

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
імені Івана Боберського

**АНОТОВАНИЙ
БІБЛІОГРАФІЧНИЙ ПОКАЖЧИК**
статей журналу
„Фізична активність, здоров'я і спорт“
за 2016 рік

Укладач Ірина Свістельник

Lviv State University of Physical Culture
the name of Ivan Boberskyi

BIBLIOGRAPHY POINTER
with *abstract*
of reasons of magazine
«Physical activity, health and sport»
for 2016

Compiler Iryna Svistelnyk

Львовский государственный университет
физической культуры имени Ивана Боберского

**АННОТИРОВАННЫЙ
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ УКАЗАТЕЛЬ**
статей журнала
«Физическая активность, здоровье и спорт»
за 2016 год

Составитель Ирина Свистельник

*Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму”
Започаткована 2009 року*

Анотований бібліографічний покажчик статей журналу „Фізична активність, здоров’я і спорт” за 2016 рік [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2017. – 46 с. (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму”, вип. 1).

До бібліографічного покажчика увійшли статті наукового журналу Львівського державного університету фізичної культури „Фізична активність, здоров’я і спорт” за 2016 рік (№№ 1,2,3,4).

Бібліографічні описи складено відповідно до ДСТУ ГОСТ 7.1:2006 „Бібліографічний запис. Бібліографічний опис. Загальні вимоги та правила складання” та ДСТУ 3582–2013 „Бібліографічний опис скорочення слів і словосполучень українською мовою. Загальні вимоги та правила”. Статті розміщено в алфавітній послідовності прізвищ авторів.

Покажчик призначений для викладачів, аспірантів, магістрантів та студентів ВНЗ.

ПЕРЕЛІК СТАТЕЙ ЖУРНАЛУ
„ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ, ЗДОРОВ'Я І СПОРТ”
за 2016 рік

1. Боднар І. Зміни психоемоційного стану школярів в умовах застосування диференційованих нормативів фізичної підготовленості / Іванна Боднар, Маркіян Стефанишин // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 3(25). – С. 18–25.

***Анотація.** Диференціація критеріїв оцінювання рівня фізичної підготовленості школярів є актуальним аспектом удосконалення процесу фізичного виховання школярів. Мета – виявити позитивний вплив диференційованих нормативів фізичної підготовленості на показники психоемоційного стану школярів. У педагогічному експерименті взяло участь 265 учнів старшого шкільного віку, які були розподілені порівну на дві рівноцінні групи: експериментальну (131 учень) і контрольну (134 учні). Застосовано опитування й методи психодіагностики (САН, визначення ситуативної та особистісної тривожності і мотивованості класу на досягнення успіху в діяльності). З'ясовано позитивні зміни в психоемоційному стані учнів старших класів і їхнього ставлення до уроків фізичної культури. Збільшилася кількість школярів з сильною мотивованістю на досягнення успіху в діяльності; суттєво зросла кількість школярів з високим рівнем самопочуття; зменшилася кількість школярів з низьким рівнем активності за рахунок зростання кількості школярів з середнім і високим рівнями; суттєво зросла кількість старшокласників, які оцінювали рівень власного настрою як високий; рівень особистісного рівня тривожності школярів в умовах педагогічного експерименту не змінився; проте кількість учнів з високим рівнем ситуативної тривожності значно зменшилася.*

***Ключові слова:** диференціація, фізична підготовленість, школярі, вмотивованість, психоемоційний стан.*

***Аннотація.** Дифференциация критериев оценивания уровня физической подготовленности школьников является актуальным аспектом усовершенствования процесса физического воспитания школьников. Цель – обнаружить позитивное влияние дифференцированных нормативов физической подготовленности на показатели психоемоционального состояния школьников. В педагогическом эксперименте приняло участие 265 учеников старшего школьного возраста, которые были распределены поровну на две равноценных группы: экспериментальную (131 ученик) и контрольную (134 ученика). Применен опрос и методы психодиагностики. Выявлены позитивные изменения в психоемоциональном состоянии учеников старших классов и их отношение к урокам физической культуры. Увеличилось количество школьников с сильной мотивацией на достижение успеха в деятельности; существенно выросло количество школьников с высоким уровнем самочувствия; уменьшилось количество школьников с низким уровнем активности за счет роста количества школьников со средним и высоким уровнями; существенно выросло количество старшеклассников, которые оценивали уровень собственного настроения как высокий; уровень личностного*

уровня тривожності школярів в умовах педагогічного експерименту не змінився; однак кількість учнів з високим рівнем ситуативної тривожності значно зменшилася.

Ключевые слова: дифференціація, фізична підготовленість, школярі, мотивація, психоемоціональний стан.

Abstract. Differentiation of students' physical fitness evaluation criteria is an important aspect of schoolchildren's physical education improving. The aim of the study is to prove the positive impact of differentiated standards of physical fitness on indices of schoolchildren's emotional state. There were 265 schoolchildren of upper grades in pedagogical experiment. They were divided equally into two groups: experimental one (131 schoolchildren) and a control group (134 schoolchildren). We used the following methods: psycho-diagnostics (defining of situational and personal anxiety and motivation of class to succeed in any activity). It is found positive changes in emotional state of schoolchildren and their attitude to the lessons of physical culture. The number of students with a strong motivation to succeed in activities significantly increased. The number of students with high levels of well-being increased; the number of students with low activity decreased due to the increasing number of students from middle and high levels; the number of schoolchildren of upper grades who rated the level of his own mood as high significantly increased; personal anxiety level of students in terms of pedagogical experiment has not changed; but the number of students with high levels of situational anxiety decreased significantly.

Keywords: differentiation, physical fitness, schoolchildren, motivation, emotional state.

2. Бріскін Ю. Порівняльний аналіз хореографічної підготовленості провідних команд світу зі спортивної аеробіки / Юрій Бріскін, Аліна Передерій, Валентина Годорова // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 18–25.

Анотація. Мета: порівняти хореографічну підготовленість збірної команди України з командами-призерами чемпіонату світу зі спортивної аеробіки (2016). Матеріали і методи: відеозаписи змагальних програм, метод експертного оцінювання; методи математичної статистики. Результати: визначено рівень хореографічної підготовленості спортсменів зі спортивної аеробіки на основі розробленої оцінювальної шкали критеріїв виконання змагальних програм (правила змагань 2013–2016 рр.) команд-учасниць чемпіонату світу (червень, 2016). Висновки: розроблено кількісну шкалу критеріїв оцінювання хореографічної підготовленості спортсменів у спортивній аеробіці; визначено рівень хореографічної підготовленості збірної команди України, що відповідає середньому рівневі, тоді як найкращі команди світу мають високий та вищий за середній рівні; встановлено, що хореографічна підготовленість спортсменів збірної команди Франції може служити еталоном у 2016 році.

Ключові слова: змагальні програми, хореографічна підготовленість, критерії, виконавська майстерність.

Аннотация. Цель: сравнить хореографическую подготовленность сборной команды Украины с командами-призерами чемпионата мира по спортивной аэробике (2016). Материалы и методы: видеозаписи соревновательных программ, метод экспертных оценок; метод математической статистики, параметрического и непараметрического анализа. Результаты: определен уровень хореографической подготовленности на основе оценочной шкалы критериев выполнения соревновательных программ команд-участниц чемпионата мира (июнь, 2016). Выводы: разработана количественная шкала критериев оценки хореографической подготовленности в спортивной аэробике; определено, что сборная Украины имеет «средний уровень» хореографической подготовленности, тогда как лучшие команды мира имеют уровень «высокий» и «выше среднего»; показано, что команда Франции в 2016 году может быть эталоном хореографической подготовки.

Ключевые слова: соревновательные программы, хореографическая подготовка, критерии, исполнительское мастерство.

Abstract. Research objective: To compare the choreographic conditioning of the Ukrainian national team with the teams-prize winners of the World Championship in Aerobics (2016). Materials and Methods: videos of the competitive programs; method of expert evaluations; methods of mathematical statistics. Results: The level of choreographic conditioning of the sport aerobics athletes was determined on the basis of elaborated quantitative criteria scale for competitive programmes performance (competition rules 2013–2016) of the teams participating in Aerobic Gymnastics World Championship (June, 2016). Conclusion: The quantitative criteria scale for choreographic training assessment in sport aerobics has been developed; the level of choreographic training of Ukrainian sportsmen has been determined as «average level», while the best teams of the world possess «high» and «above average» levels; it was established that the choreographic conditioning of the national team of France can be considered as a standard for the year 2016.

Keywords: competitive programme, choreographic conditioning, criteria, technique of execution.

3. Бріскін Ю. Програмні вимоги до теоретичної підготовки в системі багаторічного удосконалення спортсменів у циклічних видах спорту / Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин, Вікторія Богуславська // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 4(26). – С. 14–19.

Анотація. У роботі проаналізовано і порівняно відомості, які представлені в розділах теоретичної підготовки навчальних програм з циклічних видів спорту. Мета дослідження: охарактеризувати вимоги щодо програмного матеріалу з теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного удосконалення в циклічних видах спорту (на прикладі веслування на байдарках і каное та веслувального слалому, веслування академічного, легкої атлетики, лижного спорту та плавання). Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення навчальних програм, систематизація документальних матеріалів, трансформація наукової інформації. У навчальних програмах з циклічних видів спорту виявлено невідповідності між обсягом навантаження, тематикою

інформаційного матеріалу, засобами реалізації теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного вдосконалення.

Ключові слова: теоретична підготовка, циклічні види спорту, структура підготовки, зміст підготовки.

Аннотація. В работе проведен анализ и сравнение сведений, представленных в разделах теоретической подготовки учебных программ по циклическим видам спорта. Цель исследования: охарактеризовать требования, касающиеся программного материала по теоретической подготовке на различных этапах многолетнего совершенствования в циклических видах спорта (на примере легкой атлетики, лыжного спорта, гребли на байдарках и каноэ и гребному слалому, гребле академической, плавания). Методы исследования: теоретический анализ и обобщение учебных программ, систематизация документальных материалов, трансформация научной информации. В учебных программах по циклическим видам спорта обнаружены несоответствия между объемом нагрузки, тематикой информационного материала, средствами реализации теоретической подготовки на различных этапах многолетнего совершенствования.

Ключевые слова: теоретическая подготовка, циклические виды спорта, структура подготовки, содержание подготовки.

Abstract. The paper analyzed and compared the data presented in theoretical training curricula for cyclic sports. Objective: to describe the requirements for the programme matter pertaining to theoretical training at different stages of multi-year improvement in cyclic sports (for example padding, canoe slalom, rowing, track-and-field athletics, skiing, and swimming). Methods: theoretical analysis and generalization of curricula, systematization of documentary materials, transformation of scientific information. The curricula for cyclic sports contain certain discrepancies between the amount of load, subject information materials, and means of theoretical knowledge implementation at various stages of long-term advanced training.

Keywords: theoretical training, cyclic sports, training structure, content of training

4. Виноградський Б. Ефект застосування технічних засобів локального охолодження тіла школярів у спекотних умовах зовнішнього середовища / Богдан Виноградський, Алі Абдулкарім Джасім Аль-Убаїді // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 4(26). – С. 3–13.

Анотація. Використання контактної охолодження обмежених ділянок тіла дає змогу підвищити межу переносимості людиною високої температури навколишнього середовища. Актуальність дослідження зумовлена відсутністю відповідних даних про ефективність використання технічних засобів локального охолодження організму школярів при їх фізичній активності в умовах високих температур повітря. Мета дослідження: визначити особливості впливу технічних засобів локального охолодження організму школярів під час фізичного навантаження в спекотних умовах зовнішнього середовища. В умовах надвисоких температур шкільних занять слід застосовувати технічні засоби локального охолодження для підвищення працездатності школярів разом з іншими гігієнічними заходами. Установлено,

що використання технічних засобів локального охолодження є ефективним способом впливу на апарат терморегуляції і їх застосування потребує попередньої підготовки й інструктажу. Використання технічних засобів локального охолодження слід рекомендувати при невеликій наповнюваності класів в елітних школах або на секційних заняттях видами спорту.

Ключові слова: школярі, температура довкілля, фізичні навантаження, засоби локального охолодження.

Анотація. Использование контактного охлаждения ограниченных участков тела позволяет повысить предел переносимости человеком высокой температуры окружающей среды. Актуальность исследования обусловлено отсутствием соответствующих данных об эффективности использования технических средств локального охлаждения организма школьников во время их физической активности в условиях высоких температур воздуха. Цель исследования: определить особенности влияния технических средств локального охлаждения организма школьников во время физической нагрузки в жарких условиях внешней среды. В условиях высоких температур воздуха школьных занятий следует применять технические средства локального охлаждения для повышения работоспособности школьников вместе с другими гигиеническими мероприятиями. Установлено, что использование технических средств локального охлаждения является эффективным способом воздействия на аппарат терморегуляции и его применение требует предварительной подготовки и инструктажа. Использование технических средств локального охлаждения рекомендуется при небольшой наполняемости классов в элитных школах или на секционных занятиях видами спорта.

Ключевые слова: школьники, температура окружающей среды, физические нагрузки, средства локального охлаждения.

Abstract. Contact cooling application to the restricted body areas can increase human tolerance limits of high ambient temperature. Topicality of the study was stipulated by the lack of relevant data concerning the efficiency of local cooling means use on the pupil's body during their physical activity at high temperatures. The objective of the study was to define the particulars of local cooling influence on the pupils' body during exercise in hot environments. In terms of ultrahigh temperatures during schoolwork it is recommended to use means of local cooling alongside with other hygienic measures to improve pupil's efficiency. It has been found that the use of local cooling means is an effective way to influence the thermoregulation unit of the body, while its application requires prior training and instruction. Local cooling means should be administered in classes with small occupancy, like those of elite schools or during sports groups classes.

Keywords: pupils, ambient temperature, physical activities, means of local cooling

5. Відмінності ергографічних та електроміографічних показників виконання динамічних субмаксимальних навантажень спортсменами різних спеціалізацій / Любомир Вовканич, Орест Стефанишин, Соломія Клебан, Наталя Боротюк // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 4(26). – С. 22–30.

