATHLETICS COMPETITIONS	457
102. Shevchenko O., Melnik A. FORMATION OF HEALTH COMPETENCIES OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE	461
103. Sheyko L., Halai M. CHANGE IN PHYSICAL DEVELOPMENT AND PHYSICAL PREPAREDNESS OF WOMEN 35-45 YEARS OF AGE IN HEALTH SWIMMING GROUPS	465
104. Yu Lyuwei, Karatnyk I., Pityn M. CHANGES IN INDICATORS OF PSYCHOPHYSIOLOGICAL CHARACTERISTICS OF BADMIN PLAYERS AGED 10-12 YEARS ACCORDING TO THE RESULTS OF THE PHYSICAL PREPARATION PROGRAM	470
105. Yarmolenko M., Shynkaruk O., Maksymenko V. PECULIARITIES OF VIRTUAL REALITY TECHNOLOGY OF THE SPORTS TRAINING	476
106. Yatsenko O., Boyko O., Buznik A. FEATURES OF IMPROVING THE COORDINATION ABILITIES OF GOALKEEPERS 17-19 YEARS OLD IN FOOTBALL USING JUMPING EXERCISES	481

7. Кротов Г.В. Диференційоване програмування розвитку рухових здібностей дівчат початкової школи з урахуванням соматотипу : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02. Київ, 2010. 21 с.

References

1. Kravchuk Ya. (2013). Methodology of differentiated approach to teaching physical culture at primary school. *Physical education, sport and culture of health in modern society*, 1, 110-116. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Fvs_2013
2. Zubal M. (2009). Development and improvement of physical qualities among boys aged 7-17 of different somatotypes: *Abstracts of Candidate thesis*. Lviv, Ukraine. 19.
3. Bubley T. (2018). Methods of differentiated physical education for primary school students with health disorders: *Abstracts of Candidate thesis*. Kyiv, Ukraine. 19.
4. Ryabchenko V. (2016). Experience of differentiated programming of physical education classes. *Scientific Journal of The National Pedagogical Dragomanov University. Series № 15. "Scientific and pedagogical problems of physical culture / Physical culture and sports"*, 9 (79) 16, 85-87.
5. Rykhlyuk S. (2014). Features of the functional state of young gymnasts under the influence of physical activity of different intensity. *Proceedings of the seminar "The first international readings dedicated to the 80th anniversary birth of the professor Shiyan"*. Ternopil. Pp. 56-58.
6. Arefiev V. (2015). Theoretical and methodological principles of differentiation of developmental and health-improving classes on physical culture at primary school. Kyiv,
7. Krotov H. (2010). Differentiated programming for development of motor abilities based on somatotype among primary school girls: *Abstracts of Candidate thesis*. Kyiv, Ukraine. 21.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.3K(147).45
УДК 796.082

Крупеня С.В.

кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я
факультету соціально-гуманітарних технологій та менеджменту
Державного податкового університету, м. Ірпінь
ORCID: 0000-0001-7888-1133

Лакей М.М.

Президент Ірпінської Федерації Хортингу, м. Ірпінь

Петрова М.В.

магістрантка 2 курсу факультету соціально-гуманітарних технологій
та менеджменту Державного податкового університету, м. Ірпінь

ФОРМУВАННЯ ПРОГРАМИ ТРЕНУВАНЬ ДЛЯ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У КІОКУШИН КАРАТЕ ЗАСОБАМИ HASHSTEP

У галузі фізичного виховання і спорту сформувалися декілька відносно самостійних методологічних підходів до вивчення координаційних здібностей, а саме: нервова координація є сукупним результатом узгодження нервових процесів та взаємодії сенсорних систем організму, програмування і контролю рухів в конкретних умовах спортивної діяльності. М'язова координація забезпечує узгоджену роботу рухових дій. Розрізняють внутрішньом'язову та міжм'язову координацію. Рухова координація передбачає узгодження рухів окремих сегментів тіла у просторі і часі. **Мета роботи:** направлена на вдосконалення навчально-тренувального процесу, зокрема розвиток координаційних здібностей в кіокушин карате засобами Hashstep. **Методи дослідження:** теоретичний аналіз науково-методичної літератури, аналіз власного професійного тренерського досвіду, педагогічний експеримент, методи математичної статистики. Проходило педагогічне спостереження за процесом тренування та підготовки в кіокушин карате, обговорення програми з тренерами, аналіз та узагальнення власного досвіду та досвіду інших тренерів, що дало змогу сформувати основні рекомендації з методики розвитку координаційних здібностей в кіокушин карате. **Наукова новизна.** Вироблена та апробована методика дослідження розвитку координаційних здібностей юних каратистів за допомогою сучасного обладнання, зокрема Hashstep. **Висновки.** Одержані результати можуть бути використані для планування спортивної підготовки, пов'язаної із розвитком координаційних здібностей дітей в Кіокушин карате (та інших єдиноборствах) засобами Hashstep. Що допоможе визначити залежність швидкого опанування нових рухів дітьми-каратистами, які пройшли курс тренування з використанням тренажеру Hashstep.

