



НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

НАЦІОНАЛЬНОГО
ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА

СЕРІЯ 15

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

ВИПУСК 4 (124) 20



ДО УВАГИ АВТОРІВ ТА ЧИТАЧІВ ЖУРНАЛУ!

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

Dear Sir/Madam,

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

 ICI JOURNALS
MASTER LIST

ICV 2016 = 54.30

Dear Sir/Madam,

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

 ICI JOURNALS
MASTER LIST

ICV 2017 = 63.15

Dear Sir/Madam,

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

 ICI JOURNALS
MASTER LIST

ICV 2018 = 68

Dear Sir/Madam,

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

 ICI JOURNALS
MASTER LIST

ICV 2019 = 62

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

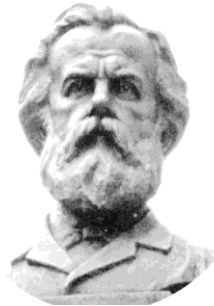
Index Copernicus - міжнародна наукометрична база, що включає індексування, ранжування та реферування журналів, а також є платформою для наукової співпраці та виконання спільних наукових проєктів.

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

З повагою, редакція журналу

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА**



НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

**СЕРІЯ 15
“НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
/ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ”**

ВИПУСК 4 (124) 20

Київ

Видавництво НПУ імені М.П.Драгоманова
2020



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-seriia-15.

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

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

«Фізичне виховання і спорт» – (наказ Міністерства освіти і науки України № 528 від 12.05.2015 р.)

Державний комітет телебачення і радіомовлення України: свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації - серія КВ № 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, 2020. – Випуск 4 (124) 20. – 98 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; (гол.Ред. ради);
Бондар В. І.	доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;
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;
Жалдак М.І.	доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, 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;
Падалка О.С.	доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент 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;
Путров С. Ю.	кандидат педагогічних наук, професор Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова;
Дьоміна Ж.Г.	кандидат педагогічних наук, доцент, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова;
Малечко Т.А.	кандидат педагогічних наук, доцент, Національний педагогічний університет 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, доцент, 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, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова.

Схвалено рішенням Вченої ради НПУ імені М.П. Драгоманова

ISSN 2311-2220

© Автори статей, 2020

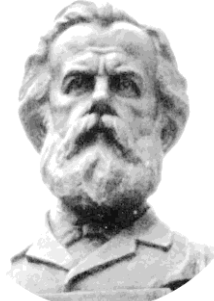
© НПУ імені М.П.Драгоманова, 2020

© Редакційна колегія серії, 2020

Збірник друкується щомісяця

MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE

National Pedagogical Dragomanov University



SCIENTIFIC JOURNAL

SERIES 15

**"SCIENTIFIC AND PEDAGOGICAL PROBLEMS OF PHYSICAL CULTURE
/ PHYSICAL CULTURE AND SPORTS /"**

Issue 4 (124) 20

Kiev

Publishing house of National Pedagogical Dragomanov University
2020



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-seriia-15

The collection is included in the list of professional scientific publications of Ukraine in the branches of science:

"Pedagogical Sciences" (order of the Ministry of Education and Science of Ukraine № 1222 dated 07.10.2016)

"Physical education and sport" - (order of the Ministry of Education and Science of Ukraine № 528 dated 12.05.2015).

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, 2020 - Issue 4 (124) 20. – s. 98

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);
- Bondar V.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- 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;
- Zhaldak M.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, 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;
- Padalka O.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Corresponding Member 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;
- Putrov S.** Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov 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, Assistant 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

© Authors of articles, 2020 © National Pedagogical Dragomanov University, 2020

ISSN 2311-2220

The collection is published monthly

ЗМІСТ 4 (124) 2020

1.	<i>Балушка Л. М., Ткач Ю. А., Окопний А. М., Пістун А. І., Вовк І. В.</i> СТАВЛЕННЯ УЧНІВ ВІКОМ 15-16 РОКІВ ДО ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ БОРТЬБИ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ.....	7
2.	<i>Воронцов А. І.</i> ЗАСОБИ БІЛАТЕРАЛЬНОГО НАВЧАННЯ В ТРЕНУВАННІ ДІВЧАТ ТА ЮНІОРОК У БОКСІ.....	14
3.	<i>Загородній В. В., Ярославська Л. П.</i> ДОСЛІДЖЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ М'ЯЗОВОЇ ТА ДИХАЛЬНОЇ СИСТЕМ СТУДЕНТІВ ТЕХНОЛОГІЧНОГО ВИШУ.....	20
4.	<i>Захарків С. Й.</i> СТАН ВИХОВАНOSTI ДИСЦИПЛІНОВАНОСТI СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ЄДИНОБОРСТВАМИ.....	24
5.	<i>Кабачька О. В., Шуба Л. В., Шуба В. В.</i> ДОСЛІДЖЕННЯ ДУХОВНО-МОРАЛЬНИХ ЖИТТЄВИХ ЦІННОСТЕЙ СТУДЕНТІВ КЛАСИЧНОГО ТА ПЕДАГОГІЧНОГО ВИШІВ, ЯК РЕАЛІЗАЦІЯ ЗМІСТУ СИСТЕМИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА.....	28
6.	<i>Каплінський В. В., Белінська Т. В., Міненок А. О.</i> ОСОБЛИВОСТІ ЗАРУБІЖНОГО ДОСВІДУ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ В КОНТЕКСТІ ЇХ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ.....	32
7.	<i>Колосовська В. В.</i> ВАЛЕОЛОГІЧНА СКЛАДОВА ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ.....	38
8.	<i>Лебедєв С. І., Журід С. М., Булгаков О. І., Мичка І. В.</i> ОСОБЛИВОСТІ КОНТРОЛЮ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАПАДНИКІВ У ФУТБОЛІ ВІКОМ 14-15 РОКІВ.....	42
9.	<i>Лукіяничук В. Л.</i> СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО РОЗВИТКУ РУХОВОЇ ФУНКЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З ПОРУШЕННЯМИ ПОСТАВИ.....	47
10.	<i>Ляшенко В. М., Корж Є. М., Подлесная Н. М., Розпутній О. П.</i> ВИЗНАЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ ТА ЙОГО СКЛАДОВИХ У СПОРТИВНІЙ КОМАНДІ З ВОЛЕЙБОЛУ.....	51
11.	<i>Маленко О. Б.</i> ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНО-ОРІЄНТОВАНОГО ВИКЛАДАННЯ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ ПРИ ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ СФЕРИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ.....	55
12.	<i>Маслова О. В.</i> СУЧАСНІ ЗАСОБИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я У ПРОЦЕСІ АДАПТИВНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З ВАДАМИ СЛУХУ.....	58
13.	<i>Медведєва І. М., Нестерова Т. І., Радзієвський В. П.</i> ФОРМУВАННЯ УСВІДОМЛЕНОЇ МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНОГО ПРОФІЛЮ З ОСЛАБЛЕНИМ ЗДОРОВ'ЯМ.....	62
14.	<i>Оніщук І. І., Галайдюк М. А., Маріонда І. І., Демченко І. І., Шемчук В. А., Литвиненко В. А., Кевпаніч В. В., Максимчук Б. А.</i> НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ РОЗВИТКУ ІНШОМОВНОЇ ОСВІТИ В КОНТЕКСТІ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	68
15.	<i>Путро Л. М., Котко Д. Н., Гончарук Н. Л., Шевцов С. Н.</i> СПЕЦИФИКА ПИТАННЯ ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ ХУДОЖЕСТВЕННИХ ВИДОВ СПОРТА (ПРОБЛЕМИ И НЕДОСТАТКИ).....	74
16.	<i>Руденко А. М.</i> ОСОБЛИВОСТІ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ІЗ НАСЛІДКАМИ ДИСПЛАЗІЇ КУЛЬШОВИХ СУГЛОБІВ.....	79
17.	<i>Стрикаленко Є. А., Шалар О. Г., Андрєєва Р. І., Жосан І. А.</i> ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ ВОЛЕЙБОЛІСТОК РІЗНОГО ІГРОВОГО АМПЛУА ВК «MUROV».....	86
18.	<i>Червоношапка М. О., Шутка Г. І., Гніп І. Я.</i> ВПЛИВ ЗАНЯТЬ З BELLYDANCE-ФІТНЕСУ НА ФУНКЦІОНАЛЬНІ МОЖЛИВОСТІ М'ЯЗІВ ТУЛУБА У ЖІНОК ПЕРШОГО ПЕРІОДУ ЗРІЛОГО ВІКУ.....	93

