

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Рівненський державний гуманітарний університет

**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ І
РЕАБІЛІТАЦІЯ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

Збірник наукових праць

ВИПУСК 13

РІВНЕ – 2022

**Фізична культура, спорт і реабілітація в закладах освіти:
Збірник наукових праць. Рівне: ГО СОМ-ЦЕНТР, 2022. Випуск
13. 142с.**

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. МОТИВАЦІЯ ТА ЦІЛЕСПРЯМОВАНІСТЬ СТУДЕНТІВ ДО САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗЧНИМИ ВПРАВАМИ.....	5
Василюк В.М., Антонюк П., Григорович О. ПІДВИЩЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ФУТБОЛІСТІВ У ПІДГОТОВЧОМУ ПЕРІОДІ ТРЕНУВАЛЬНОГО ЦИКЛУ НА РІВНІ АМАТОРСЬКИХ КОМАНД.....	12
Василюк В.М., Янкавс Ю., Григорович О. ОРГАНІЗАЦІЯ РІЧНОГО МАКРОЦИКЛУ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ АМАТОРСЬКОЇ КОМАНДИ З ФУТБОЛУ.....	22
Власюк Г.І. ПОНЯТТЯ ТА СТРУКТУРА АВТОРИТЕТУ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	35
Давидюк І.В. СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ ПРИГОДНИЦЬКИХ ТУРІВ НА ТЕРЕНАХ РІВНЕНЩИНИ.....	43
Дутчак В.В. ЗАСТОСУВАННЯ СУЧАСНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ.....	49
Ковальський В.В., Коблюк Н.А. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ОРГАНІЗАЦІЇ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ВОЛЕЙБОЛУ У ДЮСШ.....	54
Миронюк В.І. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ПЛАВАННЯМ НА ОРГАНІЗМ ЛЮДИНИ.....	60
Панчук А.П., Панчук І.В., Колешук М.В. ХАРАКТЕРИСТИКА ПОНЯТТЯ «ФІЗИЧНИЙ СТАН ОРГАНІЗМУ» ЯК ІНТЕГРАЛЬНОГО ПОКАЗНИКА ФУНКЦІОНУВАННЯ ЙОГО ОРГАНІВ І СИСТЕМ.....	69
Чалій Л.В., Репегуха Б.М. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПОЗАКЛАСНОЇ РОБОТИ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	76

Шелюк В.О., Літвінчук С.О. ОБГРУНТУВАННЯ ФАКТОРІВ, ЩО ВИЗНАЧАЮТЬ РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ.....	83
Ярмошук О.О., Бобчук А. НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ СЕРФІНГІСТІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	92
Ярмошук О.О., Корохова А. ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ПІДХІД У ФІЗИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ ПЛАВЦІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ.....	107
Ярмошук О.О., Михальчук О. НОВІТНІ ФОРМИ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В НУШ.....	115
Ярмошук О.О., Дідух Н. ФОРМУВАЛЬНЕ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ УЧНІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В НОВІЙ УКРАЇНСЬКІЙ ШКОЛІ	124
Семенович С.В. МЕТОДИКА ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ СТУДЕНТІВ З ВИКОРИСТАННЯМ ТРЕНАЖЕРІВ	137

3. Глушко Віра. Роль позашкільця в духовному становленні дітей. Позашкільця. 2012, №9. С. 3-6.

4. Мойсеюк М. Є. Педагогіка : Навчальний посібник. 3-є вид., доп. Київ : Либідь, 2001. 607 с.

5. Савченко О. Я. Виховний потенціал початкової школи: посібник для вчителів і методистів початкового навчання. 2-ге вид., доповн., переробл. Київ : Богданова А. М., 2009. 226 с.

6. Базильчук Л. В. Проблема організації позакласної роботи в загальноосвітній школі [Електронний ресурс]. URL: http://archive.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/vchu/N129/N129p006-010.pdf

7. Гурткова робота – один із видів позакласної роботи. [Електронний ресурс]. URL: solonezdut.at.ua/DOC/gurtkova_robota-organizacija_ta_planuvannja

8. Закон України «Про загальну середню освіту» [Електронний ресурс]. URL: dinz.gov.ua/index/ua/material/108

9. Закон України «Про освіту» [Електронний ресурс]. URL: tourlib.net/zakon/pro_osvitu.htm

10. Поняття позакласної виховної роботи [Електронний ресурс]. URL: <http://www.rozumniki.ua/ua/view-articles/id-ponyattya-pozaklasnoyi-vihovnoyi-roboti-45.htm>

11. Циганова Ю. Позакласна робота та розвиток соціальних якостей [Електронний ресурс]. URL: http://osvita.ua/school/out_edu/2889/

Шелюк В.О., Літвінчук С.О.

