

## ЗМІСТ

### *Історичні, філософські, правові й кадрові проблеми фізичної культури*

#### **Сергій Гуменюк**

Актуальність використання засобів інноваційних технологій у фаховій підготовці майбутніх учителів фізичної культури.....5

#### **Олександр Ємець**

Використання педагогічних ситуацій у самостійній роботі майбутніх фахівців фізичної культури .....9

#### **Юрій Іванишин, Лідія Ковальчук, Світлана Мальона**

Скейтбординг: історія виникнення та етапи становлення .....13

#### **Любов Іванова**

Упровадження фізичного виховання в навчальні заклади України як передумова становлення професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи.....16

#### **Тетяна Ніжесвська**

Критерії, показники й рівні готовності майбутнього вчителя фізичної культури до використання засобів артпедагогіки в професійній діяльності.....21

#### **Галина Панченко**

Вектори вибору шляхів удосконалення підготовки майбутнього вчителя фізичної культури до здоров'язберігальної діяльності в початковій школі.....24

#### **Ганна Приходько**

Фізичне виховання учнів у навчальних закладах України в першій половині XIX ст. ....29

#### **Ірина Скрипченко**

Професійна готовність майбутніх фахівців із фізичного виховання та спорту до діяльності у сфері дитячо-юнацького туризму .....34

#### **Людмила Чалій**

Оцінювання сформованості туристських умінь та навичок у майбутнього вчителя фізичної культури .....39

### *Технології навчання фізичної культури*

#### **Alla Aleshina**

The Formation of Posture of Pupils as an Actual Problem .....43

#### **Анастасія Вільчовська**

Ритмічна гімнастика під музику Альфреда й Марії Кнессів .....47

#### **Інна Ляхова, Марина Верховська**

Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології в системі фітнес-індустрії.....51

#### **Владимир Темченко**

Влияние информационных технологий на физическую подготовленность студентов, занимающихся баскетболом при спортивно-ориентированном физическом воспитании .....55

#### **Ганна Толчєва**

Критерії оцінювання рівня оволодіння студентами технікою дихальних вправ із хатха-йоги за європейською кредитною трансферною системою .....60

### *Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення*

#### **Евгений Врублевский, Юзеф Татарчук, Ричард Асинкевич**

Анализ эффективности оздоровительных занятий с помощью биоимпедансометрии .....66

#### **Олег Кемінь**

Оцінка рівня соматичного здоров'я учнів 9-х класів та факторів негативного впливу на нього.....70

#### **Анастасія Козак**

- Вивчення особливостей сучасного процесу навчання на уроках із фізичної культури в дітей молодших класів .....73

#### **Валентина Марчик, Ірина Мінжоріна, Світлана Переверзева**

- Працездатність серцево-судинної системи студента протягом навчання у вищому навчальному закладі .....77

#### **Світлана Нестерова, В'ячеслав Мірошніченко, Ірина Мацейко**

- Вплив занять із фізичного виховання на функціональні можливості системи зовнішнього дихання дівчат 17–19 років із різними соматотипами.....80

#### **Олена Неворова, Валентина Черній, Людмила Неворова**

- Аспекти спрямованості фізкультурно-оздоровчої роботи з урахуванням психофізіологічних особливостей дітей молодшого шкільного віку .....83

#### **Василь Озарук, Ганна Презлята, Галина Ковальчук, Інна Ткачівська**

- Стан сформованості мотивів учнів початкових класів до рухової активності .....87

#### **Петро Петрица**

- Значення самостійних занять фізичними вправами для студентів груп фізичної реабілітації .....91

#### **Наталія Семенова, Анатолій Магльований**

- Рухова активність та психоемоційний стан студенток 15–17 років.....95

#### **Ганна Тимченко, Лариса Жукова**

- Використання хронобіологічних паспортів як засобів оптимізації режиму дня студентів класичного університету під час планування режиму занять фізичною культурою.....99

#### **Юрій Фурман, Світлана Сальникова**

- Удосконалення фізичного стану жінок 30–36 років за показниками фізичної підготовленості за допомогою комплексного застосування занять аквафітнесом і методики ендогенно-гіпоксичного дихання .....103

### **Лікувальна фізична культура, спортивна медицина й фізична реабілітація**

#### **Юрій Валецький**

- Формування правильної постави в дітей дошкільного й шкільного віку на уроках фізичного виховання.....108

#### **Тетяна Дьомкіна, Вікторія Онищук**

- Експрес-вплив ендогенно гіпоксичного дихання на показники артеріального тиску та спірографії студенток, хворих на нейроциркуляторну дистонію .....114

#### **Ольга Ліпська**

- Оцінка повсякденної активності чоловіків із травмами сухожилків згиначів пальців кисті .....118