Ключові слова: каратисти, Hashstep, кіокушин карате, координаційні здібності, дослідження, методика.

Krupenya S., Lakei M., Petrova M. Formation of a training program for the development of coordination skills in Kyokushin karate by Hashstep. In the field of physical education and sports, several relatively independent methodological approaches to the study of coordination skills have been formed, namely: nervous coordination is a cumulative result of coordination of nervous processes and interaction of sensory systems, programming and control of movements in specific sports conditions. Muscle coordination ensures coordinated work of motor actions. There are intramuscular and intermuscular coordination. Motor coordination involves the coordination of movements of individual body segments in space and time. **Purpose:** aimed at improving the educational and training process, in particular the development of coordination skills in Kyokushin Karate by Hashstep. **Research methods:** theoretical analysis of scientific and methodological literature, analysis of own professional coaching experience, pedagogical experiment, methods of mathematical statistics. There was a pedagogical observation of the process of training and preparation in Kyokushin Karate, discussion of the program with trainers, analysis and generalization of own experience and experience of other trainers, which allowed to form basic recommendations on methods of developing coordination skills in Kyokushin Karate. **Scientific novelty.** Developed and tested methods for studying the development of coordination abilities of young karatekas with the help of modern equipment, in particular Hashstep. **Conclusions.** The results can be used to plan sports training related to the development of children's coordination skills in Kyokushin Karate (and other martial arts) using Hashstep. Which will help determine the dependence of rapid mastery of new movements by karate children who have undergone a training course using the Hashstep simulator.

Key words: karatekas, Hashstep, Kyokushin karate, coordination skills, research, methods.

Результати. Оглядаючи вправи, що можуть використовуватися за допомогою Hashstep, ми сформували нову програму тренувань для всебічного фізичного розвитку каратиста, а особливою мірою розвитку його координаційних здібностей. Експериментальна та контрольна групи тренувались тричі на тиждень по 1 годині. За таким таймингом підготовча частина триває 10-15 хв, основна 30-40 хв., заключна 10-15 хв. Загальна суглобна розминка не перебільшує 3-5 хв, умовно на рухову розминку залишається 7-12 хв. Під час експерименту ми користувалися усіма з перерахованих вправ, тому рухова розминка проходила наступним чином.

Перелік вправ на рухову розминку налічує 8 пунктів ($420\text{с}/8=50\text{с}/\text{вправа}$; $720\text{с}/8=90\text{с}/\text{вправа}$), враховуючи відпочинок приблизно одна чверть від виконання вправ, виходить одна вправа з рухової розминки займе 38-68 с. Можна використати менше вправ, але з більшим часом виконання кожної. Розбираючи окрему вправу складно сказати на розвиток якої якості вона чітко направлена. Одна вправа за різних умов може покращувати більше силові показники чи показники витривалості, швидкості, швидко-силові тощо.

При розробці програми ми акцентувалися на координаційних здібностях. Як ми вже дослідили, для розвитку координаційних здібностей має бути фактор ускладнення та новизни. Саме тому, на початку експерименту ми включали у програму тренувань легші вправи та поступово додавали більш складні. Паралельно ускладнюючи завдання учням (наприклад, акцентуючи увагу на підвищення швидкості виконання вправи, додаючи до вправ удари у різній послідовності, та різноманітних комбінаціях).

У ході розробки програми тренувань з Hashstep ми зробили акцент на розвиток рухових здібностей саме у пересуванні у бойовій стійці. Досвід багатьох спортсменів у різних видах одноборств показує важливість рухливості під час поєдинку (зазвичай перемагає спритніший). Саме тому головну роль у експерименті займають вправи з Hashstep у бойовій стійці. Як наслідок, тестування (розподілене на рівні) проводилось вправам у куміте дачі (з ударами та бойовими комбінаціями – ренраку). Тренування проходили тричі на тиждень по 1 годині в обох групах.

