



**УНІВЕРСИТЕТ  
ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ  
В ПЕРЕЯСЛАВІ**

**ВІТЧИЗНЯНА НАУКА НА ЗЛАМІ ЕПОХ:  
ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ**

**Матеріали Всеукраїнської науково-практичної  
інтернет-конференції  
(22 вересня 2021 року)**

**№72**

**Переяслав – 2021**

УНІВЕРСИТЕТ ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ  
В ПЕРЕЯСЛАВІ

Рада молодих учених університету

Матеріали  
Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції  
**«ВІТЧИЗНЯНА НАУКА НА ЗЛАМІ ЕПОХ:  
ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ»**

22 вересня 2021 року

Вип. 72

Збірник наукових праць

Переяслав – 2021

УДК 001(477)«19/20»  
ББК 72(4Укр)63  
В 54

Матеріали Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції «Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку»: Зб. наук. праць. Переяслав, 2021. Вип. 72. 59 с.

**ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР:**

**Коцур В.П.** – доктор історичних наук, професор, академік НАПН України

**РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:**

**Воловик Л.М.** – кандидат географічних наук, доцент

**Євтушенко Н.М.** – кандидат економічних наук, доцент

**Кикоть С.М.** – кандидат історичних наук (відповідальний секретар)

**Носаченко В.М.** – кандидат педагогічних наук

**Руденко О.В.** – кандидат психологічних наук, доцент

**Скляренко О.Б.** – кандидат філологічних наук, доцент

**Солопко І.О.** – кандидат фізико-математичних наук, доцент

**Юхименко Н.Ф.** – кандидат філософських наук, доцент

Збірник матеріалів конференції вміщує результати наукових досліджень наукових співробітників, викладачів вищих навчальних закладів, докторантів, аспірантів, студентів з актуальних проблем гуманітарних, природничих і технічних наук.

*Відповідальність за грамотність, автентичність цитат, достовірність фактів і посилань несуть автори публікацій.*

©Рада молодих учених університету  
©Університет Григорія Сковороди  
в Переяславі

УДК 796.011.3:[37.091.32:796.325]-053.6

Олег Шалар, Євгеній Стрикаленко, Регіна Андрєєва, Ганна Шалар  
(Херсон, Україна)

## ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ЮНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТОК 11-12 РОКІВ

У статті розкриті питання оцінки розвитку швидкості, спритності та швидкісно-силових якостей юних волейболісток. Виявлено, що найбільший приріст (28%) був отриманий за результатами виконання стрибка угору з місця та за бігом на 30 м відповідно (24,2%). Позитивні зрушення відбулися за рахунок використання пліометричних вправ, що виконувалися в кінці основної частини тренувальних занять.

**Ключові слова:** волейбол, тести, нормативи, швидкість, швидкісно-силові якості.

*The article reveals the issues of assessing the development of speed, agility and speed-power qualities of young volleyball players. It was found that the largest increase (28%) was obtained by jumping from a place and running 30 m, respectively (24.2%). Positive changes occurred due to the use of plyometric exercises, which were performed at the end of the main part of the training sessions.*

**Key words:** volleyball, tests, standards, speed, speed and power qualities.

**Постановка проблеми.** До важливіших якостей, які визначають можливість результативної рухливої діяльності у волейболі відносяться швидкісно-силові здібності. Ці здібності є своєрідним поєднанням силових та швидкісних якостей спортсмена. Більшість технічних прийомів у волейболі за формою рухів і за характером м'язових дій належать до швидкісно-силових дій. Фахівці волейболу визначають, що високий розвиток швидкісно-силових здібностей позитивно позначається на всіх видах підготовки волейболістів і в першу чергу на здатності спортсменів до концентрації зусиль у просторі і в часі, результативності рухової діяльності [1, 4, 5, 8].

Ефект швидкісно-силового тренування залежить від оптимального збудження центральної нервової системи, кількості м'язових волокон, які приймають імпульси, витрат енергії при розтягненні та скороченні м'язів [9, 13].

При розвитку швидкісно-силових здібностей волейболістів можна застосовувати незначні за вагою навантаження, тому що надмірне збільшення навантаження стримує приріст спеціальної силової підготовленості та навантаження переноситься на неспецифічні м'язові групи. Як визначають фахівці, вага навантаження повинна складати 10-40 % від ваги спортсмена [1, 8].

