**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**Центральноукраїнський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка**

# ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ І СПОРТ В НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ УКРАЇНИ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ: СТАН, НАПРЯМКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ

*Збірник наукових праць XXIV Всеукраїнської науково-практичної конференції Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка*

**Кропивницький – 2018**

**ББК 76.2**
**АА 2**
**УДК В15**

**Фізичне виховання і спорт в навчальних закладах України на сучасному етапі: стан, напрямки та перспективи розвитку. –** Харків: ФОП Озеров Г.В., 2018. – 364 с.

У збірнику подані наукові статті з актуальних проблем фізичного виховання, спорту і здоров'я людини, фізичної реабілітації й рекреації, що висвітлюють теоретичні, методичні, інноваційні та педагогічні питання щодо поліпшення якості підготовки фахівців, формування мотивації до здорового способу життя, рекреаційно-оздоровчої діяльності, обґрунтування змісту сучасної оздоровчої стратегії й реабілітаційно-корекційні технології, засобів стимуляції здоров'я різних верств населення, військово-патріотичного виховання сучасної молоді засобами фізичного виховання.

**Редакційна колегія:**

1. **Михида Сергій Павлович** – доктор філологічних наук, професор, проректор з наукової роботи Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка.
2. **Язловецький Валентин Сергійович** – кандидат педагогічних наук, почесний професор Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка.
3. **Грибан Григорій Петрович** – доктор педагогічних наук, професор, академік Академії наук вищої освіти України, заслужений діяч науки і техніки України, завідувач кафедри фізичного виховання та рекреації Житомирського державного університету імені Івана Франка.
4. **Турчак Анатолій Леонідович** – кандидат педагогічних наук, професор, декан факультету фізичного виховання Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка.
5. **Шевченко Ольга Володимирівна** – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка.
6. **Бондаренко Сергій Васильович** – кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії та методики олімпійського і професійного спорту Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка.
7. **Маркова Олена Віталіївна** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка.
8. **Шевченко Олександр Володимирович** – начальник Кіровоградського обласного відділення (філії) Комітету ФВС МОН України.
9. **Коробов Микола Георгійович** – завідувач науково-методичної лабораторії фізичної культури, спорту і захисту Вітчизни Комунального закладу «Кіровоградський обласний **інститут післядипломної педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського».**
10. **Фурсикова Тетяна Володимирівна** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри образотворчого мистецтва та дизайну Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка
11. **Сундукова Ірина В'ячеславівна** – викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка (технічний секретар).
12. **Мінчук Олена Леонідівна** – старший лаборант кафедри теорії і методики фізичного виховання Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка (технічний секретар).

*Друкується за рішенням вченої ради Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка (протокол № 10 від 26 квітня 2018 року)*

© ЦДПУ ім. В. Винниченка, 2018

# 5. ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ ШКІЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ В СУЧАСНИХ УМОВАХ. ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНЕ ВИХОВАННЯ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

**Олег Шалар, Юрій Марущак,**
Херсонський державний університет
**Віктор Гузар,**
Херсонська державна морська академія

## МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОГО СТИЛЮ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЮНИХ ТАЙСЬКИХ БОКСЕРІВ

**Актуальність**. Процес підготовки юних тайських боксерів є багатофакторною системою використання різних засобів, методів, організаційних форм і матеріально-технічних умов, направлених на розвиток спортсмена із метою забезпечення його готовності до спортивних досягнень. Він включає навчання, тренування, змагання і позазмагальні чинники, що підвищують результативність тренування, тим самим сприяючи загальному фізичному та функціональному розвитку, всім складовим спортивної підготовленості. Правильно побудований спортивно-педагогічний процес є запорукою вироблення у юних тайбоксерів індивідуального стилю змагальної діяльності, тобто тактичного двобою.

Досягнення максимального ефекту від тактичних дій значною мірою залежить від високої фізичної підготовленості спортсмена, яка в свою чергу тісно пов’язано з розвитком у нього психологічних якостей [4].