### **Олімпійський і професійний спорт**

#### **Олександр Бур'яноватий**

- Вплив занять спеціального акробатичного спрямування на функціональний рівень прояву відтворення величини зусилля, що розвивається, юних бійців-багатоборців 6–8 років у групі початкової підготовки .....122

#### **Аурел Васильчук, Юрій Мосейчук**

- Технологія визначення технічної та фізичної підготовленості студентів у процесі підвищення спортивної майстерності з футболу .....126

#### **Оксана Заплатинська, Роман Петрина**

- Моделі ритмічної структури базових стрибків у художній гімнастиці.....130

#### **Олена Лисенко**

- Фізіологічна реактивність та співвідношення «стимул-реакція» за умов фізичних навантажень різного характеру .....136

#### **Дар'я Окунь**

- Вплив експериментальної програми тренування на показники фізичної підготовленості юних веслярів-слаломістів .....143

<b>Ростислав Первачук, Марія Сибіль, Антон Чуєв</b>	
Дієвість програми спрямованого впливу на окремі компоненти анаеробної системи енергозабезпечення за критерієм спеціальної витривалості кваліфікованих борців вільного стилю .....	147
<b>Володимир Сасенко, Олександр Дубовой, Володимир Дубовой</b>	
Біохімічний аналіз сечі пауерліфтерів високої кваліфікації на тренувальних заняттях та змаганнях.....	155
<b>Сергій Собко, Сергій Воропай, Наталія Собко, Сергій Гавришко</b>	
Динаміка показників загальної фізичної підготовленості юних футболістів на етапі базової підготовки .....	160
<b>Valeria Tyshchenko</b>	
Innovative Tests During Control Psychomotor Function by Qualified Handballers .....	164
<b>Анна Топол</b>	
Аналіз урівня спеціальної підготовленості кваліфіцированих гімнасток в групових упражнениях .....	167
<b>Іван Хомяк</b>	
Удосконалення швидкісно-силових характеристик ударів у боксерів високої та середньої кваліфікації .....	171
Наші автори.....	176
Інформація для авторів .....	183

## CONTENT

### *Historical, Philosophical, Legal and Staff Problems of Physical Culture*

#### **Sergiy Gumeniuk**

Topicality of Using the Innovative Technologies Means in Professional Training of Future Teachers of Physical Education .....	5
---	---

#### **Oleksandr Yemets**

Use of Pedagogical Situations in Individual Work of Future Physical Education Specialists.....	9
--	---

#### **Yuriy Ivanishyn, Lidiya Kovalchuk, Malona Svitlana**

Skateboarding: the Origins and Stages of Establishment. ....	13
--	----

#### **Lyubov Ivanova**

Implementation of Physical Education in Educational Institutions of Ukraine as Precondition to Establishment of Professional Preparation of Future Physical Culture Teachers for Work with Pupils of a Special Medical Group .....	16
--	----

#### **Tetyana Nizhevska**

Criteria, Indicators and Levels Ofreadiness of a Future Physical Educationteacher for Using the Means of Art-pedagogy in Professional Activities .....	21
--	----

#### **Halyna Panchenko**

Vectors of Choice of Theways of Improvement of Future Physical Culture Teacher Preparation for Health Saving Activity in Elementary School .....	24
--	----

#### **Anna Prykhodko**

Physical Education of Students in Educational Institutions of Ukraine in the First half of XIX century .....	29
--	----

#### **Iryna Skrypchenko**

Professional Readiness of Future Specialists in Physical Education and Sports to the Activity in the Sphere Children-youth Tourism.....	34
---	----

#### **Lyudmyla Chaliy**

Rating of Touristskills Formation of a Future Physical Trainingteacher.....	39
---	----

### *Technologies Of Education In Physical Training*

#### **Alla Aleshina**

The Formation of Posture of Pupils as an Actual Problem .....	43
---	----

#### **Anastasia Vilchovska**

Rhythmic Gymnastics to Music by Alfred and Maria Kness .....	47
--	----

#### **Inna Lyakhova, Marina Verkhovska**

Modern Physical Culture and Health Improvement Technologies in the System of Fitness Industry.....	51
--	----

#### **Volodymyr Temchenko**

Influence of Informational Technologies on Physical Preparadness of Students Engaged in Basketball n Sports-oriented Physical Education .....	55
---	----

#### **Hanna Tolcheva**

Criteria of Estimation of the Level of Mastering by Students of Technic of Breathing Exercises from Hatha-yoga According to the European Credit Transfer System.....	60
--	----

### *Physical Education of Different Groups*

#### **Yevhen Vrublevskyi, Yuzef Tatarchuk, Richard Asinkevich**

Analysis of the Effectiveness of Health-improving Trainingswith the Help of Bioimpedometry .....	66
--	----