CONTENTS 4 (124) 2020

1.	<i>Balushka L., Tkach Yu., Okopnyj A., Pistun A., Vovk I.</i> ATTITUDE OF STUDENTS AGED 15-16 TO USE THE WRESTLING MEANS IN PHYSICAL EDUCATION...../.....	7
2.	<i>Vorontsov A.</i> MEANS OF BILATERAL TEACHING IN THE TRAINING OF GIRLS AND JUNIORS IN BOXING.....	14
3.	<i>Zagorodny V., Yaroslavskaya L.</i> STUDYING THE FUNCTIONAL STATE OF MUSCULAR AND RESPIRATORY SYSTEMS OF TECHNOLOGICAL UNIVERSITY STUDENTS.....	20
4.	<i>Zakharkiv S.</i> THE STATE OF EDUCATION OF DISCIPLINE OF SENIOR TEENAGERS IN THE PROCESS OF MARTIAL ARTS.....	24
5.	<i>Kabatska O., Shuba L., Shuba V.</i> THE RESEARCH OF SPIRITUAL AND MORAL LIFE STUDENTS' VALUE OF CLASSICAL AND PEDAGOGICAL HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS, AS THE IMPLEMENTATION OF THE HEALTH SYSTEM CONTENT FOR THE SECURITY EDUCATIONAL ENVIRONMENT.....	28
6.	<i>Kaplinskyi V., Belinska T., Minenok A.</i> PECULIARITIES OF FOREIGN EXPERIENCE OF TRAINING OF FUTURE TEACHERS IN THE CONTEXT OF THEIR PROFESSIONAL FORMATION.....	32
7.	<i>Kolosovska V.</i> VALEOLOGICAL COMPONENT OF THE PROCESS OF FORMING PROFESSIONAL COMPETENCE AMONG STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS.....	38
8.	<i>Lebediev S., Zhurid S., Bulgakov O., Mychka I.</i> FEATURES OF CONTROL OF COMPETITIVE ACTIVITY OF STRIKERS IN FOOTBALL AGED 14-15 YEARS.....	42
9.	<i>Lukiianchuk V.</i> MODERN APPROACHES TO THE DEVELOPMENT OF MOTOR FUNCTION IN YOUNGER SCHOOLCHILDREN WITH POSTURAL DISORDERS.....	47
10.	<i>Lyashenko V. Korzh E., Podlesnaya N. Rozputny A.</i> DETERMINATION OF THE PSYCHOLOGICAL CLIMATE AND ITS COMPONENTS IN THE VOLLEYBALL SPORTS TEAM.....	51
11.	<i>Malenko O.</i> THE PROBLEMS OF JOB-ORIENTED FOREIGN LANGUAGE TEACHING IN TRAINING OF STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS.....	55
12.	<i>Maslova O.</i> MODERN MEANS OF HEALTH FORMATION IN THE PROCESS OF ADAPTIVE PHYSICAL EDUCATION FOR CHILDREN WITH HEARING IMPAIRMENTS.....	58
13.	<i>Medvedeva I., Nesterova T., Radzijevisky V.</i> FORMATION OF CONSCIOUS MOTIVATION FOR PHYSICAL EDUCATION CLASSES AMONG PEDAGOGICAL STUDENTS WITH IMPAIRED HEALTH.....	62
14.	<i>Iryna Onishchuk, Mykola Halaidiuk, Iryna Demchenko, Vadym Shemchuk Vitalina Lytvynenko, Ivan Marionda, Vasyi Kevpanych, Maksymchuk Borys.</i> SCIENTIFIC AND PEDAGOGICAL PREREQUISITES FOR THE DEVELOPMENT OF FOREIGN-LANGUAGE EDUCATION IN THE CONTEXT OF THE TRAINING OF FUTURE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS.....	68
15.	<i>Putro L., Kotko D., Goncharuk N., Shevtsov S.</i> SPECIFICITY OF NUTRITION OF REPRESENTATIVES OF ARTISTIC SPORTS (PROBLEMS AND DISADVANTAGES).....	74
16.	<i>Rudenko A.</i> FEATURES OF THE PHYSICAL REHABILITATION PROGRAM OF PRESCHOOL CHILDREN WITH THE CONSEQUENCES OF HIP JOINT DYSPLASIA.....	79
17.	<i>Strikalenko E., Shalar O., Andrieieva R., Zhosan I.</i> PECULIARITIES OF TECHNICAL AND TACTICAL ACTIONS OF FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS OF DIFFERENT PLAYING ROLES OF VK "MUROY".....	86
18.	<i>Chervonoshapka M., Shutka H., Hnyp I.</i> THE EFFECT OF BELLYDANCE FITNESS ON THE FUNCTIONALITY OF THE TORSO MUSCLES OF WOMEN OF THE FIRST PERIOD OF ADULTHOOD.....	93

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2020.4(124).17
УДК 796.325:796.012.5

Стрикаленко Є.А.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
Херсонський державний університет, м. Херсон
Шалар О.Г.
кандидат педагогічних наук, доцент, Херсонський державний університет, м. Херсон
Андрєєва Р.І.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
Херсонський державний університет, м. Херсон
Жосан І.А.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
Херсонський державний університет, м. Херсон

ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ ВОЛЕЙБОЛІСТОК РІЗНОГО ІГРОВОГО АМПЛУА ВК «MUROV»

Мета полягає в вивченні особливостей техніко-тактичних дій волейболісток різного ігрового амплуа команди ВК «Муров». Матеріал і методи: у дослідженні прийняли участь 14 гравців різного ігрового амплуа, що виступають в жіночій волейбольній команді «Муров» (Азербайджан). Тривалість дослідження грудень 2019 – лютий 2020 року. В ході дослідження аналізувалися відеозаписи ігор жіночої волейбольної команди «Муров» які були записані під час проведення змагань чемпіонату Азербайджану сезону 2019-2020 років. Результати: доведено, що рівень техніко-тактичної підготовленості волейболісток високого класу суттєво відрізняється в залежності від ігрового амплуа. Найбільша кількість нападаючих ударів припадає на діагональних гравців (20-25 ударів за партію), а ефективність їх виконання краща у центральних блокуючих (60-75%). Ідентичні дані отримані при порівнянні кількості та якості виконання блокувальних дій: центральні блокуючі в середньому роблять 17 блоків, а діагональні – 15 блоків. Суттєва перевага в прийомі м'яча спостерігається у ліберо (від 37 до 40 прийомів за партію). Ефективність та кількість подач залежить від складності їх виконання. Найбільша загальна кількість ТТД (близько 78 дій) та кількість передач зверху (близько 50 передач) припадає на зв'язуючого гравця. Висновки: роль універсальної підготовки волейболісток є все більш значущою, а визначення особливостей змагальної діяльності та опанування необхідним арсеналом техніко-тактичних дій гравців різного ігрового амплуа є провідним напрямком у сучасному волейболі.

Ключові слова: волейбол, ігрове амплуа, відеозаписи, передача м'яча, нападаючий удар, подача м'яча, блокування, прийом м'яча

Стрикаленко Е., Шалар О., Андреева Р., Жосан И. Особенности технико-тактических действий волейболисток различного игрового амплуа ВК «Муров». Цель заключается в изучении особенностей технико-тактических действий волейболисток различного игрового амплуа команды ВК «Муров». Материал и методы: в исследовании приняли участие 14 игроков различного игрового амплуа, выступающих в женской волейбольной команде «Муров» (Азербайджан). Продолжительность исследования: декабрь 2019 – февраль 2020 года. В ходе исследования анализировались видеозаписи игр женской волейбольной команды «Муров», которые были записаны во время проведения соревнований чемпионата Азербайджана сезона 2019-2020 годов. Результаты: доказано, что уровень технико-тактической подготовленности волейболисток высокого класса существенно отличается в зависимости от игрового амплуа. Наибольшее количество нападающих ударов приходится на диагональных игроков (20-25 ударов в партию), а эффективность их выполнения лучше в центральных блокирующих (60-75%). Идентичные данные получены при сравнении количества и качества выполнения блокировочных действий: центральные блокирующие в среднем делают 17 блоков, а диагональные – 15 блоков. Существенное преимущество в приеме мяча наблюдается в либеро (от 37 до 40 приемов за партию). Эффективность и количество подач зависит от сложности их выполнения. Самая общее количество ТТД (около 78 действий) и количество передач сверху (около 50 передач) приходится на связующего игрока. Выводы: роль универсальной подготовки волейболисток является все более значимой, а определение особенностей соревновательной деятельности и освоения необходимым арсеналом технико-тактических действий игроков всех игрового амплуа является ведущим направлением в современном волейболе.