Б. Яковлєв виявив, що ухвалене рішення під час поєдинку в ідеалі повинне бити своєчасним і точним, оптимальним для цієї ситуації. Поєднувати ці параметри тактичної дії досить складно. Рішення може бути прийняте оптимальне, але із запізненням: спортсмен занадто довго аналізував ситуацію і приймав рішення. Із іншого боку, рішення може бути своєчасним, але не зовсім вірним. Лише з накопиченням досвіду змагальної боротьби спортсмени навчаються вирішувати проблему прийняття рішення швидко і в оптимальній формі [4].

На ухвалення рішення в спортивній діяльності чинять вплив такі фактори:

1. Амплуа. У одній і тій же ситуації кожен спортсмен прийме таке рішення, на яке впливає рівень психічних функцій, швидкість нервових процесів.

2. Досвід змагання. Найбільш досвідчені спортсмени значно перевищують малодосвідчених в швидкості та правоті рішень.

3. Фізична підготовленість є одним із суттєвих чинників, які обумовлюють швидкість і правильність прийняття рішення. Особливо багато помилок у діях спортсменів можна спостерігати під кінець поєдинку.

4. Вік. Молоді новачки, маючи більш збудливу нервову систему й малий досвід участі в змаганнях, віддають перевагу безпосереднім діям, залишаючи без необхідної уваги аналіз ситуації, інтелектуальну частину діяльності. Досвідченіші тайбоксери частіше використовують чинник часу для прояснення ситуації, що склалася і слабких місць супротивника.

5. Властивості нервових процесів. Спортсмени зі слабкою нервовою системою, яка є чутливішою, швидше схоплюють ситуацію, що створилася, і прогнозують події. Проте в екстремальних ситуаціях, що ведуть до виникнення стану стресу, вони виявляються повільними; важко приймають рішення. Інертним спортсменам важче змінити намічені дії. У вигідному становищі тут виявляються ті, які мають рухливу нервову систему. Спортсмени з неврівноваженою нервовою системою частіше здійснюють помилки, невірні дії в силу надмірної збудливості, а з переважанням процесів гальмування – повільніші в ухваленні рішень.

6. Інтелектуальні якості: спостережливість, кмітливість, передбачення, швидкість і гнучкість розуму – є важливим чинником в швидкості і правильності ухвалення рішень в спорті. Спортсмени з більш високим інтелектом швидше справляються з рішенням тактичних завдань.

7. Вольові якості: самостійність, ініціативність, рішучість, самовладання.

Вітчизняна концепція стилю діяльності (Є.О. Климов, Є.П. Ільїн, В, А. Толочек та ін.) припускає детермінованість його індивідуально-психологічними особливостями особи (характер, темперамент, здібності). Під індивідуальним стилем діяльності розуміється обумовлена типологічними особливостями стійка система способів, яка складається у людини, яка прагне до найкращого здійснення цієї діяльності [2,3].

**Мета дослідження**: розробити шляхи та засоби тактичного навчання та удосконалення юних тайських боксерів.

**Результати дослідження**. Дослідження проводилося з юними тайбоксерами на базі спортивних клубів «Хануман» та «Ринг» м. Херсона і тривало з вересня 2017 по березень 2018 року.

Тренувальний цикл у гуртку тайського боксу поділяється на макроцикли (навчальний рік), мезоцикли (півріччя) та мікроцикли

(підготовка до участі в зборах та змаганнях). Тривалість кожного тренування – 1,5 години 3 рази на тиждень. Співвідношення засобів загальної та спеціальної фізичної підготовки у процесі макроциклу тренувань юних тайців представлено у табл.1 [6].

*Таблиця 1*

**Структура побудови фізичної підготовки (%)**

| № з.п. | Засоби фізичної підготовки | Періодизація річного циклу | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Перший мезоцикл | | Другий мезоцикл | |
| | | Підготовчий період | Змагальний період | Підготовчий період | Змагальний період |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 1 | Вправи ЗФП | 70 | 20 | 55 | 15 |
| 2 | Вправи СФП | 30 | 80 | 45 | 85 |

До засобів фізичної підготовки можна віднести такі, які розвивають всі основні фізичні якості: силу, гнучкість, витривалість, координацію та швидкість. У табл.2 наведені основні вправи, які використовуються під час розробки та впровадження методики тренувань гуртка з тайського боксу.