Порівняння отриманих результатів тестування (високий рівень складності). Провели друге тестування вправами у бойовій стійці з Hashstep високого рівня складності. Після попереднього тестування минуло 9 тренувань (усього 24 тренування від початку експерименту).

Вправи починаються з вихідного положення правосторонньої (мігі куміте дачі) та лівосторонньої бойової стійки (хідарі куміте дачі) протягом однієї хвилини кожна. Результатом вважається кількість правильно виконаних повторень за одну хвилину, повторення, що не були виконані правильно до результату не зараховуються. Повторення не зараховується, якщо учень при виконанні вправи, наступив на одну з перегородок Hashstep, переплутав секції місцями, вийшов за межі Hashstep, виконав невірно удар чи комбінацію або виконав вправу технічно неправильно [1].

Вправи, що використовувалися у третьому тестуванні високого рівня складності:

1. Тай сабакі з додаванням удару чи блоку, або комбінації ударів.
2. Крок вперед з додаванням комбінації ударів.
3. Підкрок вперед з додаванням комбінації ударів.
4. Зміна стійки стрибком з додаванням комбінації ударів.

Порівнюємо експериментальну та контрольну групи за результатами другого тестування середнього рівня складності. Загальна сума повторень всієї експериментальної групи становить

2278 повторення, а контрольної – 1644. Різниця 634 повторення. Можна зробити, висновок, що порівнюючи різницю результатів другого тестування, експериментальна група значно випереджує контрольну групу. Розрахуємо у відсотках: 1894 (100%), 1357 виходить (71,65%), різниця 537 (28,35%). Тобто експериментальна група за результатами тестування випереджує контрольну на 28,35%, що на 0,52% вище від результату першого експерименту (28,35%-27,83%=0,52%).

Таблиця 1

Результати тестування учнів експериментальної групи засобами Hashstep, високий рівень складності

№	Впр.1, права	Впр.1, ліва	Впр.2, права	Впр.2, ліва	Впр.3, права	Впр.3, ліва	Впр.4	Сума
1	20	20	22	23	22	21	28	156
2	21	21	23	23	22	22	28	160
3	19	20	20	22	21	20	26	148
4	18	18	20	21	21	20	27	145
5	16	15	18	20	19	19	24	131
6	17	17	19	20	19	20	25	137
7	16	15	18	19	18	19	24	129
8	15	14	17	18	16	17	23	120
9	17	15	18	18	17	18	25	128
10	15	13	16	17	15	16	22	114
11	14	12	16	16	14	15	21	108
12	12	11	14	14	13	14	18	96
13	15	15	17	18	16	17	23	121
14	15	16	17	19	17	17	24	115
15	10	9	13	13	12	12	17	86

Таблиця 2

Результати тестування учнів контрольної групи засобами Hashstep, високий рівень складності

№	Впр.1, права	Впр.1, ліва	Впр.2, права	Впр.2, ліва	Впр.3, права	Впр.3, ліва	Впр.4	Сума
1	18	18	19	19	19	18	25	136
2	11	11	13	13	14	14	18	94
3	11	11	13	12	13	14	17	91
4	18	18	17	17	19	19	24	132
5	12	12	12	11	12	13	20	92
6	11	12	12	12	12	12	19	90
7	18	19	18	18	19	19	24	135
8	8	8	10	9	9	10	15	69
9	9	9	11	10	10	11	16	76
10	9	9	10	11	11	11	17	78
11	10	9	12	11	12	13	18	85
12	7	7	9	8	8	8	13	60
13	8	8	10	10	9	10	16	71
14	8	8	10	9	9	9	15	68
15	9	9	12	12	10	11	17	80

Проаналізувавши отримані результати тестувань, можемо підсумувати наступне. Оскільки склад експериментальної та контрольної груп визначався вибіркоким способом, обидві групи були рівні між собою за обраними показниками (вік, стать, термін тренувань, рівень кю), перед початком експерименту можемо поставити знак «=» між цими групами.

За початковий період тренувань (7 тренувань), за допомогою вправ легкого рівня складності було виявлено невеликий відсоток випередження експериментальної групи над контрольною (на 4,66%). Це може означати: 1. Надто короткий термін проходження експерименту, недостатній для більш високих результатів. 2. Завдання легкого рівня складності легко даються підготовленим раніше каратистам, що тренувалися за звичайною методикою.