Ключевые слова: волейбол, игровое амплуа, видеозаписи, передача мяча, нападающий удар, подача мяча, блокировки, прием мяча

Strikalenko E., Shalar O., Andriieva R., Zhosan I., Peculiarities of technical and tactical actions of female volleyball players of different playing roles of VK "Murov". The aim is to study the peculiarities of technical and tactical actions of volleyball players of various playing roles of the VK "Murov" team. Material and Methods: The study involved 14 players of various playing roles, playing in the women's volleyball team "Murov" (Azerbaijan). All volleyball players have a high level of fitness and have participated in competitions of various levels. The age range of female volleyball players ranges from 18 years old (libero) to 28 years old (binder). The most experienced in the team are the tie players (26 years old) and the least the libero (19 years old). Study duration: December 2019 – February 2020. In the course of the study, the following methods were used: analysis of video recordings of the games of the women's volleyball team "Murov", which were recorded during the Azerbaijan championship competitions of the

2019-2020 season; methods for assessing technical and tactical actions during competitive activity; methods of mathematical statistics. Results. It has been experimentally proved that the level of technical and tactical readiness of high-class volleyball players significantly differs depending on the playing role. The largest number of attacking strikes falls on the diagonal players (20-25 strikes per game), and the efficiency of their execution is better for the central blockers (60-75%). Identical data were obtained when comparing the quantity and quality of blocking actions. The center blockers make 17 blocks on average, and the diagonal ones make 15 blocks. A significant advantage in receiving the ball is observed in the libero (from 37 to 40 receptions per game). The effectiveness and number of feeds depends on the complexity of their implementation. The largest total number of TTDs (about 78 actions) and the number of transfers from above (about 50 transfers) falls on the main conductor of the team and of the connecting player. Conclusions: the role of universal training of female volleyball players is more and more important, and the determination of the features of competitive activity and the development of the necessary arsenal of technical and tactical actions of players of all playing roles is the leading direction in modern volleyball. However, the question of improving the training system in volleyball and the problem of early selection of female volleyball players, as well as the universalization of their TTD to perform the most useful functions during the game, remains unresolved. All the above is a prospect for further research.

Key words: volleyball, playing role, video recordings, passing the ball, attacking kick, serving the ball, blocking, receiving the ball

Постановка проблеми. Безсумнівним є той факт, що за останні роки класичний волейбол зазнав суттєвих змін, які пов'язані з природним процесом розвитку гри, удосконаленням техніко-тактичних дій волейболістів та з кардинальними змінами в правилах змагань. Все це серйозно вплинуло на змагальну та тренувальну діяльність кращих волейбольних команд світу [2, 6].

Підготовка спортсменок до головних змагань це доволі складний та різнобічний процес, який необхідно постійно вдосконалювати. В тренувальному процесі тренер повинен застосовувати значний арсенал різноманітних засобів та методів тренування, ставлячи за мету максимально ефективний виступ спортсменок на змаганнях. В разі невдалого виступу на змаганнях відбувається корегування тренувального процесу з метою усунення помилок та створення можливостей для більш вдалого виступу в наступному сезоні [8, 9, 12]. Позитивний результат підтверджує дані, щодо ефективності побудови тренувань і відкриває нові шляхи для подальшого вдосконалення майстерності волейболісток й створює можливість для переходу на вищий рівень змагань.

Виходячи з вище викладеного видно, що з кожним роком роль універсальної підготовки волейболісток є все більш значущою, а визначення особливостей змагальної діяльності та опанування необхідним арсеналом техніко-тактичних дій гравців різного ігрового амплуа, на прикладі провідних волейболісток підтверджує актуальність нашої теми дослідження.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами: наукова робота є складовою науково-дослідної теми кафедри олімпійського та професійного спорту Херсонського державного університету «Оптимізація навчально-тренувального процесу спортсменів різної кваліфікації» (№ 0116U005791).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасний рівень змагальної діяльності в волейболі висуває високі вимоги до системи підготовки спортсменок. Провідні вітчизняні та іноземні спеціалісти (Бертуччі, Б., Паттерсон, Д., 1992; Єрмаков, С., 1997; Носко, А., 1999) зазначають, що рівень підготовленості волейболісток з кожним роком зростає й для досягнення максимальних результатів дедалі найчастіше потрібно враховувати особливості виконання техніко-тактичних дій спортсменок в залежності від певної ігрової функції [1, 2, 6]. Не зважаючи на загальну тенденцію універсалізації змагальної діяльності волейболісток виникає гостра необхідність підготовки спортсменок з урахуванням їх основних ігрових функцій (Шалар, О., Грінченко, О., Шалар, Г., 2003; Villalon-Gasch, L., Jimenez-Olmedo, J. M., Sebastia-Amat, S., & Pueo, B., 2020) [10, 13].

На думку А. Івойлова (2000), М. Поздняка (1999) сучасна гра в волейбол характеризується значним посиленням спеціалізації ігрових дій. Фахівці в своїх роботах вважають, що умовний розподіл гравців за ігровими функціями є невід'ємною складовою змагальної діяльності [4, 7]. Розподіл гравців за певними ігровими функціями дозволяє максимально розкрити індивідуальні особливості гравців. Під час визначення ігрового амплуа необхідно враховувати сильні та слабкі сторони гравця й оцінити рівень його майстерності (Pupo Araujo, C. R., Tosini, L., Barreiros Freire, A., & Teixeira Costa, G., Meirajr, C. M., 2020; Kitsiou, A., Sotiropoulos, K., Drikos, S., & Barzouka, K., Malousaris, G., 2020) [14, 15].

З даних наведених в працях С. Єрмакова (2004), В. Лісянського, Є. Волкова (2002), при визначенні ігрового амплуа спортсменки треба виходити не з обмеженості ігрових можливостей, а з необхідності раціонального використання його найкращих показників на користь команди [3, 5]. Розкриття змагального потенціалу гравцями команди дасть змогу максимально відповідати сучасним вимогам сьогоденного волейболу. Саме ефективності атакуючих дій волейболістів присвячені дослідження бразильських та румунських фахівців (Rodrigues Rocha, A. C., Ugrinowitsch, H., Barreiros Freires, & A., Castro, H., Moreira Praca, G., Evangelista, V. F., Teixeira Costa, G., 2019; Cojocar, A. M., Cojocar, M., 2019) [16, 17].

Мета роботи полягає в вивченні особливостей техніко-тактичних дій волейболісток різного ігрового амплуа команди ВК «Муров».

Виклад основного матеріалу. Виходячи з теми роботи та відповідно до мети дослідження перед нами були поставлені наступні завдання експериментальної частини:

1. дослідити техніко-тактичні дії волейболісток високого класу;
2. порівняти отримані дані між гравцями різного ігрового амплуа;
3. визначити пріоритетні техніко-тактичні дії для гравців різного ігрового амплуа, що виступають в жіночій волейбольній команді «Муров» (Азербайджан).

Для вивчення особливостей техніко-тактичних дій волейболісток високого класу ми обрали професійний жіночий волейбольний клуб «Мигон» в якому грають досвідчені спортсменки з різних країн. Для об'єктивності отриманих даних ми записали та проаналізували чотири гри команди проти різних суперників. Дослідження змагальної результативності та діяльності відбувалось за участю команд, які входять до числа найкращих команд азербайджанського чемпіонату з волейболу. Так як визначення особливостей техніко-тактичної підготовленості необхідно проводити зі спортсменками найвищого рівня, то протягом певного терміну (грудень 2019 – лютий 2020 року) досліджували гру професійного волейбольного жіночого клубу, який має досвід виступу не лише тільки в національній першості, а й виступи на змаганнях міжнародного рівня. Відповідно більшість гравців що входять до складу команди грали в провідних та титулованих клубах. Контингент команди відрізнявся, як за антропометричними показниками так і за віковими критеріями.

Аналізуючи склад жіночої волейбольної команди «Мигон» встановлено, що загальна кількість спортсменок становить 14 гравців з яких по чотири центральних блокуючих та дограючих та по два діагональних, зв'язуючих та ліберо. Всі волейболістки мають високий рівень підготовленості та виступали на змаганнях різного рівня. Віковий діапазон волейболісток коливається від 18 років (ліберо) до 28 років (зв'язуюча). Взагалі найбільший вік у зв'язуючих гравців (26 років), а найменший у ліберо (19 років).

Стосовно антропометричних даних команди зазначимо, що, як і в усіх командах найвищі центральні блокуючі – середній зріст становить 199,3 см, а найнижчі відповідно ліберо – 173 см в середньому. В межах 190 см знаходяться зростові показники діагональних та дограючих. Зв'язуючі гравців практично не відрізняються зростом між собою і мають в середньому 175 см. Взагалі в команді спостерігається традиційний розподіл антропометричних ознак волейболісток високого класу.