*Таблиця 2*

**Вправи для розвитку фізичних якостей юних каратистів**

| № п | Фізична якість | Зміст фізичних вправ |
|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 |
| 1 | Сила | 1) Підтягування на високій та низькій перекладині; 2) Згинання-розгинання рук у положенні лежачи; 3) Присідання; 4) Випади ногами; 5) Підйом тулубу з положення лежачи на спині; 6) Гіперекстензія; 7) Стійка та ходьба на руках; 8) Вправи на протидію з власним тілом, з партнером, з набивними м'ячами, еспандерами, гантелями; 9) Здійснення ударів ногами, руками та колінами по «мішках», партнеру; 10) Виконання вправ з максимальною концентрацією, напруженням м'язів, всього тіла. |
| 2 | Гнучкість | 1) Вправи на розтягування та розігрів м'язів рук, ніг, шиї, спини; 2) Повздовжній, поперечний, «іспанський» шпагати; 3) Елемент йоги та ушу; 4) Вправи пасивної, активної та пасивно-активної гнучкості. |
| 3 | Витривалість | 1) Біг; 2) Стрибки на скакалці; 3) Виконання великої кількості ударів, підходів, разів вправи; 4) Тренування в умовах спеки, малого замкнутого простору, скорочення часу на відпочинок. |
| 4 | Координація | 1) Виконання складних технічних елементів з партнером, на «мішках», без партнера, «бій з тінню»; 2) Вправи з тенісним м'ячами, скакалками, поясами на реакцію; 3) Виконання вправи за сигналом голосу, звуку; 4) Зміна темпу, напрямку, ритму руху виконання вправи; 5) Зміна сили удару для різних вікових та статевих груп партнерів; 6) Ведення поєдинку тривалістю 1, 2, 3 хв.; 7) Вправи на маневрування, утримання рівноваги. |
| 5 | Швидкість | 1) Човниковий біг; 2) Стрибки зі скакалкою; 3) Швидкість одиночного удару; 4) Стрибки з торканням колін до грудей; 5) Вистриби з підлоги догори; 6) Стрибки у положенні присівши; 7) Швидка відповідь на нанесений партнером удар; 8) Швидкість переміщення у просторі. |

До засобів спеціальної фізичної підготовки можна віднести наступні:

– проведення тренувань з елементами інших видів спорту (волейбол, баскетбол, футбол, дзюдо, годзю рю карате, сумо, бокс, кіокушин карате, карате номічі, йога, ушу, цигун);

– розробка тактики та методики ведення поєдинку для кожного юного тайця з урахуванням всіх можливих його суперників;

– проведення тренувань разом з іншими гуртками тайського боксу, з дітьми різного віку та досвіду;

– проведення тренувань разом з гуртками інших видів спорту (бокс, кіокушин карате, карате номічі);

– відвідування змагань з тайського боксу навіть тими членами команди, які не приймають них участь для обміну досвідом, споглядання бої, вивчення тактики та стратегії можливих суперників, підтримки команди;

– перегляд семінарів, боїв Чемпіонату світу, Європи, України, регіональних та місцевих рівнів для перейняття досвіду, отримання знанні, для подальшого застосування у розробці власної методики тренувань;

– всебічний та гармонійний розвиток дітей шляхом оздоровлення, культурних та освітніх програм, відвідування спортивних свят, концертів, днів здоров'я, літніх таборів, тренувальних зборів, виступи на змагання у інших видах спорту (кіокушин карате, карате номічі, шахи, теніс, брейк данс, танці, акробатика, легка атлетика, співочі конкурси) для популяризації здорового способу життя [1].

Аналізуючи запропоновані методи визначення вольових якостей юних каратистів (впертість, настирливість, агресія) можна визначити для кожного спортсмена індивідуальний психологічний стиль ведення двобою (активний, пасивний). Для кожної такої психологічної якості існує рівень розвитку (низький, середній та високий). На основі суб'єктивних суджень та тренерського досвіду, можна визначити стиль ведення двобою, керуючись інформацією щодо психологічних особливостей юних каратистів. Якщо юний спортсмен в середньому набрав за усіма пунктами більше 2 балів, то його стиль тактичної діяльності можна визначити як активний; якщо 2 та менше балів – пасивний (табл. 3) [5].