Таким чином, можна визначити, добре розвинуті швидкісно-силові здібності юних волейболісток дозволяють більш вдало та ефективно вирішувати оперативні задачі на волейбольному майданчику.

**Мета дослідження** – визначити рівень розвитку швидкісно-силових здібностей волейболісток 11-12 років.

**Виклад основного матеріалу.** Педагогічне дослідження проводилося протягом жовтня 2020 року по квітень 2021 року на базі Каланчацької дитячо-юнацької спортивної школи Херсонської області. Прийняли участь 10 юних волейболісток віком 11-12 років. На початку дослідження та по його завершення проводилося тестування рівня розвитку швидкісно-силових якостей юних волейболісток за наступними вправами: стрибки у довжину і висоту з місця, метання набивного м'яча масою 2 кг двома руками знизу вперед, стрибки через скалку. Швидкість юних спортсменок визначалася за результатами бігу на 30 м з високого старту та бігу на місці у високому темпі за 10 сек., а спритність – за показниками човникового бігу 3x10м.

Сутність методики виховання швидкісно-силових здібностей юних волейболісток полягала насамперед у виконанні добре засвоєного завдання на граничних швидкостях, що дозволяло спортсменкам зосередити всі зусилля на швидкості, а не на способі виконання вправ.

Всі вправи, які використовувалися для розвитку швидкісно-силових якостей волейболісток були поділені на три групи:

1) Вправи з подоланням власної ваги тіла: швидкий біг по прямій, швидкі пересування боком, спиною, переміщення зі зміною напрямку, різного роду стрибки на двох ногах, з ноги на ногу, на одній нозі, в глибину, у висоту, на дальність, а також вправи, пов'язані з нахилами, поворотами тулуба, виконуваними з максимальною швидкістю та ін.

2) Вправи, що виконуються з додатковим обтяженням (пояс, жилет, манжетка, обважений снаряд). До цих вправ відносилися різного роду біг, всілякі стрибкові вправи, метання і спеціальні вправи, близькі за формою до змагальних рухів.

3) Вправи, пов'язані з подоланням опору зовнішнього середовища (вітер, біг по піску, біг в гору тощо).

Швидкісно-силовий напрямок передбачав розвиток швидкості руху одночасно з розвитком сили певної групи м'язів із застосуванням вправ другої і третьої групи, де використовувалися обтяження і опір зовнішніх умов середовища.

Отримавши результати контрольних тестів на початку та в кінці дослідження був визначений абсолютний та відсотковий приріст середніх результатів швидкісно-силових здібностей волейболісток 11-12 років. Зміни показників швидкісно-силових здібностей юних спортсменок наведено в таблиці 1.

*Таблиця 1*

**Ефективність розвитку швидкісно-силових здібностей волейболісток 11-12 років**

№	Тести	Вихідні результати	Кінцеві результати	Абсолютний приріст	Відсотковий приріст
1	Стрибок у довжину з місця (см)	164,2	180,5	16,3	9,9
2	Стрибок угору з місця (см)	30,1	38,5	8,4	28,0
3	Кидок набивного м'яча 2 кг (см)	268,5	313,1	44,6	16,6
4	Біг 10с у швидшому темпі, (кількість разів)	50	56,4	6,4	12,8
5	Біг 30 м (с)	6,67	5,05	-1,62	24,2
6	Човниковий біг (3x10м) (с)	8,59	7,9	-0,69	8,0

Найбільший приріст був виявлений за такими тестовими випробуваннями: 28% за виконання стрибка угору з місця (см) та 24,2% за бігом на 30 м відповідно. На початку дослідження 70% дівчат показали низькі і 30% середнього рівня результати у стрибках угору. На нашу думку, позитивні зрушення відбулися за рахунок використання пліометричних вправ, що виконувалися в кінці основної частині тренувальних занять. Також на початку дослідження 90% юних спортсменок показали низькі результати в бігу на 30 м, а по закінченні дослідження – високі і середні. Цей прогрес пов'язано з тим, що тренер на початку основної частини тренувальних занять використовував різного роду «догонялки» на коротких дистанціях (10-15 м) та човниковий біг (4x6 м).

Найменший приріст волейболістки показали за тестовим випробуваннями човниковий біг 3x10 м (8,0%) та стрибок у довжину з місця (9,9%) відповідно.

**Висновки.** Швидкісно-силові здібності є провідними в волейболі. Їх прояв залежать від різних сторін підготовленості спортсмена, віку, етапу підготовки, рівня тренуваності, структури і змісту тренувального процесу, наявності нетрадиційних методів тренування та ін.