ОБГРУНТУВАННЯ ФАКТОРІВ, ЩО ВИЗНАЧАЮТЬ РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ

Анотація. У статті висвітлено зміст поняття «координаційні здібності», охарактеризовано їх як можливості індивіда, що визначають його готовність до оптимального управління і регулювання рухової дії. Теоретичний аналіз науково-методичної

літератури дав можливість виділити спеціальні, специфічні і загальні координаційні здібності і дати їх визначення.

Ключові слова: футбол, координація, здібності, фізична підготовка.

Постановка наукової проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій. Шкільний вік є найбільш відповідальним періодом у формуванні основного потенціалу моторики людини, тому пошук і наукове обґрунтування ефективних засобів та методів розвитку рухових якостей, особливо координаційних здібностей дітей є одним із перспективних напрямів вдосконалення системи фізичного виховання школярів як у закладах загальної середньої освіти так і у позашкільних закладах, а саме: ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ, СНЗСП (В.І. Лях, 2000; Л.Д. Назаренко, 2003; Н.Ф. Чупрун, 2014 та ін.) [3, 4].

У системі фізичної підготовки дітей шкільного віку особливе місце належить розвитку та вдосконаленню координаційних здібностей, які відіграють ключову роль у процесі оволодіння людиною руховими навичками, розвитком необхідних кожній сучасній людині фізичних якостей – сили, швидкості, спритності і точності рухів, їх раціональності, тощо (В.І. Лях, 2000; Л.П. Сергієнко, 2001; Р.В. Чопик, 2012).

Проблемі розвитку координаційних здібностей у дітей присвячені наукові доробки В.І. Лях, Т.В. Скалій, Н. Ф. Чупрун та інші. Всі вони свідчать про те, що в період від 7 до 12 років формується координаційний базис людини, для чого є фізіологічні та психологічні передумови [3, 6, 7].

Одним з найбільш доступних засобів розвитку координаційних рухів є футбол. Ігрова діяльність в футболі характеризується складною руховою координацією, а засвоєння та вдосконалення техніки гри у футбол багато в чому залежить від здібностей тих, хто займається точно та координовано виконувати рухові дії.

Мета роботи – зробити огляд науково-методичних джерел щодо розвитку координаційних здібностей юних футболістів

Виклад основного матеріалу. Універсальним засобом фізичного виховання для всіх категорій населення можна з

упевненістю назвати спортивні ігри, тому що за їх допомогою досягається формування основ фізичної культури людини й підвищуються ресурси здоров'я. Ефективність спортивних ігор у сприянні гармонійному розвитку дитячого організму визначаються різними факторами, основними з яких є: специфіка виконання рухових дій; різнобічний вплив на організм, розвиток фізичних якостей і засвоєння життєво важливих рухових навичок; доступність для дітей та підлітків із різним рівнем фізичної підготовленості (рівень фізичного навантаження можна регулювати у широкому діапазоні – від незначного на заняттях з оздоровчою спрямованістю до гранично припустимого фізичного і психічного навантаження на рівні спорту вищих досягнень).

Поняттям «координаційні здібності» вчені почали широко користуватися в останні 25 – 30 років для більш конкретної інтерпретації одного з рухових якостей – спритності. У переважній більшості підручників, навчальних посібників, монографій і статей до теперішнього часу можна прочитати, що спритність складають дві основні здібності: по-перше, здатність швидко опановувати новими руховими діями (здатність швидко навчатися) і, по-друге, здатність швидко і більш координовано перебудовувати рухову діяльність в умовах раптової зміни обстановки. Останню здатність іноді розглядають як здатність до моторної адаптації, що виявляється у відносно стандартних і несподіваних, швидко змінюються ситуаціях. Таке уявлення виявилось, однак, не відповідає величезному числу фактів, зустрічаються в практиці і отриманих експериментальним шляхом. Здатність швидко навчатися, відома ще з 20-х років, насправді виявилася досить специфічною. Інакше кажучи, з'ясувалося, що людина, швидше за інших навчається одним рухам (наприклад, акробатичним або гімнастичним), в інших випадках (скажімо, при освоєнні техніко-тактичних, спортивно-ігрових дій) може бути в числі останніх [1, 5].

Починаючи з 30-х років дослідники змогли довести неправомірність відомості спритності тільки до кількох здібностям. У результаті на сьогоднішній день нараховують від 2-3 загальних

до 5-7 (за іншими даними, до 11-20 і більше) спеціальних і специфічно проявляються КЗ, таких як:

- координація діяльності великих м'язових груп усього тіла;
- загальна рівновага;
- рівновага із зоровим контролем і без нього;
- рівновага на предметі;
- урівноваження предметів;
- швидкість перебудови рухової діяльності [1 ,2, 5].