Підсумовуючи дані про склад жіночої волейбольної команди «Мигон» зазначимо, що вона є збалансованим колективом який за останні роки займає провідні ролі в азербайджанському чемпіонаті з волейболу. Керує діями жіночого волейбольного клубу досвідчений тренер, який має досвід підготовки кваліфікованих спортсменок. Все вище зазначене дозволяє стверджувати, що в нашому дослідженні прийняли участь провідні та досвідчені волейболістки високого класу.

Узагальнюючи дані про контингент дослідження зазначимо, що стосовно вікових розходжень між спортсменками різного ігрового ампла найбільш досвідченими є волейболістки, що грають на позиції ліберо або зв'язуючого гравця. Наймолодшими в команді, як правило, виступають волейболістки, що грають на позиції дограючого або діагонального гравця. Це, на нашу думку, пов'язано з тим, що високий змагальний результат тісно пов'язаний з синтезом молодості й високого рівня фізичної підготовленості та досвіду й значного рівня техніко-тактичної підготовленості.

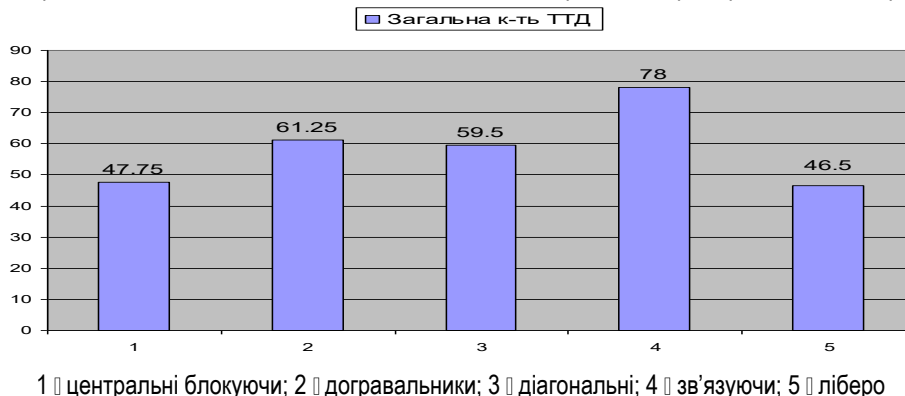
Основою для ефективного виконання будь-якого експериментального дослідження є вдало підібрана методологічна база. Саме тому для вирішення поставлених завдань в ході дослідження використовувались наступні **методи** дослідження:

- аналіз та узагальнення спеціальних наукових та науково-методичних джерел щодо змісту та структури підготовки волейболісток високого класу, розподілу ігрових функцій між гравцями та особливістю змагальної діяльності гравців різного ігрового ампла в волейболі;
- аналіз відеозаписів ігор жіночої волейбольної команди «Мигон» які були записані під час проведення змагань чемпіонату Азербайджану сезону 2019 – 2020 років;
- методи оцінки техніко-тактичних дій під час змагальної діяльності;
- методи математичної статистики.

Сучасний волейбол висуває високі вимоги до організації техніко-тактичних дій команди, яка створює передумови для успішного завершення атаквальних дій. Специфіка гри обумовлює переважне рішення цього головного завдання відповідними гравцями, які виконують певні ролі в грі.

Для об'єктивної оцінки розходжень між показниками техніко-тактичних дій волейболісток високого класу, які грають на різних ігрових позиціях і відповідно виконують різні функції ми узагальнили середні значення в іграх проти всіх команд чемпіонату та порівняли їх між гравцями різного ампла. Всі волейболістки за ігровим ампла були розподілені на п'ять груп: центральні блокуючі, діагональні, догравальники, зв'язуючі та ліберо.

Було виконано розділення техніко-тактичних дій волейболісток окремо та порівняння їх за різними ТТД, як в захисті так і в нападі. Результати порівняння загальної кількості техніко-тактичних дій протягом партії представлені на рисунку 1.



1 – центральні блокуючі; 2 – догравальники; 3 – діагональні; 4 – зв'язуючі; 5 – ліберо

Рис. 1. Порівняння загальної кількості ТТД протягом партії гравців різного ігрового амплуа

З результатів проведеного порівняння встановлено, що найбільша середньостатистична загальна кількість ТТД характерна зв'язуючим гравцям (78 дій), практично однакові у догравальників (61,25 раз) та діагональних гравців (59,5 рази), а найменші значення у центральних блокуючих (47,75 раз) та ліберо (46,5 раз).

Отримані розходження пояснюються тим, що зв'язуючий гравець є диспетчером команди і виконує практично всі передачі м'яча, а також різноманітні техніко-тактичні дії. Практично волейболістки даного ігрового амплуа є універсальними, які досконало володіють передачею м'яча і на високому рівні можуть виконувати інші ТТД. Найменша загальна кількість ТТД у ліберо обумовлена правилами змагань згідно яких він не може виконувати нападаючий удар та блокування, а подачу вона взагалі не виконує.

Результати порівняння загального об'єму виконання нападаючих ударів волейболістками різного ігрового амплуа відображені на рисунку 2.

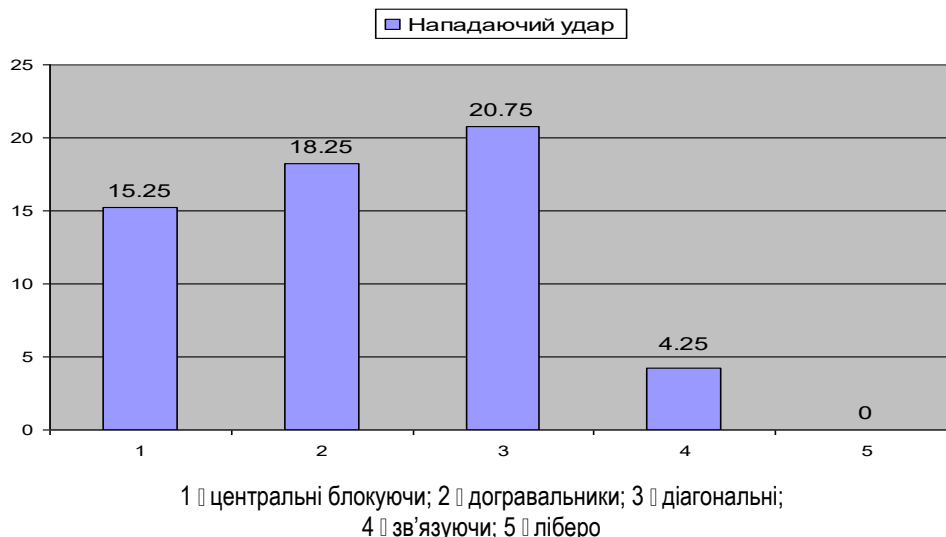


Рис. 2. Порівняння загальної кількості нападаючих ударів гравцями різного ігрового амплуа протягом партії

Аналізуючи отримані результати встановлено, що найбільша кількість нападаючих ударів припадає на дії діагональних гравців (20,75 раз), дещо менше ударів здійснюють догравальники (18,25 раз) та центральні блокуючі (15,25 раз), а найменше зв'язуючі гравці (4,25 раз). Ліберо даний техніко-тактичний елемент гри взагалі не виконує.

Отримані результати обумовлені тим, що діагональні в більшості випадків атакують з 2 та 4 зон, іноді з 6 зони, після першого ж прийому м'яча на подачі. Атакуючі дії центральної блокуючої, яка за антропометричними даними є найбільш високою, будуються лише тільки після ідеального доведення м'яча до зв'язуючого гравця. Також атака центральної блокуючої найчастіше виконується з 3 зони, що з однієї сторони є певною несподіванкою для команди суперника, проте з іншої - доволі легко блокується, так як виконується практично по центру майданчика. Виконання атакуючих дій зв'язуючим гравцем відбувається не часто і також має несподіваний характер.

Результати порівняння загальної кількості передач двома руками зверху в різних ігрових ситуаціях волейболістками різного ігрового амплуа відображені на рисунку 3.