*Таблиця 3*

**Стилі діяльності юних каратистів, рівні**

| № з.п. | Ім'я та прізвище тайбоксера | Вольові якості | | | Середній бал за рівнями вольових якостей | Психологічний стиль ведення двобою | Стилі мислення |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Впертість | Настирливість | Агресія | | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | | 6 |
| 1 | Микита Л. | 2 | 3 | 2 | 2,33 | Активний | Конкр.-сит. |
| 2 | Артем Д. | 3 | 3 | 3 | 3,00 | Активний | Абстр.-сит. |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 3 | Кирило К. | 3 | 2 | 1 | 2,00 | Пасивний | Абстр.-сит. |
| 4 | Сергій Г. | 2 | 3 | 3 | 2,67 | Активний | Абстр.-сит. |
| 5 | Дарина Н. | 2 | 2 | 1 | 1,67 | Пасивний | Абстр.-сит. |
| 6 | Антон Д. | 1 | 2 | 2 | 1,67 | Пасивний | Абстр.-сит. |
| 7 | Кирило Т. | 3 | 3 | 1 | 2,33 | Активний | Абстр.-сит. |
| 8 | Тимофій І. | 2 | 3 | 1 | 2,00 | Пасивний | Абстр.-сит. |
| 9 | Паша М. | 3 | 2 | 1 | 2,00 | Пасивний | Абстрактний |
| 10 | Маша Л. | 3 | 3 | 2 | 2,67 | Активний | Абстр.-сит. |
| 11 | Диана В. | 1 | 2 | 2 | 1,67 | Пасивний | Абстрактний |
| 12 | Саша М. | 2 | 3 | 1 | 2,00 | Пасивний | Абстрактний |
| 13 | Микита Т. | 2 | 3 | 2 | 2,33 | Активний | Абстрактний |
| 14 | Влад Щ. | 3 | 3 | 2 | 2,67 | Активний | Конкр.-сит. |
| 15 | Максим К. | 3 | 3 | 3 | 3,00 | Активний | Конкр.-сит. |
| 16 | Саша Ш. | 2 | 3 | 1 | 2,00 | Пасивний | Абстрактний |
| 17 | Марина С. | 3 | 2 | 2 | 2,33 | Активний | Абстр.-сит. |
| 18 | Юра М. | 3 | 3 | 3 | 3,00 | Активний | Абстр.-сит. |
| 19 | Тарас М. | 2 | 2 | 2 | 2,00 | Пасивний | Конкр.-сит. |
| 20 | Дмитро Б. | 2 | 2 | 2 | 2,00 | Пасивний | Абстрактний |

Знаючи рівень агресії та психологічний стиль ведення двобою та стиль мислення спортсмена, можна розробити методику тренувань, яка буде індивідуальною для кожного юного тайського боксера, табл. 4.

Формування індивідуального стилю змагальної діяльності спортсменів процес різнобічного використання всіх видів спортивної підготовки. Індивідуальний стиль діяльності змагання виробляється тривалий час з накопиченням досвіду змагання, зазнаючи при цьому істотних змін. Важливо, щоб він відповідав індивідуально-психологічним особливостям особистості спортсмена і давав позитивні результати.

