

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Рівненський державний гуманітарний університет

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ І
РЕАБІЛІТАЦІЯ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

Збірник наукових праць

ВИПУСК 15

РІВНЕ – 2024

**Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти:
Збірник наукових праць. Рівне: ГО СОМ-ЦЕНТР, 2024. Випуск
15. 319с.**

У збірнику вміщено наукові праці вчених, аспірантів, вчителів-методистів, вчителів-новаторів, здобувачів вищої освіти галузі фізичної культури та спорту України

Збірник статей буде корисним для вчителів і викладачів фізичного виховання, спортсменів, усіх, хто цікавиться сучасними проблемами розвитку фізичного виховання та спортивного тренування

Редакційна колегія:

кандидат педагогічних наук, професор Кіндрат В.К.
кандидат педагогічних наук, доцент Ковальський В.В.
доцент Кашуба А.А.
старший викладач Гоголь Т.В.

Відповідальність за інформаційну достовірність поданих матеріалів у наукових працях несуть автори публікацій

ЗМІСТ

Бутенко Т.В. АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ФІТНЕС-ПРОГРАМ ТА ТЕХНОЛОГІЙ ДЛЯ СТУДЕНТОК ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	7
Василюк В.М., Бунда М.М. РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ 7-10 РОКІВ НА ЗАНЯТТЯХ З ТХЕКВОНДО.....	15
Василюк В.М., Кедич М.О. ВИКОРИСТАННЯ АНАЛІТИЧНИХ ДАНИХ ДЛЯ ПОКРАЩЕННЯ СТРАТЕГІЙ ТРЕНУВАНЬ У СПОРТІ	21
Василюк В.М., Колодич В.О. СТРУКТУРА ТРЕНУВАЛЬНОГО ЦИКЛУ АМАТОРСЬКОЇ КОМАНДИ З ФТБОЛУ ВПРОДОВЖ ТРЕНУВАЛЬНОГО СЕЗОНУ.....	33
Василюк В.М., Сидор В.В. МОДЕРНІЗАЦІЯ КРИТЕРІВ ВІДБОРУ ДО ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ.....	43
Василюк В.М., Шуляк Ю.В. ОСНОВИ РЕАЛІЗАЦІЇ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА РАННІЙ СТАДІЇ ПІДГОТОВКИ.....	53
Власюк Г.І. ОСОБЛИВОСТІ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ В СПОРТІ.....	62
Гоголь Т.В. ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ РЕКЛАМИ У СПОРТІ ТА СПОРТИВНОМУ БІЗНЕСІ.....	71
Гоголь Т.В., Писарчук М.М. ОСОБЛИВОСТІ МЕНЕДЖМЕНТУ СПОРТИВНИХ КЛУБІВ.....	82
Давидюк І.В. ТЕХНОЛОГІЧНІ КРИТЕРІЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ ДО ОЗДОРОВЧОЇ ОСВІТИ ШКОЛЯРІВ.....	89

Кашуба А.А., Жульжик Н.А. РОЛЬ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З БАСКЕТБОЛУ У ПОКРАЩЕННІ ФІЗИЧНОГО СТАНУ УЧНІВ ЗОШ.....	99
Кашуба А.А., Королевич Д.С. ПОКРАЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ-ПОЧАТКІВЦІВ ЗАСОБАМИ ВОЛЕЙБОЛУ.....	103
Кашуба А.А., Нестерук М.С. ФОРМУВАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ ТЕХНІКИ ГРИ У ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ.....	112
Кашуба А.А., Остаповець М.К. ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ УДОСКОНАЛЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ФУТБОЛІСТІВ-АМАТОРІВ...127	127
Кашуба А.А., Переходько М.С. ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОЦЕСУ ВДОСКОНАЛЕННЯ СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ У ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ.....	133
Кіндрат В.К., Чалій Л.В., Чалій А.І. ДОСЛІДЖЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ ФІЗИЧНОЮ АКТИВНІСТЮ ТА НАДЛИШКОВОЮ МАСОЮ.....	146
Кіндрат В.К., Кіндрат Н.П., Шеретюк В.М. ДО ПИТАННЯ СУЧАСНИХ ПРИНЦИПІВ КАРДІОРЕАБІЛІТАЦІЇ.....	160
Кіндрат П.В., Кіндрат Н.П., Какай Г.П. НАПРЯМКИ ІМПЛЕМЕНТАЦІЇ ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПОЗАКЛАСНІЙ РОБОТІ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	176
Ковальський В.В., Лесенчук О.В. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ З ФІЗИЧНОГО САМОВДОСКОНАЛЕННЯ В СТАРШОКЛАСНИКІВ ЗЗСО.....	182
Ковальський В.В., Полюхович Є.М. ВДОСКОНАЛЕННЯ МОРФО-ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ В ПРОЦЕСІ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ.....	188