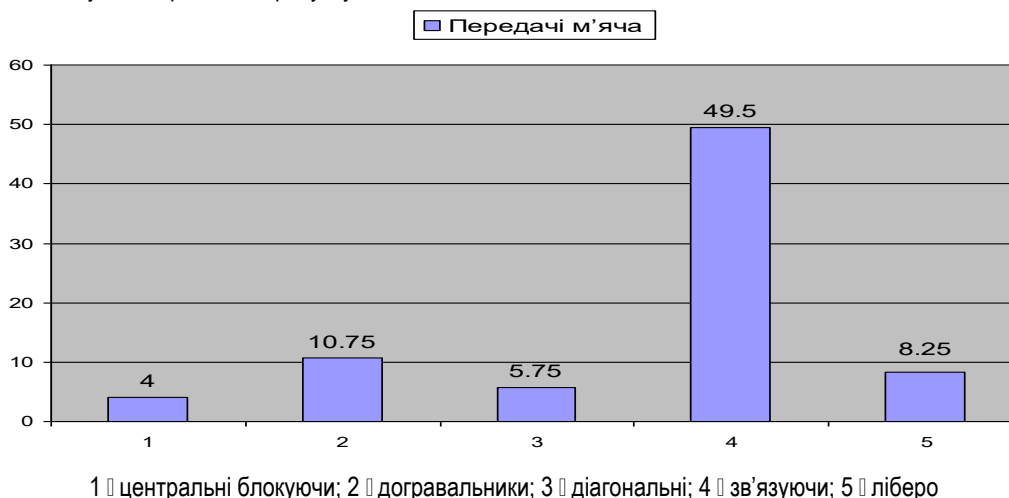


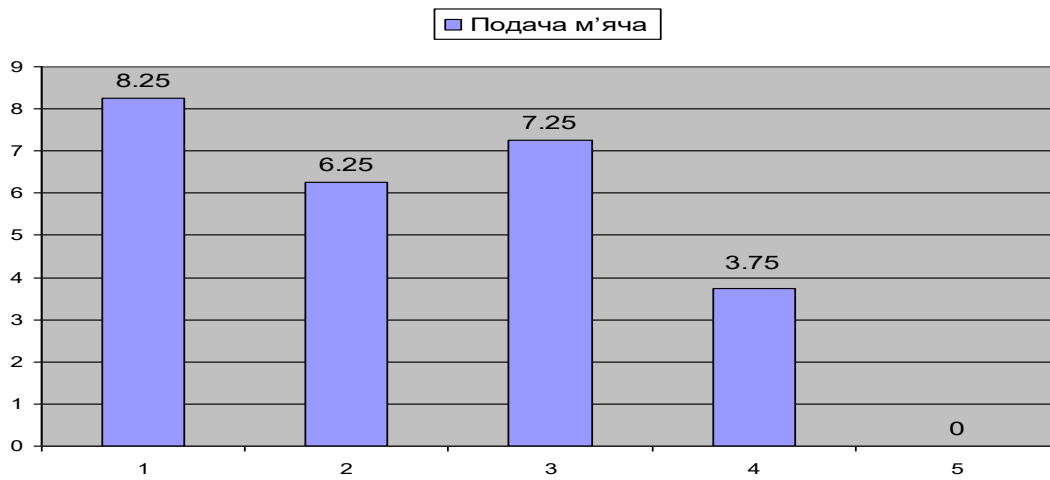
Рис. 3. Порівняння загальної кількості передач м'яча гравцями різного ігрового амплуа протягом партії

Порівнюючи показники загальної кількості передач м'яча двома руками зверху встановлено, що абсолютно максимальне значення мають зв'язуючі гравці 49,5 передачі. Суттєво менші показники мають волейболістки, які грають на

позиції догравальниць (10,75 раз) та ліберо (8,25 раз), а найнижчий результат у центральних блокуючих – 4 передачі.

Отримані результати чітко обумовлені головним завданням діяльності зв'язуючого гравця. Також кількість передач залежить від того за якою тактичною схемою грають волейболістки 4 + 2 або 5 + 1. Проте не завжди прийом м'яча є ідеальним і доведений до зв'язки тому в середньому 10,75 передачі виконують догравальниці. Передачі м'яча двома руками ліберо в більшості випадків пов'язані з прийомом нескладних верхових м'ячів в захисті. Центральна блокуюча взагалі практично виключена з техніко-тактичних дій пов'язаних з прийомом та передачею м'яча.

В ході порівняння середніх значень за кількістю виконання техніко-тактичної дії «подача м'яча» (рисунок 4.) встановлено, що кількість їх виконання залежить від ефективності, потужності та точності. Відповідно з вище зазначеним видно, що найбільша кількість подач припадає на дії центральної блокуючої (8,25 подачі), яка відрізняється антропометричними ознаками. Незначно менші показники мають діагональні (7,25 раз) та догравальниці (6,25 раз). Кількість подач, що виконують зв'язуючі гравці взагалі не перебільшує чотирьох подач за партію. Як вже зазначалось раніше ліберо протягом гри взагалі дану техніко-тактичну дію не виконує.



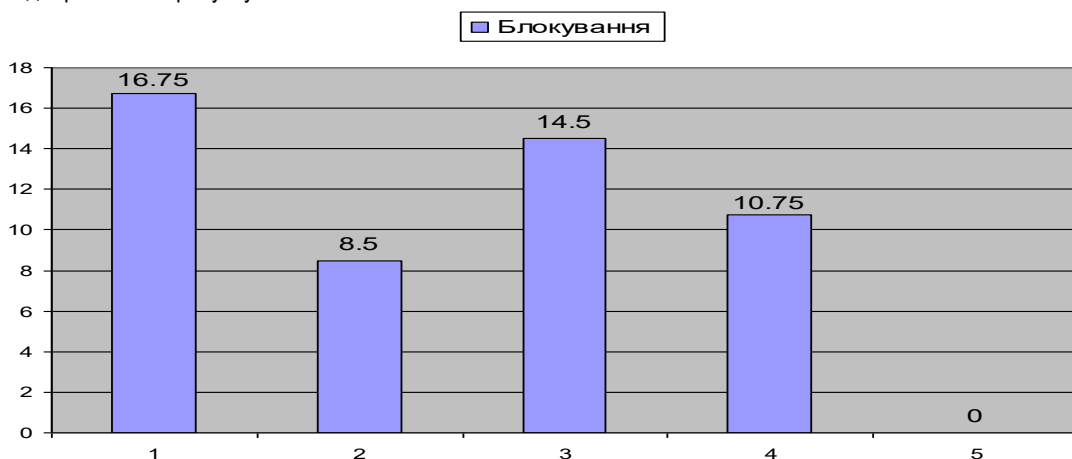
1 – центральні блокуючі; 2 – догравальниці; 3 – діагональні; 4 – зв'язуючі; 5 – ліберо

Рис. 3.4. Порівняння загальної кількості подач м'яча гравцями різного ігрового амплу протягом партії

Отримані результати обумовлені тим, що в разі складної та сильної подачі суперник або взагалі пропускає м'яч («ейс») або не може якісно довести його до зв'язуючого гравця, що призводить до непередбачуваної атаки й, як наслідок нескладної атакуючої дії.

Взагалі в результаті перегляду відеозаписів ігор видно, що команди які мають в своєму арсеналі потужну та налагоджену складну подачу мають певну перевагу над суперникам в якості гри. В більшості команд є свої гравці, які відрізняються міцною та швидкісною подачею.

Результати порівняння техніко-тактичних дій в захисті, а саме кількості виконання блокувань атакуючих дій суперниць відображено на рисунку 5.



1 – центральні блокуючі; 2 – догравальниці; 3 – діагональні; 4 – зв'язуючі; 5 – ліберо

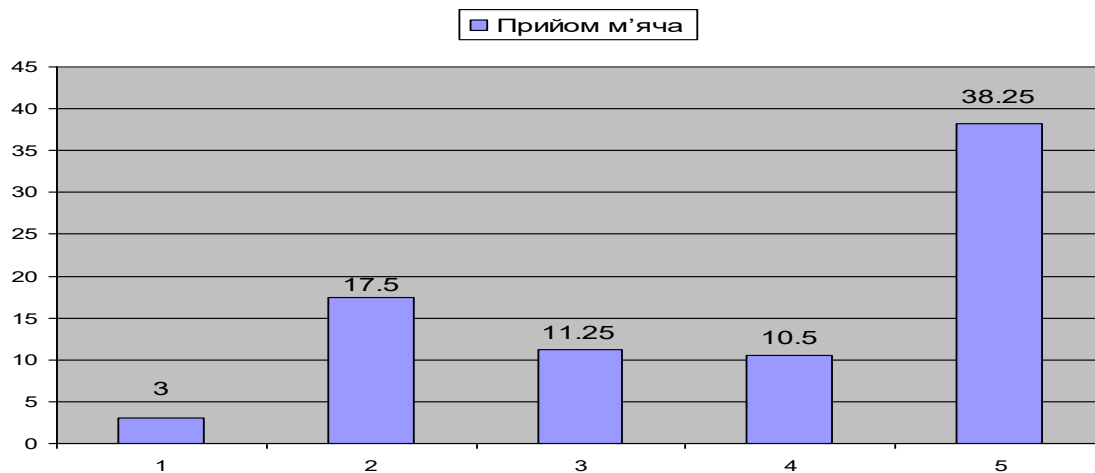
Рис. 5. Порівняння загальної кількості блокувань гравцями різного ігрового амплу протягом партії

З отриманих результатів встановлено, що в сучасному волейболі практично не використовується одиночний блок, а навпаки застосовується груповий блок. Відповідно максимальні показники по блокуванню мають волейболістки, що грають на позиції центральних блокуючих гравців (16,75 раз), дещо менші значення у діагональних (14,5 раз) гравців та зв'язуючих

910,75 раз). Найнижчий показник у догравальниць (8,5 блоки) та взагалі не приймають участь в блокуванні ліберо.