Анотація. Актуальність пошуку нових методів оцінювання композиції м'язових волокон спортсменів зумовлена високою вартістю, складністю чи

недоступністю наявних. Мета дослідження: описати особливості ергографічних та електроміографічних показників м'язів спринтерів та стаєрів під час виконання ними серії субмаксимальних динамічних скорочень. У дослідженні взяли участь 19 спринтерів та 13 стаєрів (чоловіки, I розряд–МС). Вони виконували серію динамічних скорочень тривалістю 3 хвилини і з частотою 30 скорочень/хвилину за допомогою ергографа Моссо. Реєстрували ергограму та інтерференційну електроміограму. Установлено, що для створення критеріїв неінвазивного оцінювання композиції м'язових волокон спортсменів доцільно використати зміни амплітуди субмаксимальних довільних скорочень, показник максимальної швидкості скорочення (зменшення довжини) м'язів та відносні зміни середньої амплітуди інтерференційної електроміограми.

Ключові слова: динамічні навантаження, електроміографія, ергографія, спринтери, стаєри.

Аннотація. Актуальность поиска новых методов оценки композиции мышечных волокон спортсменов обусловлена высокой стоимостью, сложностью или недоступностью имеющихся. Цель исследования: описать особенности эргографических и электромиографических показателей мышц спринтеров и стайеров при выполнении спортсменами серии субмаксимальных динамических сокращений. В исследовании приняли участие 19 спринтеров и 13 стайеров (мужчины, I разряд – МС). Они выполняли серию динамических сокращений продолжительностью 3 минуты и с частотой 30 сокращений / мин с помощью эргографа Моссо. Регистрировали эргограмму и интерференционную электромиограмму. Установлено, что для создания критериев неинвазивного оценивания композиции мышечных волокон спортсменов целесообразно использовать изменения амплитуды субмаксимальных произвольных сокращений, показатель максимальной скорости сокращения (уменьшения длины) мышц и относительные изменения средней амплитуды интерференционной электромиограммы.

Ключевые слова: динамические нагрузки, электромиография, эргография, спринтеры, стайеры.

Abstract. The currentness of finding new methods for evaluating the composition of athletes' muscle fibers is stipulated by their high cost, complexity or inaccessibility of those methods. The objective of the study was to describe the peculiarities of muscles' ergographic and electromyographic characteristics in sprinters and stayers during their performance of the series of submaximal dynamic contractions. The study involved 19 sprinters and 13 stayers (males, first sports degree and master of sports). They performed 3 minutes series of dynamic contractions (30 contractions per minute) using Mosso ergograph. The ergogram and surface electromyogram were recorded. It has been found that in order to establish the criteria for non-invasive evaluation of the composition of athletes' muscle fibers it is appropriate to use the changes in the amplitude of submaximal voluntary contractions, the rate of decrease of the maximum velocity of contraction (shortening) of the muscle and the relative changes in the average amplitude of the surface electromyogram.

Keywords: dynamic loads, electromyography, ergography, sprinters, stayers.

6. Герцик А. Визначення поняття „технологія” у фізичній реабілітації / Андрій Герцик // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 1(23). – С. 32–44.

Анотація. Термін «технологія фізичної реабілітації» залишається невизначеним у фаховій літературі і його трактують по-різному. Мета – обґрунтувати поняття «технологія фізичної реабілітації». Методи дослідження: аналіз літературних джерел, метод аналогій, системний аналіз та синтез. Проаналізовано особливості трактування терміна «технологія» у галузях, наближених до фізичної реабілітації: педагогіці, фізичному вихованні, медицині. Виявлено проблеми у застосуванні методу аналогій для вирішення основного завдання дослідження. Запропоновано визначення терміна «технологія фізичної реабілітації» на основі системного підходу. Враховано особливості фізичної реабілітації як складної системи-процесу.

Ключові слова: фізична реабілітація, технологія, методика.

Аннотация. Термин «технология физической реабилитации» остается неопределенным в профессиональной литературе и трактуется по-разному. Цель – обосновать понятие «технология физической реабилитации». Методы исследования: анализ литературных источников, метод аналогий, системный анализ и синтез. Проанализированы особенности трактовки термина «технология» в областях, близких к физической реабилитации: педагогике, физическом воспитании, медицине. Выявлены проблемы в применении метода аналогий для решения основной задачи исследования. Предложено определение термина «технология физической реабилитации» на основе системного подхода. Учтены особенности физической реабилитации как сложной системы-процесса.

Ключевые слова: физическая реабилитация, технология, методика.

Abstract. The term «physical rehabilitation technology» is undefined in the professional literature and interpreted in different ways. Purpose: to justify the concept «technology of physical rehabilitation». Research methods: literature analysis, the method of analogies, system analysis and synthesis. The features of the interpretation of the term «technology» were analyzed in the areas close to physical rehabilitation: pedagogy, physical education, medicine. It was identified the problems of applying the method of analogies for solving the main objective of the study. The definition of the term “technology of physical rehabilitation” based on a systematic approach was proposed. Peculiarities of physical rehabilitation as a complex system process were taken into account.

Keywords: physical rehabilitation, technology, method.

7. Герцик А. Інформаційний опис системи фізичної реабілітації при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату / Андрій Герцик, Оксана Тиравська, Юрій Борецький // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 54–62.

Анотація. Інформаційний опис характеризує інформаційні потоки, які циркулюють у системі. Їх вивчення сприяє удосконаленню системи фізичної реабілітації. Мета: здійснити інформаційний опис системи фізичної реабілітації при порушеннях діяльності опорно-рухового апарату. Методи

дослідження: аналіз літературних джерел, системний аналіз та синтез, методи абстрагування та узагальнення. Виявлено, що в інформаційному аспекті система фізичної реабілітації перетворює вхідну медичну інформацію про пацієнта у вихідну інформацію про відновлення його рухових функцій, активності та здоров'я. З'ясовано, що інформаційний вхід системи становить інформація від лікаря, що лікує, про медичну патологію, а вихід – інформація від фахівця з фізичної реабілітації про результати реабілітації. Інформація є системним ресурсом прямої дії для фізичної реабілітації і основним чинником, за допомогою якого лікар, який лікує, виконує функції управління.

Ключові слова: фізична реабілітація, опорно-руховий апарат, система.

Аннотація. Информационное описание характеризует циркулирующие в системе информационные потоки. Их изучение способствует совершенствованию системы физической реабилитации. Цель: осуществить информационное описание системы физической реабилитации при нарушениях деятельности опорно-двигательного аппарата. Методы исследования: анализ литературных источников, системный анализ и синтез, методы абстрагирования и обобщения. Установлено, что в информационном аспекте система физической реабилитации преобразует входную медицинскую информацию о пациенте в исходную информацию о восстановлении его двигательных функций, активности и здоровья. Выявлено, что информационный вход системы составляет информация от лечащего врача о медицинской патологии, а выход – информация от специалиста по физической реабилитации о результатах реабилитации. Информация является системным ресурсом прямого действия для физической реабилитации и основным фактором, с помощью которого лечащий врач выполняет функции управления.

Ключевые слова: физическая реабилитация, опорно-двигательный аппарат, система.

Abstract. Informational description characterizes the circulation of information flows. Their study contributes to the improvement of the system of physical rehabilitation. Purpose: to provide informational description of the system of physical rehabilitation for musculoskeletal disorders. Research methods: literature analysis, system analysis and synthesis, methods of abstraction and generalization. It is established in the informational aspect physical rehabilitation system turns the input medical information about the patient into output information about the restoration of his motor functions, activity and health. It is revealed that the information input is the information on medical pathology coming from the attending physician and the output – the information on rehabilitation result from the specialist in physical rehabilitation. Information is the system resource of the direct action for physical rehabilitation and the main factor by which the attending physician performs management functions.

Keywords: physical rehabilitation, musculoskeletal apparatus, system.

8. Дев'ятаєва О. Модель розвитку пляжних ігрових видів спорту в Україні / Ольга Дев'ятаєва, Тетяна Кропивницька // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 71–77.

Анотація. Сьогодні пляжні ігрові види спорту активно поширюються у світі. Проте прагнення до розвитку цієї групи видів спорту в нашій країні супроводжується майже відсутністю наукових досліджень. Метою роботи є обґрунтування напрямів розвитку пляжних ігрових видів спорту в Україні на прикладі волейболу, футболу, гандболу, які є найпопулярнішими видами цієї групи. У результаті узагальнення міжнародного досвіду їх функціонування виокремлено чинники успішного розвитку у світі. На наступному етапі дослідження проаналізовано звітну документацію Міністерства молоді та спорту України, відповідних федерацій, що дало змогу встановити кількісні та якісні показники розвитку зазначеної групи видів спорту в Україні, визначити умови, що забезпечують ефективне їх функціонування в нашій державі та виявити нагальні проблеми. На основі отриманих результатів та експертного опитування фахівців (керівників федерацій, співробітників профільного Міністерства, $n=20$) розроблено перспективну модель розвитку пляжних ігрових видів спорту в Україні, яку можна використовувати як орієнтир при формуванні стратегії їхнього подальшого розвитку.

Ключові слова: пляжний волейбол, пляжний гандбол, пляжний футбол, модель розвитку.

Аннотация. Сегодня пляжные игровые виды спорта активно распространяются в мире. Однако стремление к развитию этой группы видов спорта в нашей стране сопровождается практически отсутствием научных исследований. Целью работы является обоснование направлений развития пляжных игровых видов спорта в Украине на примере волейбола, футбола, гандбола, которые являются самыми популярными видами данной группы. В результате обобщения международного опыта их функционирования выделены факторы успешного развития в мире. На следующем этапе исследования проанализирована отчетная документация Министерства молодежи и спорта Украины, соответствующих федераций, что позволило установить количественные и качественные показатели развития данной группы видов спорта в Украине, определить условия, обеспечивающие эффективное их функционирование в нашей стране и выявить актуальные проблемы. На основании полученных результатов и экспертного опроса специалистов (руководителей федераций, сотрудников Министерства, $n = 20$) разработана перспективная модель развития пляжных игровых видов спорта в Украине, которую можно использовать в качестве ориентира при формировании стратегии их дальнейшего развития.

Ключевые слова: пляжный волейбол, пляжный гандбол, пляжный футбол, модель развития.

Abstract. Today, beach sports games are actively spreading worldwide. However, desire for development of this kind of sports in our country is accompanied by almost no scientific research. The purpose of the work is to substantiate some trends in beach sports games in Ukraine on the example of volleyball, football, handball, which are the most popular kinds of this group. As a result of generalization of international experience of their functioning we defined some factors of their successful development in the world. The next research phase analyzed the reports of the Ministry of Youth and Sports of Ukraine, relevant federations that revealed

quantitative and qualitative indices of this group of sports in Ukraine, determined conditions ensuring their effective functioning in our country and identified some urgent problems. Based on obtained survey results and survey of experts (heads of federations, representatives of the Ministry, n = 20) it was developed a perspective model of beach sports games development in Ukraine that can be used as a guide when forming strategies for their further development.

Keywords: *beach volleyball, beach handball, beach soccer, development model.*

9. Івасик Н. Концепція фізичної реабілітації дітей з бронхолегеневими захворюваннями / Наталія Івасик, Юрій Борецький // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 3(25). – С. 41–48.

Анотація. *Аналіз наукової та методичної літератури з досліджуваної тематики свідчить про необхідність запровадження систематизованих ефективних реабілітаційних дій, які будуть спрямовані на відновлення і розвиток фізіологічних функцій дитини, ліквідацію негативних змін у її здоров'ї, запобігання хронізації гострих процесів, сприяння у створенні умов для адаптації до змін, які виникли в результаті захворювання в життєвих ситуаціях. У запропонованій концепції фізичної реабілітації дітей з бронхолегеневими захворюваннями доповнено концептуальні підходи та концептуальні, методичні й організаційні основи фізичної реабілітації дітей з бронхолегеневими захворюваннями, сукупність послідовних координованих дій яких спрямована на забезпечення максимально можливого реабілітаційного ефекту в дітей з цими захворюваннями в умовах стаціонарного лікування.*

Ключові слова: *концепція, фізична реабілітація, бронхолегеневі захворювання.*

Streszczenie. *Naukowa analiza literatury z badanych wykazała potrzebę wprowadzenia systematycznych skutecznej rehabilitacji działań, które zostaną wykorzystane do odbudowy i rozwoju funkcji fizjologicznych dziecka i profilaktyki przewlekłych procesów krytycznych, eliminując negatywne zmiany w jej zdrowia, pomocy, aby ułatwić dostosowanie się do zmian, że wynikało z choroby. Zaproponowana koncepcja rehabilitacji dzieci z chorobami oskrzela i płuca uzupełnionych o nowe treści pojęciowych podejść i ramy koncepcyjne, metodycznej i organizacyjnej, spójny zestaw skoordynowanych działań, które mają na celu zapewnienie maksymalnego możliwego wpływu rehabilitacji u dzieci z chorobami oskrzela i płuca w szpitalu.*

Słowa kluczowe: *koncepcja, rehabilitacja fizyczna, choroby oskrzelowo-płucnej.*

Abstract. *Scientific analysis of literature with the study subjects showed the need to introduce effective rehabilitation systematic actions that will be used for the restoration and development of physiological functions of the child and the prevention of chronic critical processes, eliminating negative changes in her health, assistance to facilitate the adaptation to change, resulting disease. The proposed concept of physical rehabilitation of children with bronchopulmonary diseases supplemented with new content conceptual approaches and conceptual, methodological and organizational framework, consistent set of coordinated actions which are aimed at ensuring the maximum possible rehabilitation effect in children with bronchopulmonary diseases in a hospital.*

Keywords: *concept, physical rehabilitation, bronchopulmonary disease.*

10. Івасик Н. Обґрунтування добору засобів фізичної реабілітації для дітей, хворих на гостру пневмонію / Наталія Івасик // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 1(23). – С. 45–52.