Порівнюючи результати другого та третього тестувань бачимо, що випередження експериментальної групи над контрольною майже рівне, хоча і так достатньо значне (друге тестування – 27,83%, третє тестування – 28,35%). Згадаємо, що до третього тестування минуло 24 тренування від початку експерименту, між другим та третім тестуванням різниця у 9 тренувань.

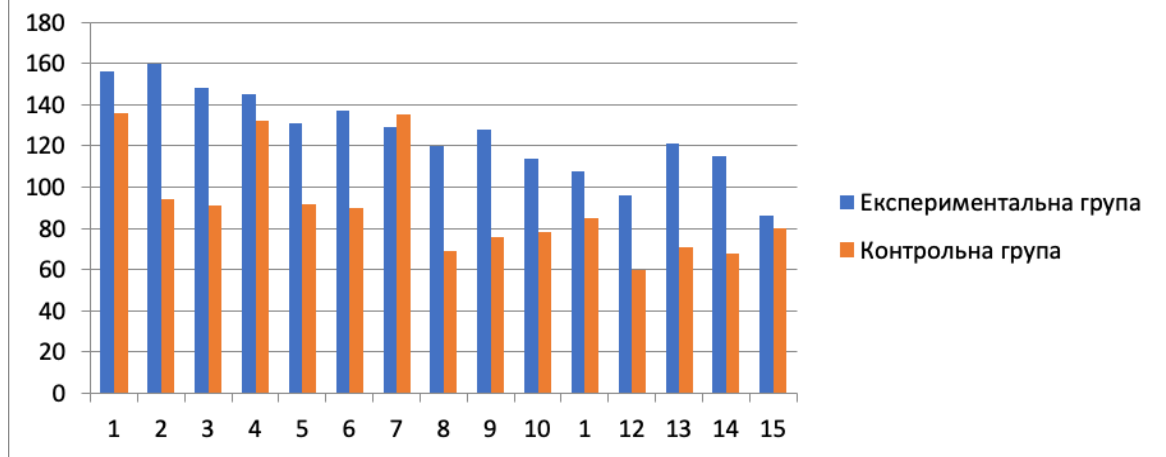


Рис. 1. Порівняння результатів експериментальної та контрольної групи після третього тестування

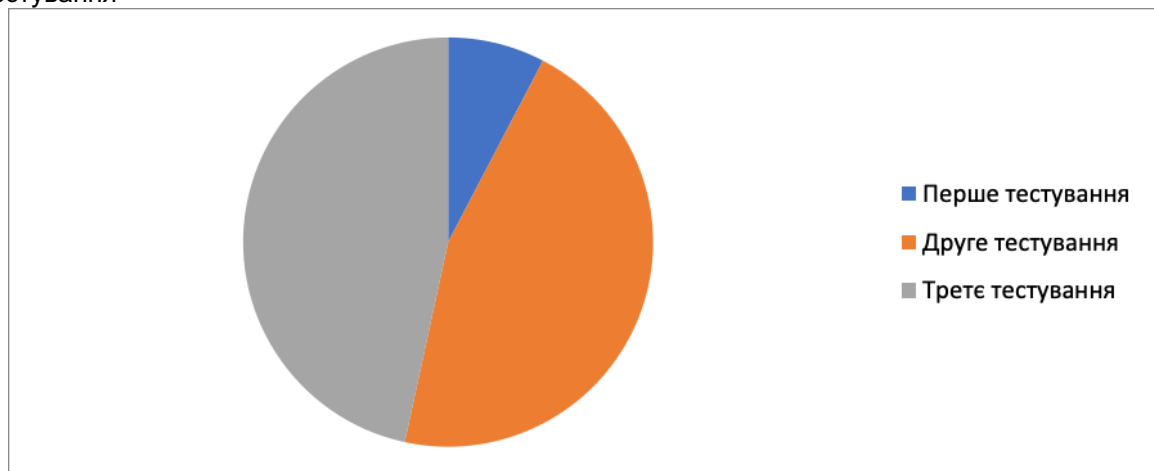


Рис. 2. Відсоток випередження експериментальної групи від контрольної

За власним спостереженням, можемо виділити такі тези щодо цього:

1. Оскільки для контрольної групи це вже третє тестування, вони почували себе спокійніше та більш впевнено. Не поспішали виконувати вправи та більше думали над кожним повторенням (високий рівень складності передбачав додавання комбінацій ударів), боючись допустити багато помилок як на другому тестуванні.