Отримані результати підтверджують головні завдання центральних блокуючих, які в більшості випадків знаходяться на першій лінії займають місце в 3 зоні і однаково швидко здійснюють блокування ударів, як з 2 зони так і з 4 зони. Доволі високі показники у зв'язуючих обумовлені тим, що дані волейболістки при другій передачі найчастіше знаходяться під сіткою і в випадку нападаючого удару зі сторони суперника одразу приймають участь в груповому блокуванні. Загальний відсоток блокування становить всього лише тільки 20 %.

Нарешті по завершенню порівняння техніко-тактичних дій волейболісток високого класу різних ігрових амплуа ми вивчили розходження між кількістю прийому м'яча, яке представлено на рисунку 6.



1 – центральні блокуючі; 2 – догравальниці; 3 – діагональні; 4 – зв'язуючі; 5 – ліберо

Рис. 6. Порівняння загальної кількості прийому м'яча гравцями різного ігрового амплуа протягом партії

Отримані дані вказують, що найбільша кількість прийомів м'яча після подач та нападаючих ударів виконується ліберо (38,25 раз), дещо менше догравальницями (17,5 раз) та діагональними (11,25 прийоми) й зв'язуючими (10,5 прийоми) гравцями. Практично не виконується дана техніко-тактична дія центральними блокуючими гравцями. Так в ході гри вони виконують не більше трьох таких прийомів і лише тільки в тих випадках коли м'яч просто влучає в них.

Підсумовуючи дані щодо кількісних показників прийому м'яча знизу зазначимо, що функція ліберо була введена в волейболі саме для виконання даної техніко-тактичної дії. Тому природно, що найбільша кількість прийомів виконують гравці даного ігрового амплуа. Однак, варто зазначити, що майданчик доволі великий і один гравець виконати прийом не може, тому в ході дослідження встановлено, що для прийому задіяні практично всі гравці. У випадках, коли прийом здійснює зв'язуючий гравець, його функцію виконує інша зв'язка, якщо команда грає за схемою 4 + 2, або інший гравець, який віддає другу передачу. Взагалі прийом м'яча найбільш складний та вагомий техніко-тактичний елемент, без якісного його виконання практично не можливо говорити про складні тактичні комбінації та й про перемогу в грі в цілому.

Висновки. Експериментально доведено, що рівень техніко-тактичної підготовленості волейболісток високого класу суттєво відрізняється в залежності від ігрового амплуа. Найбільша кількість нападаючих ударів припадає на діагональних (20 – 25 ударів за партію), а ефективність їх виконання краща у центральних блокуючих (60 – 75 %). Ідентичні дані отримані при порівнянні кількості та якості виконання блокувальних дій – центральні блокуючі в середньому роблять 17 блоків, а діагональні – 15 блоків. Суттєва перевага в прийомі м'яча спостерігається у ліберо (від 37 до 40 прийомів за партію). Ефективність та кількість подач залежить від складності їх виконання. Найбільша загальна кількість ТТД (близько 78 дій) та кількість передач зверху (близько 50 передач) припадає на головного диригента команди – зв'язуючого гравця.

Проте не вирішеним залишається питання вдосконалення системи підготовки спортсменок в волейболі та питання раннього відбору волейболісток та універсализації їх ТТД до виконання саме найбільш корисних функцій протягом гри. Все вище зазначене є перспективою подальших досліджень.

Література

1. Бертуччи Б. Книга волейбольных тренировок / Б. Бертуччи, Д. Паттерсон. – Индианаполис: 1992. – 285 с.
2. Ермаков С.С. Некоторые особенности моделирования соревновательной деятельности волейболистов // С.С. Ермаков, Ю.Г. Крюков, В.Н. Маслов // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: Сб. науч. тр. / Под ред. Ермакова С.С. – Харьков: ХХПИ, 1997. – № 3. – С. 3 – 4.
3. Ермаков С.С. Совершенствование техники движений высококвалифицированных спортсменов с позиций обеспечения безопасности их жизнедеятельности и инженерной психологии // С.С. Ермаков // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. - Харьков: ХГАДИ [ХХПИ]. - 2004. - № 5. - С. 15 - 29.
4. Ивойлов А.В. Волейбол: Курс спортивного совершенствования в вузах / А.В. Ивойлов. – Минск: Палымя, 2000. – 82 с.
5. Лісянський В.К. Керування тренувальним і змагальним процесом волейболістів високої кваліфікації за допомогою системи педагогічних спостережень / В.К. Лісянський, Є.П. Волков. – Харків: Основа, 2002. – 18 с.

6. Носко А.П. Критерії технічної підготовленості волейболістів різних вікових груп // А.П. Носко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: 36. наук. пр. / За ред. Єрмакова С.С. – Харків: ХХПІ, 1999. – № 14. – С.6-10.
7. Поздняк Н.В. Рейтинг, как обобщенная оценка эффективности соревновательной деятельности в волейболе / Н.В. Поздняк // Педагогіка, психологія і медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Сб. науч. тр. / Под ред. Єрмакова С.С. – Харків: ХХПІ, 1999. – № 2. – С.23-25.
8. Стрикаленко Є.А. Особливості техніко-тактичних дій розігруючих гравців NBA різних стилів гри / Є.А. Стрикаленко, О.Г. Шалар, Т.В. Денещук // Спортивні ігри №1 //Научный журнал. – Харків: ХГАФК, 2017. – С. 55-60
9. Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г., Денещук Т.В. Показники техніко-тактичних дій розігруючих гравців команд NBA / Є.А. Стрикаленко, О.Г. Шалар, Т.В. Денещук / Спортивні ігри №2 (8) //Научный журнал. – Харків: ХГАФК, 2018. – С. 69-78
10. Шалар О.Г. Эффективность использования интегральных упражнений на занятиях по волейболу / О.Г. Шалар, А.Е. Гринченко, А.П. Шалар // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: Сб. науч. тр. под ред. Єрмакова С.С.- Харків: ХГАДИ (ХХПІ).- 2003.- №3.- С. 95-103.
11. Шалар О.Г., Гузар В.М., Решотка Н.О. Спортивна підготовка учнів ліцею на заняттях з волейболу / О.Г. Шалар, В.М. Гузар, Н.О. Решотка // Спортивні ігри №1 (11) //Научный журнал. – Харків: ХГАФК, 2019. – С. 58-66. doi.org/10.5281/zenodo/2543592
12. Шалар О.Г. Порівняння техніко-тактичних дій крайніх захисників на чемпіонаті світу з футболу 2014 року / О.Г. Шалар, І.А. Жосан, В.В. Хоменко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури /фізична культура і спорт/» 36. наукових праць/ За ред. Г.М. Арзютова. – К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2016. – Випуск 3 (72) 16. – С. 60-63.
13. Villalon-Gasch, L., Jimenez-Olmedo, J. M., Sebastia-Amat, S., & Pueo, B. (2020) Squat-based post-activation potentiation improves the vertical jump of elite female volleyball players. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol.20 (4), Art 264, 1950 – 1956. DOI:10.7752/jpes.2020.04264
14. Pupo Araujo, C. R., Tosini, L., Barreiros Freire, A., & Teixeira Costa, G., Meirajr, C. M. (2020) Reception-attack relation in men's and women's volleyball during the Rio 2016 Olympics. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol 20 (Supplement issue 3), Art 271, 2008 – 2012. DOI:10.7752/jpes.2020.s3271
15. Kitsiou, A., Sotiropoulos, K., Drikos, S., & Barzouka, K., Malousaris, G. (2020) Tendencies of the volleyball serving skill with respect to the serve type across genders. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol.20 (2), Art 83, 564 – 570. DOI:10.7752/jpes.2020.02083
16. Rodrigues Rocha, A. C., Ugrinowitsch, H., Barreiros Freires, & A., Castro, H., Moreira Praca, G., Evangelista, B. F., Teixeira Costa, G. (2019) Brazilian men's volleyball: analysis of attacks carried out from the attack zone. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol.19 (4), Art 370, 2441 – 2445. DOI:10.7752/jpes.2019.04370
17. Cojocar, A. M., Cojocar, M. (2019) Analysis of the efficiency of the attack from the second line, at the level of men senior, in the volleyball game. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol 19 (Supplement issue 6), Art 315, 2106 – 2109. DOI:10.7752/jpes.2019.s6315