Анотація. Під час вивчення програми фізичної реабілітації хворих на пневмонію виявлено, що більшість авторів добирає засоби та методики їх застосування з урахуванням лише рухового режиму. Мета роботи – обґрунтувати диференційний добір засобів фізичної реабілітації для дітей, хворих на гостру пневмонію, враховуючи клінічну характеристику пацієнта. Дослідження проведено на базі пульмонологічного відділення обласної лікарні. Обстежено 44 дитини, хворі на пневмонію. Клінічна картина на момент їх прийняття в стаціонар відрізнялася за даними температури тіла, характеристикою кашлю, даними фізикального обстеження, наявністю больових м'язових ущільнень, ускладнень та наявності супутньої патології. Запропонований підхід до фізичної реабілітації дітей з пневмонією ґрунтується на застосуванні лікувальних положень, фізичних вправ, маніпуляційних втручань з урахуванням передусім температури тіла, характеру кашлю та даних аускультативу.

Ключові слова: фізична реабілітація, діти, хворі на пневмонію, дихальні вправи, лікування положенням.

Аннотация. Изучая программы физической реабилитации при пневмонии мы обнаружили, что в своих программах по физической реабилитации большинство авторов подбирает средства физической реабилитации и методики их применения с учетом только двигательного режима. Цель работы: обосновать дифференцированный подбор средств физической реабилитации для детей, больных острой пневмонией, учитывая клиническую характеристику пациента. Исследование проводилось на базе пульмонологического отделения областной больницы. В исследовании приняло участие 44 ребенка с пневмонией. Клиническая картина на момент их поступления в стационар отличалась по данным температуры тела, характеристике кашля, данным физикального обследования, наличию болевых мышечных уплотнений, осложнений и наличию сопутствующей патологии. Предложенный подход к физической реабилитации детей с пневмонией базируется на применении лечебных положений, физических упражнений, манипуляционных вмешательств, исходя, в первую очередь, из температуры тела, характера кашля и данных аускультации.

Ключевые слова: физическая реабилитация, дети с пневмонией, дыхательные упражнения, лечение положением.

Abstract. Studying physical therapy program for pneumonia, we found that their programs of physical rehabilitation, most authors picks physical therapy tools and methods of their application, taking into account only the motor mode. Objective: To prove differential selection of physical rehabilitation for children with acute pneumonia, given the clinical characteristics of the patient. The study was conducted at the ward Pulmonologu of Regional hospital. The study involved 44 children with pneumonia. The clinical picture at the time of their admission to hospital differed according to body temperature, cough characteristics, data, physical examination, presence of painful muscular consolidations, complications and presence of

comorbidities. The approach to the physical rehabilitation of children with pneumonia is based on the use of medical provisions, exercise, manipulation interventions primarily with fever and cough and character data auscultation.
Keywords: *physical rehabilitation of children with pneumonia, breathing exercises, treatment position.*

11. Левків В. Шляхи узгодження вітчизняних вимог до кваліфікації спортивних тренерів з європейськими стандартами тренерської діяльності / Володимир Левків // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 4(26). – С. 76–83.

Анотація. Для інтенсифікації європейської інтеграції фахівців сфери фізичної культури і спорту актуальним науково-практичним завданням постає узгодження вимог до професійної підготовки і кваліфікації спортивних тренерів з європейськими стандартами тренерської діяльності. Мета дослідження: визначення шляхів узгодження вітчизняних вимог до кваліфікації спортивних тренерів з європейськими стандартами тренерської діяльності. Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення, аналіз документальних матеріалів, спеціальної літератури, інформаційних джерел мережі Інтернет. Результати дослідження: посади фахівців сфери фізичної культури і спорту, залучених до організації і проведення навчально-тренувального процесу з виду спорту, розподілено за чотирма тренерськими категоріями згідно з 3–7 кваліфікаційними рівнями із врахуванням освітнього чи освітньо-кваліфікаційного рівнів, стажу роботи, складності професійних завдань.

Ключові слова: спорт, професія, тренер, кваліфікація, європейський стандарт.

Аннотация. Для интенсификации европейской интеграции специалистов сферы физической культуры и спорта актуальным научно-практическим заданием является согласование требований к профессиональной подготовке и квалификации спортивных тренеров с европейскими стандартами тренерской деятельности. Цель исследования: определение путей согласования отечественных требований к квалификации спортивных тренеров с европейскими стандартами тренерской деятельности. Методы исследования: теоретический анализ и обобщение, анализ документальных материалов, специальной литературы, информационных источников сети Интернет. Результаты исследования: должности специалистов сферы физической культуры и спорта, привлеченных к организации и проведению учебно-тренировочного процесса по виду спорта, распределены по 4-х тренерских уровнях в соответствии с 3–7-м квалификационными уровнями с учетом образовательного или образовательно-квалификационного уровней, стажа работы, сложности профессиональных заданий.

Ключевые слова: спорт, профессия, тренер, квалификация, европейский стандарт.

Abstract. For intensification of European integration of specialists in the field of physical education and sport to the relevant scientific and practical task, the concordance of requirements to professional preparation and qualification of sporting coaches with the European standards of coaching has appeared.

Research object: determination of ways of concordance of domestic requirements to qualification of coaches with the European standards of coaching. Research methods: theoretical analysis and generalization, analysis of documentary materials, special literature, informative sources of the Internet network. Research results: positions of specialists the field of physical education and sport, which are engaged in organization and realization of educational-training process according to the kind of sport, are divided into 4 coach's levels in accordance with 3rd –7th qualifying levels considering educational or qualifying levels, work experience, complication of professional tasks.

Keywords: *sport, profession, coach, qualification, European standard.*

12. Караулова С. Аналіз морфофункціональних показників у легкоатлетів-спринтерів різної кваліфікації / Світлана Караулова, Володимир Фаворитов // *Фізична активність, здоров'я і спорт.* – 2016. – № 1(23). – С. 17–22.

Анотація. *Високий рівень результатів у легкій атлетиці вимагає поглибленого індивідуального підходу до комплексного вивчення індивідуальних морфологічних особливостей та рівня функціональної підготовленості організму спортсменів, який пов'язаний з їхньою фізичною і технічною підготовленістю. Мета дослідження: визначити взаємозв'язок морфофункціональних показників організму спортсменів, які спеціалізуються в бігу на короткі дистанції, зі спортивною кваліфікацією. Методи дослідження: антропометрія, метод оцінювання функціональної підготовленості організму з використанням комп'ютерних технологій, методи математичної статистики. Установлено найбільш тісний зв'язок між показниками обводу стегна і голіжки та спортивною кваліфікацією, а також наявність високого взаємозв'язку з інтегральним кількісним показником величини функціональної підготовленості організму спортсменів та її окремих компонентів. Отримані експериментальні дані можуть бути певним доповненням до комплексної характеристики здібностей легкоатлетів відповідно до біодинамічних особливостей спринтерського бігу.*

Ключові слова: *антропометрія, кваліфікація, легкоатлети, розвиток, спринтери, функціональна підготовленість.*

Аннотація. *Высокий уровень результатов в легкой атлетике требует углубленного индивидуального подхода, который базируется на комплексном изучении индивидуальных морфологических особенностей и уровня функциональной подготовленности организма спортсменов, который связан с их физической и технической подготовленностью. Цель исследования: определить взаимосвязь морфофункциональных показателей организма спортсменов, специализирующихся в беге на короткие дистанции, со спортивной квалификацией. Методы исследования: антропометрия, метод оценки функциональной подготовленности организма с использованием компьютерных технологий, методы математической статистики. Установлена наиболее тесная связь между показателями охвата бедра и голени и спортивной квалификацией, а также наличие высокой взаимосвязи с интегральным количественным показателем величины функциональной подготовленности организма спортсменов и ее отдельных компонентов.*

Полученные экспериментальные данные могут быть определенным дополнением при комплексной характеристике способностей легкоатлетов в соответствии с биодинамическими особенностями спринтерского бега.

Ключевые слова: антропометрия, квалификация, легкоатлеты, развитие, спринтеры, функциональная подготовленность.

Abstract. The high level results in athletics requires in-depth of individual approach which based on a comprehensive study of the morphological features of the individual and the level of functional preparedness of sportsmen, which related to their physical and technical preparedness. Purpose of the study: interrelation of morphological and functional parameters of the organism athletes, specializing in short-distance, with sports classification. Methods: anthropometry, method of evaluation the functional preparedness of the body with the use of computer technology, mathematical statistics methods. It is established that the most correlated with the sporting result indicators girth thigh and drumstick and the availability of high correlation with integral quantitative indication of the magnitude of functional readiness of sportsmen organism and its individual components. It is shown that the data can be used in a definite of characteristics of abilities athletes in accordance with the biodynamic features of the sprinting.

Keywords: anthropometry, qualifications, athletes, development, sprinters, functional preparedness.

13. Котелевський В. Критерії ефективності та прогнозування превентивної фізичної реабілітації вертебральної патології у студентів / Володимир Котелевський, Георгій Коробейніков // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 3(25). – С. 49–59.

Анотація. Мета: аналіз авторського способу визначення ефективності та прогнозування реабілітаційного процесу на основі розрахунку специфічного коефіцієнта МПФ (ментальність, психоемоційність, функціональність). Матеріали і методи дослідження. Проведено комплексний аналіз результатів ефективності різних програм фізичної реабілітації за основними параметрами психосоматичного стану в 101 студента віком 19–20 років із неврологічними проявами вертебрального остеохондрозу першої стадії за допомогою авторської діагностичної комп'ютерної програми МПФ. Результати. Доведено високу ефективність реабілітації, яка здійснювалася з урахуванням коефіцієнта МПФ у 34 студентів віком 19–20 років із неврологічними проявами вертебрального остеохондрозу першої стадії.

Ключові слова: превентивна фізична реабілітація, критерії ефективності і прогнозування, вертебральний остеохондроз, студенти.

Аннотация. Цель: анализ авторского способа определения эффективности и прогнозирования реабилитационного процесса на основе расчета специфического коэффициента МПФ (ментальность, психоэмоциональность, функциональность). Материалы и методы исследования. Проведен комплексный анализ результатов эффективности различных программ физической реабилитации по основным параметрам психосоматического состояния у 101 студента 19–20 лет с неврологическими проявлениями вертебрального остеохондроза первой стадии с помощью авторской

диагностической компьютерной программы МПФ. Результаты. Доказана высокая эффективность реабилитации, которая осуществлялась с учетом коэффициента МПФ.

Ключевые слова: превентивная физическая реабилитация, критерии эффективности и прогнозирования, вертебральный остеохондроз, студенты.

Abstract. Objective: To analyze of the author's method of determination of efficiency and prognostication of rehabilitation process on the basis of calculation of specific coefficient of MPF (mentality, psychologically-emotionality, functionality). Material and research methods. The complex analysis of results of efficiency of the different programs of physical rehabilitation was conducted on the basic parameters of the psychosomatic state at 101 students 19–20 years of neurological manifestations of vertebral osteochondrosis first stage with a helping of authorial diagnostic computer program MPF. Results. It is proved high efficiency of rehabilitation, which was carried by a coefficient MPF.

Keywords: preventive physical rehabilitation, performance criteria and forecasting, vertebral osteochondrosis, students.

14. Кузан М. Лікувальна фізична культура як основний засіб фізичної реабілітації хворих на сечокам'яну хворобу / Марія Кузан, Анатолій Магльований, Олексій Матрошилін // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 1(23). – С. 53–62.

Анотація. Використання лікувальної фізичної культури у фізичній реабілітації хворих на сечокам'яну хворобу є важливою проблемою у зв'язку зі своєю поширеністю серед населення, важкістю і тривалістю перебігу, високою частотою рецидивів каменеутворення. Мета дослідження – обґрунтувати ефективність застосування лікувальної фізичної культури для хворих на сечокам'яну хворобу з урахуванням механізмів лікувальної дії фізичних вправ. Завдання дослідження: 1. Проаналізувати наукову та методичну літературу з проблеми застосування лікувальної фізичної культури для хворих на сечокам'яну хворобу та розкрити основні механізми лікувальної дії фізичних вправ. 2. Дібрати основні види фізичних вправ та форми лікувальної фізичної культури, які застосовують у реабілітації хворих на сечокам'яну хворобу. Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури; аналіз програмно-нормативних документів (історії хвороб). На основі інтерпретованих фізіологічних механізмів лікувальної дії фізичних вправ, відповідно до цієї патології, встановлено, що під дією фізичних вправ активізуються видільні, окисно-відновні процеси, обмін речовин в організмі, посилюється скорочувальна і рухова функція сечовивідних шляхів, що сприяє прискореному просуванню і відходженню каменів у хворих на сечокам'яну хворобу.

Ключові слова: фізична реабілітація, сечокам'яна хвороба, лікувальна фізична культура, фізична вправа, лікувальна гімнастика.

Аннотація. Использование лечебной физической культуры в физической реабилитации больных мочекаменной болезнью является важной проблемой в связи со своей распространенности среди населения, тяжестью и длительностью течения, высокой частотой рецидивов камнеобразования.

Цель исследования – обосновать эффективность применения лечебной физической культуры для больных мочекаменной болезнью, исходя из механизмов лечебного действия физических упражнений. Задачи исследования: 1. Проанализировать научно-методическую литературу по проблеме применения лечебной физической культуры для больных мочекаменной болезнью и раскрыть основные механизмы лечебного действия физических упражнений. 2. Установить основные виды физических упражнений и формы лечебной физической культуры, применяемые в реабилитации больных мочекаменной болезнью. Методы исследования: анализ и обобщение данных научно-методической литературы; анализ программно-нормативных документов (истории болезни). На основе интерпретируемых физиологических механизмов лечебного действия физических упражнений, в соответствии с данной патологией, установлено, что под действием физических упражнений активизируются выделительные, окислительно-восстановительные процессы, обмен веществ в организме, усиливается сократительная и двигательная функция мочевыводящих путей, способствует ускоренному продвижению и отхождению камней у больных мочекаменной болезнью.