Після проведення дослідження можна стверджувати, що юні волейболістки Каланчацької ДЮСШ по закінченню навално-тренувального сезону покращили свої результати за показниками швидкісно-силових здібностей з низьких на високі.

#### ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Грінченко А.Е., Шалар О.Г., Шалар А.П. Эффективность использования интегральных упражнений на занятиях по волейболу. *Физическое воспитание студентов творческих специальностей*. Харьков: ХГАДИ (ХХПИ). №3. 2003. С. 95-103.

2. Могилевський О.О., Шалар О.Г. Серія уроків волейболу освітньо-рефлекторної спрямованості. 7 клас. *Фізичне виховання в школах України*. №2(14). 2010. С. 4-13.

3. Рогачов Ю.В., Шалар О.Г. Урок волейболу. 5-й клас. *Фізичне виховання в школах України*. №7 (115). 2018. С. 4-8

4. Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г., Андреева Р.І., Жосан І.А. Особливості техніко-тактичних дій волейболісток різного ігрового амплуа ВК «Муров». *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія №15*. Київ: Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2020. Вип. 4 (124). С. 86-93 DOI 10.31392/NPU-ps.series15.2020.4(124).17

5. Шалар О. Г., Гузар В. М., Решотка Н.О Спортивна підготовка учнів ліцею на заняттях з волейболу. *Спортивные игры. Научный журнал*. Харьков, ХГАФК. №1 (11). 2019. 89 с.

6. Шалар О.Г., Мартиненко Є.Є. Організація освітньо-рефлекторної діяльності учнів на уроках волейболу. *Теорія та методика фізичного виховання*. №3. 2011. С.19-23.

7. Шалар О.Г., Сапронова Ю.В. Урок волейболу. 7-й клас. *Фізичне виховання в школах України*. 2020. №12 (144). С. 7-12

8. Шалар О.Г., Гузар В.М., Стрикаленко Є.А. Використання інтегральних вправ в секції з волейболу в сільській школі. *Матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації»*. Переяслав, 2021. Вип. 67. С. 449-453.

9. Strykalenko, Y., Shalar, O., Huzar, V., Andrieieva, R., Zhosan, I., & Bazylyev, S. (2019) Influence of the maximum force indicators on the efficiency of the passing the distance in academic rowing. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(3), 1507-1512. URL: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2019.03218>

10. Strykalenko Yevhenii, Shalar Oleh, Huzar Viktor, & Yuskiv Serhii, Silvestrova Hanna, Holenco Nina. (2020). The correlation between intelligence and competitive activities of elite female handball players. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(1), 63-70, DOI:10.7752/jpes.2020.01008

11. Shalar Oleh, Strykalenko Yevhenii, Huzar Viktor, & Homenko Yladiislav, Popovich Tatyna. (2019) Psychological readiness of handball players for the competition. *Sport science international scientific journal of kinesiology*, 12, issue 1, 95-102.

12. Shalar, O., Huzar, V., Strykalenko, Y., Yuskiv S., Homenko, Y., & Novokshanova, A. (2019). Psycho-pedagogical aspects of interaction between personality traits and physical qualities of the young gymnasts of the variety and circus studio. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(Supplement issue 6), 2283-2288. <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2019.s6344>

13. Strykalenko, Y., Huzar, V., Shalar, O., Voloshynov, S., Homenko, V., & Svirida, V. (2021). Physical fitness assessment of young football players using an integrated approach. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, 21 (1), 360-366. <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2021.01034>

## ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

**Андрєєва Регіна Ігорівна** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри загальноекономічної підготовки Херсонського державного аграрно-економічного університету

**Андруцька Юлія Олександрівна** – викладач філологічних дисциплін та українознавства Коледжу ракето-космічного машинобудування Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара

**Боярин В'ячеслав Миколайович** – старший викладач кафедри фізичного виховання Володимир-Волинського педагогічного фахового коледжу імені А.Ю.Кримського

**Бражук Юлія Борисівна** – кандидат філологічних наук, доцент кафедри мовної підготовки Національного медичного університету імені О.О.Богомольця

**Вдовиченко Юлія Володимирівна** – студентка 2 курсу 4 медичного факультету Національного медичного університету імені О.О.Богомольця

**Волошин Сузанна Василівна** – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри біології та хімії Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