Серед координаційних здібностей називають також здатність до просторової орієнтації, дрібну моторику, здатність до диференціювання, відтворення, виміру і оцінки просторових, силових і часових параметрів рухів, ритм, вестибулярну стійкість, здатність довільно розслабляти м'язи та ін. Таке становище призвело до того, що замість терміну «спритність» ввели в науку і практику термін «координаційні здібності», стали говорити про систему (сукупності) таких здібностей і необхідності диференційованого підходу до їх оцінки й розвитку. Проте поняття КЗ не є загальноприйнятим, об'єднуючим вищеназвані здібності в систему пов'язаних понять. У публікаціях вітчизняних та зарубіжних вчених можна зустріти найрізноманітніші терміни і поняття як більш загального («спритність», «координація рухів», «здатність керувати рухами», «загальне рівновагу» і т.п.), так і більш вузького плану («координація рухів верхніх кінцівок», «дрібна моторика», «динамічна рівновага», «узгодження рухів», «зміна ритму», «здатність точно відтворювати руху», «стрибкова спритність» тощо) [3, 4].

Велика кількість термінів і понять, за допомогою яких намагаються пояснити індивідуальні відмінності, що зустрічаються при управлінні і регуляції різних рухових дій, з одного боку, вказує на складність і різноманітність координаційних проявів людини, а з іншого – свідчить про невпорядкованості термінологічного та понятійного апарату, використовуваного для цієї мети. Все це, безсумнівно, ускладнює розуміння цього явища і створює для вчителя певні труднощі при формуванні координаційних здібностей дітей в практиці фізичного виховання.

Координаційні здібності (КЗ) – це можливості індивіда, що визначають його готовність до оптимального управління і регулювання рухової дії. Теоретичні та експериментальні дослідження дозволяють виділити спеціальні, специфічні і загальні КЗ [1].

Спеціальні КЗ відносяться до однорідних з психофізіологічних механізмів групам рухових дій, систематизованих по зростаючій складності. У зв'язку з цим розрізняють спеціальні КЗ:

- у всіляких циклічних (ходьба, біг, повзання, лазіння, перелазіння, плавання; локомоції на пристосуваннях: ковзани, велосипед, гребля та ін.) і ациклічних рухових діях (стрибки);

- у нелокомоторних рухах тіла в просторі (гімнастичні та акробатичні вправи);

- у рухах маніпулювання в просторі окремими частинами тіла (руху вказування, дотики, уколу, обводу контуру і т.п.);

- в рухах переміщення речей у просторі (перекладання предметів, намотування шнура на палицю, підйом вантажів);

- в балістичних (метальних) рухових діях з установкою на дальність і силу метання (штовхання ядра, метання гранати, диска, молота);

- у металевих рухах на влучність (метання або кидки різних предметів у ціль; теніс, городки, жонглювання);

- в рухах прицілювання; в наслідувальних і копіюють рухах; в атакуючих і захисних рухових діях єдиноборств (боротьба, бокс, фехтування, східні єдиноборства);

- у нападаючих і захисних техніко-тактичних діях у рухливих та спортивних іграх (футбол, волейбол, футбол, гандбол, хокей з м'ячем і шайбою та ін.) [2, 6].

У наведену систематизацію не увійшов ще ряд груп КЗ, які належать до трудових дій і побутових операцій. Це так звана вертикальна класифікація КЗ. Найбільш важливим з специфічних, або часткових, КЗ (горизонтальна класифікація КЗ) відносяться: здатність до орієнтування в просторі, рівновага, ритм, здатність до відтворення, диференціювання, оцінки та вимірювання просторових, часових і силових параметрів рухів, здатності до

реагування, швидкості перестроювання рухової діяльності, здатності до узгодження рухів, довільна м'язова напруга та статокінетична стійкість [3].

Наведемо короткі визначення цих здібностей. Під здатністю до орієнтування розуміють можливості індивіда точно визначати і своєчасно змінювати положення тіла, і здійснювати руху в потрібному напрямку.

Здатність до диференціювання параметрів рухів обумовлює високу точність і економічність просторових (позицій кутів у суглобах), силових (стан напруги в робочих м'язах) і тимчасових (високе почуття мікроінтервалу часу) параметрів рухів. Здатність до реагування дозволяє швидко і точно виконати ціле, короткочасне рух на відомий або невідомий заздалегідь сигнал усім тілом або його частиною (рукою, ногою, тулубом). Здатність до перебудови рухових дій – це швидкість перетворення вироблених форм рухів або переключення від одних рухових дій до інших відповідно мінливих умов.