Ключевые слова: физическая реабилитация, мочекаменная болезнь, лечебная физическая культура, физическое упражнение, лечебная гимнастика.

Abstract. The usage of therapeutic physical training in physical rehabilitation for patients with urolithiasis is an important problem, in connection with, its prevalence among the population, difficulty and duration of course, high recurrence frequency of stone formation. The aim of the research is to base the effectiveness of therapeutic physical training for patients with urolithiasis, that based on the mechanisms of therapeutic action of physical exercises. Task of the research: 1. Analyze and study methodological and scientific literature on the usage of medical physical training for patients with urolithiasis and reveal the basic mechanisms of therapeutic action of physical exercise. 2. Set the main types of physical exercises and form of medical physical culture, which applies in the rehabilitation of patients with urolithiasis. Methods of the research: analysis and generalization of scientific and technical literature; analysis of programme and regulatory documents (medical records). On the basis of interpreted physiological mechanism of therapeutic effect of physical exercise and according to such cases of pathology that has been determined under the action of physical exercise; the excretory, oxide and restoration and metabolism processes is activated, contractile and motor function of the urinary tract is intensified, that helps for advancement acceleration and stones removal in patients with urolithiasis.

Keywords: physical rehabilitation, urolithiasis, therapeutic physical culture, physical exercise, physiotherapy.

15. Кузан М. Спеціально адаптований комплекс лікувальної гімнастики при щадно-тренувальному режимі санітарно-курортного лікування для хворих на сечокам'яну хворобу / Марія Кузан, Анатолій Магльований, Євген Кіт // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 3(25). – С. 60–68.

Анотація. Проблема фізичної реабілітації хворих на сечокам'яну хворобу є актуальною в сучасній урології у зв'язку зі збільшуваною поширеністю серед

населення, високою частотою рецидивів каменеутворення, важкістю і тривалістю перебігу. Мета дослідження: розробити комплекс спеціально адаптованих фізичних вправ лікувальної гімнастики для хворих на сечокам'яну хворобу після екстракорпоральної ударно-хвильової літотрипсії при щадно-тренувальному руховому режимі санаторно-курортного лікування. Завдання дослідження: 1. Проаналізувати наукову та методичну літературу. 2. Розробити комплекс спеціально адаптованих фізичних вправ лікувальної гімнастики при щадно-тренувальному руховому режимі санаторно-курортного лікування для застосування після екстракорпоральної ударно-хвильової літотрипсії хворими на сечокам'яну хворобу. Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних спеціальної наукової та методичної літератури; документальні методи (вивчення історії хвороби), соціологічні методи, методи педагогічного експерименту та педагогічного спостереження. Виявлено, що основною формою лікувальної фізичної культури є лікувальна гімнастика, яка застосовується при щадно-тренувальному руховому режимі санаторно-курортного лікування після екстракорпоральної ударно-хвильової літотрипсії хворими на сечокам'яну хворобу. У заняттях лікувальної гімнастики використовується комплекс спеціально адаптованих фізичних вправ з послідовною та частою зміною вихідних положень, які спрямовані на посилення скорочувальної здатності гладкої мускулатури нирок і сечоводів, що сприяє просуванню і відходженню каменів.

Ключові слова: фізична реабілітація, лікувальна гімнастика, щадно-тренувальний руховий режим.

Аннотація. Проблема физической реабилитации больных мочекаменной болезнью актуальна в современной урологии в связи с растущей распространенностью среди населения, высокой частотой рецидивов камнеобразования, тяжестью и длительностью течения. Цель исследования: разработать комплекс специально адаптированных физических упражнений лечебной гимнастики для больных мочекаменной болезнью после экстракорпоральной ударно-волновой литотрипсии при щадяще-тренирующем двигательном режиме санаторно-курортного лечения. Задачи исследования: 1. Провести анализ научной и методической литературы. 2. Разработать комплекс специально адаптированных физических упражнений лечебной гимнастики при щадяще-тренирующем двигательном режиме санаторно-курортного лечения для применения после экстракорпоральной ударно-волновой литотрипсии больными мочекаменной болезни. Методы исследования: анализ и обобщение данных специальной научной и методической литературы; документальные методы (изучение истории болезни), социологические методы, методы педагогического эксперимента и педагогического наблюдения. Установлено, что основной формой лечебной физической культуры является лечебная гимнастика, которая применяется при щадяще-тренирующем двигательном режиме санаторно-курортного лечения после экстракорпоральной ударно-волновой литотрипсии больными мочекаменной болезни. В занятиях лечебной гимнастики используется комплекс специально адаптированных физических упражнений с последовательной и частой сменой исходных положений, направленных на

усиление сократительной способности гладкой мускулатуры почек и мочеточников, что способствует продвижению и отхождению камней.

Ключевые слова: физическая реабилитация, лечебная гимнастика, щадяще-тренирующий двигательный режим.

Abstract. The problem of physical rehabilitation patients sick on urolithiasis is urgent in modern urology in connection with rising distribution within the population, high frequency of relapse stone formation the severity and duration of the course. The aim of the research: to develop the system of special adopted physical exercises of curative gymnastics for patients sick on urolithiasis after extracorporeal shock wave lithotripsy with moderate regime of sanatorium treatment. The Methods of the study: Data analysis and synthesis of special scientific and methodological literature; documentary techniques (learning history of the deses), sociological methods, methods of teaching and pedagogical experiment observation. The task of the study: 1. To analyze the scientific and technical literature. 2. To develop the system of special adopted physical exercises of curative gymnastics with moderate regime of sanatorium treatment for usage after extracorporeal shock wave lithotripsy for urolithiasis patients. It has been established, that the main form of therapeutic physical training is curative gymnastics that use with moderate regime of sanatorium treatment after extracorporeal shock wave lithotripsy by the patient sick on urolithiasis. In the classroom physiotherapist uses a set of specially-adapted exercise with consistent and frequent changes of assumptions that are aimed at increasing the contractility of the smooth muscle of the kidneys and ureters, which promotes and discharge of stones.

Keywords: physical rehabilitation, curative gymnastics, moderate training movement regime.

16. Ленишин В. Взаємозв'язок показників спеціальної фізичної та технічної підготовленості спортсменок збірних команд України та Львівської області з групових вправ художньої гімнастики / Вікторія Ленишин // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 26–33.

Анотація. У статті проаналізовано результати кореляційного аналізу між показниками технічної та спеціальної фізичної підготовленості спортсменок. Мета дослідження – виявлення та обґрунтування взаємозв'язків між окремими показниками спеціальної фізичної та технічної підготовленості спортсменок, які спеціалізуються у групових вправах художньої гімнастики. Методи та організація дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення, педагогічні спостереження, метод експертного оцінювання, методи математичної статистики. Установлено достовірні взаємозв'язки між окремими показниками технічної та спеціальної фізичної підготовленості, що дало змогу виявити провідні спеціальні фізичні якості, які визначають результативність змагальної діяльності в групових вправах.

Ключові слова: художня гімнастика, групові вправи, спеціальна фізична підготовленість, технічна підготовленість, кореляційний аналіз.

Аннотація. В статье проанализированы результаты корреляционного анализа между показателями технической и специальной физической подготовленности спортсменок. Цель исследования – выявление и обоснование

взаимосвязей между отдельными показателями специальной физической и технической подготовленности спортсменов, специализирующихся на групповых упражнениях художественной гимнастики. Методы и организация исследования: теоретический анализ и обобщение, педагогические наблюдения, метод экспертных оценок, методы математической статистики. Установлено достоверные взаимосвязи между отдельными показателями технической и специальной физической подготовленности, что позволило выявить ведущие специальные физические качества, которые определяют результативность соревновательной деятельности в групповых упражнениях. **Ключевые слова:** художественная гимнастика, групповые упражнения, специальная физическая подготовленность, техническая подготовленность, корреляционный анализ.

Abstract. The article analyzes the results of correlation analysis between indices of technical and special physical fitness of athletes. The aim of research is to identify and substantiate the relationships between the individual indicators of special physical fitness and technical preparedness of athletes specializing in rhythmic gymnastics group exercises. Methods and organization of research: theoretical analysis and synthesis, pedagogical observation, expert evaluations, methods of mathematical statistics. Reliable relationships between different indices of technical and special physical training were established. It becomes possible to determine the leading special physical qualities that determine the effectiveness of competitive activity in group exercises.

Keywords: rhythmic gymnastics, group exercises, special physical training, technical training, correlation analysis.

17. Линець М. Індивідуалізація та диференціація фізичної підготовки спортсменів / Михайло Линець, Христина Хіменес // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 34–44.

Анотація. Підвищення конкуренції на міжнародній спортивній арені тривалий час супроводжувалося адекватним зростанням обсягів та інтенсивності тренувальних навантажень. Однак у цьому методичному підході практично не враховувалися індивідуальні особливості спортсменів, а його можливості були обмежені лімітом часу на тренування та відновлення. Мета дослідження полягала в пошуку шляхів оптимізації процесу фізичної підготовки спортсменів різної статі та віку, спеціалізації та спортивної кваліфікації. Для досягнення мети застосовано метод теоретичного аналізу та узагальнення. З'ясовано, що одним з ефективних напрямів оптимізації системи підготовки спортсменів є індивідуалізація різних компонентів тренувального процесу. Зважаючи на те, що кожен спортсмен (спортсменка) є індивідуальністю з погляду фізичного розвитку і реакцій організму на тренувальні впливи, диференційований підхід до кожного з них є важливим складником системи багаторічного тренування. Особливо перспективною може бути диференціація фізичної підготовки з урахуванням специфіки видів змагальної діяльності та індивідуальних профілів фізичної підготовленості спортсменів.

Ключові слова: індивідуалізація, диференціація, фізична підготовка, тренувальний процес.

Аннотация. Повышение конкуренции на международной спортивной арене длительное время сопровождалось адекватным увеличением объемов и интенсивности тренировочных нагрузок. Вместе с тем этот подход практически не учитывал индивидуальных особенностей спортсменов, а его возможности ограничены лимитом времени на тренировки и восстановление. Цель исследования состояла в поиске путей оптимизации процесса физической подготовки спортсменов в зависимости от пола и возраста, специализации и спортивной квалификации. Для достижения цели применили метод теоретического анализа и обобщения. Выявлено, что одним из эффективных направлений оптимизации системы подготовки спортсменов является индивидуализация различных компонентов тренировочного процесса. Учитывая то, что каждый спортсмен (спортсменка) является индивидуальностью с точки зрения физического развития и реакций организма на тренировочные воздействия, дифференцированный подход к каждому из них является важной составляющей системы многолетней тренировки. Особенно перспективной может быть дифференциация физической подготовки с учетом специфики видов соревновательной деятельности и индивидуальных профилей физической подготовленности спортсменов.

Ключевые слова: индивидуализация, дифференциация, физическая подготовка, тренировочный процесс.

Abstract. Increased competition in the international sports arena for a long time was accompanied by an adequate increase of the volume and intensity of training loads. However, this approach did not take into account individual characteristics of sportsmen, whereas its resources were time limited in terms of training and recovery. The aim of the research was to find ways of optimization of physical preparation process of athletes of different sex and age, different specialization and sports qualification. Method of theoretical analysis and synthesis was applied to achieve the purpose of the research. It was found that individualization of various training process components is one of the effective ways of optimization the system of sportsmen preparation. Taking into account the fact that every athlete possesses individual physical development and produce different responses to training stimuli, a differentiated approach to each of the athletes becomes an important component of a long-term training. Differentiation of physical conditioning subject to specific kinds of sports and individual profiles of sportsmen's physical fitness seems to be most promising.

Keywords: individualization, differentiation, physical preparation, the training process.

18. Мішин М. Основні характеристики спортивних візків для гравців різних функціональних класів у баскетболі на візках / Максим Мішин // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 3(25). – С. 19–26.

Анотація. Вибір гравцем баскетбольного візка зумовлений не тільки індивідуальними антропометричними даними, але і ступенем порушень рухових функцій спортсмена. Мета дослідження – аналіз основних характеристик спортивного візка, які використовують гравці різних функціональних класів у баскетболі на візках. Результати: урахування функціонального класу та

основних параметрів баскетбольного візка сприятиме розвитку гравця і дасть йому можливість успішно брати участь у тренувальній, ігровій та змагальній діяльності.

Ключові слова: баскетбол на візках, спортивний візок, функціональний клас, паралімпійський спорт.

Аннотація. Выбор игроком баскетбольной коляски обусловлен не только индивидуальными антропометрическими данными, но и степенью нарушений двигательных функций спортсмена. Цель исследования – анализ основных характеристик спортивной коляски, используемых игроками разных функциональных классов в баскетболе на колясках. Результаты: учет функционального класса и основных параметров баскетбольной коляски будет способствовать развитию игрока и даст ему возможность успешно принимать участие в тренировочной, игровой и соревновательной деятельности.

Ключевые слова: баскетбол на колясках, спортивная коляска, функциональный класс, паралимпийский спорт.

Abstract. Choice player in basketball wheelchairs due not only to individual anthropometric characteristics, but the degree of impairment of motor function of the athlete. The purpose of the study – analysis main characteristics of the sports wheelchairs used by the players of different functional classes in wheelchair basketball. Results: based on the functional class and the main parameters of the wheelchair basketball, will contribute to the development of the player and give him the opportunity to successfully participate in training, games and competitive activities.

Keywords: wheelchair basketball, wheelchair sports, functional class, paralympic sport.

19. Міщук Д. Індивідуально-типологічні особливості волейболістів високої кваліфікації / Діна Міщук, Олександр Черевичко // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 4(26). – С. 31–38.