References

1. Bertuchchi B., Patterson D. (1992). *Kniga volejbol'nyh trenirovok*. Indianapolis.
2. Ermakov S.S., Kryukov Yu.G., & Maslov V.N. (1997). Nekotorye osobennosti modelirovaniya sorevnovatel'noj deyatel'nosti volejbolistov. *Fizicheskoe vospitanie studentov tvorcheskih special'nostej: Proceedings Scientific publication*, 3, 3-4.
3. Ermakov S.S. (2004). Sovershenstvovanie tekhniki dvizhenij vysokokvalificirovannyh sportsmenov s pozicij obespecheniya bezopasnosti ih zhiznedeyatel'nosti i inzhenernoj psihologii. *Fizicheskoe vospitanie studentov tvorcheskih special'nostej*, 5, 15-29.
4. Ivojlav A.V. (2000). *Volejbol: Kurs sportivnogo sovershenstvovaniya v vuzah*. Minsk: Palymya.
5. Lisianskyi V.K. & Volkov Ye.P. (2002). *Keruvannya trenovalnym i zmahalnym procesom volejbolistiv visokoi kvalifikacii za dopomohoiu systemy pedahohichnih sposterezhen*. Kharkiv: Osnova.
6. Nosko A.P. (1999). Kryterii tekhnichnoi pidhotovlenosti volejbolistiv riznykh vikovykh grup. *Pedagogika, psihologiya ta mediko-biologichni problemi fizichnogo viovannya i sportu: Proceedings Scientific publication*, 14, 6-10.
7. Pozdnyak N.V. (1999). Rejting, kak obobshchennaya ocenka effektivnosti sorevnovatel'noj deyatel'nosti v volejbole. *Pedagogika, psihologiya i mediko-biologicheskie problemy fizicheskogo vospitaniya i sporta: Proceedings Scientific publication*, 2, 23-25.
8. Strykalenko Ye.A., Shalar O.G. & Deneshchuk T.V. (2017). Osoblyvosti tekhniko-taktychnyh dij rozigruyuchih graciv NBA riznih stiliv gri. *Sportivnye igry: Scientific journal*, 1, 55-60.
9. Strykalenko Ye.A., Shalar O.G. & Deneshchuk T.V. (2018). Pokaznyky tekhniko-taktychnih dii rozihruyuchyh hravtsiv komand NBA. *Sportivnye igry: Scientific journal*, 2 (8), 69-78.
10. Shalar O.G., Grinchenko A.E. & Shalar A.P. (2003). Effektivnost' ispol'zovaniya integral'nyh upravnenij na zanyatiyah po volejbolu. *Fizicheskoe vospitanie studentov tvorcheskih special'nostej: Proceedings Scientific publication*, 3, 95-103.
11. Shalar O.G., Huzar V.M. & Reshotka N.O. (2019). Sportyvna pidhotovka uchniv litseyiu na zaniattiakh z volejbolu. *Sportivnye igry: Scientific journal*, 1 (11), 58-66.
12. Shalar O.G., Zhosan I.A. & Homenko V.V. (2016). Porivnyannya tekhniko-taktychnyx dii krainikh zaxysnykiv na chempionati svitu z futbolu 2014 roku. *Naukoviy chasopys National Pedagogical Dragomanov University*, 3 (72) 16, 60-63.

13. Villalon-Gasch, L., Jimenez-Olmedo, J. M., Sebastia-Amat, S., & Pueo, B. (2020) Squat-based post-activation potentiation improves the vertical jump of elite female volleyball players. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol.20 (4), Art 264, 1950 – 1956. DOI:10.7752/jpes.2020.04264
14. Pupo Araujo, C. R., Tosini, L., Barreiros Freire, A., & Teixeira Costa, G., Meirajr, C. M. (2020) Reception-attack relation in men's and women's volleyball during the Rio 2016 Olympics. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol 20 (Supplement issue 3), Art 271, 2008 – 2012. DOI:10.7752/jpes.2020.s3271
15. Kitsiou, A., Sotiropoulos, K., Drikos, S., & Barzouka, K., Malousaris, G. (2020) Tendencies of the volleyball serving skill with respect to the serve type across genders. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol.20 (2), Art 83, 564 – 570. DOI:10.7752/jpes.2020.02083
16. Rodrigues Rocha, A. C., Ugrinowitsch, H., Barreiros Freires, & A., Castro, H., Moreira Praca, G., Evangelista, B. F., Teixeira Costa, G. (2019) Brazilian men's volleyball: analysis of attacks carried out from the attack zone. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol.19 (4), Art 370, 2441 – 2445. DOI:10.7752/jpes.2019.04370
17. Cojocar, A. M., Cojocar, M. (2019) Analysis of the efficiency of the attack from the second line, at the level of men senior, in the volleyball game. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol 19 (Supplement issue 6), Art 315, 2106 – 2109. DOI:10.7752/jpes.2019.s6315

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2020.4(124).18

Червоношапка М.О.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
доцент кафедри спеціальної фізичної підготовки,
Львівський державний університет внутрішніх справ, м. Львів
Шутка Г.І.
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри спеціальної фізичної підготовки,
Львівський державний університет внутрішніх справ, м. Львів
Гнуп І.Я.
кандидат історичних наук
доцент кафедри спеціальної фізичної підготовки,
Львівський державний університет внутрішніх справ, м. Львів

ВПЛИВ ЗАНЯТЬ З BELLYDANCE-ФІТНЕСУ НА ФУНКЦІОНАЛЬНІ МОЖЛИВОСТІ М'ЯЗІВ ТУЛУБА У ЖІНОК ПЕРШОГО ПЕРІОДУ ЗРІЛОГО ВІКУ

У роботі здійснено дослідження впливу занять з bellydance-фітнесу (різновиду оздоровчої рухової активності на основі рухів східного танцю) на показники функціональних можливостей м'язів тулуба у жінок віком 21-35 років. Цей період характеризується початком інволюційних процесів в організмі та зниженням рухових можливостей жінок, і вирішення цієї проблеми можливе шляхом оптимізації їхньої рухової активності. Доведено позитивний вплив занять bellydance-фітнесом на рівень розвитку силової витривалості м'язів тулуба та рухливості хребта. Порівняно показники фізичної підготовленості жінок з різним стажем занять. Отримані результати дають підстави рекомендувати bellydance-фітнес в якості засобу покращення функціональних можливостей м'язів тулуба жінок першого періоду зрілого віку.

Ключові слова: жінки, перший період зрілого віку, bellydance-фітнес, м'язи тулуба, вплив.

Червоношапка М.О., Шутка Г.І., Гнуп І.Я. Влияние занятий bellydance-фитнесом на функциональные возможности мышц туловища у женщин первого периода зрелого возраста. В работе проведено исследование влияния занятий по bellydance-фитнесу (разновидности оздоровительной двигательной деятельности на основании движений восточного танца) на показатели функциональных возможностей мышц туловища у женщин возраста 21-35 лет. Этот период характеризуется началом развития инволюционных процессов в организме женщин и снижения их двигательных возможностей, и решение этой проблемы возможно путем оптимизации режима их двигательной активности. Доказано положительное влияние занятий bellydance-фитнесом на уровень развития силовой выносливости мышц туловища и подвижности позвоночника. Проведено сравнение показателей физической подготовленности женщин с разным стажем занятий. Полученные результаты дают основания рекомендовать занятия bellydance-фитнесом в качестве средства улучшения физического состояния женщин первого периода зрелого возраста.

Ключевые слова: женщины, первый период зрелого возраста, bellydance-фитнес, мышцы туловища, влияние.

Chervonoshapka M., Shutka H., Hnyp I. The effect of bellydance fitness on the functionality of the torso muscles of women of the first period of adulthood. The first period of mature age (21-35 years) of women is characterized by the beginning of involutary processes in the body and a decrease in the motor abilities of women, and the solution to this problem is possible by optimizing their motor activity. An important factor in training for mature women is to ensure a positive effect on the functional state of the muscles of the torso. Classes in dance types of health-improving motor activity (in particular, bellydance-fitness) have a positive effect on the psycho-emotional state of women and the state of their musculoskeletal system. The work is



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

Статті, подані до збірника наукових праць, повинні мати всі **необхідні елементи**, що відповідають постанові Президії ВАК України від 15.01.2003 року № 7-05/1 «Про підвищення вимог до фахових видань, внесених до переліків ВАК України»: постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями; аналіз останніх досліджень і публікацій; формування мети статті (постановка завдання); виклад основного матеріалу дослідження; висновки і перспективи подальших розвідок у цьому напрямку; список використаних джерел.