2. А ось експериментальній групі швидкість та впевненість у собі трохи завадила. Намагаючись виконати якомога більше повторень, учні цієї групи допускали достатньо помилок, хоча і виконували значно більше повторень, ніж учні контрольної групи.

Спостереження також дало змогу побачити, що учні експериментальної групи завзято виконували поставлені завдання та із зацікавленістю виконували кожну вправу, у них був покращений настрій та бажання спробувати щось нове. На мою думку, це дало поштовх до більш сумлінного виконання вправ без нудьги. Додаткове завдання у вигляді «не зачепити перегородку» дало сигнал до більш уважного ставлення щодо виконання своїх рухів.

Важливо відмітити, що за нашим спостереженням за виконанням вправ, за якими тестування не проводилось, супутні фізичні якості учнів також покращилися. Це виявлялося у таких аспектах:

1. Учні експериментальної групи поступово збільшували швидкість виконання вправ.
2. Учні виявляли точність у своїх рухах, запобігаючи допусканню помилок.
3. Виконання вправ з невеликими перервами та достатньо висока їх інтенсивність показала розвиток у них витривалості.
4. Вправи пов'язані зі стрибками, особливо на одній нозі розвинули в учнів відчуття балансу.
5. Силкові вправи з координаційним ускладненням позитивно вплинули на розвиток силових якостей (можливо через психологічне розвантаження та «перемикання» задач мозку дітям легше було виконувати більшу кількість повторень).
6. Учні експериментальної групи значно покращили свою техніку в оволодінні пересуванням у бойовій стійці та ударної техніки.

На основі кількісних та відсоткових порівнянь, а також власних спостережень, ми можемо покращити методику тренувань з Hashstep. Спочатку виявимо основні помилки:

1. Акцент на швидкість виконання. Третє тестування показало, що надмірна швидкість збільшує ймовірність допущення помилок.

2. Виконуючи вправи з Hashstep учні весь час дивляться під ноги, що є протилежним до умов проведення поєдинків (дивитися на суперника і вчасно ідентифікувати його рухи та удари).

3. Знижена контактна робота з іншими учнями.

4. Надмірне зосередження уваги на межі тренажеру.

5. Зменшення кількості часу на відпрацювання інших основних розділів Кіокушин Карате.

Для мінімізації недоліків методики тренування каратистів з Hashstep ми пропонуємо наступні рішення:

1. Адекватний розподіл часу тренування між основними розділами Кіокушин Карате.

2. Проводити більшу частину тренувань у звичайному контактному між учнями режимі для розвитку умовних рефлексів до дій суперника.

3. Робити акцент на якість виконання вправ з поступовим збільшенням швидкості.

4. Ускладнити (через деякий час) умови виконання вправ на Hashstep, поставивши завдання дивитися вперед.

5. Виконувати схожі вправи без Hashstep, щоб не бути надмірно зосередженим на його межах.

Якщо об'єднати вищесказане, для цілісного розвитку каратиста в усіх аспектах Кіокушин Карате, нам слід міксувати звичайну та досліджувану методику тренувань.

Щодо вдосконалення фізичних якостей за допомогою Hashstep, ми бачимо позитивні результати розвитку більшості з відомих нам якостей. Оскільки при розробці вправ з Hashstep ми робили акцент на координаційні здібності, методика найбільше проявила результативність покращення саме цієї фізичної якості. Це виявилось почуття учнів у просторі, балансі, швидкості виконання, адаптації до нових умов виконання звичних рухів та іншому.

Також, спостерігаючи за поєдинками учнів в обох групах, ми виявили, що більш рухливими та різкими у пересуванні та нанесенні ударів були учні експериментальної групи, що ускладнювало нанесенню точних ударів суперників та ставило учнів експериментальної групи у більш вигірне положення. Рухливість у поєднанні з витривалістю, виснажують суперника. У цьому випадку, якщо у суперника не набагато краще розвинена сила (сильні удари, що досить точно потрапляють у ціль швидко наближують перемогу та надають перевагу у поєдинку) та точність (якщо супротивник жваво рухається, це значним чином знижує шанси на точне потраплення ударів у ціль) ударів, то за рівних сил, бій триває без дострокової перемоги, суперник виснажується, що відображається на силі, швидкості, точності ударів, рухової активності, уваги, ЧСС. Перераховане вище, може надати значну перевагу у веденні бою із суперником та високу ймовірність перемоги.