Анотація. Мета: вивчити властивості індивідуально-типологічного стилю волейболістів високої кваліфікації. Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури, бланкові методики апаратно-програмного комп'ютерного комплексу «Мультіпсихометр-05». У дослідженнях взяли участь гравці команди вищої ліги «Локомотив» м. Києва, члени збірних чоловічих і жіночих команд з волейболу НУФВСУ, НТУУ «КПІ», НАУ. Усього 67 осіб (39 чоловіків і 28 жінок) віком 17–22 роки з кваліфікацією – I розряд, КМС і МС. Результати: виявлено, що волейболісти демонструють оптимальний рівень актуального психічного стану, стабільність і врівноваженість гармонічності особистості та за всіма показниками анкети оцінювання вольового самоконтролю вся група волейболістів високої кваліфікації демонструє середні значення.

Ключові слова: волейбол, індивідуально-типологічні особливості, вольовий самоконтроль, актуальний психічний стан.

Аннотація. Цель: изучить особенности индивидуально-типологического стиля волейболистов высокой квалификации. Методы исследования:

теоретический анализ и обобщение данных научной и методической литературы, бланковые методики аппаратнопрограммного компьютерного комплекса «Мультисихометр-05». В исследовании приняли участие игроки команды высшей лиги «Локомотив» г. Киева, члены сборных мужских и женских команд по волейболу НУФВСУ, НТУУ «КПИ», НАУ. Всего 67 волейболистов (39 мужчин и 28 женщин) в возрасте от 17 до 22 лет, с квалификацией I взрослый, КМС, МС. Результаты: показано, что волейболисты демонстрируют оптимальный уровень актуального психического состояния, стабильность и уравновешенность гармоничности личности и по всем показателям анкеты оценки волевого самоконтроля вся группа волейболистов высокой квалификации демонстрирует средние значения.

Ключевые слова: волейбол, индивидуально-типологические особенности, волевой самоконтроль, актуальное психическое состояние.

Abstract. Objective: To study the characteristics of individually-typological style of highly skilled volleyball players. Materials and methods: theoretical analysis and data generalization of scientific and methodical literature, blank techniques of computer hardware and software "Multipsihometr-05" complex. The study involved "Lokomotive" Kyiv premier league players, members of the male and female NUFVSU, NTU "KPI", NAU volleyball teams. The study was conducted on 67 volleyball players, males and females, 17 to 22 age group, first adult category, candidate Masters of sports, Masters of sports. Results: It was shown that volleyball players show the optimal level of actual mental condition, stability and harmonic balance of the individual, whereas according to all indicators of voluntary self-assessment questionnaire the whole group of highly qualified volleyball players showed average values.

Keywords: volleyball, individually-typological characteristics, volitional self-control, current mental state.

20. Нерода Н. Періодизація розвитку професійного спорту в Європі / Неоніла Нерода, Юрій Бріскін // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 3–10.

Анотація. У статті визначено, що при наявній диспропорції у системі знань про американський та європейський професійний спорт актуальним науково-практичним завданням постає вивчення історії та сучасного стану європейського професійного спорту. Мета дослідження: визначити чинники та періоди розвитку європейського професійного спорту. Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення, аналіз документальних матеріалів, спеціальної літератури, інформаційних джерел мережі Інтернет. Місце і функціонування професійного спорту в суспільстві визначали чинники різного характеру: культові, соціально-політичні, прикладні, рекреаційні та економічні. Аналіз еволюційних змін дав змогу виокремити такі етапи розвитку сучасного професійного спорту в Європі: 1823–1894 рр.; 1896–1939 рр.; 1945–1984 рр.; від 1985 р.

Ключові слова: Європа, етап, чинники, періодизація, професійний спорт.

Аннотация. В статье определено, что при существующей диспропорции в системе знаний об американском и европейском профессиональном спорте актуальной научно-практической задачей является изучение истории и современного состояния европейского профессионального спорта. Цель исследования: определить факторы и периоды развития европейского профессионального спорта. Методы исследования: теоретический анализ и обобщение, анализ документальных материалов, специальной литературы, информационных источников сети Интернет. Место и функционирование профессионального спорта в обществе определяли факторы различного характера: культовые, социально-политические, прикладные, рекреационные и экономические. Анализ эволюционных изменений позволил выделить следующие этапы развития современного профессионального спорта в Европе: 1823–1894 гг.; 1896–1939 гг.; 1945–1984 гг.; с 1985 года.

Ключевые слова: Европа, этап, факторы, периодизация, профессиональный спорт.

Abstract. It is determined in the article that considering the current imbalance in the system of knowledge about American and European professional sports, relevant scientific and practical task is to study the history and the current state of European professional sports. The objective: to identify the factors and periods of European professional sports. The methods: theoretical analysis and synthesis, analysis of documentary materials, library resources and Internet information sources. Location and operation of professional sports determined some factors of different nature in society: religious, social and political, applied, recreational and economic factors. The analysis of evolutionary changes allowed identifying the following stages of the development of modern professional sport in Europe: 1823–1894; 1896–1939; 1945–1984; since 1985.

Keywords: Europe, stage, factor, periodization, professional sport.

21. Одинець Т. Технологія аквафітнесу в структурі особистісно-орієнтованої програми фізичної реабілітації жінок з постмастектомічним синдромом / Тетяна Одинець, Марина Левченко // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 1(23). – С. 63–68.

Анотація. Мета: розробити та науково обґрунтувати технологію аквафітнесу в структурі особистісно-орієнтованої програми фізичної реабілітації жінок з постмастектомічним синдромом на диспансерному етапі реабілітації. Матеріал і методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури та всесвітньої інформаційної мережі Інтернет; індукція та порівняння. До дослідження залучено 45 жінок з постмастектомічним синдромом на диспансерному етапі реабілітації. Результати: розроблена програма аквафітнесу містила засоби аквамоушену, аквабілдингу, аквастретчингу, що були реалізовані відповідно до адаптаційного та тренувального періодів диспансерного етапу реабілітації.

Ключові слова: аквафітнес, програма, реабілітація, жінки, постмастектомічний синдром.

Аннотация. Цель: разработать и научно обосновать технологию аквафитнеса в структуре личностно-ориентированной программы физической

реабілітації жінок з постмастектомічним синдромом на диспансерному етапі реабілітації. Матеріал і методи: теоретичний аналіз і обобщення даних науково-методическої літератури і всемирної інформаційної мережі Інтернет; індукція і порівняння. В дослідженні прийняло участь 45 жінок з постмастектомічним синдромом. Результати: розроблена програма аквафітнеса включала в себе засоби аквамоушена, аквабилдинга, аквастретчинга, які реалізовувалися в відповідності з адаптаційним і тренувальними періодами диспансерного етапу.

Ключові слова: аквафітнес, програма, реабілітація, жінки, постмастектомічний синдром.

Abstract. Objective: to develop and substantiate technology of aquafitness classes in the structure of personality-oriented program of physical rehabilitation of women with postmastectomy syndrome on the dispensary stage of rehabilitation. Material and Methods: theoretical analysis and synthesis of scientific-methodical literature and global information on the Internet; induction and comparison. The study involved 45 women with postmastectomy syndrome. Results: the developed program of aquafitness includes exercises of akvamoushn, akvabilding, akvastretching which were implemented in accordance with the adaptation and training period of follow steps.

Keywords: aquafitness, program, rehabilitation, women, postmastectomy syndrome.

22. Особливості мануальної терапії у хворих зі стенозом хребтового каналу поперекового відділу хребта / Ірина Рой, Олег Пилипенко, Яків Фіщенко, Олександр Чернявський // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 63–70.

Анотація. У статті подано результати застосування мануальної терапії у хворих зі стенозом хребтового каналу поперекового відділу хребта. Викладено особливості її проведення в цієї категорії пацієнтів, а також результати лікування. На сьогодні сформовано розуміння того, що можливість проведення мануальної терапії визначається за ступенем можливої загрози компресії структур хребтового каналу під час маніпуляцій. Мета роботи: вивчити ефективність застосування мануальної терапії у хворих з вертеброгенним больовим синдромом за наявності стенозу хребтового каналу поперекового відділу. Методи та організація дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел; огляд; опитування; рентгенографія; МРТ; міографія; термографія; методи математичної статистики. Обстежено та проаналізовано анатомо-функціональний стан хребта 43 хворих з болями в поперековому відділі хребта, що поширювалися на нижні кінцівки. Усі хворі мали стеноз хребтового каналу дегенеративно-дистрофічного генезу. У результаті проведення 33 хворим мануальної терапії у 12 (36,4%) з них больовий синдром, обмеження обсягу рухів в уражених відділах хребта, а також більшість вторинних рефлекторних порушень було ліквідовано майже повністю.

Ключові слова: грижа диска, стеноз хребтового каналу, мануальна терапія.

Анотація. В статті представлені результати застосування мануальної терапії у хворих зі стенозом позвоночного каналу поясничного відділу.

позвоночника. Изложены особенности ее проведения у данной категории пациентов, а также результаты лечения. На сегодня сформировалось понимание того, что возможность проведения мануальной терапии определяется не самим фактом стеноза, а степенью угрозы компрессии структур позвоночного канала. Цель работы: изучить эффективность применения мануальной терапии у больных с вертеброгенным болевым синдромом при наличии стеноза позвоночного канала поясничного отдела. Методы и организация исследования: теоретический анализ и обобщение литературных источников; термография; рентгенография; миография; МРТ; осмотр; опрос; методы математической статистики. Обследовано и проанализировано анатомо-функциональное состояние позвоночника 43 больных с болями в поясничном отделе позвоночника, которые распространялись на нижние конечности. У всех больных имел место стеноз позвоночного канала. В результате проведения 33 больным мануальной терапии у 12 (36,4%) из них болевой синдром, ограничение объема движений в пораженных отделах позвоночника, а также большинство вторичных рефлекторных нарушений были ликвидированы полностью.

Ключевые слова: грыжа диска, стеноз позвоночного канала, мануальная терапия.

Abstract. The article considers the results of manual therapy (MT) application in patients with lumbar spinal canal stenosis. Special features of MT administration for this category of patients, as well as the results of the treatment are presented. Nowadays there is a common understanding that possibilities of MT are determined by the level of apprehensive compression of the spinal canal structures during the manipulation. Research objective: to examine the effectiveness of MT in patients with vertebrogenic pain in presence of lumbar spinal canal stenosis. Methods and organization of the studies: 1. Theoretical analysis and synthesis of the literature. 2. Physical examination. 3. Anamnesis. 4. Radiography. 5. MRI. 6. Myography. 7. Thermography. 8. Methods of Mathematical Statistics. The anatomico-functional condition of 43 patients with pain in the lumbar spine, which radiated to the lower limbs had been examined and analyzed. Spinal canal stenosis of degenerative genesis due to presence of disc herniation was diagnosed in all the patients. As a result, 12 (36,4%) patients out of 33, who underwent the MT treatment, had complete elimination of pain syndrome, of range of movements limitation in the lumbar spine as well as of most of the secondary reflex disorders.

Keywords: spinal disc herniation, spinal stenosis, manual therapy.

23. Паєнок О. Хірургічне лікування раку молочної залози: наслідки та потенціал для фізичної реабілітації / Олександр Паєнок, Аліна Передерій // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 4(26). – С. 57–66.

Анотація. Мета: визначити спрямованість фізичної реабілітації жінок із постмастектомічними наслідками лікування раку молочної залози. Методи: теоретичний аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури і всесвітньої інформаційної мережі Інтернет; індукція, порівняння. Результати: радикальні операції на молочній залозі призводять до низки післяопераційних ускладнень, що поділяються на ранні (лімфорей, ранній

набряк, інфікування післяопераційної рани, краєвий некроз шкірних клаптів) і пізні (набряк, контрактура плечового суглоба, параліч верхньої кінцівки, парез плечового сплетіння, парестезії та біль у ділянці грудної стінки). Характер післяопераційних ускладнень визначає стратегію реабілітації. Висновки: пріоритетним завданням є обґрунтування адекватних засобів реабілітації, режимів рухової активності, методичних рекомендацій стосовно виконання вправ, що дало б змогу індивідуалізувати процес фізичної реабілітації з постмастектомічними наслідками проведеного лікування раку молочної залози.

Ключові слова: рак молочної залози, лікування, фізична реабілітація.

Аннотація. Цель: определить направленность физической реабилитации женщин с постмастэктомическими последствиями лечения рака молочной железы. Методы: теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы и всемирной информационной сети Интернет; индукция, сравнение. Результаты: радикальные операции на молочной железе приводят к ряду послеоперационных осложнений, которые делятся на ранние (лимфоррея, ранний отек, инфицирование послеоперационной раны, краевой некроз кожных лоскутов) и поздние (отек, контрактура плечевого сустава, паралич верхней конечности, парез плечевого сплетения, парестезия и боль в области грудной стенки). Характер послеоперационных осложнений определяет стратегию реабилитации. Выводы: приоритетной задачей выступает обоснование адекватных средств реабилитации, режимов двигательной активности, методические рекомендации по выполнению упражнений, что позволило бы индивидуализировать процесс физической реабилитации с постмастэктомическими последствиями проведенного лечения рака молочной железы.

Ключевые слова: рак молочной железы, лечение, физическая реабилитация.

Abstract. Purpose of the research: To identify the tendencies of the physical rehabilitation for women with postmastectomy consequences. Methods of research: theoretical analysis and synthesis of scientific and methodological publications as well as Internet global network information; induction, comparison. Results of the research: radical breast surgery leads to a number of postoperative complications, which could be divided into the early ones, (like lymphorrhoea, early swelling, infection of a postoperative wound, marginal necrosis of skin flaps) and the late ones (edema, contracture of the shoulder joint, paralysis of upper limbs, paresis of brachial plexus, paresthesia and pain in the chest). The nature of postoperative complications determines the strategy of rehabilitation. Conclusions: Justification of adequate means of rehabilitation, regimes of motor activity, methodological recommendations for exercises execution seem to be a foreground task, which would allow to individualize the process of physical rehabilitation for women with postmastectomy consequences having been treated for breast cancer.

Keywords: breast cancer, treatment, physical rehabilitation.

24. Приступа Є. Система підготовки висококваліфікованих команд з гандболу в річному макроциклі / Євген Приступа, Валерія Тищенко // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 45–53.