використаних джерел.

Вимоги до оформлення статей. Текст статті обсягом 10 і більше сторінок друкується в редакторі Microsoft Word for Windows; формат тексту – *doc або *rtf, шрифт тексту – Times New Roman, 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, малюнки згруповані, розташовуються у тексті статті та виконані в одному з графічних редакторів (jpg, gif), шрифт у таблицях і на рисунках - не менше 11 pt. Нумерація джерел наскрізна за алфавітом. Посилання на використані джерела подаються у квадратних дужках. Список використаних джерел має складатися із двох блоків (джерела мовою оригіналу та References за правилами української транслітерації). Перший блок має бути оформлений відповідно до вимог ДСТУ ГОСТ 7.1:2006 (Автоматичний оформлювач бібліографічного опису: <http://vak.in.ua/>). References наводиться з метою активного включення публікацій в обіг наукової інформації та їх коректного індексування наукометричними системами. Транслітерований 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 онлайнного автоматичного формування посилань: <http://www.bibme.org/apa/book-citation/manual>. Важливо(!) в елементах опису слід використовувати лише прямі лапки (") та заборонено замінити 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, наукове звання, посада, повна назва закладу освіти чи наукової установи, місто мовою статті (курсивний шрифт, вирівнювання по правому краю); нижче через інтервал – назва статті великими літерами, шрифт – жирний, вирівнювання по центру; через інтервал – анотація, що містить прізвище та ініціали автора(ів) (для англ. варіанта – прізвище та ім'я повністю), назву статті, текст (виклад основних положень і висновків статті, одержані результати), ключові слова (до семи) та подається трьома мовами (українська, російська, англійська). Обсяг анотації - 100-150 слів українською та російською мовами і 250-300 слів англійською мовою.

Електронну версію матеріалів (статті + авторська довідка + рецензія (за необхідності) направляти на **e-mail: 4asopis_seria15@ukr.net**.

Статті, подані з порушеннями перелічених вимог, редакційна колегія не розглядає.

Окремими файлами подаються: довідка про автора та рецензія на статтю (за необхідності). 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, електронну адресу. У довідці варто зазначити про 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 або сторонніми незалежними експертами, виходячи з принципу об'єктивності і з позицій вищих міжнародних академічних стандартів якості та редагуються. За зміст і достовірність наведених даних та посилань відповідальність несуть автори. Редакційна колегія може не поділяти думки авторів. Редакційна колегія залишає за собою право відхилити 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 плагіат-перевірки. **Тільки за позитивного висновку щодо друку статті автор має оплатити видання і обов'язково надіслати копію квитанції про сплату на електронну адресу редакції або sms-повідомлення на +380969841030, вказавши своє прізвище і перераховану суму коштів.**

Оплата за друк статті проводиться з розрахунку 55 грн за кожен сторінку публікації поповненням рахунку на картку в **Монобанку 5375 4141 2181 7943 (на ім'я Сапсай Марія Євгеніївна).**

За довідками звертатися за номером +380969841030 (Тетяна Анатоліївна).

Статті приймаються щомісяця до 10 числа, процедури рецензування та перевірки тексту на унікальність тривають до 20 числа, після чого здійснюється оплата прийнятих до друку матеріалів. Електронна версія збірника надсилається авторам наприкінці місяця, випуск та отримання друкованої версії збірника – наприкінці поточного або на початку 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) »**

Articles submitted to the collection of scientific works must have **all the necessary elements** corresponding to the resolution of the Presidium of the Higher Attestation Commission of Ukraine of 15.01.2003 number 7-05 / 1 "On increasing requirements for professional editions included in the lists of the Higher Attestation Commission of Ukraine": statement of the problem and its connection with important scientific and practical tasks; analysis of

recent research and publications; formation of the purpose of the article (statement of the task); presentation of the main research material; conclusions and perspectives of further exploration in this direction; references.

Requirements for registration of articles. The text of an article in volume of 10 pages or more is printed in Microsoft Word for Windows; text format - * doc or * rtf, text font - Times New Roman, 14 pt, interval - 1.5, paragraph indentation - 1.25 cm, alignment in width. Parameters of the page: the left field - 30 mm, the right - 20 mm, the upper, the bottom - 20 mm. The article can include graphic materials - drawings, tables, photos, formulas, etc. Graphic materials are contrasting, the pictures are grouped, are arranged in the text of the article and executed in one of the graphic editors (jpg, gif), the font in the tables and figures - not less than 11 pt. Numbering of sources is crossed alphabetically. References to used sources are given in square brackets, where the comma indicates the source number and citation page in the publication. For example: [8, p. 17]. The list of sources used should consist of two blocks (source in the original language and References according to the rules of Ukrainian transliteration). The first block must be designed in accordance with the requirements of DSTU GOST 7.1: 2006 (Automatic Designer of the Bibliographic Description: <http://vak.in.ua/>). References are provided for the purpose of actively incorporating publications in the circulation of scientific information and their correct indexing by scientometric systems. The broadcast list should be made according to the American Psychological Association (<http://nbuv.gov.ua/node/929>). You can submit citations according to the APA standard on the site of the online automatic link formation: <http://www.bibme.org/apa/book-citation/manual>. It is important (!) In the description elements to use only straight quotation marks (") and it is not allowed to replace the Latin letters with the Cyrillic alphabet. If the list contains references to foreign publications, they are repeated in the list in the Latin alphabet.

Decoration of the title page of the article: UDC; surname and initials of the author (s), scientific degree, scientific rank, position, full name of institution of education or scientific institution, city in the language of the article (italic font, alignment on the right edge); lower through the interval - the title of the article in capital letters, the font is bold, aligned in the center; through the interval - an abstract containing the surname and initials of the author (s) (for the English variant - full name and surname), the title of the article, the text (the statement of the main provisions and conclusions of the article, the results obtained), the keywords (up to seven) and is available in three languages (Ukrainian, Russian, English). The volume of the annotation is 100-150 words in Ukrainian and Russian and 250-300 words in English.

Electronic version of the materials (articles + author's certificate + review (if necessary) send by **e-mail: 4asopis_seria15@ukr.net**

Articles submitted with violations of these requirements are not considered by the editorial board.

Separate files are filed with: an author's reference and an article review (if necessary). Authors without a degree must send a review of the scientific supervisor / specialist in the relevant field of research (scanned version of the certified document). The reference to the author should include the surname, name of the author of the author and all the data about him (zip code, city, place of work, position, title, academic degree, contact telephone number, e-mail address, etc.). The number of the journal should indicate the address of the New Paying Department Department. Co-authors or those wishing to order an additional number of collections worth UAH 100 per 1 copy.

The materials are reviewed by the members of the editorial board of the collection or by external independent experts, based on the principle of objectivity and from the standpoint of the highest international academic standards of quality and edited. The authors are responsible for the content and reliability of the data and links provided. The editorial board may not share the thoughts of the authors. The editorial board reserves the right to reject poor-quality materials without explaining the reasons. When reprinting materials reference to the publication is required.

After reviewing the materials of the articles are tested for plagiarism. A notice of its acceptance for printing (or rejection) is sent to the author at the email address after passing a plagiarism check. For a positive conclusion on the publication of the article, the author must pay for the publication and must send a copy of the receipt for the payment to the e-mail address of the editorial office or sms-message at +380969841030, indicating his surname and the transferred amount of funds.

Payment for the publication of the article is made at the rate of 55 UAH for each page of the publication by replenishing the account on the card in Monobank 5375 4141 2181 7943 (named Sapsay Maria).

For information, call +380969841030 (Tetyana Anatolievna).

The articles are accepted on a monthly basis until the 10th day, the review and verification procedures for the uniqueness of the text continue until the 20th day, after which the payment for the materials accepted for printing is paid. The electronic version of the collection is sent to the authors at the end of the month, the release and receipt of the printed version of the collection - at the end of the current or early next month.

Наукове видання

НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

СЕРІЯ 15
“НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
/ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ”

ВИПУСК 4 (124) 20



Підписано до друку 27.08.2020 р. Формат 60x84/8.
Папір офісний. Гарнітура Arial.
Ум. др. арк. 11,51. Обл.-вид. арк. 12,79
Наклад 300 прим. Зам. № 104.
Віддруковано з оригіналів.

Видавництво Національного педагогічного університету
імені М.П. Драгоманова. 01601, м. Київ-30, вул. Пирогова, 9
Свідоцтво про реєстрацію ДК № 1101 від 29.10.2002. (044) 234-75-87
Віддруковано в друкарні Національного педагогічного університету
імені М.П. Драгоманова (044) 239-30-26