Здатність до узгодження – з'єднання (супідрядність) окремих рухів та дій у цілісні рухові комбінації. Здатність до рівноваги – збереження стійкості пози (рівноваги) в тих або інших статичних положеннях тіла (в стійках), по ходу виконання рухів (у ходьбі, під час виконання акробатичних вправ, в боротьбі з партнером) [26].

Здатність до ритму – здатність точно відтворювати заданий ритм рухової дії або адекватно варіювати його у зв'язку зі зміненими умовами. Вестибулярна (статокінетична) стійкість – здатність точно і стабільно виконувати рухові дії в умовах вестибулярних подразнень (перекидів, кидків, поворотів та ін.) [6].

Довільне розслаблення м'язів – здатність до оптимального погодженням розслаблення і скорочення певних м'язів в потрібний момент.

Кожна з вищеназваних КЗ не є однорідною, а має складну структуру. Наприклад, у здатності до рівноваги виділяють статичну, динамічну рівновагу та урівноваження предметів. До 15 і більш елементарних здібностей розрізняють в здатності до диференціювання (відтворення, диференціювання, оцінка та відмірювання просторових, часових і силових параметрів рухів).

Складною структурою відрізняються здатність до реагування (вибору, передбачення, перемикання), здатність до ритму (відтворення, зміни ритму) і інші здібності.

Слід мати на увазі, що названі КЗ специфічно проявляються залежно від спортивної дисципліни і видів предметно-практичної діяльності. Тому, наприклад, здатність до диференціювання параметрів рухів своєрідно проявляється як відчуття дистанції в бо КЗ і фехтуванні, почуття снаряда – у гімнастів і легкоатлетів, почуття м'яча – у футболістів, волейболістів, футболістів, почуття снігу – у лижників, почуття льоду – у ковзанярів, відчуття води – у плавців і т.п. Настільки ж своєрідні здатність до орієнтування в просторі у стрибунів на батуті, борців і спортсменів ігрових видів спорту. Наука поки не може точно визначити і назвати всі здібності подібного роду і тим більше їх можливі варіанти [2].

Результатом розвитку спеціальних і специфічних КЗ, свого роду їх узагальненням, стало поняття «загальні КЗ». Це поняття сформовано в результаті численних наукових досліджень і практичних спостережень. Є діти, які мають однаково високі або однаково низькі показники координації, що проявляється в різних рухових діях. Можна спостерігати дітей, які однаково добре виконують завдання на орієнтування, рівновага, ритм і т.п., підтверджуючи реальність існування фактору «загальна координаційна готовність» або, що дуже тотожно, – «загальні КЗ» [3].

Загальна координаційна готовність більшою мірою проявляється серед дітей молодшого та середнього шкільного віку. Серед юнаків та дівчат старшого віку частка даного загального (генерального) фактора в структурі КЗ зменшується. Правда, значно частіше зустрічаються випадки, коли учень має високі координаційні можливості стосовно до циклічних або ациклічні локомоції, але низькі металних рухів на влучність або до спортивних ігор внаслідок неоднакового рівня розвитку різних спеціальних КЗ.

Те ж можна сказати і про прояви специфічних КЗ: дитина може мати непоганий результат в тестах на статичний рівновагу, але відрізнитися при цьому низьким результатом на орієнтацію в

просторі і середнім – на швидкість реагування в складних умовах і т.д. Під загальними КЗ ми розуміємо потенційні та реалізовані можливості людини, що визначають його готовність до оптимального управління різними за походженням і змістом руховими діями. Спеціальні КЗ – це можливості школяра, визначають його готовність до оптимального управління подібними за походженням і змістом руховими діями [3].

А під специфічними КЗ розуміються можливості індивіда, що визначають його готовність до оптимального управління окремими специфічними завданнями на координацію – на рівновагу, ритм, орієнтування в просторі, реагування, перестроювання рухової діяльності, узгодження, диференціювання параметрів рухів, збереження статокінетичних стійкості та ін. [1].

Перераховані вище види КЗ можна представити як існуючі потенційно, тобто до початку виконання будь-якої рухової діяльності (їх можна назвати потенційними КЗ), і як проявляються реально на початку і в процесі цієї діяльності (актуальні КЗ).