Анотація. Досліджено систему підготовки гандболістів високої кваліфікації впродовж річного макроциклу. Звернено увагу на специфіку її побудови, у зв'язку з тривалим змагальним періодом. Визначено, що в гандболі застосовується одноциклова система побудови річного макроциклу з 2–3-місячним підготовчим періодом, 8–10-місячним змагальним періодом і 4–6-тижневим перехідним періодом. Проведено порівняльний аналіз тривалості періодів річного макроциклу в процесі багаторічних занять команд Суперліги України «Мотор» і «ЗТР». Засвідчено, що від правильної побудови змагального періоду залежить динаміка більшості показників як фізичного, так і психічного стану гандболістів, що є чинниками забезпечення результативності змагальної діяльності. Тому при розробленні адекватної системи контролю змагальної діяльності спортсменів та команд високої кваліфікації з гандболу, необхідно ставити додаткові завдання для вибору та обґрунтованості цих показників.

Ключові слова: гандбол, підготовленість, період, етап, макроцикл.

Аннотація. Исследована система подготовки гандболистов высокой квалификации в течение годового макроцикла. Обращено внимание на специфику ее построения, в связи с длительным соревновательным периодом. Определено, что в гандболе применяется одноцикловая система построения годового макроцикла с 2–3-месячным подготовительным, 8–10-месячным соревновательным и 4–6-недельным переходным периодами. Проведен сравнительный анализ продолжительности периодов годового макроцикла в процессе многолетних занятий команд Суперлиги чемпионата Украины «Мотор» и «ЗТР». Засвидетельствовано, что от правильного построения соревновательного периода зависит динамика большинства показателей как физического, так и психического состояния гандболистов, что является факторами обеспечения результативности соревновательной деятельности. Поэтому при разработке адекватной системы контроля соревновательной деятельности спортсменов и команд высокой квалификации по гандболу, необходимо ставить дополнительные задачи для выбора и обоснованности этих показателей.

Ключевые слова: гандбол, подготовленность, период, этап, макроцикл.

Abstract. A system of training of professional handball players during the annual macro-cycle was analyzed. Attention was paid to the specifics of its construction, due to the long competitive period. It was determined that in handball a single-cycle system of construction of the macro-cycle with the annual 2–3 month preparatory, 8–10-month competitive and 4–6-week transition periods was applied. A comparative analysis of the periods duration in the annual macro-cycle during multi-year trainings of teams of the Super League Championship of Ukraine: «Motor» and ZTR. It was testified that dynamics of the majority of indicators, both physical and mental state of handball players, that emphasizes the impact factors for competitive activities depends on the proper construction of the competitive period. Therefore, to develop an adequate system of control of competitive activity of athletes and teams of professional handball players, it is necessary to put additional goals for the selection and validity of these indices.

Keywords: handball, training, period, stage, macro-cycle.

25. Приступа Є. Стан проблеми контролю тренувальної та змагальної діяльності в системі підготовки команд високої кваліфікації з гандболу / Євген Приступа, Валерія Тищенко // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 4(26). – С. 39–49.

***Анотація.** У статті містяться науково-теоретичні положення, результати дослідно-експериментальної роботи, які дали змогу створити наукову базу і визначити систему комплексного контролю спортивної підготовленості в процесі багаторічної підготовки команд з гандболу. Для з'ясування наявного стану проблеми контролю тренувальної та змагальної діяльності команд високої кваліфікації з гандболу проведено соціологічне опитування шляхом анкетування тренерів провідних команд різних країн світу. Визначено наявність суб'єктивних та об'єктивних чинників, які не дають можливості тренерам розкрити потенціал підготовленості команди. Реалізація кожного з видів контролю відбувається на різних етапах підготовки: оперативний контроль – на всіх тренувальних заняттях; поточний та етапний контроль компенсовані з урахуванням показників тривалості та кількості тренувальних занять. Вказано на потребу введення до поточного контролю спортсменів (команд) високої кваліфікації з гандболу близько 20 тестових завдань та до етапного контролю – майже 34 тестові завдання за різними сторонами підготовленості.*

***Ключові слова:** гандбол, контроль, підготовленість, опитування, команда.*

***Аннотація.** В статье содержатся научно-теоретические положения, результаты опытно-экспериментальной работы, что позволило создать научную базу и определить систему комплексного контроля состояния спортивной подготовленности команд высокой квалификации по гандболу. Для выяснения существующего положения проблемы контроля тренировочной и соревновательной деятельности нами проведен социологический опрос путем социологического опроса (анкетирования) тренеров ведущих команд мира. Определено наличие субъективных и объективных факторов, которые не позволяют тренерам раскрыть свой потенциал. Реализация каждого из видов контроля происходит на различных этапах подготовки: оперативный контроль – на всех тренировочных занятиях; текущий и этапный контроль компенсированы с учетом показателей продолжительности и количества тренировочных занятий. Указано на необходимость введения в текущий контроль спортсменов (команд) высокой квалификации по гандболу около 20 тестовых заданий и в этапный контроль – около 34 тестовых заданий для оценки разных сторон подготовленности.*

***Ключевые слова:** гандбол, контроль, подготовка, опрос, команда.*

***Abstract.** The article deals with scientific and theoretical issues, results of pilot-experimental work, which made it possible to create a scientific basis and to define a system of integrated control of sports efficiency of highly qualified handball teams during competitive activity. To understand the current state of the problem pertaining to the control during training and competitive activities of highly qualified handball teams a sociological survey (questionnaire) of coaches of several leading teams of the world was held. Subjective and objective factors that do not allow coaches to achieve their potential were singled out. Fulfillment of each of the types of control*

takes place at different stages of training: thus, operational control is applied at all training sessions; current and phased control takes into account the duration and number of training sessions. It is recommended to introduce some 20 test tasks to the current control of the highly qualified handball players (teams), whereas the phased control should be supplemented by 34 test tasks in accord with the level of efficiency. *Keywords: handball, control, training, survey*

26. Савлюк С. Розвиток координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку з депривацією слуху в процесі фізичного виховання / Світлана Савлюк // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 3(25). – С. 27–34.

Анотація. Рухові порушення дітей із депривацією слуху лежать здебільшого у сфері координаційних проявів. Мета дослідження: дослідити координаційні здібності дітей віком 6–10 років з депривацією слуху спеціальної школи-інтернату в процесі фізичного виховання. Методи дослідження: загальнонаукові (аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури); педагогічні (спостереження, тестування, експеримент); математико-статистичні (середнє арифметичне, середнє квадратичне відхилення). Організація: дослідження фізичних якостей дітей молодшого шкільного віку з депривацією слуху проводилися на базі Острозької та Калуської спеціальних загальноосвітніх шкіл-інтернатів I–III ступенів та ЗОШ № 27 м. Рівного. Учасники: у дослідженнях узяли участь 139 школярів віком 6–10 років із депривацією слуху та 186 практично здорових однолітків того ж віку. Результати: виявлено значне відставання дітей із депривацією слуху від їх практично здорових однолітків, визначені показники координаційних здібностей дітей із депривацією слуху статистично вірогідно нижчі, ніж у їхніх здорових однолітків: швидкості, статичної рівноваги, силових і координаційних здібностей. Висновки: підтверджено дані науковців, що в усіх досліджуваних вікових періодах координаційні якості в дітей із депривацією слуху значно нижчі від показників здорових однолітків.

Ключові слова: координаційні здібності, порушення слуху, фізичне виховання, депривація слуху, молодший шкільний вік.

Аннотація. Двигательные нарушения детей с депривацией слуха лежат большей частью в сфере координационных проявлений. Цель исследования: исследовать координационные способности детей младшего школьного возраста с депривацией слуха специальной школы-интерната в процессе физического воспитания. Методы исследования: общенаучные (анализ и обобщение данных научной и методической литературы); педагогические (наблюдение, тестирование, эксперимент); математико-статистические (среднее арифметическое, среднее квадратичное отклонение). Организация: исследования физических качеств детей младшего школьного возраста с депривацией слуха проводились на базе Острожской и Калушской специальных общеобразовательных школ-интернатов I–III ступеней и СОШ № 27 г. Ровно. Участники: в исследованиях приняли участие 139 школьников 6–10 лет с депривацией слуха и 186 практически здоровых ровесников того же возраста. Результаты: выявлено значительное отставание детей с депривацией слуха от их практически здоровых ровесников, определённые показатели

координаційних способностей дітей з депривацією слуха статистически достовірно нижче, чєм у їх здорових ровесників: ловкості, статического равновесія, силових і координаційних способностей. Выводи: підтвержені данні научних работников, что во всіх дослідюємых візрастных періодах координаційніє качєства у дітей з депривацією слуха значительнє нижче показателєй їх здорових ровесників.

Ключевые слова: координаційніє способности, нарущєніє слуха, фізическє воспитаніє, депривація слуха, младший шкільний візраст.

Abstract. Motor abuse of children with hearing deprivation (HD) are mostly in the area of coordination manifestations. Objective: to investigate the coordination abilities of children aged 6–10 years with deprivation of hearing of special boarding school during physical education. Research methods – general scientific (analysis and synthesis of these scientific and technical literature); teaching (observation, testing, experimentation); mathematics and statistics (mean, standard deviation). Organize: the study of coordination abilities of primary school children with hearing deprivation held at the Ostroh and Kalush special boarding schools of I–III degree and school number 27 c. Rivne. Partisipants: in the study involved 139 students 6–10 years with hearing deprivation and 186 healthy peers of the same age. Results: it was found a significant backlog of children with hearing deprivation from their healthy peers; defined characteristics of coordination abilities of children with HD statistically significantly lower than in their healthy peers. Conclusions: the scientific data confirmed: at all examined ages coordination abilities in children with HD is significantly lower than indicators of their healthy peers.

Keywords: coordination abilities, hearing impairment, physical education, deprivation of hearing, primary school age.

27. Соколова Н. Спортивне життя в Харківському університеті (1804–1917 рр.) / Наталія Соколова, Оксана Попова // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 11–17.

Анотація. Актуальність: низький рейтинг фізичного виховання серед української студентської молоді вимагає від спеціалістів пошуку нових методів викладання цієї дисципліни, мотивувати молодь до занять спортом. Урахування історичного досвіду сприятимє розвиткові нових тенденцій у становленні сучасної національної системи фізичного виховання. Мета – висвітлити процес становлення й розвитку спорту в Харківському університеті дореволюційного періоду. Матеріали і методи: аналіз й узагальнення джерельної бази з обраної проблеми. Результати: установленє, що з моменту початку роботи університету студенти мали змогу за додаткову платню відвідувати заняття фізкультурно-спортивного спрямування. Особливо спортивне життя у вищій активізувалося на початку ХХ ст. з моменту створення спортивно-гімнастичного гуртка. Висновки: результати дослідження підтверджують, що платна основа занять з фізичного виховання, несистематичне викладання дисципліни й відсутність навчальних програм гальмувало розвиток спортивного життя в Харківському університеті впродовж ХІХ – початку ХХ ст.

Ключові слова: спорт, фізичне виховання, гімнастика, танці, верхова їзда, фехтування, гурток, університет.

Аннотація. Актуальність: низкий рейтинг фізического воспитания среди украинской студенческой молодежи требует от специалистов поиска новых методов преподавания данной дисциплины, мотивировать молодежь к занятиям спортом. Учет исторического опыта будет способствовать развитию новых тенденций в становлении современной национальной системы физического воспитания. Цель: вычленили важнейшие моменты в процессе становления и развития физической культуры и спорта в Харьковском университете дореволюционного периода. Материалы и методы: анализ и обобщение источников по избранной проблеме. Результаты: установлено, что с момента начала работы университета студенты имели возможность за дополнительную плату посещать занятия физкультурно-спортивного направления. Особенно спортивная жизнь в вузе активизировалась в начале XX в. с момента создания спортивно-гимнастического кружка. Выводы: результаты исследования подтверждают, что платная основа занятий по физической культуре, несистематическое преподавание дисциплины и отсутствие учебных программ тормозило развитие спортивной жизни в Харьковском университете на протяжении XIX – начала XX в.

Ключевые слова: спорт, физическое воспитание, гимнастика, танцы, верховая езда, фехтование, кружок, университет.

Abstract. Relevance: Low rating of physical education among the Ukrainian academic youth requires new approaches and methods of this discipline teaching; demands deeper motivation to sport activities from young people. Acquaintance with and involvement of historical experience will contribute to the development of new trends in modern national physical education system. Purpose: To single out the most important moments in the process of formation and development of physical culture and sports in the Kharkov University during the pre-revolutionary period. Material and Methods: Analysis and synthesis of sources on the problem in question. Results: It was found that since the foundation of the University the students had the opportunity to attend sports classes for additional fee. Sports activities at the University became more brisk in the early XX century with the establishment of sports and gymnastic society. Conclusions: results of the study confirm that paid physical training, unsystematic teaching of the discipline as well as lack of training programmes hindered the development of the sports life of the University of Kharkov during the XIX – early XX century.

Keywords: sports activities, physical education, gymnastics, dancing, riding, fencing, club, university.

28. Смик М. Обґрунтування ефективності засобів фізичної реабілітації для новонароджених з неонатальною асфіксією легкого ступеня / Марта Смик, Катерина Тимрук-Скоропад // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 1(23). – С. 69–77.

Анотація. Асфіксія новонароджених є передумовою важких соматичних порушень дитячого організму. Від своєчасності надання медичної та реабілітаційної допомоги залежить подальший розвиток дитини. Мета

дослідження: обґрунтувати добір найбільш оптимальних засобів фізичної реабілітації новонароджених з неонатальною асфіксією. Матеріали й методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел; фізіометричні методи: (визначення зросту, маси, обводу грудної клітки); медико-біологічні (оксигемометрія, вимірювання частоти дихання, пульсометрія, тонометрія); методи математичної статистики (для перевірки достовірності відмінності даних між досліджуваними групами використано *t*-критерій Стьюдента). До дослідження залучено 72 новонароджені дитини з неонатальною асфіксією. Результати: застосування дібраних методів фізичної реабілітації дало змогу поліпшити функціональний стан серцево-судинної та дихальної систем.