**Гордополова Наталія Василівна** – кандидат економічних наук, доцент, викладач економічних дисциплін циклової комісії економіки та фінансів ВСП «Київський торговельно-економічний фаховий коледж Київського національного торговельно-економічного університету»

**Журкіна Світлана Володимирівна** – викладач кафедри іноземних мов Національного фармацевтичного університету

**Зубрицька Людмила Олександрівна** – викладач органічної хімії, завідувач фармацевтичного відділення Житомирського базового фармацевтичного фахового коледжу Житомирської обласної ради

**Козубенко Ірина Володимирівна** – старший викладач кафедри правничої лінгвістики Національної академії внутрішніх справ

**Коляда Ірина Валеріївна** – викладач кафедри іноземних мов Національного фармацевтичного університету

**Лавренко Дар'я Олександрівна** – викладач кафедри загальноправових дисциплін Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ

**Макенов Павло Сергійович** – студент 3 курсу факультету енергетики і комп'ютерних технологій Таврійського державного агротехнологічного університету імені Дмитра Моторного

**Мороз Ольга Григорівна** – Заслужений працівник фармації, викладач циклової комісії фармацевтичних дисциплін Житомирського базового фармацевтичного фахового коледжу Житомирської обласної ради

**Муленко Світлана Михайлівна** – викладач вищої кваліфікаційної категорії Житомирського базового фармацевтичного фахового коледжу

**Петриковська Алла Анатоліївна** – спеціаліст вищої категорії, викладач-методист, викладач будівельних дисциплін технічного відділення ВСП «Рівненський фаховий коледж Національного університету біоресурсів і природокористування України»

**Півторак Юлія Петрівна** – викладач іноземної мови Коледжу ракето-космічного машинобудування Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара

**Попова Ірина Олексіївна** – кандидат технічних наук, доцент кафедри електротехніки і електромеханіки імені професора В.В.Овчарова Таврійського державного агротехнологічного університету імені Дмитра Моторного

**Приступко Ольга Миколаївна** – викладач I кваліфікаційної категорії Житомирського базового фармацевтичного фахового коледжу

**Робакідзе Нонна Давидівна** – студентка 1 курсу факультету економіки, менеджменту та психології Київського національного торговельно-економічного університету

**Стахів Василь Іванович** – кандидат біологічних наук, доцент кафедри біології та хімії Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

**Стахів Лілія Григорівна** – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри педагогіки та методики початкового навчання Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка

**Стрикаленко Євгеній Андрійович** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри загальноекономічної підготовки Херсонського державного аграрно-економічного університету

**Тесунова Оксана Григорівна** – старший викладач кафедри природничих дисциплін, спорту та цивільної безпеки ВСП «Фаховий коледж технологій, бізнесу та права Волинського національного університету імені Лесі Українки»

**Ходорчук Олександр Васильович** – викладач кафедри природничих дисциплін, спорту та цивільної безпеки ВСП «Фаховий коледж технологій, бізнесу та права Волинського національного університету імені Лесі Українки»

**Хранівська Валентина Олександрівна** – викладач вищої кваліфікаційної категорії, викладач-методист Житомирського базового фармацевтичного фахового коледжу

**Шалар Ганна Петрівна** – старший викладач Херсонського базового медичного коледжу

**Шалар Олег Григорович** – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри загальноекономічної підготовки Херсонського державного аграрно-економічного університету

**Шалигіна Марія Мирославівна** – викладач культурології та історії мистецтв Дрогобицького механіко-технологічного коледжу

**Щербаков Сергій Вадимович** – магістрант 1 курсу факультету енергетики і комп'ютерних технологій Таврійського державного агротехнологічного університету імені Дмитра Моторного



## ЗМІСТ

### БІОЛОГІЧНІ НАУКИ

- Василь Стахів, Лілія Стахів, Сузанна Волошин*  
ПОШИРЕНІСТЬ ГЕЛЬМІНТОЗНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ СЕРЕД НАСЕЛЕННЯ  
МІСТА ДРОГОБИЧА ТА ДРОГОБИЦЬКОГО РАЙОНУ 3

### ЕКОНОМІКА

- Наталія Гордополова, Нонна Робакідзе*  
ДЖЕРЕЛА ФОРМУВАННЯ ТА ОЦІНКА ФІНАНСОВИХ  
РЕСУРСІВ ПІДПРИЄМСТВА 7