Поділ на потенційні і актуальні КЗ цілком справедливо. Дійсно, поки дитина не почала займатися, наприклад, акробатикою або фехтуванням, його КЗ до цих видів рухової діяльності існують у потенції, в прихованому, не реалізованому вигляді, у формі анатомо-фізіологічних задатків, які можна вважати вродженими, або спадковими. Після того як він позаймався певний час цими видами спорту, досяг успіхів, можна говорити про його реальних, чи актуальних КЗ. Поняття «потенційні здібності» не можна розуміти як якась фіксована межа, тому що не можна достовірно спрогнозувати можливості розвитку у школяра різних рухових, в тому числі координаційних, здібностей. Про це говорить триваюче зростання досягнень у різних видах спорту, зокрема, у гімнастиці, фігурному катанні на ковзанах, спортивних іграх та інші, де КЗ виступають як один з провідних чинників досягнення високих результатів [3, 6].

Вчителі фізичної культури і тренери повинні, перш за все, розпізнати до яких спеціальним і специфічним КЗ учень має високі вроджені задатки. Потім за допомогою відповідних методів виявити показники різних КЗ. Це допоможе визначити

координаційні можливості учнів і відповідно до цього організувати хід навчально-тренувального процесу.

Необхідно розрізняти елементарні і складні КЗ. Елементарні КЗ проявляються, наприклад, в ходьбі та бігу, а більш складні – в єдиноборствах і спортивних іграх. Здатність точно відтворювати просторові параметри рухів досить проста; складніше здатність швидко перебудовувати рухові дії в умовах раптової зміни обстановки.

Висновки. Встановлено, що однією з найбільш суттєвих складових елементів рухової підготовки людини, розвиток і вдосконалення якої є необхідним протягом всього її життя є рухова координація. За особливостями прояву координаційні здібності можна диференціювати на окремі види, що обумовлюють їх розвиток, а кожен з їх видів в свою чергу поділяють на:

- диференціацію динамічних (силових) параметрів рухів;
- диференціацію просторових параметрів рухів;
- диференціацію часових параметрів рухів;
- диференціацію просторово-динамічних параметрів

рухів.

Список використаних джерел

1. Кириченко ВМ, Пангелова НЄ. Комплексний підхід до розвитку координаційних здібностей школярів. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2015. № 41. С. 243-248.

2. Лях В, Витковски В, Жмуда В. Специфические координационные способности как критерий прогнозирования спортивных достижений футболистов. *Теория и практика физ. культуры*. 2002. № 4. С. 21-25.

3. Лях ВИ. Координационные способности школьников. *Физ. культура в школе*. 2000. № 4. С. 6-13.

4. Пелешенко ІМ. Оцінювання рухових здібностей учнів за допомогою комплексного тестування в загальноосвітніх навчальних закладах. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2010. № 2. С. 35-38.

5. Платонов ВН, Булатова ММ. Координация спортсмена и

методика еесовершенствования. Киев : ГИФК, 1992.52с.

6. Скалій ТВ. Педагогічний контроль розвитку координаційних здібностей дітей і підлітків [*дисертація*]; ХДУ. Херсон, 2006. 216 с.

7. Чупрун НФ. Формування координаційних здібностей молодших школярів у процесі занять хореографією [*автореферат*]. Переяслав-Хмельницький ДПУ ім. Г. Сковороди. Київ, 2014. 17с.

Ярмошук О.О., Бобчук А.

НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ СЕРФІНГІСТІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Анотація. В статті подані дані щодо особливостей змагальної діяльності серфінгістів, описані деякі фізіологічні аспекти серфінгу, та розписаний приблизний річний план підготовки серфінгіста на етапі початкової підготовки.

Ключові слова: серфінг, змагання. планування, фізіологія, підготовка.

Постановка наукової проблеми. Серфінг - це катання по хвилях на серфборд, який представляє собою спеціальну дошку, виготовлену з певного матеріалу. Мистецтво серфінгу не є новим видом спорту. Ковзання по хвилях було популярним ще в давнину (у гавайців), а згодом дало початок розвитку таких різновидів спорту, як сноубординг, наприклад, або кайтсерфінг.

Серфінгом на Гаваях могли займатися лише представники знаті і королівської сім'ї, причому каталися на дошках навіть жінки. Серфінг вважався не просто розвагою або активним відпочинком знаті, за розмахом проведення турніри з серфінгу можна порівняти з Олімпійськими іграми в Греції або лицарськими турнірами в Європі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Нині серфінг продовжує набирати популярність, тренери та спортсмени цього виду спорту почали усвідомлювати важливість фізичної підготовки

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 2021 рік, 19-20 травня 2022 р.

Випуск 13

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, 2022. Випуск 13.
142с.

Видруковано за підтримки громадської організації «СОМ-ЦЕНТР»