Оскільки експериментальна група тренувалася із Hashstep близько 60% тренувального часу (розминка-розігрів, ЗФП, СФП, технічна підготовка), для більшої ефективності та всебічного розвитку каратиста у подальшому виникає необхідність збільшення часу на розвиток інших розділів Кіокушин Карате. Тому, за результатами дослідження та експертною оцінкою, у методиці тренування з Hashstep ми маємо затратити не більше 20-30% на його використання. Адже, як ми обговорили вище, карате це контактний вид бойового мистецтва та потребує багато уваги до відпрацювання технік саме з партнером. Безумовно, Hashstep дуже якісний та корисний тренажер для розвитку координаційних здібностей та має місце бути використаним на тренуваннях у єдиноборствах.

Висновки. Одержані результати можуть бути використані для планування спортивної підготовки, пов'язаної із розвитком координаційних здібностей дітей в Кіокушин карате (та інших єдиноборствах) засобами Hashstep. Що допоможе визначити залежність швидкого опанування нових рухів дітьми-каратистами, які пройшли курс тренування з використанням тренажеру Hashstep.

Список використаних джерел

1. Петрова М.В. Вдосконалення координаційних здібностей в Кіокушин Карате засобами «Hashstep». II Молодіжний податковий конгрес [Електронне видання] : збірник матеріалів, 26 листопада 2021 р. Ірпін : Університет ДФС України, 2021. С.1601-1607. PDF-формат; мережеве видання; інституційний репозитарій.

References

1. Petrova M.V. (2021). Improving coordination skills in Kyokushin Karate by means of "Hashstep". II Youth Tax Congress [Electronic edition]: collection of materials, November 26, 2021 Irpin: University of the SFS of Ukraine. P.1601-1607. PDF format; online publication; institutional repository.

ГЕРОЇ НЕ ВМИРАЮТЬ



Поки здійснювалась підготовка до друку цього випуску внаслідок бомбардування міста Чернігів російськими військами загинув наш автор – **Сергій Володимирович Ткаченко**, Заслужений тренер України, завідувач кафедри спорту Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка (загинув разом з дружиною Людмилою – вчителькою початкових класів).

Світла пам'ять!..

**ВИМОГИ ДО СТАТЕЙ НАУКОВОГО ФАХОВОГО ВИДАННЯ «НАУКОВИЙ ЧАСОПИС НПУ імені М. П. ДРАГОМАНОВА. СЕРІЯ 15. НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ (ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ)»**

Редакція приймає до друку у виданні наукові статті з педагогіки, фізичного виховання і спорту, що раніше не публікувалися.

Статті, подані до збірника наукових праць, мають містити такі структурні елементи: постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями; аналіз останніх досліджень і публікацій; формування мети статті (постановка завдання); висвітлення процедури теоретико-методологічного та/або експериментального дослідження із зазначенням методів дослідження; виклад основного матеріалу дослідження; висновки і перспективи подальших розвідок у цьому напрямку; список використаних джерел.

Текст статті має бути викладений у науковому стилі, не містити орфографічні, граматичні та стилістичні помилки. Статті, подані з порушеннями перелічених вимог, редакційна колегія не розглядає.

Вимоги до оформлення статей. Текст статті обсягом 10 і більше сторінок друкується в редакторі Microsoft Word for Windows; формат тексту – *doc, шрифт тексту – Times New Roman, розмір – 14 pt, інтервал – 1,5, абзацний відступ – 1,25 см, вирівнювання по ширині. Параметри сторінки: ліве поле – 30 мм, праве – 20 мм, верхнє, нижнє – 20 мм. До статті можна включати графічні матеріали – рисунки, таблиці, фото, формули тощо. Графічні матеріали контрастні (формули, рисунки, схеми), згруповані, розташовуються у тексті статті з підписами та порядковим номером та виконані в одному з графічних редакторів; шрифт у таблицях і на рисунках – не менше 11 pt. Посилання на використані джерела подаються у квадратних дужках. Нумерація джерел наскрізна за алфавітом. Список використаних джерел має складатися із двох блоків (джерела мовою оригіналу та References). Стиль оформлення бібліографічного запису першого блоку дозволяється на вибір: ДСТУ 8302:2015 або один із віднесених до рекомендованого переліку стилів (відповідно до наказу МОНУ від 12 січня 2017 р. № 40). References наводиться з метою активного включення публікацій в обіг наукової інформації та їх коректного індексування наукометричними системами. Трансліте-рований список повинен бути оформлений згідно стандарту APA (American Psychological Association) (<http://nbuv.gov.ua/node/929>). Оформити цитування відповідно до стандарту APA можна на сайті онлайн-автоматичного формування посилань: <http://www.bibme.org/apa/book-citation/manual>. Важливо(!) в елементах опису слід використовувати лише прямі лапки (") та заборонено замінювати латинські літери кирилицею. Якщо в списку є посилання на іноземні публікації, вони повністю повторюються в списку, наведеному на латиниці.