*Таблиця 4*

**Методика навчання індивідуальним тактичним діям тайбоксерів**

| № з. п. | Стиль мислення | Психологічний стиль ведення двобою | Методичні рекомендації |
|---|---|---|---|
| 1 | Конкретно-ситуаційний | Активний | Тактика «стрімкої атаки». Характерна для ектоморфів. Спеціальна фізична підготовка. На тренуванні необхідно звернути увагу на розвиток відчуття часу, швидких переміщень, зі зміною напрямку та темпу руху. Активний стиль передбачає роботу з суперником «першим номером», тому на тренуваннях необхідно всі технічні прийоми виконувати, рухаючись уперед, створювати натиск, а потім відступати.<br>ЗФП. Розвиток швидкісно-силових якостей, координації. |
| 2 | Конкретно-ситуаційний | Пасивний | Тактика «вичікування». Характерна для ендоморфів.<br>СФП. Тренування повинне навчити спортсмена відчувати час поєдинку, вміти затягувати час сутички. Відпрацювати до автоматизму коронні технічні прийоми захисту, які допоможуть зменшити перевагу противника у бою. Виконання ударів не на кількість очок, а на силу. Вправи на координацію у просторі.<br>ЗФП. Розвиток витривалості, сили та координації |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 3 | Абстрактно-ситуаційний | Активний | Тактика «ігровик». Характерна для мезоморфів.<br>СФП. Вправи на реакцію, захист від атак, переривання атак з контратакою, вправи на загартування тіла від ударів, «набивання» рук та ніг. Тайбоксер заздалегідь не готує свої коронні технічні прийоми, а діє, пристосовуючись до стилю бою противника. Активний стиль передбачає роботу з суперником «першим номером», тому на тренуваннях необхідно всі технічні прийоми виконувати, рухаючись уперед, створювати натиск.<br>ЗФП. Вправи на розвиток швидкісно-силових якостей, витривалості та власне сили. |
| 4 | Абстрактно-ситуаційний | Пасивний | Тактика «вичікування». Характерна для ектоморфів.<br>СФП. Тренування повинне навчити спортсмена відчувати час поєдинку, вміти затягувати час сутички. Відпрацювати до автоматизму коронні технічні прийоми, які допоможуть здобути бали. Виконання ударів у швидкому темпі. Вправи на координацію та реакцію.<br>У парах імітувати дії суперників і напрацьовувати відповідні технічні прийоми для захисту та нападу. Пасивний стиль передбачає роботу з суперником «другим номером», тому на тренуваннях необхідно всі технічні прийоми виконувати, відступаючи назад.<br>ЗФП. Розвиток витривалості, швидкості та координації. |

**Висновок.** Успіх у змаганнях гарантований тому каратистові, який ефективно використовує свої вміння і задатки, які з'явились природно чи під час заняття спортом. Значну роль грає індивідуальний стиль змагальної діяльності, використання якого приводить до перемоги. Він залежить від багатьох факторів: типу тілобудови, рівня фізичного розвитку, психологічних якостей.

**Використані джерела:**


1. Вайнбаум Я.С. Дозирование физических нагрузок школьников / Я.С. Вайнбаум. – М. : Просвещение, 1991. – 64 с.
2. Ильин Е.П. Психология физического воспитания / Е.П. Ильин. – М.: Просвещение, 1987. – 98 с.
3. Спортивная психология в трудах отечественных специалистов / Сост. и общая редакция И.П. Волкова. – СПб. : Питер, 2002. – 447 с.
4. Психология физической культуры: ученик / под ред. Б.П. Яковлева, Г.Д. Бабушкина. – М.: Спорт, 2016. – 624 с.
5. Шалар О.Г. Психологія тактичного двобою юних каратистів / О.Г. Шалар, Є.А. Стрикаленко, М.С. Савченко-Марущак // Єдиноборства. Науковий журнал №2(8) / Видання Харківської державної академії фізичної культури кафедри одноборств; гол. ред. Н.В. Бойченко. – Харків : ХДАФК, 2018. – С. 104-115.
6. Шехов В.Г. Тайский бой в своё удовольствие (Практическое пособие) / Под ред. А.Е. Тараса. – М.: АСТ, 2000. – 384 с.

# ЗМІСТ

**Грибан Григорій.** ІСТОРІЯ ДІЯЛЬНОСТІ ЖИТОМИРСЬКОГО ОБЛАСНОГО ДОБРОВІЛЬНОГО СПОРТИВНОГО ТОВАРИСТВА «ЗДОРОВ'Я» (1937 Р. – ЛИСТОПАД 1947 Р.).....3

**Язловецький Валентин.** ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ МОДЕРНІЗАЦІЇ ПРОФЕСІЙНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....9

**Турчак Анатолій, Токар Наталія.** ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ ТА ПРАКТИКА РОБОТИ ПЕРШИХ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ-ІНТЕРНАТІВ СПОРТИВНОГО ПРОФІЛЮ .....17