Ключові слова: фізична реабілітація, новонароджена дитина, кардіо-респіраторна система, асфіксія.

Streszczenie. *Asphyxia noworodków jest warunkiem poważnych zaburzeń somatycznych organizmu dziecięcego. Od pilnego dostarczenia zapomogi medycznej i rehabilitacyjnej zależy dalszy rozwój noworodka. Cel pracy: zidentyfikować i wybrać najbardziej odpowiednie metody badania i rehabilitacji noworodków z asfiksja. Materiały i metody analizy pisemnictwa: metody fizjometryczne: (wzrost, waga, obwód klatki piersiowej); medyczne i biologiczne metody (oksyhemometriya, pomiar częstości oddechów, pomiar tętno, pomiar ciśnienia); Metody statystyczne (kryterium t-Studenta). Do badania włączono 72 noworodków z asfiksją. Wyniki: stosowania wybranych metod rehabilitacji wpłynęło na poprawę wyników badań układu naczyniowego, w tym na średnie ciśnienie krwi, parametry saturacji i układu oddechowego.*

Słowa kluczowe: *rehabilitacja ruchowa, noworodek, układ naczyniowy, asfiksja.*

Abstract. *Newborn asphyxia is a prerequisite of severe somatic disorders for child's body. Preventing death and disability through the timely provision of medical and rehabilitation care. Objective: to identify and choose the most appropriate methods of examination and rehabilitation of newborns with neonatal asphyxia. Materials and methods: analysis of literature and empirical data; physiometric methods are the definition of height, weight, circumference of chest; the medical and biological methods are oximetry, measuring of respiratory rate, pulse oximetry, tonometry. The methods of Mathematical Statistics (are used for the authentication data differences 77 between the study groups used the Student *t*-criterion). There are 72 newborn involved into the examination of neonatal asphyxia. The results: the usage of the selected methods of physical rehabilitation makes possible to improve the results of the cardiovascular system, including the blood pressure definition, the saturation parameters and of the respiratory system.*

Keywords: *physical rehabilitation, newborn, cardiovascular system, asphyxia.*

29. Стефанишин М. Рівні розвитку фізичних якостей у школярів з різною масою тіла / Маркіян Стефанишин, Іванна Боднар // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 1(23). – С. 3–9.

Анотація. Пошук критеріїв, які важливо враховувати під час реалізації диференційованого підходу в оцінюванні фізичної підготовленості школярів, є актуальною проблемою. З'ясування рівнів розвитку фізичних якостей у школярів з різними рівнями фізичного розвитку дасть можливість визначити

оптимальний набір морфологічних ознак, які найбільшою мірою характеризують рухові здібності дітей. Це дозволить обґрунтувати необхідність врахування показників фізичного розвитку в оцінюванні фізичної підготовленості. Мета – з'ясувати рівні розвитку фізичних якостей школярів із різною масою тіла. Тестування рівня фізичної підготовленості школярів проводилося за орієнтовними навчальними нормативами, передбаченими навчальною програмою з фізичної культури (2010). У тестуванні рівня фізичної підготовленості взяло участь 327 учнів старшого шкільного віку (146 хлопців, 181 дівчина). З'ясовано, що маса тіла більша за середню зумовлює низькі показники швидкості бігу на 30 метрів; вища за нормальну відносна маса тіла призводить до низьких рівнів прояву спритності у циклічних локомоціях

Ключові слова: фізичний розвиток, фізична підготовленість, тестування.

Аннотація. Поиск критериев, которые важно учитывать при реализации дифференцированного подхода в оценке физической подготовленности школьников, остается актуальной проблемой. Выяснение уровней развития физических качеств у школьников с разными уровнями физического развития позволит определить оптимальный набор морфологических признаков, которые в наибольшей степени характеризуют двигательные способности детей. Это позволит обосновать необходимость учета показателей физического развития в оценке физической подготовленности. Цель – выяснить уровни развития физических качеств школьников с разной массой тела. Тестирование уровня физической подготовленности школьников проводилось по ориентированным учебным нормативам, которые предусмотрены учебной программой по физической культуре (2010). В тестировании уровня физической подготовленности приняло участие 327 учащихся старшего школьного возраста (146 ребят, 181 девушка).

Ключевые слова: физическое развитие, физическая подготовленность, тестирование.

Abstract. Search criteria that are important to consider when implementing a differentiated approach in assessing the physical fitness of students remains a pressing problem. Figuring levels of physical qualities in students with different levels of physical development will determine the optimal set of morphological features that characterize most motor abilities of children. This will justify the need to take account of physical development in the assessment of physical fitness. The goal – to find out the level of physical qualities of students with different weight. Testing of physical fitness of students conducted by the approximate educational standards prescribed curriculum of Physical Education (2010). In testing the level of physical fitness of students attended 327 high school age, 146 – guys, 181 – girl.

Keywords: physical development, physical fitness, testing.

30. Суник А. Пьер де Кубертен – основатель современных Олимпийских игр / Александр Суник // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 3(25). – С. 69–94.

Анотація. Авторський задум полягає в тому, щоби спробувати висвітлити творчий шлях П'єра де Кубертена, сконцентрувавши особливу увагу на з'ясуванні його діяльності як засновника сучасних Олімпійських ігор. Одне з

пріоритетних завдань полягає в тому, щоби показати: П'єр де Кубертен був реформатором системи виховання, освіти, розглядав ці феномени як елементи олімпізму – філософії та ідеології Олімпійських ігор та олімпійського руху. У цьому тексті висвітлено два десятиліття в житті П'єра де Кубертена: 1914–1925-й роки. Джерельну основу склали праці П'єра де Кубертена, присвячені Олімпійським іграм, олімпізму, спорту. Важливе джерело «Олімпійські мемуари» П'єра де Кубертена (Лозанна, 1931 рік). Використано «Олімпійські мемуари» в перекладі відомого чеського історика Олімпійських ігор Франтішека Кроута і його Коментарі (Прага, 1977 р); публікації фрагментів «Олімпійських мемуарів» у польському журналі «Kultura fizyczna» (Варшава, 1975–1976 рр.); «Олімпійські мемуари» російською мовою, видані під егідою Російського міжна-родного олімпійського університету (Москва, 2011 р). Використано й інші джерела.

Ключові слова: П'єр де Кубертен; Олімпійські ігри; міжнародний олімпійський рух; Міжнародний олімпійський комітет; спорт.

Аннотація. Авторский замысел: попытаться осветить творческий путь Пьера де Кубертена, сконцентрировав особое внимание на освещении его деятельности как основателя современных Олимпийских игр. Одна из приоритетных задач заключается и в том, чтобы показать: Пьер де Кубертен был в то же время и реформатором системы воспитания, образования, рассматривал эти феномены как составные элементы олимпизма – философии и идеологии Олимпийских игр и олимпийского движения. В данном тексте освещается 12-летний этап творческой деятельности Пьера де Кубертена: 1914–1925-й годы. Источниковую основу составили труды Пьера де Кубертена, посвященные Олимпийским играм, олимпизму, спорту. Особо ценный источник «Олимпийские мемуары» Пьера де Кубертена (Лозанна, 1931); использованы «Олимпийские мемуары» в переводе известного чешского историка Олимпийских игр Франтишека Кроутила и его комментарии (Прага, 1977); публикации фрагментов «Олимпийских мемуаров» в польском журнале «Kultura fizyczna» (Варшава, 1975–1976); «Олимпийские мемуары» на русском языке, изданные под эгидой Российского Международного Олимпийского Университета (Москва, 2011). Используются и другие источники.

Ключевые слова: Пьер де Кубертен, Олимпийские игры, международное олимпийское движение, Международный олимпийский комитет, спорт.

Abstract. The author's intention was to make an attempt of highlighting the creative development of Pierre de Coubertin paying special attention to his activities as a founder of modern Olympic Games. One of the priorities was to depict Pierre de Coubertin's personality as a reformist of educational system who considered the phenomena of education and training as constituent elements of Olympism, which became the philosophy and ideology of the Olympic Games and the Olympic movement. The article covers two decades in the life of Pierre de Coubertin: the years between 1894 and 1914. The works of Pierre de Coubertin devoted to the Olympic Games, to Olympism and sports served as the source basis for the research. "Olympic Memoirs" by Pierre de Coubertin (Lausanne, 1931) are regarded as a particularly valuable source. "Olympic Memoirs" translated and accompanied with

comments by Frantisek Kroutil, a famous Czech historian of the Olympic Games (Prague, 1977) were also used in the study. Publication of "Olympic Memoirs" fragments in "Kultura fizyczna" Polish magazine (Warsaw, 1975–1976) as well as Russian translation of "Olympic Memoirs" published under the auspices of Russian International Olympic University (Moscow, 2011) were among the used literary sources.

Keywords: Pierre de Coubertin, Olympic Games, international Olympic movement, IOC, sport.

31. Тодорова В. Аналіз програмно-нормативного забезпечення з хореографічної підготовки у складнокоординаційних видах спорту / Валентина Тодорова // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 1(23). – С. 23–31.

Анотація. Мета: проаналізувати програмно-нормативне забезпечення хореографічної підготовки спортсменів. Матеріали і методи: для визначення теоретичних позицій дослідження застосовано методи аналізу, синтезу, порівняння, систематизації наукових джерел з досліджуваної проблеми. Результати: використано програмно-нормативні матеріали щодо хореографічної підготовки у видах спорту зі складною координацією. Висновки: встановлено, що хореографічну підготовку в різних видах спорту розрізняють за тривалістю (6,6– 22% від загального часу тренувань), вона має низку специфічних особливостей, які пов'язані з різноманітними завданнями та різної технікою виконання окремих хореографічних елементів.

Ключові слова: хореографічна підготовка, програмно-нормативне забезпечення, складнокоординаційні види спорту.

Аннотация. Цель: проанализировать программно-нормативного обеспечения хореографической подготовки спортсменов. Материал и методы: для определения теоретических позиций исследования применены методы анализа, синтеза, сравнения, систематизации научных источников по исследуемой проблеме. Результаты: использованы программно-нормативные материалы по хореографической подготовки в сложнокоординационных видах спорта. Выводы: определено, что хореографическая подготовка в сложнокоординационных видах спорта различается по продолжительности (17–10% общего времени занятий) и имеет ряд специфических особенностей; установлено, что систематическое усложнение спортивных программ требует усовершенствования хореографической подготовки.

Ключевые слова: хореографическая подготовка, программно-нормативное обеспечение, сложнокоординационные виды спорта.

Abstract. Object: to perform analyses of the program and normative provision of choreographic training of the sportsmen. Materials and methods: the methods of analyses, synthesis, comparison, systematization of scientific sources of the related problem were used for determination of the theoretical positions of the research. Results: the programmed and normative materials related to choreographic training in the sports with the complex coordination. Conclusions: it was determined that choreographic training in the technical and esthetic sports has different duration (17–10% of the total time of the training) and has a number of specific features; it

was ascertained that systematic complication of the sport programs requires improvement of choreographic training.

Keywords: choreographic training, programmed and normative provision, technical and esthetic sports.

32. Тодорова В. Критерії хореографічної підготовленості спортсменів у складнокоординаційних видах спорту / Валентина Тодорова, Тетяна Пасічна // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 4(26). – С. 50–56.

Анотація. Мета: визначення критеріїв хореографічної підготовленості спортсменів, які спеціалізуються в складнокоординаційних видах спорту. Матеріали і методи: методи порівняння, систематизації наукових джерел з досліджуваної проблеми; метод експертного оцінювання; методи математичної статистики. Результати: визначено критерії технічного та естетичного компонентів хореографічної підготовленості з аеробної гімнастики; проведено апробацію критеріїв хореографічної підготовленості. Висновки: емпіричне дослідження підтвердило відповідність розроблених критеріїв оцінювання хореографічної підготовленості.

Ключові слова: хореографічна підготовленість, рівні, критерії, оцінка, складнокоординаційні види спорту.

Аннотация. Цель: определение критериев хореографической подготовленности спортсменов, специализирующихся в сложно-координационных видах спорта. Материалы и методы: методы сравнения, систематизации научных источников по исследуемой проблеме; метод экспертной оценки; методы математической статистики. Результаты: определены критерии технического и эстетического компонентов хореографической подготовленности по аэробной гимнастике; проведена апробация критериев хореографической подготовленности. Выводы: эмпирическое исследование подтвердило адекватность разработанных критериев оценки хореографической подготовленности.

Ключевые слова: хореографическая подготовленность, уровни, критерии, оценка, сложно-координационные виды спорта.

Abstract. Object: define the criteria for the choreography of athletes specializing in technical and esthetic sports. Matters and methods: The methods of comparison, systematization of scientific literature on the researched topic; expert assessment method; methods of mathematical statistics. Results: the criteria of technical and aesthetic components choreographed aerobic fitness at the gym; conducted testing of choreographic training criteria. Conclusions: an empirical study confirmed the adequacy of evaluation criteria developed for choreographic training.

Keywords: choreography preparedness, levels, criteria, evaluation, technical and esthetic sports.

33. Тодорова В. Теоретичне обґрунтування критеріїв хореографічної підготовленості спортсменів у складнокоординаційних видах спорту / Валентина Тодорова, Аліна Передерій, Тетяна Приступа // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 3(25). – С. 12–18.

Анотація. Мета: визначити критерії хореографічної підготовленості в складнокоординаційних видах спорту. Матеріали і методи: методи аналізу, порівняння, систематизації наукових джерел з досліджуваної проблеми. Результати: визначено критерії технічного та естетичного компонентів хореографічної підготовленості. Висновки: встановлено, що критеріями хореографічної підготовленості є технічні – «постава», «виворотність» та «натягнутість» ніг, «стійкість», «точність рухів ногами та руками», «закінченість», «легкість» та «злитність» рухів; естетичні – «музикальність», «танцювальність», «ілюстративна та емоційна виразність».