Оформлення титульної сторінки статті: УДК; прізвище та ініціали автора(ів), науковий ступінь, вчене звання, посада, повна назва закладу освіти чи наукової установи, місто мовою статті (курсивний шрифт, вирівнювання по правому краю); нижче через інтервал – назва статті прописними літерами, шрифт – жирний, вирівнювання по центру; через інтервал подається анотація (слово «анотація» не пишеться), що містить прізвище та ініціали автора(ів) (для англ. варіанта – прізвище та ім'я повністю), назву статті, текст (тезисно виклад основних положень, результатів і висновків статті), ключові слова (до семи) та подається двома мовами (українська, англійська) або трьома мовами, якщо мова статті інша (мова оригіналу, українська, англійська). Обсяг анотації – 100-150 слів українською мовою та мовою статті, 250-300 слів англійською мовою. Окремими файлами подаються: довідка про автора та рецензія на статтю (за необхідності). Електронну версію матеріалів (статті + авторська довідка + рецензія наукового керівника (за необхідності) направляти на e-mail: 4asopis_seria15@ukr.net.

Автори без наукового ступеня обов'язково надсилають рецензію наукового керівника/фахівця з відповідної галузі досліджень (сканований варіант завіреного документа). Довідка про автора повинна включати прізвище, ім'я по батькові автора і всі дані про нього (поштовий індекс, місто, місце роботи, посада, наукове звання, вчений ступінь, контактні телефони, e-адресу. У довідці варто зазначити потребу отримання друкованої версії номеру журналу вказати адресу відділення Нової пошти отримувача. Співавтори або бажаючі можуть замовити додаткову кількість збірників вартістю 100 грн. за 1 примірник.

Матеріали рецензуються членами редакційної колегії збірника та зовнішніми незалежними експертами, виходячи з принципу об'єктивності, з позицій вищих міжнародних академічних стандартів якості. За зміст і достовірність наведених даних та посилань відповідальність несуть автори. Редакційна колегія може не поділяти думки авторів. Редакційна колегія залишає за собою право відхиляти неякісні матеріали без пояснення причин. При передруці матеріалів посилання на видання обов'язкове.

Після рецензування матеріали статей проходять перевірку на плагіат. Повідомлення про прийняття її до друку (чи відхилення) надсилається автору на електронну адресу після проходження процедури рецензування та плагіат-перевірки. Тільки за позитивного висновку щодо друку статті автор має оплатити видання і обов'язково надіслати копію квитанції про оплату на електронну адресу редакції або sms-повідомлення на +380969841030, вказавши своє прізвище і перераховану суму коштів.

Оплата за друк статті проводиться з розрахунку 90 грн за кожен сторінку публікації поповненням рахунку на картку Monobank 4441 1144 6356 8327 (на ім'я Сапсай Марія Євгенівна). За довідками звертатися за номером +380969841030 (Тетяна Анатоліївна). Збірник виходить щомісячно. Прийняті до розгляду статті після процедури рецензування, перевірки тексту на унікальність приймаються до друку; після здійснення автором оплати за видавничі послуги, статті в порядку черги друкуються у найближчому номері видання. Електронна версія збірника надсилається авторам на e-mail, друкований примірник – Новою Поштою (оплата пересилання отримувачем). У випадку перевищення ліміту поточного випуску, прийняті до друку статті друкуються у наступному номері видання (наступного місяця).



REQUIREMENTS TO THE SCIENTIFIC FACULTY ARTICLES "SCIENTIFIC CHASOPIS OF NATIONAL PEDAGOGICAL DRAGOMANOV UNIVERSITY. SERIES 15. SCIENTIFIC-PEDAGOGICAL PROBLEMS OF PHYSICAL CULTURE (PHYSICAL CULTURE AND SPORTS) »

The editorial board accepts for publication in the publication scientific articles on pedagogy, physical education and sports that have not been published before. Articles submitted to the collection of scientific papers should contain the following structural elements: problem statement and its connection with important scientific and practical tasks; analysis of recent research and publications; formation of the purpose of the article (task statement); coverage of the procedure of theoretical and methodological and / or experimental research with indication of research methods; presentation of the main research material; conclusions and prospects for further explorations in this direction; references. The text of the article should be presented in a scientific style, not contain spelling, grammatical and stylistic errors. Articles submitted in violation of these requirements are not considered by the editorial board. Requirements for the design of articles. The text of an article of 10 or more pages is printed in Microsoft Word for Windows; text format - * doc, text font - Times New Roman, size - 14 pt, spacing - 1.5, paragraph indent - 1.25 cm, width alignment. Page options: left margin - 30 mm, right - 20 mm, top, bottom - 20 mm.

The article can include graphic materials - drawings, tables, photos, formulas, etc. Contrasting graphic materials (formulas, figures, schemes), grouped, are located in the text of the article with captions and serial number and made in one of the graphic editors; font in tables and figures - not less than 11 pt. References to the sources used are given in square brackets. Numbering of sources through alphabetical order. The list of sources used should consist of two blocks (sources in the original language and References). The style of bibliographic record of the first block is allowed to choose: DSTU 8302: 2015 or one of the recommended lists of styles that are common in foreign practice of scientific works (according to the order of the Ministry of Education and Science of January 12, 2017 № 40). References are provided in order to actively include publications in the circulation of scientific information and their correct indexing by scientometric systems. The transliterated list must be prepared according to the ARA (American Psychological Association) standard (<http://nbuv.gov.ua/node/929>). You can make a citation in accordance with the ARA standard on the website of online automatic link formation: <http://www.bibme.org/apa/book-citation/manual>. Important (!) Only direct quotation marks (") should be used in the description elements and it is forbidden to replace Latin letters with Cyrillic letters. If there are references to foreign publications in the list, they are completely repeated in the list given in Latin.

Registration of the title page of the article: UDC; surname and initials of the author (s), scientific degree, academic title, position, full name of the educational institution or scientific institution, city in the language of the article (italics, alignment on the right edge); below the space - the title of the article in capital letters, font - bold, centered; an annotation is submitted at intervals (the word "annotation" is not written), containing the surname and initials of the author (s) (for the English version - surname and name in full), the title of the article, the text), keywords (up to seven) and submitted in two languages (Ukrainian, English) or in three languages, if the language of the article is different (original language, Ukrainian, English). The volume of the annotation is 100-150 words in Ukrainian and the language of the article, 250-300 words in English. Separate files are provided: information about the author and a review of the article (if necessary).

The electronic version of the materials (articles + author's certificate + review of the supervisor) (if necessary) should be sent to e-mail: 4asopis_seria15@ukr.net. Authors without a degree must submit a review by a supervisor / specialist in the relevant field of research (scanned version of a certified document).

The author's certificate must include the author's surname, patronymic and all data about him (postal code, city, place of work, position, academic title, academic degree, contact telephone numbers, e-mail address. The certificate should indicate the need to obtain a printed version. The co-authors or those who wish can order an additional number of collections worth UAH 100 per 1 copy. The materials are reviewed by members of the editorial board of the collection and external independent experts, based on the principle of objectivity, from the standpoint of the highest international academic quality standards. The authors are responsible for the content and accuracy of the given data and references. The editorial board may not share the views of the authors. The Editorial Board reserves the right to reject poor quality materials without explanation. When reprinting materials, reference to the publication is required. After reviewing the materials of the articles are tested for plagiarism. Notice of its acceptance for publication (or rejection) is sent to the author's e-mail address after the review and plagiarism. Only if the conclusion is positive about the publication of the article, the author must pay for the publication and be sure to send a copy of the payment receipt to the e-mail address or sms-message to +380969841030, indicating his name and the amount transferred.

Payment for printing the article is made at the rate of 90 UAH for each page of the publication by replenishing the account on the Monobank card 4441 1144 6356 8327 (named Sapsay Maria).

For inquiries call +380969841030 (Tetyana Anatolievna).

The collection is published monthly. Articles accepted for consideration after the review procedure, checks of the text for uniqueness are accepted for printing; after the author pays for publishing services, the articles are printed in turn in the next issue. The electronic version of the collection is sent to the authors by e-mail, a printed copy - by Nova Poshta (payment by the recipient). In case of exceeding the limit of the current issue, the articles accepted for printing are published in the next issue (next month).