

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

УКРАЇНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
імені Михайла ДРАГОМАНОВА



Серія 15

НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ
ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ
(*фізична культура і спорт*)

Випуск 6 (179) 24

Київ
Вид-во УДУ імені Михайла
Драгоманова2024



УДК 0.51

Н 34

WEB сторінка електронного видання : <http://enquir.npu.edu.ua>; <http://spppc.com.ua>

www.ffvs.npu.edu.ua/chasopys-npu-seriia-15.

Національна рада України з питань телебачення і радіомовлення

Витяг з реєстру суб'єктів у сфері медіа-реєстрів Ідентифікатор медіа R30-01416 від від 28.09.2023

Збірник включено до переліку наукових фахових видань України категорії «Б» за галузями наук: 011

«Педагогічні науки», 017 «Фізичне виховання і спорт» – (Наказ Міністерства освіти і науки № 886 від 02.07.2020).

Редакційна рада:

Андрущенко В.П.	доктор філософських наук, академік НАПН України, ректор УДУ імені Михайла Драгоманова; (гол.Ред.ради);
Вернидуб Р.М.	доктор філософських наук, професор, УДУ імені Михайла Драгоманова;
Євтух В.Б.	доктор історичних наук, професор, УДУ імені Михайла Драгоманова;
Дробот І.І.	доктор історичних наук, професор, УДУ імені Михайла Драгоманова;
Мацько Л.І.	доктор філологічних наук, професор, академік НАПН України, УДУ імені Михайла Драгоманова;
Падалка О.С.	доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України, УДУ імені Михайла Драгоманова;
Синьов В.М.	доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, УДУ імені Михайла Драгоманова;
Торбін Г.М.	доктор фізико-математичних наук, професор, УДУ імені Михайла Драгоманова;
Шут М.І.	доктор фізико-математичних наук, професор, академік НАПН України, УДУ імені Михайла Драгоманова.

Редакційна колегія серії:

Тимошенко О.В.	доктор педагогічних наук, професор, декан факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я УДУ імені Михайла Драгоманова; Головний редактор.
Дьоміна Ж.Г.	кандидат педагогічних наук, професор, професор кафедри теорії та методики фізичного виховання факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я УДУ імені Михайла Драгоманова; Заступник головного редактора.
Андрєєва О.В.	доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, завідувач кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації, Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ, Україна)
Ареф'єв В. Г.	доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання, УДУ імені Михайла Драгоманова (м. Київ)
Грибан Г.П.	доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення, Житомирський державний університет імені І. Франка (м. Житомир, Україна)
Приймаков О.О.	доктор біологічних наук, професор, професор кафедри здоров'я збережувальної освіти та фізичної рекреації факультету фізичного виховання, спорту та здоров'я, Український державний університет імені Михайла Драгоманова (м. Київ)
Пронтенко В.В.	кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту, Житомирський військовий інститут імені С. П. Корольова (м. Житомир, Україна)
Пронтенко К.В.	доктор педагогічних наук, доцент, доцент кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту, Житомирський військовий інститут імені С. П. Корольова (м. Житомир, Україна)
Суценко Л.П.	доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри фітнесу та фізкультурно-спортивної реабілітації, Український державний університет імені Михайла Драгоманова (м. Київ)
Тимчик М. В.	кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри олімпійського та професійного спорту, Український державний університет імені Михайла Драгоманова (м. Київ)
Томенко О.А	доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури, Сумський державний педагогічний університет (м. Суми, Україна)
Ейдер Ежи	доктор педагогічних наук, доктор наук з фізичного виховання, професор Щецинського університету (Польща)
Масол В.В.	доктор філософії, викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я Українського державного університету імені Михайла Драгоманова; Відповідальний секретар

ISSN 2311-2220

Схвалено рішенням Вченої ради УДУ імені Михайла Драгоманова

Н 34

Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15.

Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред.

О. В. Тимошенка. – Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024. – Випуск 6 (179) 24. – 267

У статтях розглядаються результати теоретичних та науково-експериментальних досліджень у галузі педагогічної науки, фізичного виховання та спорту, висвітлюються педагогічні, медико-біологічні, психологічні і соціальні аспекти, інноваційні технології навчання фізичної культури, практики підготовки спортсменів. Збірник розрахований на аспірантів, докторантів, наукових, педагогічних та науково-педагогічних працівників. Статті друкуються в авторській редакції.

© Автори статей, 2024

© Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024

© Редакційна колегія серії, 2024

MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE

NAUKOWYI CHASOPYS

Drahomanov Ukrainian State University



Series 15

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

Issue 6 (179) 24

Kyiv
Publishers of State Mykhailo Drahomanov
University2024



UDC 0.51

N 34

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

National Council of Ukraine on Television and Radio Broadcasting

Extract from the register of subjects in the field of media registrars Media identifier R30-01416 dated 09/28/2023

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

Editorial Board:

- Andrushchenko V.** Doctor of Philosophy, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, rector of the State Mykhailo Drahomanov University (head of the board);
- Vernidub R.** Doctor of Philosophy Sciences, Professor, State Mykhailo Drahomanov University;
- Yevtukh V.** Doctor of History Sciences, Professor, State Mykhailo Drahomanov University;
- Drobot I.** Doctor of Historical Sciences, Professor, State Mykhailo Drahomanov University;
- Matsko L.** Doctor of Philology Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, State Mykhailo Drahomanov University;
- Padalka O.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Corresponding Member of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, State Mykhailo Drahomanov University;
- Sinyov V.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, State Mykhailo Drahomanov University;
- Torbin G.** Doctor of Physical and Mathematical Sciences, Professor, State Mykhailo Drahomanov University;
- Shut M.** Doctor of Sciences (Physics and Mathematics), Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, State Mykhailo Drahomanov University.

Editorial board:

- Tymoshenko O.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, dean of the Faculty of Physical Education, Sports and Health, State Mykhailo Drahomanov University; **Editor in Chief.**
- Domina Zh** Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, State Mykhailo Drahomanov University; **Deputy editor.**
- Andreeva O.** Doctor of Science in Physical Education and Sports, Professor, National University of Physical Education and sports of Ukraine;
- Arefiev V.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, State Mykhailo Drahomanov University
- Griban G.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Zhytomyr State University named after I. Franko;
- Priyamakov O.** Doctor of Biological Sciences, Professor, State Mykhailo Drahomanov University.
- Prontenko V.** Candidate of Science in Physical Education and Sports, Assistant Professor, S. Korolev Zhytomyr Military Institute;
- Prontenko K.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, S. Korolev Zhytomyr Military Institute;
- Sushchenko L.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Head of the Department of Fitness and Physical Culture and Sports Rehabilitation, State Mykhailo Drahomanov University (Kyiv)
- Tymchyk M** Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, State Mykhailo Drahomanov University;
- Tomenko O.** Doctor of Science in Physical Education and Sports, Professor, Sumy State Pedagogical University;
- Ayer Ezhie** Doctor of Pedagogical Sciences, Doctor of Science in Physical Education, Professor at Szczecin University, Poland;
- Masol V.** PhD, Lecturer at the Department of Theory and Methods of Physical Education, Faculty of Physical Education, Sports and Health, State Mykhailo Drahomanov University; **Responsible secretary.**

Scientific journal of the Dragomanov Ukrainian State University. Series № 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports): Sb. scientific works / Ed. O. V. Tymoshenko. - K.: Publishing house of State Mykhailo Drahomanov University, 2024 - Issue 6(179) 24. – s. 267

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

Approved by the decision of the Academic Council of the State Mykhailo Drahomanov University

ISSN 2311-2220

© Authors of articles, 2024

© State Mykhailo Drahomanov University, 2024

© Editorial board, 2024

The collection is published monthly

ЗМІСТ 6 (179) 2024

1.	<i>Алексійчук В.В., Пономарьов В.О., Корчагін М.В.</i> МОТИВАЦІЯ ДО СПОРТИВНИХ ТРЕНУВАНЬ ТА ПРОБЛЕМИ З ЦИМ ПОВ'ЯЗАНІ.....	9
2.	<i>Амшеннікова І.В., Євстігнеєва І.В.</i> ОСОБЛИВОСТІ УРАХУВАННЯ ВІКУ ПЛАВЦІВ – ЖІНОК В ПОБУДОВІ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ТА СПОРТИВНОЇ ДОСКОНАЛОСТІ.....	13
3.	<i>Базилевич Н.О., Штанагей Д.В., Юрченко І.В., Мовчан В.П., Задворний М.В.</i> ЕФЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ КРОСФІТУ У ФІЗИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ БОКСЕРІВ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	18
4.	<i>Базилевич Н.О., Шульга М.П., Поліщук В.В., Самолук А.А., Волківський М.В.</i> ЛЕГКОАТЛЕТИЧНІ ВПРАВИ, ЯК ЗАСОБИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	22
5.	<i>Байбіков М.А.</i> ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ РІВНЯМИ ПРОЯВУ СКЛАДНИХ СЕНСОМОТОРНИХ РЕАКЦІЙ ТАЕКВОНДИСТІВ.....	26
6.	<i>Бейгул І.О., Бейгул (Шишкіна) О.М., Гладошук О.Г.</i> НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС ЯК ВИД РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	33
7.	<i>Білик В.Г., Омельчук О.В.</i> ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДІВ ПСИХОРЕЛАКСАЦІЇ ЯК ЗАСОБУ ПІДВИЩЕННЯ ПСИХОЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ УЧНІВ СТАРШОЇ ШКОЛИ З СИНДРОМОМ ХРОНІЧНОЇ ВТОМИ В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ ПРИЙОМІВ СХІДНИХ ЄДИНОБОРСТВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	36
8.	<i>Бобровник В.І., Ткаченко М.Л., Пугачов Д.О.</i> СУЧАСНА ТЕХНОЛОГІЯ ПІДГОТОВКИ КВАЛІФІКОВАНИХ БІГУНІВ НА СЕРЕДНІ ДИСТАНЦІЇ (800, 1500 м) НА ОСНОВІ РОЗРОБКИ МОДЕЛЬНИХ ТРЕНУВАЛЬНИХ ТИЖНЕВИХ МІКРОЦИКЛІВ ЕТАПІВ У ВЕСНЯНО-ЛІТНЬОМУ ПІДГОТОВЧОМУ ТА ЛІТНЬОМУ ЗМАГАЛЬНОМУ ПЕРІОДАХ ТРЕТЬОГО РОКУ ТРЕНУВАНЬ ЕТАПУ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	41
9.	<i>Бойко Г.Л., Козлова Т.Г., Шарафутдінова С.У.</i> УСВІДОМЛЕННЯ ЧЕРЕЗ РУХ ЯК КЛЮЧОВЕ ОСВІТНЄ ЗАВДАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ.....	56
10.	<i>Большаков О.О., Романчук С.В., Сороколін Н.С., Афонін В.М., Римар О.В., Климович В.Б., Балдецький А.А.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ТАНКОВИХ ПІДРОЗДІЛІВ.....	60
11.	<i>Борисова Ю.Ю., Горпинич О.О., Дідковський О.П.</i> РЕЗУЛЬТАТИ ФАКТОРНОГО АНАЛІЗУ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ДІВЧАТОК 7 – 17 РОКІВ.....	68
12.	<i>Бочаров А. В., Смандик В. С., Слухенська Р. В., Пилипюк В. О.</i> СИНЕРГЕТИЧНІ ПРИНЦИПИ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦЯ З ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ.....	72
13.	<i>Великий Ю.М., Кошелева О.О.</i> ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ КУРСАНТІВ ЗВО ЗІ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ, ЯКІ ЗДІЙСНЮЮТЬ ПІДГОТОВКУ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ.....	75
14.	<i>Гавришко С. Г., Гармата О. М., Кириченко В. М., Яковлів В. Л., Максимченко В. І.</i> ОРГАНІЗАЦІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	81
15.	<i>Галашевський Г.О.</i> ВАЖЛИВІСТЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ОПЕРАТОРІВ FPV ДРОНІВ В ПРОЦЕСІ ВИКОНАННЯ БОЙОВИХ ЗАВДАНЬ ЗА ПРИЗНАЧЕННЯМ.....	85
16.	<i>Давибіда Н.О., Яковлев В.О.</i> МЕТОДИ ДІАГНОСТИКИ АНАТОМО-ФІЗІОЛОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ДІТЕЙ РІЗНИХ ВІКОВИХ ГРУП.....	90
17.	<i>Дейнеко І.В., Бобр В.І., Бойченко С.В.</i> ОСОБЛИВОСТІ КОНТРОЛЮ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ 11-13 РОКІВ ЗА РАХУНОК КОМПЛЕКСУ СПЕЦІАЛЬНИХ ВПРАВ.....	96
18.	<i>Дідковський В.А., Кузенков О.В., Матвієнко М.І., Соболєнко А.І.</i> БОКС, КІКБОКСИНГ, БОЙОВИЙ РОЗДІЛ САМБО ЯК ЗАСОБИ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ФОРМУВАННІ УМІНЬ ТА НАВИЧОК СТУДЕНТІВ ДО САМОЗАХИСТУ.....	101
19.	<i>Єфременко А.М., Насонкіна О.Ю., Жогло В.М., Колоколов В.О., Хмелюк О.В., Крайник Я.Б.</i> АКТУАЛЬНІСТЬ ВПРОВАДЖЕННЯ ЗАСОБІВ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ У ПРОЦЕС ПІДГОТОВКИ ЛЕГКОАТЛЕТІВ.....	105
20.	<i>Звонарьов О.М., Святсьєв А.В.</i> ВПЛИВ ТИПОВОЇ ПРОГРАМИ ТРЕНУВАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ НА РІВЕНЬ ЗАГАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ БОРЦІВ ГРЕКО-РИМСЬКОГО СТИЛЮ 15-17 РОКІВ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	108
21.	<i>Кашуба А.А., Ковальський В.В., Годлевський П.М., Бовсунюк Д.В.</i> СОЦІАЛЬНА ІНТЕГРАЦІЯ ТА АДАПТАЦІЯ ВЕТЕРАНІВ ТА УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ АДАПТИВНИМ СПОРТОМ.....	113
22.	<i>Коваль С.С., Журід С.М., Шаленко В.В., Шелудько П.І., Лебедєв С.І., Єфременко А.М.</i> ПРОБЛЕМА РАННЬОЇ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ У ФУТБОЛІ.....	117
23.	<i>Ковальова Н. В., Дмитрів Р.В., Коваленко К. А., Ковальов В.О.</i> РІВЕНЬ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ.....	121
24.	<i>Ковальчук М. П., Лотоцький І. Р.</i> СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ КУРСАНТІВ ВІЙСЬКОВОГО КОЛЕДЖУ СЕРЖАНТСЬКОГО СКЛАДУ НАЦІОНАЛЬНОЇ АКАДЕМІЇ СУХОПУТНИХ ВІЙСЬК.....	126
25.	<i>Коновал Ю.М., Бобровник В.І.</i> ВПЛИВ РУХЛИВОСТІ АЕРОБНОЇ СИСТЕМИ НА СПОРТИВНІ РЕЗУЛЬТАТИ КВАЛІФІКОВАНИХ ВЕЛОСИПЕДИСТІВ НА ЕТАПІ ПІДГОТОВКИ ДО ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ.....	133
26.	<i>Лаврентьєв О.М., Крупеня С.В., Деркач О.В., Ковальов В.О., Криворотько Ю. А.</i> РЕКРЕАЦІЇ ВІЙСЬКОВИХ ТА ІНШИХ ВРАЗЛИВИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ.....	138
27.	<i>Лях-Породько О.О., Щербашин Я.С.</i> УКРАЇНСЬКІ СПОРТСМЕНИ У ПАРИЖІ 1955 РОКУ.....	143
28.	<i>Маслова О.В., Футорний С.М., Лукасевич І.І., Богданович Л.В., Лисюк С.І., Книш Т.В.</i> СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ВПРОВАДЖЕННЯ БІОМЕДИЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРАКТИКУ СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ.....	147

29.	<i>Миценко Є.В., Маленюк Т. В.</i> ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПИТНИЙ РЕЖИМ, ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ЛЕГКОАТЛЕТІВ-БІГУНІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	157
30.	<i>Омельчук О.В., Дьоміна Ж.Г.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЕКОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНЬОГО УЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ РОБОТИ В НУШ.....	161
31.	<i>Первачук О.І., Одерев А.М.</i> ВПЛИВ АВТОРСЬКОЇ ПРОГРАМИ НА ФОРМУВАННЯ ТА УДОСКОНАЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО ВІЙСЬКОВО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ...	165
32.	<i>ПЕРЕГІНЕЦЬ М. М., Кузнецова Л. І., Долженко Л. П., Черних П. В.</i> ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЯК СКЛАДОВА ЧАСТИНА ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	172
33.	<i>Петрушин Д.В.</i> ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МАЙБУТНІХ ПРАВООХОРОНЦІВ.....	180
34.	<i>Пилипей Л.П., Гуцол Є.М., Дьяченко С.В.</i> ВПЛИВ МОДЕЛЕЙ ТЕХНОЛОГІЙ ПІДГОТОВКИ НА РЕЗУЛЬТАТИ ЕЛІТНИХ ЛЕГКОАТЛЕТІВ ЧЛЕНІВ ЗБІРНОЇ КОМАНДИ УКРАЇНИ.....	184
35.	<i>Пономарьов В.О., Корчагін М.В., Костенко Ю.О.</i> ОЦІНКА РІВНЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ БАР'ЄРІВ У ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ОДНОБОРЦІВ ТА МЕТОДИ ЇХ НЕЙТРАЛІЗАЦІЇ.....	191
36.	<i>Прокопенко А.О., Гончарова Н.М., Шутова С.Є., Родіоненко М.В.</i> ЗМІНИ ПОКАЗНИКІВ ДИНАМІЧНОГО БАЛАНСУ НИЖНІХ КІНЦІВОК У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ПІД ВПЛИВОМ ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ ТЕНІСОМ.....	195
37.	<i>Рімар Ю.І., Атаманюк С.І., Черненко А.Є., Терьохіна О. Л., Соляник Д.Г.</i> РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ВЕСЛУВАННЯМ АКАДЕМІЧНИМ.....	202
38.	<i>Саранча М.П., Грибан Г.П.</i> ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ЗАЛУЧЕННЯ УЧНІВ ДО ПОЗАКЛАСНОЇ РОБОТИ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКОЛАХ.....	204
39.	<i>Сембрат С.В., Троценко В.В.</i> ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ФІЗИЧНИХ ТА ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ.....	210
40.	<i>Смолюк В.І., Шевчук А.Б., Мудрик Ж.С., Чайковський Д.Й.</i> ОСОБЛИВОСТІ СУЧАСНОЇ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ.....	213
41.	<i>Тимчик С.Г.</i> ОСОБЛИВОСТІ ТРЕНУВАННЯ ЖІНОК В СИЛОВИХ ВИДАХ СПОРТУ: МЕТОДИ І ЗАСОБИ.....	218
42.	<i>Тихорський О.А., Сімченко А.В., Бобренко С.М., Орлов А.А., Кобалінова О.І.</i> ЕФЕКТИВНІСТЬ ФОРСОВАНИХ ПОВТОРЕНЬ У ПІДВИЩЕННІ СИЛОВИХ ПОКАЗНИКІВ: ДОСЛІДЖЕННЯ В ОЗДОРОВЧОМУ ФІТНЕСІ.....	222
43.	<i>Троценко В.В., Сембрат С.В.</i> ВПЛИВ ТУРИСТСЬКО-КРАЄЗНАВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НА ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНИХ ЯКОСТЕЙ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	226
44.	<i>Церетелі В.О., Ширяєва С.В., Кучеренко Г.Г., Блошенко О.І., Капустіна Т.В.</i> РОЗВИТОК ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ У ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ ТА ІГОР.....	230
45.	<i>Цигура Г. О.</i> НОРМАТИВНО-ПРАВОВІ МОЖЛИВОСТІ РЕАЛІЗАЦІЇ ЦІЛЕЙ СТАЛОГО РОЗВИТКУ ФАХІВЦЯМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В УКРАЇНІ.....	233
46.	<i>Шапар К.О., Коломєйцева О.М., Довгопол Е.П.</i> АДАПТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗВО В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ.....	239
47.	<i>Юдін В.Д., Кийко А.С.</i> ОЦІНКА ВПЛИВУ КОМАНДНОЇ ГРИ В БАСКЕТБОЛ 3×3 НА РОЗВИТОК СПРИТНОСТІ У КУРСАНТІВ-СПОРТСМЕНІВ З МІЖНАРОДНОГО ВІЙСЬКОВОГО П'ЯТИБОРСТВА.....	244
48.	<i>Ягодзінський В.П., Підлетейчук Р.В., Родіонов М.О., Богуш М.І., Стоянов Р.В., Козлов С.В., Сидорчук В.В.</i> ОСНОВНІ КРИТЕРІЇ ПОБУДОВИ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ДЛЯ КУРСАНТІВ ВВНЗ З ВИКОРИСТАННЯМ СУЧАСНИХ СИСТЕМ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	251
49.	<i>Sinitsyna O. V., Zubrytskyi B. D., Biruk I. D., Petruk L. A., Pidgurska O. P., Hryhorovych O. S.</i> ANALYSIS OF MOTIVES IN THE FITNESS SECTION OF FEMALE STUDENTS OF THE 2ND YEAR OF THE NUVHP.....	255
50.	<i>Stepanyuk Svetlana, Koval Victoria, Grabovsky Yuriy, Gorodynska Inna, Rudenko Victoriya</i> THREE DECADES OF IMPROVING: THE JOURNEY OF THE FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS OF KHERSON STATE UNIVERSITY.....	258

CONTENTS 6 (179) 2024

1.	<i>Aleksiichuk Vasyi, Ponomarov Viktor, Mukola Korchagin.</i> MOTIVATION FOR SPORTS TRAINING AND RELATED PROBLEMS.....	9
2.	<i>Amshennikova I.V., Evstigneeva I.V.</i> SPECIFIC ASPECTS OF CONSIDERING THE AGE OF FEMALE SWIMMERS AGE IN A PROCESS OF LONG-TERM TRAINING AND SPORTS EXCELLENCE PLANNING.....	13
3.	<i>Bazilevich N.O., Shtanagey D.V., Yurchenko I.V., Movchan V.P., Zadvornyi M.V.</i> THE EFFECTIVENESS OF THE USE OF CROSSFIT TOOLS IN THE PHYSICAL TRAINING OF BOXERS WITH HIGHER EDUCATION.....	18
4.	<i>Bazylevich N.O., Shulga M.P., Polishchuk V.V., Samolyuk A.A., Volkivsky M.V.</i> ATHLETICS EXERCISES AS A MEANS OF DEVELOPING PROFESSIONAL COMPETENCE OF HIGHER EDUCATION APPLICANTS.....	22
5.	<i>Baibikov M.</i> INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVELS OF MANIFESTATION OF COMPLEX SENSORIMOTOR REACTIONS OF TAEKWONDO ATHLETES.....	26
6.	<i>Beihul Ihor, Beihul Olena, Hladoshchuk Olexandr.</i> TABLE TENNIS AS A TYPE OF MOTOR ACTIVITY FOR HIGHER EDUCATION STUDENTS.....	33
7.	<i>Bilyk Valentyna, Omelchuk Olena.</i> THE USE OF PSYCHORELAXATION METHODS AS A MEANS OF INCREASING THE PSYCHO-EMOTIONAL STABILITY OF HIGH SCHOOL STUDENTS WITH CHRONIC FATIGUE SYNDROME IN THE PROCESS OF TEACHING MARTIAL ARTS TECHNIQUES IN PHYSICAL EDUCATION LESSONS.....	36
8.	<i>Bobrovnyk V.I., Tkachenko M.L., Puhachov D.O.</i> MODERN TECHNOLOGY FOR TRAINING QUALIFIED RUNNERS FOR MIDDLE DISTANCES (800, 1500 M) BASED ON THE DEVELOPMENT OF MODEL TRAINING MICROCYCLES OF THE STAGES OF SPRING-SUMMER PREPARATORY AND SUMMER COMPETITION PERIODS OF THE THIRD YEAR OF TRAINING OF THE STAGE OF SPECIALIZED BASIC TRAINING.....	41
9.	<i>Boyko G.L., Kozlova T.G., Sharafutdinova S.U.</i> AWARENESS THROUGH MOVEMENT AS A KEY EDUCATIONAL TASK OF STUDENTS' PHYSICAL EDUCATION.....	56
10.	<i>Bolshakov O., Romanchuk S., Sorokolit N., Afonin V., Klymovych V.</i> FEATURES OF PROFESSIONAL TRAINING OF MILITARY PERSONNEL OF TANK UNITS.....	60
11.	<i>Borysova Yuliia, Horpynich Oleksii, Didkovskiy Oleksandr</i> RESULTS OF FACTOR ANALYSIS OF INDICATORS OF PHYSICAL CONDITION OF GIRLS AGED 7 - 17 YEARS.....	68
12.	<i>Bocharov A. V., Smandych V. S., Slukhenska R. V., Pylypyuk V. O.</i> SYNERGETIC PRINCIPLES OF THE PROFESSIONAL ACTIVITY OF A PHYSICAL REHABILITATION SPECIALIST.....	72
13.	<i>Velikiy Y.M., Kosheleva O.O.</i> PHYSICAL TRAINING IS AN INTEGRAL PART OF THE PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE POLICE OFFICERS.....	75
14.	<i>Havryshko S. H., Garmata O. M., Kirichenko V. M., Yakovliv V. L., Maksymchenko V. I.</i> ORGANIZATION AND METHODS OF PHYSICAL EDUCATION OF HIGHER EDUCATION STUDENTS.....	81
15.	<i>Galashevskiy Hennadiy</i> THE IMPORTANCE OF PHYSICAL FITNESS OF FPV DRONE OPERATORS IN THE PROCESS OF PERFORMING COMBAT TASKS AS INTENDED.....	85
16.	<i>Davybida N., Yakovlev V.</i> METHODS OF DIAGNOSTIC ANATOMIC AND PHYSIOLOGICAL FEATURES OF CHILDREN OF DIFFERENT AGE GROUPS.....	90
17.	<i>Deineko I., Bobr V., Boichenko S.</i> PECULIARITIES OF THE DEVELOPMENT OF COORDINATION ABILITIES IN YOUNG FOOTBALL PLAYERS 11-13 YEARS OLD DUE TO A SET OF SPECIAL EXERCISES.....	96
18.	<i>Didkovskiy V., Kuzenkov O., Matviienko M. & Sobolenko A.</i> BOXING, KICKBOXING, COMBAT SECTION SAMBO AS MEANS OF SPECIAL PHYSICAL TRAINING IN FORMING STUDENTS' SKILLS AND SKILLS FOR SELF-DEFENSE.....	101
19.	<i>Yefremenko A., Nasonkina O., Zhohlo V., Kolokolov V., Khmeliuk O., Krainyk Ya.</i> RELEVANCE OF IMPLEMENTATION OF DISTANCE LEARNING TOOLS IN THE PROCESS OF TRAINING OF ATHLETES.....	105
20.	<i>Zvonarev O.M., Svatiev A.V.</i> INFLUENCE OF A STANDARD TRAINING PROGRAM ON THE LEVEL OF GENERAL PHYSICAL FITNESS OF THE GRECO-ROMAN STYLE FIGHTERS FOR 15-16 YEARS AT THE STAGE OF SPECIALIZED BASIC TRAINING.....	108
21.	<i>Kashuba Anatolii, Kovalskyi Volodymyr, Godlevskii Petro, Bovsaniuk Dmytro.</i> SOCIAL INTEGRATION AND ADAPTATION OF VETERANS AND PARTICIPANTS OF COMBAT ACTIONS IN THE PROCESS OF ENGAGEMENT IN ADAPTIVE SPORTS.....	113
22.	<i>Koval S., Zhurid S., Shalenko V., Sheludko P., Lebediev S., Yefremenko A.</i> THE PROBLEM OF EARLY SPECIALIZATION IN FOOTBALL.....	117
23.	<i>Kovalova Nataliya, Dmytriv Roman, Kovalenko Kateryna, Kovalov Volodymyr</i> LEVEL OF MOTOR ACTIVITY OF INTERNALLY DISPLACED WOMEN OF NATURE AGE.....	121
24.	<i>Kovalchuk Marian, Lototskyi Ihor.</i> SPECIAL PHYSICAL TRAINING CADETS OF THE NON-COMMISSIONED OFFICER COLLEGE OF THE NATIONAL ARMY ACADEMY.....	126
25.	<i>Konoval Y.M., Bobrovnyk V.I.</i> INFLUENCE OF THE MOBILITY OF THE AEROBIC SYSTEM ON THE SPORTS RESULTS OF QUALIFIED CYCLISTS AT THE STAGE OF PREPARATION FOR HIGHER ACHIEVEMENTS.....	133
26.	<i>Lavrentiev O.M., Krupenya S.V., Kovalov V.O., Derkach O.V., Kryvorotko Y.A.</i> RECREATION OF THE MILITARY AND OTHER VULNERABLE SEGMENTS OF THE POPULATION BY MEANS OF EXERCISE.....	138
27.	<i>Lyakh-Porodko O.O., Shcherbashyn Y.S.</i> UKRAINIAN ATHLETES IN PARIS IN 1955.....	143
28.	<i>Maslova O., Futorny S., Lukasevich I., Bohdanovich L., Lysyuk S., Knysh T.</i> CURRENT TENDENCIES IN IMPLEMENTATION OF BIOMEDICAL TECHNOLOGIES IN SPORTS MEDICINE PRACTICE.....	147

29.	<i>Mytsenko Yevhen.</i> INDIVIDUAL DRINKING REGIME AS A MEANS OF INCREASING THE PERFORMANCE OF ATHLETES-RUNNERS AT THE STAGE OF PRELIMINARY BASIC TRAINING.....	157
30.	<i>Omelchuk O. Domina Zh.</i> FEATURES OF FORMING THE ENVIRONMENTAL COMPETENCE OF THE FUTURE PHYSICAL CULTURE TEACHER FOR THE WORK IN THE NEW UKRAINIAN SCHOOL.....	161
31.	<i>Pervachuk O., Oderov A.</i> INFLUENCE OF THE AUTHOR'S PROGRAM ON THE FORMATION AND IMPROVEMENT OF PSYCHOLOGICAL PREPARATION OF MILITARY SERVICEMEN FOR MILITARY-PROFESSIONAL ACTIVITIES...	165
32.	<i>Perehinets M. M., Kuznetsova L. I., Dolzhenko L. P., Chernykh P. V.</i> PHYSICAL PREPAREDNESS AS A PART OF THE TRAINING OF MILITARY PERSONNEL.....	172
33.	<i>Petrushyn Dmytro.</i> GENERAL PROVISIONS FOR THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE OF FUTURE LAW ENFORCEMENT OFFICERS.....	180
34.	<i>Pylypei L.P., Gytsol E.M., Diachenko S.V.</i> INFLUENCE OF MODELS OF TRAINING TECHNOLOGIES ON THE RESULTS OF ELITE ATHLETES MEMBERS OF THE NATIONAL TEAM OF UKRAINE.....	184
35.	<i>Ponomarov Viktor, Mukola Korchagin, Yurii Kostenko.</i> ASSESSMENT OF THE PSYCHOLOGICAL BARRIERS LEVEL IN THE TRAINING PROCESS OF MARTIAL ARTS AND METHODS OF THEIR NEUTRALIZATION.....	191
36.	<i>Prokopenko Anastasiia, Goncharova Nataliia, Shutova Svitlana, Rodionenko Mykhaylo</i> CHANGES IN INDICATORS OF DYNAMIC BALANCE OF THE LOWER LIMBS IN YOUNGER SCHOOLCHILDREN UNDER THE INFLUENCE OF HEALTH TENNIS CLASSES.....	195
37.	<i>Rimar Yu. I., Tchernenko A. E.</i> DYNAMICS OF FUNCTIONAL AND PHYSICAL PREPAREDNESS OF YOUNG OARSMEN AT THE STAGE OF INITIAL TRAINING.....	202
38.	<i>Sarancha Mykola, Griban Gryhoriy.</i> THEORETICAL AND METHODOLOGICAL PRINCIPLES OF INVOLVING STUDENTS IN EXTRACURRICULAR WORK ON PHYSICAL CULTURE IN GENERAL EDUCATION SCHOOLS.....	206
39.	<i>Sembrat S.V., Trotsenko V.V.</i> INTERRELATIONSHIP OF PHYSICAL AND VOLITIONAL QUALITIES OF CHILDREN OF PRIMARY SCHOOL AGE IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION.....	210
40.	<i>Smolyuk V.I., Shevchuk A.B., Mudryk Zh.S., Tchaikovsky D.Y.</i> PECULIARITIES OF MODERN SPORTS ACTIVITIES OF EDUCATION SEEKERS.....	213
41.	<i>Tymchyk S. G., Zatserklyana K.</i> PECULIARITIES OF WOMEN'S TRAINING IN STRENGTH SPORTS: METHODS AND MEANS.....	218
42.	<i>Tykhorskyi Oleksandr, Simchenko Andriy, Bobrenko Svitlana, Orlov Anatolyi, Kobalinova Oleksandra.</i> EFFECTIVENESS OF FORCED REPETITIONS IN INCREASE OF STRENGTH INDICATORS: RESEARCH IN HEALTH FITNESS.....	222
43.	<i>Trotsenko V.V., Sembrat S.V.</i> THE INFLUENCE OF TOURISM AND LOCAL HISTORY ACTIVITIES ON THE FORMATION OF MORAL QUALITIES OF YOUNGER SCHOOLCHILDREN.....	226
44.	<i>Tsereteli Viktoriya, Shyriaieva Svitlana, Kucherenko Grigory, Bloshenko Olena, Kapustina Tatyana.</i> DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGICAL RESILIENCE IN CHILDREN AND ADOLESCENTS THROUGH PHYSICAL EXERCISES AND GAMES.....	230
45.	<i>Tsyhura H.O.</i> LEGAL AND REGULATORY OPPORTUNITIES FOR THE IMPLEMENTATION OF SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS BY SPECIALISTS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN UKRAINE	233
46.	<i>Shapar K.O., Kolomshitseva O.M., Dovgopool E.P.</i> ADAPTACY OF THE NAVIGATION PROBLEMS FOR THE FAMILY STUDIO IN THE UMOVAH OF THE DISASTER NAVIGATION.....	239
47.	<i>Yudin V.D., Kyyko A.S.</i> EVALUATION OF THE IMPACT OF TEAM PLAY IN 3*3 BASKETBALL ON THE DEVELOPMENT OF DEXTERITY IN INTERNATIONAL MILITARY PENTATHLON CADET ATHLETES.....	244
48.	<i>Yagodzinsky V.P., Petleychuk R.V., Rodionov M.O., Bogush M.I., Stoyanov R.V., Kozlov S.V., Sidorchuk V.V.</i> THE BEST CRITERIA FOR TRUE TALK TO THE QUESTION OF THE QUESTION IN THE SEXUAL STUDY OF THE PEDRO	251
49.	<i>Sinitsyna O. V., Zubrytskyi B. D., Biruk I. D., Petruk L. A., Pidgurska O. P., Hryhorovych O. S.</i> ANALYSIS OF MOTIVES IN THE FITNESS SECTION OF FEMALE STUDENTS OF THE 2ND YEAR OF THE NUVHP.....	258
50.	<i>Stepanyuk Svetlana, Koval Victoria, Grabovsky Yuriy, Gorodynska Inna, Rudenko Victoriya</i> THREE DECADES OF IMPROVING: THE JOURNEY OF THE FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS OF KHERSON STATE UNIVERSITY.....	261

було обумовлене, головним чином, істотним поліпшенням силової підготовленості (збільшення кількості підтягувань на високій поперечині склало $19,92 \pm 1,53\%$). Далі в цій своєрідній градації йшли: підвищення швидкісних якостей (на $8,82 \pm 1,41\%$), швидкісно-силовий підготовленості (на $6,67 \pm 1,23\%$), спритності (на $5,07 \pm 1,61\%$) і загальній витривалості (на $2,25 \pm 1,33\%$).

Певною мірою не високі величини відносного приросту параметрів фізичної підготовленості юнаків 15-16 років можна пояснити їх досить оптимальними вихідними значеннями.

Висновки. У цілому матеріали проведеного дослідження дозволили констатувати не лише досить високу ефективність типової програми тренувальних занять для борців 15-16 років на етапі спеціалізованої базової підготовки, але і були підставою для її певного корегування з акцентом на більш суттєвий розвиток загальної витривалості спортсменів, їх спритності, швидкісної та швидкісно-силової підготовленості.

Перспективи подальших досліджень. Перспективи подальших досліджень в обраному напрямі передбачають розширення переліку показників загальної підготовленості юних спортсменів, які спеціалізуються у греко-римської боротьби шляхом вивчення динаміки показників їх функціональної підготовленості.

Література

1. Лукіна О., Вороний В. Особливості змагальної діяльності борців греко-римського стилю. Спортивний вісник Придніпров'я. 2019. № 2. С. 21-29.
2. Огарь Г.О., Санжаров В.А., Ласиця В.І., Ручинський Д.О. Особливості спеціальної підготовленості юних борців греко-римського стилю з різними тактичними манерами ведення поєдинку. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Чернігів. 2014. Вип. 118(4). С. 143-145.
3. Пашков І.М., Тропін Ю.М., Романенко В.В., Голоха В.Л., Коваленко Ю.М. Аналіз змагальної діяльності борців високої кваліфікації. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2021. № 5(85). С. 22-25.
4. Прозар М., Стасюк І., Петров А., Чобітько М. Зміна показників фізичної підготовки юних борців вільного стилю на етапі попередньої базової підготовки. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. 2023. № 14. С. 41-45.
5. Русанов Р., Вострокнутов Л., Голенкова Ю. Особливості фізичної підготовки юних борців греко-римського стилю. Фізична культура і спорт. Виклики сучасності : зб. ст. за результатами II наук.-практ. конф. Харків. нац. пед. ун-т ім. Г.С. Сковороди. Харків. 2022. С. 110-117.
6. Ставрін М.Г., Орлюк В.В., Волошин В.М. Греко-римська боротьба. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ. 2018. 89 с.
7. Тропін Ю.М., Пономарьов В.А., Клименко О.І. Взаємозв'язок рівня фізичної підготовленості з показниками змагальної діяльності у юних борців греко-римського стилю. Слобожанський науково-спортивний вісник. Харків. 2017. 1(57). С. 111-115.
8. Malikov N., Tyshchenko V., Bogdanovska N., Orlov A., Popov S. Functional fitness assessment of elite athletes. Journal of Physical Education and Sport. 2021. 21(1). P. 374-380.

Reference

1. Lukina O., Voroniy V. (2019). Osoblivosti zmagalnoy diyalnosti borciv greko-rimskogo stilyou. Sportivnyi visnik Pridnipriyviya. № 2. S. 21-29.
2. Ogar G.O., Sanzharov V.A., Lasiciya V.I., Ruchinskiy D.O. (2014). Osoblivosti specialnoy pidgotovlenosti younih borciv greko-rimskogo stilyou z rznimi manerami vedennya poedinku. Visnik Chernigovskogo nacionalnogo pedagogichnogo universitetu. Ser.: Pedagogichni nauki. Phizichne vihovannya ta sport. Chernigiv. Vip. 118(4). S. 143-145.
3. Pashkov I.M., Tropin Yu.M., Romanenko V.V., Goloha V.L., Kovalenko Yu.M. (2021). Analiz zmagalnoy diyalnosti borciv visokoy kvalifikacii. Slobozchanskiy naukovo-sportivniy visnik. № 5(85). S. 22-25.
4. Prozar M., Stasyuk I., Petrov A., Chobitko M. (2023). Zmina pokaznikov phizichnoy pidgotovki younih borciv greko-rimskogo stilyou na etapi poperedniy bazovo] pidgotovki. Visnik Kamyane-Podl'skogo nacionalnogo universitetu imeni Ivana Ogiyenko. Phizichne vihovannya, sport i zdoroviya ludini. № 14. S. 41-45.
5. Rusanov R., Vostroknutov L., Golenkova Yu. (2022). Osoblivosti phizichnoy pidgotovki younih borciv greko-rimskogo stilyou. Phizichna kultura i sport. Vikliki suchasnosti : zb. st. za rezultatami II nauk.-prakt. konf. Kharkiv. nac.ped.un-t im. G.S. Skovorodi. Kharkiv. S. 110-117.
6. Stavrinov M.G., Orluk V.V., Voloshin V.M. (2018). Greko-rimska borotba. Navchalna programa dlya dityachoyunackih sportivnih shkil, specializovanih dityachoyunackih sportivnih shkil olimpiyskogo rezrevu, shkil vicshoy sportivnoy maysternosti ta specializovanih navcalnih zakladiv sportivnogo profilyou. Kiiv. 89s.
7. Tropin Yu.M., Ponomariov V.A., Klimenko O.I. (2017). Vzaemovviazok rivnya phizichnoy pidgotovlenosti z pokaznikami zmagalnoy diyalnosti u younih borciv greko-rimskogo stilyou. Slobozchanskiy naukovo-sportivniy visnik. № 1(57). S. 111-115.
8. Malikov N., Tyshchenko V., Bogdanovska N., Orlov A., Popov S. (2021). Functional fitness assessment of elite athletes. Journal of Physical Education and Sport. 21(1). P. 374-380.

доцент
Рівненський державний гуманітарний університет
ORCID : 0000-0001-7782-898X,
Ковальський В.В.
кандидат педагогічних наук, доцент
Рівненський державний гуманітарний університет
ORCID : 0000-0001-8282-0173
Годлевський П.М.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Національний університет водного господарства та природокористування
ORCID : 0000-0001-8655-4546
Бовсунюк Д.В.
Викладач фізичного виховання
ВСП Рівненський економіко-технологічний коледж

СОЦІАЛЬНА ІНТЕГРАЦІЯ ТА АДАПТАЦІЯ ВЕТЕРАНІВ ТА УЧАСНИКІВ БОЙОВИХ ДІЙ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ АДАПТИВНИМ СПОРТОМ

У статті розглянуто значимість адаптивного спорту в процесі соціальної інтеграції та адаптації ветеранів війни та учасників бойових дій до умов мирного життя.

Визначено, що після повернення до цивільного життя ветеранів, учасників бойових дій очікує період пристосування до нових особливостей життя, умов соціальної взаємодії, формування особистісних навичок у вирішенні нових викликів.

Виокремлено, що процес соціальної адаптації ветеранів та учасників бойових дій є цілісним комплексом медичних, фізичних, психологічних, соціально-педагогічних заходів спрямованих на відновлення здоров'я, психо-емоційного стану і працездатності.

Представлено можливості і завдання адаптивного спорту як дієвого і ефективного інструменту успішної соціалізації, який сприяє фізичній реабілітації, розвитку навичок психічного та емоційного відновлення та благополуччя, а залучення до занять адаптивними видами спорту є одним із суттєвих інструментів реабілітації та соціальної інтеграції ветеранів війни, учасників бойових дій.

Ключові слова: соціальна інтеграція, адаптація, ветерани війни, учасники бойових дій, адаптивний спорт, реабілітація.

Anatolii Kashuba, Volodymyr Kovalskyi, Petro Godlevskii, Dmytro Bovsaniuk. Social integration and adaptation of veterans and participants of combat actions in the process of engagement in adaptive sports. The article examines the importance of adaptive sports in the process of social integration and adaptation of war veterans and combatants to the conditions of peaceful life.

It was determined that after the return to civilian life of veterans and participants in hostilities, a period of adaptation to new features of life, conditions of social interaction, formation of personal skills in solving new challenges awaits.

It is highlighted that the process of social adaptation of veterans and participants in hostilities is a complete complex of medical, physical, psychological, socio-pedagogical measures aimed at restoring health, psycho-emotional state and working capacity.

The possibilities and tasks of adaptive sports as an effective and efficient tool for successful socialization are presented, which promotes physical rehabilitation, the development of mental and emotional recovery skills, and well-being, and participation in adaptive sports is one of the essential tools for the rehabilitation and social integration of war veterans, participants in hostilities.

It was established that the general level of development of Ukrainian society, the degree of understanding of the importance of the problem of social integration and adaptation of veterans and combatants to peaceful life determines the model of their social adaptation in the country.

However, social integration includes not only psychological adaptation, but also the need for multifunctional changes: moral, physical, social.

Key words: social integration, adaptation, war veterans, combatants, adaptive sports, rehabilitation.

Постановка проблеми. У сучасних умовах воєнного стану та економічної нестабільності ветерани війни, учасники бойових дій, які отримали інвалідність, зіткнулись з проблемою, що потребує негайного вирішення. Ця проблема полягає в тому, що психо-фізіологічні структурні порушення, або яскраво виражені, або такі, що діагностуються за допомогою медичної апаратури, могли призвести до втрати або недосконалої навичок, необхідних для певних видів діяльності, внаслідок чого і формуються «обмежені можливості» для життєдіяльності, а це в свою чергу, за відповідних умов, спричинятиме соціальну дезадаптацію, неуспішну або уповільнену соціалізацію.

Війна залишає чимало військових із травмами й пораненнями, тому адаптивний спорт має великий потенціал і може стати одним із видів реабілітації, яким можуть скористатися захисники та захисниці України. І йдеться не лише про фізичну активність, а про підтримку та можливості розвивати свої здібності, стати частиною спільноти однодумців. Повернення учасників бойових дій та членів їх сімей до цивільного життя є своєрідним викликом як для самих ветеранів, так і суспільства у цілому.

Соціальна інтеграція та адаптація ветеранів війни та учасників бойових дій є складним питанням, яке і досі не є повністю дослідженим, особливо широкий спектр роботи саме в українському контексті, де потрібно зважати на багато факторів, наприклад культурні/релігійні особливості, вмотивованість тощо. Особливостями, що стають на шляху надання якісних послуг соціальної адаптації є відсутність єдиної системи визначення потреб та механізмів їх задоволення.

Розуміння важливості соціальної інтеграції та психологічної реабілітації захисників та захисниць України робить цю проблему досить актуальною, тому використання адаптивного спорту як інструменту реабілітації та соціальної інтеграції ветеранів війни є досить перспективним і заслуговує на подальший розвиток і вдосконалення.

Огляд останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукових доробок з даної тематики показав, що серед українських дослідників проблема соціальної інтеграції та адаптації ветеранів війни, учасників бойових дій є різноплановою. Значна кількість праць зацікавлена на психологічних аспектах адаптації. Проблема психологічної адаптації до умов військової служби висвітлено у працях А. Алдашевої, Л. Гребінь, Л. Литвиненко, А. Маклакова, А. Камишева, В. Попкова, В. Чайки та ін. [6]. Психологічні особливості адаптації військових до бойових умов досліджено І. Бобровничим, О. Веритягіною, С. Заковряшиною, Н. Тарабріною та ін. Вікові особливості адаптації учасників бойових дій до умов мирного життя висвітлено у дисертаційному дослідженні О.В. Мельник [6].

Серед багатьох українських дослідників переважає розуміння процесу адаптації та інтеграції як, в першу чергу, пристосування до умов ринку праці шляхом професійної перепідготовки (В.С. Рубцов [9], А.Л. Красильщиков [5]). Окремі аспекти працевлаштування колишніх військовослужбовців розкриті в дослідженнях Абрамова Є.В. [1], О.О. Буряка і М.І. Гіневського [3]. Питанням фінансового забезпечення соціальної адаптації приділено увагу у роботі Т. Вдовиченка [4]. У дисертаційному дослідженні Ю.Л. Бриндікова [2] розглянуто наукові підходи до визначення складових реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій, обґрунтовано теоретичні і методичні основи реабілітаційної діяльності на основі впровадження арт-терапії, ігрових технологій, тренінгів, сімейної терапії. Однак, незважаючи на це, наявних наукових досліджень, які б розкривали вагомий соціалізуючий потенціал адаптивного спорту у сфері реінтеграції до цивільного життя недостатньо.

Соціальна інтеграція та адаптація ветеранів і учасників бойових дій є складним питанням, яке на сучасному етапі потребує подальших досліджень, особливо широкий спектр роботи саме в українському контексті, де потрібно зважати на багато факторів, наприклад культурні/релігійні особливості, вмотивованість, менталітет тощо.

Мета статті – висвітлити значимість адаптивного спорту у соціальній інтеграції та адаптації ветеранів війни та учасників бойових дій до мирного життя.

Виклад змісту основного матеріалу. В Україні, як і в усьому світі, проблема інтеграції осіб з інвалідністю у суспільство є однією з найактуальніших соціальних проблем. Найбільш гідним способом забезпечення соціальної рівності цієї категорії громадян є надання можливості самореалізації, психо-емоційної стабільності та досягнення ними внутрішньої гармонії.

Реабілітація ветеранів та їх реінтеграція у цивільне життя як зараз, так і після Перемоги, на основі комплексного підходу – є нагальним завданням для українського суспільства і його державних органів (Міністерство у справах ветеранів України). Адже по завершенню війни кількість ветеранів, членів їхніх сімей, осіб з інвалідністю внаслідок війни та членів родин загиблих військових за прогнозами може зрости до 4–5 мільйонів осіб.

«Наше суспільство має бути готовим гідно зустріти захисників і захисниць України, створити належні умови для розвитку фізкультурно-спортивної реабілітації, що забезпечить доступ ветеранів до якісних послуг із відновлення фізичних, психологічних і соціальних функцій, повернення їх до повноцінного життя у громадах», – Юлія Лапутіна, міністр у справах ветеранів України.

Одним із найдієвіших інструментів реабілітації ветеранів війни є залучення до заняття адаптивними видами спорту. Спорт для таких ветеранів-це не лише можливість відчути радість руху або адреналін змагань, а й двері в нове життя, де, попри обмеження, можливості для реалізації нескінченні. Через спорт, вони можуть знову відчути цілісність отримати підтримку однодумців і знайти новий сенс у цивільному житті.

«Спорт – один із ключових видів психологічної та фізичної реабілітації, але неможливо переконати ветеранів займатися спортом, їх можна лише зацікавити. Показати на прикладі, чого можна досягнути. Щоб кожен бачив: якщо в інших виходить, то і йому до снаги. Але якщо ніхто такого не робив раніше, він може стати першим»(О. Маковей – капітан команди Національної збірної України Invictus Games 2023).

Наразі через об'єктивні причини цьому перешкоджають низка обставин: зокрема, відсутність системності, нестача кваліфікованих фахівців у сфері фізичної культури та спорту (тренерів, адміністраторів спортивних заходів), недостатнє забезпечення спортивних локацій у громадах регіонів тощо.

Для усунення цих перепон в Україні, Міністерство у справах ветеранів розроблює єдину методологію проведення заходів із фізкультурно-спортивної реабілітації ветеранів війни та членів їхніх сімей, сімей загиблих (померлих) ветеранів війни, для того, щоб надалі в кожного ветерана війни була можливість займатися адаптивними видами спорту як засобом соціальної інтеграції та адаптації до мирного життя, де йдеться не лише про фізичну активність, а й про підтримку та можливість розвивати їхні здібності.

В рамках реалізації Національної стратегії зі створення безбар'єрного простору в Україні до 2030 року розроблено і втілюється флагаманський проєкт «Розвиток спорту для ветеранів» у п'яти областях України: Дніпропетровській (м. Дніпро), Львівській (м. Львів), Вінницькій (м. Вінниця), Миколаївській (м. Миколаїв), Київській (м. Київ). А у 2025-2027 роках проєкт планується масштабувати по всіх областях України. Він зокрема, передбачає створення комплексної системи залучення ветеранів, учасників бойових дій та членів їхніх родин до занять різними видами спорту, в тому числі адаптивними; розширення мережі безбар'єрних закладів, які враховують потреби ветеранів й ветеранок – осіб з інвалідністю – в містах, громадах та регіонах; забезпечення підготовки відповідних фахівців (тренерів) з восьми видів

адаптивного спорту: баскетбол на візках, стрільба з лука, пауерліфтинг, плавання, велоспорт, веслування на тренажерах, легка атлетика та регбі на візках; створення належної спортивної інфраструктури по всій країні, розвиток ветеранського спорту в закладах вищої освіти та в територіальних громадах за моделлю «рівний з рівним».

Протягом 2023 року вже було організовано підготовку та участь національних збірних команд України в міжнародних спортивних змаганнях. Зокрема, національна збірна команда України взяла участь у міжнародних спортивних змаганнях для ветеранів і поранених військовослужбовців Invictus Games 2023 у Дюссельдорфі (українці здобули рекордні 34 медалі); проведено національний відбір з дев'яти видів адаптивного спорту, в якому взяло участь 202 учасники (м. Львів): три навчально-тренувальних збори (Україна, Хорватія) та один відновлювальний навчально-тренувальний збір. Також було організовано навчально-тренувальні збори та Всеукраїнські змагання з відбору кандидатів до United States Air Force Trials 2024, які тривали з 8 по 14 березня в американському Лас-Вегасі. Команда з 30 українських ветеранів та **військовослужбовців**, які отримали важкі поранення, **повернулася** додому після феєричної участі у міжнародних змаганнях з адаптивних видів спорту. Українці здобули 76 медалей: 44 золотих, 20 срібних та 12 бронзових, що є рекордною кількістю нагород за всю історію участі наших команд у міжнародних ветеранських змаганнях. Вони продемонстрували на міжнародній арені – хто такі українці і що вони можуть [8].

Участь у цих змаганнях свідчить про те, що українське суспільство вчиться і переймає світовий досвід як піклуватися, забезпечувати та захищати своїх ветеранів, хворих або поранених воїнів і підтримувати їх, щоб вони могли жити повноцінним життям, відновили впевненість та цілеспрямованість.

Висновки. Загальний рівень розвитку українського суспільства, ступінь розуміння важливості проблеми соціальної інтеграції й адаптації ветеранів і учасників бойових дій до мирного життя зумовлює в країні модель їх соціальної адаптації.

Адаптація ветеранів, учасників бойових дій до цивільного життя є складним процесом пристосування особистості до нових умов життя. Для її успішної реалізації важливими є аспекти психологічної допомоги: впровадження системи психотерапевтичних методів, засобів та технік, які сприяють розвитку навичок саморегуляції та емоційного відновлення і благополуччя; пошуку способів створення психоемоційних ресурсів у вирішенні складних життєвих ситуацій; формуванню мотиваційних моделей соціальних перспектив життєдіяльності ветеранів та учасників бойових дій.

Однак, соціальна інтеграція включає не тільки психологічне пристосування, але й необхідність багатофункціональних змін: моральних, фізичних, соціальних.

Залучення до занять адаптивними видами спорту є одним із найдієвіших інструментів реабілітації та соціальної інтеграції ветеранів, учасників бойових дій. Спорт для них - це не лише можливість відчувати радість руху або адреналін змагань, він акумулює в собі можливості відчувати цілісність, отримати підтримку однодумців і знайти новий сенс у цивільному житті.

Література

1. Абрамов Є.В. (2016). Адаптація військовослужбовців, звільнених в запас як інструмент забезпечення їх конкурентоспроможності на ринку праці. *Економіка і організація управління*. №2 (22). С. 259-265.
2. Бриндіков Ю.Л. (2019) Теорія та практика реабілітації військовослужбовців-учасників бойових дій в системі соціальних служб [дисертація] Тернопіл. нац. пед. ун-т ім. Володимира Гнатюка. Тернопіль, 559с.
3. Буряк О.О., Гіневський М.І. (2014). Соціальна адаптація армії України до нових умов існування. *Збірник наукових праць Харківського національного університету Повітряних Сил*. № 4(41). С. 160-166.
4. Вдовиченко Т. (2017). Соціальна та професійна адаптація звільнених військовослужбовців як об'єкт фінансового забезпечення. *Світ фінансів*. № 1 (50). С. 166-180.
5. Красильщиков А.Л. (2005). Соціальна адаптація звільнених у запас військовослужбовців (проблеми та досвід їх вирішення в Україні та зарубіжних країнах). *Демографія та соціальна економіка*. № 2. С.117-125.
6. Мельник О.В. (2019). Вікові особливості адаптації учасників бойових дій до умов мирного життя [автореферат]. Київ, 20с.
7. Офіційний сайт ВПС США. Електронний ресурс. Режим доступу: <https://www.woundedwarrior.af.mil/>
8. Офіційний сайт Міністерства у справах ветеранів України. Електронний ресурс. Режим доступу: <https://mva.gov.ua/ua>
9. Рубцов В.С. Адаптація кадрових воєнослужачих і конверсія воєнних об'єктів. Електронний ресурс. Режим доступу: http://ifsa.kiev.ua/files/IFSA_2009.pdf
10. Субашкевич І., Бордіян Я., Галько С. (2023). Особливості соціально-психологічної адаптації військовослужбовців, які брали участь в бойових діях. *Вісник Львівського унів-у. Серія пед. Вип.39*. С.218-226.

References

1. Abramov E.V., (2016), Accommodatio veteranorum dimissa est subsidiis sicut instrumentum ad aemulationem laboris in mercatu suo curandi. Aliquam sit amet fringilla augue. N. 2 (XXII). P. 259-265.
2. Yu.L. Bryndikov. Theoria et praxis rehabilitationis veteranorum, hostilitates participandi in systemate officiorum socialium [auctoris abstracti] Ternopil. nationalis ped. Universitas nomine Volodymyr Hnatyuk, Ternopil, MMXIX. 559 p.
3. Buryak O.O. (2014), Ginevskiy M.I. Socialis adaptatio exercitus Ucrainae ad novas condiciones existentiae. Collectio operum scientificorum Universitatis Nationalis Kharkiv Air Force. No. 4(41). P. 160-166.
4. Vdovichenko T. (2017), Socialis et professionalis adaptatio veteranorum exauctoratorum obiecto subsidii oeconomici. Mundus de rebus oeconomicis. No. 1 (50). P. 166-180.
5. Krasylshchikov A.L. (2005), Social adaptatio veteranorum subsidiis dimissa (quaestiones et experientias solvendi eas in Ucraina et regionibus exteris). Demographia et oeconomia socialis. N. 2. P.117-125.

6. Melnyk O.V. (2019), *Aetas accommodationis pugnantium ad condiciones vitae pacificae [auctoris abstractae]*. Kyiv, 20 p.
7. Officialis US Air Force. Electronic resource. Aditus modus: <https://www.woundedwarrior.af.mil/>
8. Officialis Ministerii Veteranorum Negotiis Ucrainae. Electronic resource. Accessus modus: <https://mva.gov.ua/ua>
9. Rubtsov V.S. *Accommodatio personarum et conversio facilitatum militarium*. Electronic resource. Accessus modus: http://ifsa.kiev.ua/files/IFSA_2009.pdf
10. Subashkevich I., Bordiyan Y., Galko S. (2023), *Peculiarities accommodationis socialis-psychologicae militum curatorum, qui hostilitates participaverunt*. *Nomenclator Universitatis Leopoliensis. Series ped. Part XXXIX*. P. 218-226.