#### **Oleg Kemin**

Estimation of the Level of Somatic Health of the 9 <sup>th</sup> Classes and Farctora of Negative Effect on it. ....	70
--	----

**Anastasiya Kozak**

Study of Peculiarities of Modern Educational Process at Physical Culture Classes Among Junior Pupils. ....73

**Valentyna Marchyk, Iryna Minzhorina, Svitlana Pereverzeva**

Working Capacity of the Cardiovascular System of a Student During Study Period in a Higher Educational Establishment .....77

**Svitlana Nesterova, Vyacheslav Miroshnychenko, Iryna Matseyko**

Influence of Physical Education Classes on Functional Capabilities of the External Respiration System of Girls aged 17–19 with Different Somatic Types. ....80

**Olena Nyevorova, Valentyna Cherniy, Lyudmyla Nyevorova**

Aspects of Orientation of Physical Culture and Health Improvement Activities Considering Psychophysiological Characteristics of Children of Junior School Age.....83

**Vasyl Ozaruk, Anna Prezlata, Anna Kovaltsuk, Inna Tkachivska**

Condition of Formation of Motives of Pupils of Elementary Classes to Motor Activity. ....87

**Petr Petrytsa**

Meaning of Independent Physical Exercises Practicing for Students of Groups of Physical Rehabilitation.....91

**Nataliya Semenova, Anatoliy Mahliovanyi**

Motor Activity and Psychoemotional Condition of Female Students aged 15–17. ....95

**Hanna Tymchenko, Larysa Zhukova**

Usage of the Chronobiological Passports as Means of Optimization of the Daily Routine for Classical University Students in Physical Training Classes Planning.....99

**Yuriy Furman, Svitlana Salnikova**

Improvement of Physical Condition of Women aged 30–36 According to the Indices of Physical Preparadness by Means of Complex Applying of Aqua Fitness Classes and Methodologies of Endogenous Hypoxic Breathing .....103

### ***Therapeutic Physical Training, Sport Medicine and Physical Rehabilitation***

**Yuriy Valetskyi**

Formation of Correct Posture Among Children of Preschool and School age at Physical Education Classes .....108

**Tetyana Dyomkina, Viktoriya Onishchuk**

Rapid in Fluenceo Fendogenic-hypoxemic Respiration on the Indices of Arterial Tension and Spirography of Female Students ill with Neurocirculatory Dystonia .....114

**Olha Lipska**

Complex Estimation of the General Every Day Activity of an Injured Extremity of Men with Injuries of Flexor Tendons of Fingers.....118

### ***Olympic and Professional Sport***

**Oleksandr Buryanovaty**

The Effect of the Special Acrobatic Direction Classes on the Functional Level of Manifestation of the Developing Efforts of Young All-round Athletes Aged 6–8 in Groups of Basic Training. ....122

**Aurel Vasylichuk, Yuriy Moseychuk**

Technology of Defining of Technical and Physical Preparedness of Students in the Process of Increasing of Sports Mastery in Football.....126

**Oksana Zaplatynsky, Roman Petryna**

Models Rhythmic Structure of Base Jumps in Gymnastics .....130

**Elena Lysenko**

Physiological Reactivity and Value «Stimulus-response» in Terms of Physical Activity of Various Kinds .....136

<b><i>Dariya Okun</i></b>	
Influence of Experimental Training Program on Indicators of Physical Preparedness of Young Rowers-Slalomists .....	143
<b><i>Rostyslav Pervachuk, Mariya Sybil, Anton Chuyev</i></b>	
Effectiveness of the Program Ofdirected Influence on Separate Components of the Anaerobic Energy Supply System According to the Criterion of Special Endurance of Qualified Freestyle Wrestlers. ....	147
<b><i>Volodymyr Sayenko, Oleksandr Dubovyi, Volodymyr Dubovyi</i></b>	
Biochemical Analysis of Urine of Power Lifters of High Qualification During Training Sessions and Competitions .....	155
<b><i>Sergiy Sobko, Sergiy Voropay, Nataliya Sobko, Sergiy Havryshko</i></b>	
The Dynamics of Indices of the General Physical Preparedness of Young Football Players Oat the Stage of Basic Preparation .....	160
<b><i>Valeria Tyshchenko</i></b>	
Innovative Tests During Control Psychomotor Function by Qualified Handballers .....	164
<b><i>Anna Topol</i></b>	
Analysis of the Level of Speciale Training of Qualified Gymnasts in Group Exercises. ....	167
<b><i>Ivan Khomyak</i></b>	
Improvement of Speed-force Characteristics of Punches of Boxers of High and Average Qualification.....	171
Our Authors .....	176
Information is for Authors .....	183