### КУЛЬТУРОЛОГІЯ

- Марія Шалигіна*  
СУЧАСНИЙ СТАН РОЗВИТКУ КУЛЬТУРНОГО СЕРЕДОВИЩА  
РЕГІОНІВ УКРАЇНИ 10

### ЮРИДИЧНІ НАУКИ

- Дар'я Лавренко*  
ЗДІЙСНЕННЯ ПРАВОСУДДЯ В УКРАЇНІ: ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ  
ПРАКТИКИ ЄВРОПЕЙСЬКОГО СУДУ З ПРАВ ЛЮДИНИ 16

### ПЕДАГОГІКА

- Ірина Козубенко*  
СКЛАДОВІ ІНФОРМАЦІЙНО-ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ВНЗ 20

- Ірина Коляда, Світлана Журкіна*  
DEVELOPMENT OF CRITICAL THINKING SKILLS AT ENGLISH CLASSES 22

- Юлія Півторак, Юлія Андруцька*  
МОДЕЛЬ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ ПІД ЧАС  
ВИКЛАДАННЯ ФІЛОЛОГІЧНИХ ДИСЦИПЛІН 25

### ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ

- В'ячеслав Боярин*  
ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ  
ЯК АКТУАЛЬНЕ ЗАВДАННЯ СУЧАСНОГО КОЛЕДЖУ 27

- Оксана Тесунова, Олександр Ходорчук*  
ТРАВМОПРОФІЛАКТИЧНІ ЗАХОДИ НА ЗАНЯТТЯХ  
З НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ СЕРЕД СТУДЕНТІВ 30

- Олег Шалар, Євгеній Стрикаленко, Регіна Андрєєва, Ганна Шалар*  
ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ  
ЮНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТОК 11-12 РОКІВ 33

### ФІЛОЛОГІЧНІ НАУКИ

- Юлія Бражук, Юлія Вдовиченко*  
ТЕРМІНОЛОГІЧНА НОМІНАЦІЯ У ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ ФАХОВОЇ МОВИ 36

### ФАРМАЦЕВТИЧНІ НАУКИ

- Людмила Зубрицька*  
ОРГАНІЧНА ХІМІЯ У СИСТЕМІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ  
ФАХІВЦЯ-ФАРМАЦЕВТА 40

- Ольга Мороз*  
ІНТЕГРАТИВНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЛАТИНСЬКОЇ МОВИ  
У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ СТУДЕНТІВ-ФАРМАЦЕВТІВ 42

- Валентина Хранівська, Ольга Приступко, Світлана Муленко*  
АКТУАЛІЗАЦІЯ ФАРМАЦЕВТИЧНОЇ ХІМІЇ У ФАРМАЦЕВТИЧНІЙ ОСВІТІ 45

**ТЕХНІЧНІ НАУКИ. ТРАНСПОРТ**

*Сергій Щербаков, Павло Макенов, Ірина Попова*

ВИБІР ТЕХНІЧНИХ ЗАСОБІВ КЕРУВАННЯ І КОНТРОЛЮ  
ЕЛЕКТРООБЛАДНАННЯМ ДІЛЯНКИ ЗАМІСУ ТІСТА ЦЕХУ  
З ВИРОБНИЦТВА МАКАРОННИХ ВИРОБІВ

47

**АРХІТЕКТУРА І БУДІВНИЦТВО**

*Алла Петриковська*

ГАЗОБЕТОН: ІСТОРІЯ ВИНИКНЕННЯ ТА СУЧАСНЕ ВИКОРИСТАННЯ

51

**ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ**

55

Матеріали Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції «Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку»: Зб. наук. праць. Переяслав, 2021. Вип. 72. 59 с.

*Відповідальність за грамотність, автентичність цитат, правильність фактів і посилань, достовірність матеріалів несуть автори публікацій. Передрук і відтворення опублікованих у збірнику матеріалів будь-яким способом дозволяється тільки при посиланні на «Вітчизняна наука на зламі епох: проблеми та перспективи розвитку».*

Матеріали науково-практичної інтернет-конференції розміщені на сайті:  
<http://confscience.webnode.com.ua>

Укладачі: С.М.Кикоть, І.В.Гайдаєнко  
Верстка та дизайн: І.В.Гайдаєнко

Адреса оргкомітету та редколегії:  
08401, вул. Сухомлинського, 30 (к. 100),  
м. Переяслав,  
Київська обл., Україна  
тел. 0930569496,  
сайт: [confscience.webnode.com.ua](http://confscience.webnode.com.ua)