**Шевченко Ольга.** НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ШЛЯХІВ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ СТУДЕНТІВ .....22

**Язловецька Оксана.** ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ТА ЕТАПИ ФОРМУВАННЯ ІМІДЖУ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ .....27

**Воропай Сергій.** ЗНАМЕНИТИЙ ТРЕНЕР З НОВОУКРАЇНЩИНИ .....37

**Воропай Сергій.** ГРИГОРІЙ МІСЮТІН – ЛЕГЕНДАРНИЙ ОЛІМПІЙСЬКИЙ АТЛЕТ КІРОВОГРАДЩИНИ.....46

**Федорець Василь.** ФЕНОМЕНОЛОГІЯ СТРУСУ ГОЛОВНОГО МОЗКУ В КОНТЕКСТІ РОЗРОБКИ МЕТОДИКИ РОЗВИТКУ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УМОВАХ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ .....51

**Мельнік Анастасія, Савенко Дмитро.** ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРІ .....58

**Турчак Анатолій, Олена Маркова.** УПРАВЛІННЯ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОЮ ТА МЕТОДИЧНОЮ РОБОТОЮ ЗАКЛАДУ СПОРТИВНОГО СПРЯМУВАННЯ.....64

**Щербатюк Наталія.** МАРКЕТИНГОВА ПОЛІТИКА РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ СТУДЕНТІВ .....69

**Бабаліч Вікторія, Щербина Олександр.** МІЖПРЕДМЕТНІ ЗВ'ЯЗКИ – ОСНОВА ІНТЕГРОВАНОГО НАВЧАННЯ ПЛАВАННЮ У ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ.....73

**Павленко Віктор, Павленко Тетяна.** ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ СПОРТИВНО-МАСОВОЇ РОБОТИ У ПРОФЕСІЙНО-ТЕХНІЧНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ..... 77

**Собко Сергій, Полтавець Микола.** ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ВИХОВАННЯ ІНТЕРЕСУ УЧНІВ ДО ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ ..... 83

**Сукачов Олександр.** БАСКЕТБОЛ НА КІРОВОГРАДЩИНІ В ПЕРІОД З 1997 РОКУ І ДО СЬОГОДЕННЯ ..... 88

**Колотуха Олександр.** СПОРТИВНИЙ ТУРИЗМ ЯК ВАГОМИЙ ЧИННИК СТУДЕНТСЬКОЇ САМООРГАНІЗАЦІЇ (НА ПРИКЛАДІ ТУРКЛУБУ «МАНДРИ» ЦДПУ)..... 95

**Маленюк Тетяна.** ОБГРУНТУВАННЯ ЗНАЧУЩОСТІ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «СПОРТИВНІ СПОРУДИ І ОБЛАДНАННЯ» У ФАХОВІЙ ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ..... 100

**Мельнік Анастасія.** ФОРМУВАННЯ ПІЗНАВАЛЬНОЇ АКТИВНОСТІ У СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ..... 105

**Миценко Євген.** ДИНАМІКА УСПІШНОСТІ СТУДЕНТІВ НЕСПЕЦІАЛЬНИХ ФАКУЛЬТЕТІВ ЦДПУ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В СЕКЦІЇ ФІТНЕСУ ..... 110

**Мусхаріна Юлія.** ОРГАНІЗАЦІЯ ОЗДОРОВЛЕННЯ ШКОЛЯРІВ ЯК НАПРЯМ РОБОТИ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ..... 116

**Стасенко Олексій.** СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ПЕДАГОГІЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В САМОСТІЙНІЙ РОБОТІ..... 121

**Бур'яноватий Олександр.** ВИЗНАЧЕННЯ ТИПУ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ У СТУДЕНТІВ (ДІВЧАТ) І-ІІ КУРСУ НЕСПЕЦІАЛЬНИХ ФАКУЛЬТЕТІВ, ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ У ВІДДІЛЕННІ КУЛЬОВОЇ СТРІЛЬБИ ..... 127