Ключові слова: хореографічна підготовленість, компоненти, критерії, складнокоординаційні види спорту.

Аннотация. Цель: выявление критериев хореографической подготовленности в сложнокоординационных видах спорта. Материалы и методы: методы анализа, сравнения, систематизации научных источников по исследуемой проблеме. Результаты: определены критерии технического и эстетического компонентов хореографической подготовленности. Выводы: установлено, что критериями хореографической подготовленности являются технические – «осанка», «выворотность» и «натянутость» ног, «устойчивость», «точность движений ногами и руками», «законченность», «легкость» и «слитность» движений; эстетические – «музыкальность», «танцевальность», «иллюстративная и эмоциональная выразительность».

Ключевые слова: хореографическая подготовленность, компоненты, критерии, сложнокоординационные виды спорта.

Abstract. Object: identification criteria choreographic preparedness in technical and esthetic sports. Matters and methods: methods of analysis, comparison, systematization of scientific literature on the researched topic. Results: defined technical and aesthetic criteria choreographic preparedness components. Conclusions: it found that the criteria for the choreography of preparedness are: technical – «bearing», «turnout» and «tension» legs, «sustainability», «precision footwork and hands», «completeness», «easy» and «fusion» movement; aesthetic – «music», «dancing style», «exemplary and emotional expressiveness».

Keywords: choreographic qualification, components, criteria, technical and esthetic sports.

34. Тягур Т. Реабілітація підлітків 12–16-річного віку зі сколіозом I–II ступеня заходами адаптивної фізичної культури на етапі попереднього дослідження / Тарас Тягур // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 1(23). – С. 78–86.

Анотація. На етапі попереднього дослідження було вивчено клінічні та дані, показники серцево-судинної і дихальної систем. Було обстежено 103 підлітки віком від 12 до 16 років зі сколіозом I–II ступеня. Середній вік становив $14 \pm 1,4$ року. Обстеження підлітків проводилося в Івано-Франківському лікувально-фізкультурному центрі «Здоров'я». На основі отриманих результатів в експериментальній групі плануємо застосувати комплексну програму з фізичної реабілітації, що включатиме вправи гідрокінезотерапії, дихальні вправи у воді за методом «Тай-Чі», лікувальний підводний масаж і процедури

підводного витягування хребта. Реабілітація проводитиметься впродовж 6 місяців за груповим методом по 8–10 осіб у групі. У контрольній групі буде застосовано загальновідомі засоби фізичної реабілітації: дихальну гімнастику та лікувальну фізкультуру (ЛФК). Зокрема, ЛФК міститиме: гімнастику, корекцію постави за допомогою укладання тулуба в спеціальне положення, масаж.

Ключові слова: сколіоз, кистьова та станова динамометрія, проба Штанге, проба Генча, комп'ютерна стабілографія, вентиляційна функція.

Анотація. На етапе первичного обстеження були изучены клинические и ортопедические данные, показатели сердечно-сосудистой и дыхательной систем. В исследовании приняли участие 103 подростка в возрасте от 12 до 16 лет со сколиозом I–II степени. Средний возраст составил $14 \pm 1,4$ года. Обследование подростков проводилось в Ивано-Франковском лечебно-физкультурном центре «Здоровье». На основании полученных результатов в экспериментальной группе планируется разработать комплекс реабилитационных методов, которые будут включать упражнения гидрокинезотерапии, дыхательные упражнения по методу «Тай-Чи», лечебный подводный массаж и водное вытяжение. Реабилитация будет проводиться в течение 6 месяцев групповым методом по 8–10 человек в группе. В контрольной группе будут использованы общеизвестные способы физической реабилитации: дыхательная гимнастика и лечебная физкультура. В частности, ЛФК будет включать коррекцию положением и массаж.

Ключевые слова: сколиоз, кистевая и станова динамометрия, проба Штанге, проба Генча, компьютерная стабилография, вентиляционная функция.

Abstract. At the stage of the primary investigation clinically and orthopedic data, indicators of the cardiovascular and respiratory systems were examined. The study involved 103 teenagers from 12 to 16 years with scoliosis I–II degree. Middle age was $14 \pm 1,4$ years. A survey of adolescents conducted in the Ivano-Frankivsk medical-sports centers «Health». On the basis of the obtained results will be used in the experimental group, complex rehabilitation methods, which will include exercises hydrokinesiotherapy, breathing exercises by the method of Tai Chi, therapeutic water massage and water traction. Total known technique that will be used in the control group will include physical therapy, massage, breathing exercises, and position correction.

Keywords: scoliosis, hand-grip test and deadlift test, Stange test, Hench test, computer stabilography, ventilation function.

35. Чеховська Л. Проблеми організаційно-методичних основ фітнесу в системі масового спорту (спорту для всіх) / Любов Чеховська, Ольга Жданова // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 4(26). – С. 67–75.

Анотація. Усі суб'єкти масового спорту (спорту для всіх) задіяні до підвищення рівня залучення населення до оздоровчої рухової активності. Саме тому актуальним є вивчення їхнього процесу управління. Мета роботи – встановити проблеми організаційно-методичних основ фітнесу в системі масового спорту (спорту для всіх) у сучасних умовах розвитку суспільства. Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення наукової

літератури, джерел та інформації світової мережі Інтернет, метод системного аналізу, метод порівняння та зіставлення. Доведено, що оздоровчий фітнес є елементом системи масового спорту, однак не є повноцінною підсистемою, яку можна вважати самостійною системою, що суперечить загальній теорії систем. Усі фітнес-клуби працюють автономно, не пов'язані між собою, не мають єдиного суб'єкта управління, або координаційного центру, хоча вирішують однакові вкрай важливі соціальні завдання. Для оптимізації функціонування в Україні системи масового спорту слід вивчити способи ефективного управління її елементами – фітнес-клубами.

Ключові слова: фітнес, система масового спорту (спорту для всіх).

Анотація. В статті розглядаються організаційно-методичні основи оздоровчого фітнесу. Доказано, що оздоровчий фітнес є складовою частиною системи масового спорту, однак не є повноцінною підсистемою, яку можна розглядати як самостійну систему, що суперечить загальній теорії систем. Багато численні фітнес-клуби працюють автономно, не пов'язані між собою, не мають єдиного суб'єкта управління або координаційного центру, хоча вирішують однакові вкрай важливі соціальні завдання. Для оптимізації функціонування в Україні системи масового спорту слід вивчити способи ефективного управління її елементами – фітнес-клубами. Мета роботи – обґрунтувати проблеми організаційно-методичних основ фітнесу в системі масового спорту (спорту для всіх) в сучасних умовах розвитку суспільства. Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення наукової літератури, джерел та інформації світової мережі Інтернет, метод системного аналізу, метод порівняння та зіставлення.

Ключевые слова: фитнес, система массового спорта (спорта для всех).

Abstract. The organizational and methodical bases of health-related fitness are presented in the article. It is proved that health-related fitness is a component of mass sport system but it is not a complete subsystem that can be regarded as an independent system and this contradicts the general systems theory. A lot of fitness clubs work independently, they are not interrelated and do not have the only subject of management or coordination center, although they solve the same extremely important social problems. To optimize the system of mass sport in Ukraine, the ways of effectively management of its elements, fitness clubs, should be explored. Research object is to justify the problems of organizational and methodical fitness bases in the system of mass sports (sport for all) in present development conditions of society. Methods of research: theoretical analysis and synthesis of scientific literature and global Internet information network, method of comparison and matching.

Keywords: fitness, the system of mass sport (sport for all).

36. Яворський А. Динаміка відновлення фізіологічних показників організму офіцерів-випускників різних вищих навчальних закладів після фізичних навантажень / Андрій Яворський, Галина Федак // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 1(23). – С. 10–16.

Анотація. У попередніх дослідженнях доведено, що рівень підготовленості випускників кафедр підготовки офіцерів запасу є недостатнім для виконання

професійних та бойових завдань. Метою дослідження є визначення рівня функціонального стану офіцерів-випускників вищих військових навчальних закладів та вищих навчальних закладів. У дослідженні взяли участь 158 офіцерів (81 випускник вищих військових навчальних закладів та 77 випускників кафедри підготовки офіцерів запасу) віком 22–27 років. Установлено, що рівень фізіологічних показників після навантаження достовірно кращий в офіцерів-випускників вищих військових навчальних закладів. Результати дослідження свідчать про необхідність змін в програмах підготовки, які своєю чергою забезпечать фізичну готовність та прискорять процес адаптації офіцерів-випускників до професійної (бойової) діяльності.

Ключові слова: офіцер, навантаження, фізіологічні показники, відновлення, адаптація.

Аннотація. В предыдущих исследования обосновано, что уровень подготовленности выпускников кафедр подготовки офицеров запаса недостаточно для выполнения профессиональных и боевых задач. Целью исследования является определение уровня функционального состояния офицеров-выпускников высших военных учебных заведений и высших учебных заведений. В исследовании приняли участие 158 офицеров (81 выпускник высших военных учебных заведений и 77 выпускников кафедры подготовки офицеров запаса) в возрасте 22–27 лет. Установлено, что уровень физиологических показателей после нагрузки достоверно лучший у офицеров-выпускников высших военных учебных заведений. Результаты исследования свидетельствуют о необходимости изменений в программах подготовки, которые, в свою очередь, обеспечат физическую готовность и ускорят процесс адаптации офицеров-выпускников к профессиональной (боевой) деятельности.

Ключевые слова: офицер, нагрузки, физиологические показатели, восстановление, адаптация.

Abstract. The level of preparedness of graduates of faculties of preparation of reserve officers is inadequate to fulfill professional and combat missions, previous testing have proved. The aim of the study is to determine the level of the functional state of officers-graduates of military schools and universities. In the testing participated 158 officers (81 graduates of military schools and 77 graduates of the Department of preparation of reserve officers) in the age of 22–27 years. It is established that the level of physiological parameters after exercise significantly better for the officers-graduates of military schools. The results of the testing indicate the need for changes in training programs, which, in turn, will provide physical readiness and accelerate the process of adaptation of officers-graduates for professional (military) activities.

Keywords: officer, load, physiological indicators, recovery, adaptation.

37. Butorova A. The effect of physiotherapy on cognitive and coordination skills in elderly / Anna Butorova // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 3(25). – С. 35–40.

Анотація. Старіння – це процес, наслідком якого є погіршення морфологічного і функціонального стану та когнітивних навичок. Унаслідок цього маємо

погіршення здатності давати собі раду з повсякденною життєвою активністю та зменшення якості життя. З віком погіршується здатність утримувати рівновагу і зростає ризик падіння. З огляду на це, одним з основних завдань реабілітації є стимулювання і реабілітація когнітивних та координаційних навичок, які погіршилися через процес природного старіння тіла чи дегенеративними хворобами. У цій статті на основі інтерпретації результатів зарубіжних та вітчизняних досліджень описано ефект від застосування фізичної терапії щодо координаційних і рухових порушень в осіб похилого віку.

Ключові слова: фізична терапія, рівновага, порушення, літні люди.

Анотація. Старение – это процесс, следствием которого является ухудшение морфологического и функционального состояния и когнитивных навыков. Вследствие этого имеем ухудшение способности справляться с повседневной жизненной активностью и уменьшение качества жизни. С возрастом ухудшается способность удерживать равновесие и возрастает риск падения. В связи с этим, одним из основных заданий реабилитации является стимулирование и реабилитация когнитивных и координационных навыков, которые ухудшились в связи с процессом естественного старения тела или дегенеративными болезнями. В этой статье на основании интерпретации результатов зарубежных и отечественных исследований описан эффект от применения физической терапии относительно координационных и двигательных нарушений у лиц пожилого возраста.

Ключевые слова: физическая терапия, равновесие, нарушения, пожилые люди.

Abstract. Aging is a process, resulting in deterioration of morphological, functional, and cognitive skills. As a consequence, there is a deterioration in coping with activities of daily living and reduced quality of life. With age balance abilities worsen and the risk of falls increases. For these reasons, one of the main tasks of rehabilitation is the stimulation and rehabilitation of cognitive and coordination skills that are disrupted by natural aging of the body or by a degenerative disease. This paper describes the effect of physiotherapy on coordination and cognitive disorders in the elderly based on the interpretation of the results of foreign and domestic studies.

Keywords: physiotherapy, balance, disorders, elderly people.

ІМЕННИЙ ПОКАЖЧИК

Алі Абдулкарім Д. А-У.	4	Одинець Т.	21
Боднар І.	1,29	Паєнок О.	23
Богуславська В.	3	Передерій А.	2,23,33
Борецький Ю.	7,9	Пилипенко О.	22
Боротюк Н.	5	Пітин М.	3
Бріскін Ю.	2,3,20	Попова О.	27
Виноградський Б.	4	Пристапа Є.	24,25,33
Вовканич Л.	5	Пристапа Т.	33
Герцик А.	6,7	Рой І.	22
Дев'ятаєва О.	8	Савлюк С.	26
Жданова О.	35	Смик М.	28
Івасик Н.	9,10	Соколова Н.	27
Караулова С.	12	Стефанишин М.	1,5,29
Кіт Є.	15	Суник А.	30
Клебан С.	5	Тимрук-Скоропад К.	28
Коробейніков Г.	13	Тиравська О.	7
Котелевський В.	13	Тищенко В.	24,25
Кропивницька Т.	8	Тодорова В.	2,31,32,33
Кузан М.	14,15	Тягур Т.	34
Левків В.	11	Фаворитов В.	12
Левченко М.	21	Федак Г.	36
Ленишин В.	16	Фіщенко Я.	22
Линець М.	17	Хіменес Х.	17
Ліщук Д.	19	Черевичко О.	19
Магльований А.	14,15	Чернявський О.	22
Матрошилін О.	14	Чеховська Л.	35
Мішин М.	18	Яворський А.	36
Нерода Н.	20	Vutorova A.	37

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

**Анотований
бібліографічний покажчик**
статей журналу „Фізична активність, здоров'я і спорт”
за 2016 рік

Укладач – Ірина Свістельник