Панчук А.П., Дутчак В.В., Дутчак А.В. МЕТОДИКА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДЛЯ ЧОЛОВІКІВ І ЖІНОК ДРУГОГО ЗРІЛОГО ВІКУ З ПЕРЕЛОМАМИ ХРЕБТА.....	191
Панчук А.П., Дутчак В.В., Дутчак О.В. ФОРМУВАННЯ МОРАЛЬНИХ ЯКОСТЕЙ ДІТЕЙ ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ ДИДАКТИЧНИХ КАЗОК НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ.....	199
Панчук А.П., Панчук І.В., Бражук М.І. ВПЛИВ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ НА РІВЕНЬ СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ СТАРШИХ ШКОЛЯРІВ.....	210
Панчук А.П., Панчук І.В., Проказюк О.Ю. ЗАЛУЧЕННЯ АТЛЕТІВ-ІНФЛЮЕНСЕРІВ ДО МАРЕТИНГОВИХ КАМПАНІЙ.....	223
Панчук А.П., Панчук І.В., Розумна В.В. ОСОБЛИВОСТІ ІСНУВАННЯ ФІТНЕС ІНДУСТРІЇ УКРАЇНИ В ПЕРІОД ВІЙСЬКОВОГО СТАНУ.....	232
Семенович С.В., Окерешко М.О. УДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ ЗАСОБАМИ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ.....	239
Чалій Л.В. ПЕДАГОГІЧНА КУЛЬТУРА ФАХІВЦЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.....	245
Чалій Л.В., Кирильчук М.В. ЗАСТУВАННЯ ПРОЕКТУВАННЯ У ПОЗАКЛАСНІЙ РОБОТІ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	255
Чалій Л.В., Рубель І.С. ДИДАКТИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У 5-6 КЛАСАХ СУЧАСНОЇ ШКОЛИ.....	272
Шелюк В.О., Боровик Т.В. НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ НАВЧАННЯ СТРИБКІВ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	288

Ярмошук О.О., Дубовикова Т.М. ОПТИМІЗАЦІЯ РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ ДІТЕЙ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ПЛАВАННЯМ.....	298
Ярмошук О.О., Низелюк Б.В. МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНІ МОДЕЛЬНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ФУТБОЛІСТІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ.....	306
Ярмошук О.О., Синельник Б.О. АНАЛІЗ ТАКТИЧНИХ СТРАТЕГІЙ У ФУТБОЛІ З МЕТОЮ ОПТИМІЗАЦІЇ ГРИ.....	312

Економічний простір : Зб. наук. пр. Дніпро, 2022. No 179. С. 159–163. DOI:<https://doi.org/10.32782/2224-6282/179-24>

9. Мічуда Ю. П. Сфера фізичної культури і спорту в умовах ринку. Закономірності функціонування та розвитку. К.: Олімпійська література, 2007. 216 с.

10. Мічуда Ю.П. Ринкові відносини та підприємництво у сфері фізичної культури і спорту:навч. посібник. К.: Олімпійська література, 1995. 152 с.

11. Як повномасштабне вторгнення вплинуло на фітнес-індустрію у 2022-2023 роках. Режим доступу: <https://fitnessacademy.com.ua/articles/iak-povnomasshtabne-vtorhnennia-vplynulo-na-fitness-industriiu-u-2022-2023-rokakh/>

Семенович С.В., доцент

Окерешко М.О., здобувач ступеня в/о «Магістр» II курсу

УДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ ЗАСОБАМИ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Анотація. У статті розкривається питання удосконалення швидкісно-силових якостей юних футболістів на етапі початкової підготовки. Визначено, що розвиток цих фізичних якостей є критично важливим для успішного виконання технічних і тактичних завдань у футболі. Пропонується інтеграція елементів легкої атлетики в тренувальний процес юних спортсменів, що дозволяє не лише покращити їхні фізичні показники, а й сприяє формуванню загальної витривалості та координації рухів. На основі аналізу існуючих досліджень і практичного досвіду, в статті наведено конкретні методи і вправи, які можуть бути включені до програми тренувань юних футболістів.

Ключові слова: футбол, юні спортсмени, швидкісно-силові якості, легка атлетика, початкова підготовка, тренувальний процес.

Футбол, як один з найпопулярніших видів спорту, вимагає від спортсменів високих швидкісно-силових характеристик. На етапі

початкової підготовки особливо важливо закласти міцний фундамент для подальшого розвитку цих якостей. Легка атлетика, завдяки своїй різноманітності вправ та методик, може стати ефективним засобом для досягнення цієї мети.

Швидкісно-силові якості є одними з основних фізичних характеристик, які визначають успішність футболістів на полі. Швидкість дозволяє гравцям швидко переміщатися по полю, ухилятися від суперників і виконувати швидкі атаки. Сила, в свою чергу, необхідна для боротьби за м'яч, виконання потужних ударів та стабільності в контактах з опонентами. Важливо відзначити, що ці якості тісно пов'язані між собою: розвиток сили може позитивно вплинути на швидкість, а швидкісні тренування можуть підвищити загальну витривалість спортсмена.

Для розвитку швидкісно-силових якостей юних футболістів можна використовувати різноманітні методи, запозичені з легкої атлетики:

- Спринти: Короткі дистанції (20-60 метрів) з максимальною інтенсивністю допомагають розвивати швидкість і вибухову силу. Важливо включати спринти з різними стартовими позиціями (старт з місця, старт з коліна) для зміни навантаження на м'язи.

- Стрибки: Вправи на стрибки (стрибки вгору, стрибки в довжину) сприяють розвитку м'язової сили нижньої частини тіла. Використання різних варіантів стрибків (з місця, з розбігу) дозволяє активізувати різні групи м'язів.

- Метання: Вправи з метанням (м'яча, гирі) допомагають розвивати силу верхньої частини тіла та покращують координацію рухів. Такі вправи можуть включати метання м'яча в стіну або метання гирі на відстань.

Інтеграція елементів легкої атлетики в тренувальний процес юних футболістів може здійснюватися через:

- Комбіновані тренування: Заняття, що поєднують футбольні вправи з елементами легкої атлетики. Наприклад, після виконання футбольних вправ на техніку можна перейти до коротких спринтів або стрибків.

- Спеціалізовані сесії: Включення окремих тренувальних сесій, присвячених розвитку швидкісно-силових якостей. Ці сесії можуть бути організовані двічі на тиждень і містити комплекс вправ на розвиток сили та швидкості.

- Групові ігри: Використання ігрових форм тренувань, які включають елементи легкої атлетики. Наприклад, проведення естафет або ігор із елементами бігу зі змінами напрямку.

Для вирішення поставлених завдань нами було проведено педагогічний експеримент у якому взяли участь 24 юнака віком 11–12 років, які займаються футболом у ФА Верес м.Рівне, Педагогічний експеримент тривалістю в один рік, проводився у два етапи.

На I етапі проводився констатуючий експеримент, на II етапі здійснювалося проведення формуючого експерименту. На початку проведення педагогічного експерименту було сформовано дві групи, контрольну і експериментальну до складу кожної з них увійшло по 12 футболістів.

На першому етапі (березень – квітень 2024 р.), проведено теоретичний аналіз науково-методичної літератури з обраної проблематики, сформульовано мету, визначені завдання дослідження, складено план, здійснено підбір необхідних методів дослідження. Розроблено шкали оцінювання з визначенням п'яти діапазонів рівнів підготовленості – низький, нижчий за середній, середній, вищий за середній та високий для поточного та етапного контролю футболістів віком 11–12 років.

На другому етапі (травень– червень 2024 р.) здійснювалися педагогічні спостереження під час тренувального процесу і змагальної діяльності юнацької футбольної команди. Здійснювалося проведення I етапу педагогічного експерименту, за запропонованими тестами було здійснено контроль і надано оцінку початкових показників підготовленості футболістів ФА Верес. Послідовно відбувалася корекція тренувального процесу з урахуванням рівня підготовленості учнів. За допомогою проведення кореляційного аналізу, були підібрані спеціальні

легкоатлетичні фізичні вправи для підвищення початкових показників з фізичної, технічної підготовленості футболістів.

На третьому етапі (серпень – вересень, 2024 р.) здійснювався підбір, визначення спеціальні легкоатлетичні фізичних вправи швидкісно-силового характеру, вправи з м'ячем і без нього які за структурою рухів максимально наближені до ігрових, вивчалися показники початкові швидкісно-силової підготовленості юних футболістів, визначилися завдання дослідження, було розроблено експериментальну програму. Розпочато проведення II етапу проведення педагогічного експерименту, проводилося повторне тестування, за розробленою шкалою надавалась оцінка динаміки рівня підготовленості гравців на початковому етапі підготовки. Результати тестувань заносилися до бази даних, проводилася математична обробка та узагальнення результатів наукового дослідження. Педагогічний експеримент проводився з метою визначення доцільності використання комплексу легкоатлетичних фізичних вправ для підвищення рівня розвитку швидкісно-силової підготовленості футболістів 10–12 років на етапі початкової підготовки.

На четвертому етапі (жовтень 2024 р.) проведено аналіз за результатами проведення педагогічного експерименту на етапі початкової підготовки юнацької футбольної команди ФА Верес м. Рівне, був присвячений оформленню тексту магістерської роботи, формулюванню висновків, розробленню практичних рекомендації для проведення тренувального процесу. Педагогічний експеримент проводився на навчально-тренувальній базі Верес.

Зміст тренувальних занять на цьому етапі був спрямований переважно на всебічну фізичну підготовку, здійснювану шляхом застосування широкого комплексу різноманітних тренувальних засобів, а також спеціальних комплексів фізичних вправ, спрямованих на виховання рухових якостей, що мають важливе значення для майбутньої ігрової діяльності. А мета проведення експерименту полягала в систематичному використанні різноманітних фізичних вправ швидкісно-силового характеру.

На основі аналізу науково-методичної літератури було підібрано комплекс легкоатлетичних фізичних вправ (бігові, стрибкові, різновиди метань та ін.), які увійшли до змісту експериментальної програми і за структурою рухів максимально наближені до ігрових дій футболіста: бігові вправи (з високим підніманням стегна, з закиданням гомілки; стрибки в довжину з місця, з розбіг; стрибки через бар'єри; біг зигзагами; стрибки на скакалці; зстрибування на тумбу; біг стрибками по гімнастичним матам; стрибки «жабка»; звичайний біг; біг по віражу; човниковий біг; упор присів, упор лежачі, сидячі; кидки набивного м'яча руками, ногами; піднімання на носках.

До засобів розвитку швидко-силових якостей експериментальної програми було включено наступні легкоатлетичні рухливі і спортивні ігри, естафети.

Висмикни стрічку. Учасники команд розташовуються по 4 у 2 шеренги на відстані 2 метри один від одного. Перед кожною командою стартова лінія, а за спиною у спортсменів першої лінії знаходиться стрічка довжиною 25–30 см. За командою тренера всі спортсмени з низького старту починають рухатися вперед, при цьому спортсмени другої команди намагаються висмикнути стрічку. У наступному учасники міняються містами. Перемагає та команда у якій виявилось більше стрічок;

Третій зайвий. Гравці розташовуються парами по заданому колу на відстані 2-3 метри. Ведучий і один гравець розташовується за лінією. По команді ведучий гравець намагається наздогнати і торкнутися іншого гравця, а втікач, якщо хоче бути недоторканим під час руху може зайняти місце перед однією з розташованих пар. У цьому випадку останній гравець цієї пари становиться «третім зайвим» і намагається втекти від ведучого гравця. Якщо ведучий гравець наздоганяє і торкається іншого гравця, то вони міняються ролями. Переможцем стає та команда у кого ведучих гравців було менше.

Підсумкові результати тестування юнаків експериментальної групи мали більш виражену позитивну динаміку. Так 16,6 % зменшилася кількість учнів які мають низький, та нижче за

середній рівень, на 33,2 % зросла загальна кількість учнів які мають середній, вище за середній і високий функціональний рівень підготовленості. У порівнянні з показниками контрольної групи є значні позитивні зміни у показниках.

Це дозволяє припустити, що використання широкого кола різноманітних швидкісно-силових вправ є ефективним, у юних футболістів значно збільшується руховий арсенал, покращується рівень фізичної підготовленості, що в майбутньому може стати надійним фундаментом у подальшому становленні спортивної майстерності.

Удосконалення швидкісно-силових якостей юних футболістів є важливим аспектом їхньої підготовки. Використання засобів легкої атлетики в тренувальному процесі дозволяє не лише покращити фізичні характеристики, а й забезпечити комплексний підхід до розвитку спортсменів. Подальші дослідження у цій галузі можуть сприяти вдосконаленню методик підготовки юних футболістів.

Список використаних джерел

1. Адамчук В. Технологія індивідуалізації тренувального процесу багатоборців з легкої атлетики на етапі вищих досягнень у підготовчому періоді макроциклу. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2019. Вип. 4(48). 109 с.
2. Бойченко А. В. Формування рухових здібностей учнів 8-9 класів у процесі занять футболом з використанням інноваційних технологій : автореф. дис...канд. пед. наук : 13.00.02. Харків, 2018. 20 с.
3. Венков Д. Вплив рухливих ігор на працездатність учнів під час уроків фізичної культури. *Актуальні проблеми фізичної культури, олімпійського й професійного спорту та реабілітації у навчальних закладах України*: зб. наук. пр. XVI Всеукр. студ. наук.-практ. конф. ЦДПУ ім. В. Винниченка, 17-18 травня 2018 р Харків: ФОП Озеров Г. В., 2018. С. 50–55.
4. Вплив проявів швидкісних якостей футболістів на ефективність виконання стандартних положень / Виноградський Б., Дулібський А., Хоркавий Б., Колобич О. // *Спортивна наука*

України. 2016. С. 28–39.

5. Драчук С. П. Шляхи вдосконалення швидкісних якостей школярів на етапі початкової підготовки. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2016. С. 56–62.

6. Карпа І. Я. Характерні особливості процесу підготовки юних футболістів різних вікових груп : лекція. Львів: ЛДУФК імені Івана Боберського. 2020. 41 с.

7. Костюкевич В.М. Основи науково-дослідної роботи здобувачів вищої освіти за ступеннями магістра та доктора філософії (спеціальність: 017 Фізична культура і спорт): навчальний посібник. Київ: КНТ, 2017. 634 с.

8. Ніколаєнко В.В., Байрачний О. В. Організаційно-методичні підходи до побудови навчально-тренувального процесу з футболістами 11–18 річного віку: порівняльний аналіз. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2014. № 2 (26). С. 79–84.

Чалій Л.В., канд. пед. наук, доцент

ПЕДАГОГІЧНА КУЛЬТУРА ФАХІВЦЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Анотація. У статті розглядається педагогічна культура як органічна єдність педагогічної культури діяльності та педагогічної культури особистості. Педагогічна культура діяльності характеризує не лише роботу спортивного педагога, але і його систему цінностей, серед яких необхідно назвати формування громадянської і особистої позиції, вивчення і відтворення кращих зразків людської діяльності і культурно-історичних цінностей. Педагогічну культуру особистості складають сукупність особистісних характеристик, таких як гуманістична спрямованість особистості педагога, творче педагогічне мислення, здатність до інноваційної діяльності тощо.

Наукове видання

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ І РЕАБІЛІТАЦІЯ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ

Збірник наукових праць

Звітної наукової конференції викладачів, співробітників і
здобувачів вищої освіти Рівненського державного гуманітарного
університету за 2024 рік, 16-17 травня 2024 р.

Випуск 15

Відповідальний за випуск: Кіндрат Вадим Кирилович

Укладачі: Кашуба Анатолій Анатолійович,
Гоголь Тетяна Василівна

Коректор: Ковальський Володимир В'ячеславович

*У збірнику вміщено наукові праці вчених, аспірантів,
вчителів-методистів, вчителів-новаторів, здобувачів вищої освіти
галузі фізичної культури та спорту України*

*Збірник статей буде корисним для вчителів і викладачів
фізичного виховання, спортсменів, усіх, хто цікавиться сучасними
проблемами розвитку фізичного виховання та спортивного
тренування*

Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти:
Збірник наукових праць. Рівне: ГО СОМ-ЦЕНТР, 2024. Випуск 15.
319с.

Видруковано за підтримки громадської організації «СОМ-ЦЕНТР»