**Логвінова Ярослава.** ЗНАЧЕННЯ ЛАБОРАТОРНОГО ПРАКТИКУМУ З «ГІГІЄНИ ТА ОСНОВ ЕКОЛОГІЇ» У ФОРМУВАННІ ВІДПОВІДАЛЬНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ПРИРОДИ..... 132

**Панченко Галина.** ПРОБЛЕМА УДОСКОНАЛЕННЯ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНЬОГО УЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ДІЯЛЬНОСТІ З ПОПЕРЕДЖЕННЯ ДИДАКТОГЕННИХ ПОРУШЕНЬ І ЗАХВОРЮВАНЬ ..... 136

**Черемісова Ірина, Кузьменко Ірина.** ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕГАЮЧІ ОСВІТНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ..... 142

**Холодний Олександр.** ПЕДАГОГІЧНА ТЕХНОЛОГІЯ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖДУВАЛЬНИХ ЗНАНЬ ШКОЛЯРІВ ..... 148

**Нєворова Людмила.** ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ МЕДИКО-ПЕДАГОГІЧНОГО КОНТРОЛЮ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ В УМОВАХ ШКОЛИ СПРИЯННЯ ЗДОРОВ'Ю..... 153

**Черній Валентина.** ГІГІЄНІЧНА ОЦІНКА СТАНУ ФАКТИЧНОГО ХАРЧУВАННЯ СТУДЕНТІВ..... 160

**Петренко Іван, Петренко Володимир.** УДОСКОНАЛЕННЯ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТОК ЗАСОБАМИ БАДМІНТОНУ ..... 166

**Маркова Олена.** ОСОБЛИВОСТІ СКЛАДУ ТІЛА ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ ..... 172

**Руденко Тетяна.** ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ..... 179

**Бєлкова Тетяна.** ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ МЕДИЧНИХ ВУЗІВ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ..... 186

**Васецька Тетяна.** ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ – ЯК ВАЖЛИВИЙ ЕЛЕМЕНТ СИСТЕМИ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я ..... 190

**Ковальова Юлія.** ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ У СТАРШОКЛАСНИКІВ ..... 195

**Макогоненко Ігор.** АЙКИДО КАК ОРИГИНАЛЬНАЯ МЕТОДИКА ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХО-ТЕРАПИИ..... 201

**Скибицький Ігор, Махунько Олександр.** ВПЛИВ РОДИНИ НА ФОРМУВАННЯ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СПОРТСМЕНА..... 205

**Столярчук Тетяна, Коцюруба Вікторія.** ІННОВАЦІЙНІ МОДЕЛІ ПІДТРИМКИ ПРОЦЕСІВ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДИТИНИ В СИСТЕМІ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ – КАЛЛАНЕТИКА ТА ЧИРЛІДИНГ ..... 210

**Турчак Анатолій, Мациборко Ігор.** НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНИЙ ПРОЦЕС У ОСВІТНЬОМУ ЗАКЛАДІ СПОРТИВНОГО ПРОФІЛЮ ..... 215

**Остополець Ірина.** ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В СПОРТИВНІЙ КОМАНДІ ТА ШКІЛЬНІЙ ГРУПІ РАННЬОГО ЮНАЦЬКОГО ВІКУ ..... 221

**Бондаренко Сергій, Ніщеменко Вячеслав.** ПРОБЛЕМА АНАЛІЗУ ТА ПОМИЛОК ТЕХНІКИ РУХІВ ПРИ ВИВЧЕННІ ДИСЦИПЛІНИ «ЛЕГКА АТЛЕТИКА ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ» ..... 227

**Шевченко Ольга, Куценко Світлана.** РОЗВИТОК ГНУЧКОСТІ СТУДЕНТІВ НА ЗАНЯТТЯХ ЗІ СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ ..... 231

**Маленюк Тетяна, Кравченко Романа.** ДОСЛІДЖЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ У ПРОЦЕСІ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ВОЛЕЙБОЛУ ..... 236

**Собко Наталія.** ПРИСКОРЕННЯ ПРОЦЕСІВ ВІДНОВЛЕННЯ ТА ПІДВИЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СПОРТСМЕНІВ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ..... 241

**Стасенко Олексій, Саласенко Віктор.** ЗМІСТ ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ТЕХНІЧНИМ ДІЯМ У СПОРТИВНІЙ БОРОТЬБІ .... 245

**Брояковський Олександр.** ОКРЕМІ АСПЕКТИ КЛАСИФІКАЦІЇ ЛИЖНИХ ВИДІВ СПОРТУ У ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ..... 250

**Сундукова Ірина.** ЗАСОБИ ВІДНОВЛЕННЯ СПОРТИВНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ В ГІМНАСТИЦІ СПОРТИВНІЙ ..... 257

**Виноградова Людмила, Маркова Олена.** БІОМЕХАНІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ЕЛЕМЕНТІВ ТЕХНІКИ СПОРТИВНИХ ВПРАВ У ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ ..... 261

**Голуб Олена.** ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ З ДИСЦИПЛІНИ «ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ПЛАВАННЯ» ..... 266

**Марков Руслан.** ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ФУТБОЛУ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ РАДІОТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ..... 271

**Шалар Олег, Марущак Юрій, Гузар Віктор.** МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОГО СТИЛЮ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЮНИХ ТАЙСЬКИХ БОКСЕРІВ ..... 276

**Коробов Микола, Домолевська Олена, Паскаль Петро, Матвійчук Юрій.** ШЛЯХИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЯКІСНОГО

ВИКЛАДАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ПОЧАТКОВИХ КЛАСАХ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ ..... 282

**Собко Сергій, Мамчур Анатолій.** ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПОЗАКЛАСНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЯК ЧИННИКА ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ПІДЛІТКІВ ДО РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ..... 289

**Бабаліч Вікторія, Чупилко Володимир.** РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ РУХЛИВИХ ІГОР З ЕЛЕМЕНТАМИ ВОЛЕЙБОЛУ ..... 293

**Завадська Наталія, Назаренко Лариса.** РОЗВИВАЛЬНІ ТА ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ НЕЙРОБІКИ У ПОЧАТКОВИЙ ПЕРІОД ШКІЛЬНОГО НАВЧАННЯ ..... 298

**Крайждан Ольга.** ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ ФИТНЕСС-АЭРОБИКИ В СИСТЕМЕ ВНЕКЛАССНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНИХ КЛАССОВ ..... 304

**Мішин Сергій.** СПЕЦИФІКА УРОКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ..... 309

**Челало Світлана, Маркова Олена.** ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ НАРОДНИХ РУХЛИВИХ ІГОР ТА ОКРЕМІ АСПЕКТИ ЇХ ВИКОРИСТАННЯ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДИТИНИ ..... 314

**Арапов Олег.** СПОРТИВНА ГРА «ХОРТИНГ-ПАТРІОТ», ЯК ЗАСІБ ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНОГО ВИХОВАННЯ МОЛОДІ ..... 319

**Гончаренко Марія, Бистрова-Черкас Марина, Камнєва Тамара.** ІНФОРМАЦІЙНІ І КОМП'ЮТЕРНІ ТЕХНОЛОГІЇ ОЦІНКИ СТАНУ ЗДОРОВ'Я ..... 324

**Нєворова Олена.** ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ ХВОРИХ НА ДЦП ..... 327

**Брикульська Мирослава.** НЕЙРОПАТІЯ МАЛОГОМІЛКОВОГО НЕРВА В МОЛОДІ: КЛІНІКА, НОВІТНІ ТЕХНОЛОГІЇ ДІАГНОСТИКИ, ВПЛИВ ПРОБЛЕМИ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ..... 334

**Курята Ірина.** ПРАКТИЧНЕ ЗНАЧЕННЯ БІОРИТМІВ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ ..... 338

**Тараненко Рустам, Шевчук Олександр.** ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПСИХОСОМАТИЧНИХ ПОРУШЕНЬ У СТУДЕНТІВ ..... 344

***Наукове видання***

# ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ І СПОРТ В НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ УКРАЇНИ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ: СТАН, НАПРЯМКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ

***Випуск 24***

*Збірник наукових праць XXIV Всеукраїнської науково-практичної конференції Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка*