

ЗМІСТ 9 (50) 14

1.	<i>Аникееенко Л.В.</i> СПОСОБНОСТЬ РИТМИЗАЦИИ ДВИЖЕНИЙ В ОБУЧЕНИИ ТЕХНИКИ СПОРТИВНЫХ ИГР ДЕТЕЙ И МОЛОДЁЖИ.....	4
2.	<i>Аникееенко Л.В.</i> МОРФОФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ВОЗДЕЙСТВИЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ.....	7
3.	<i>Арефьев В. Г.</i> СУЧАСНІ АСПЕКТИ ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОГО ПРОГРАМУВАННЯ РОЗВИВАЛЬНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ.....	12
4.	<i>Безязичний Б.І.</i> ІНДИВІДУАЛІЗАЦІЯ ЯК ПРИНЦИП НАУКОВОГО ПІЗНАННЯ У ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ УНІВЕРСИТЕТІВ.....	16
5.	<i>Бейгул І.О.</i> НЕГАТИВНИЙ ВПЛИВ ЕКСТРЕМАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НА РЕГУЛЯЦІЮ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ СИСТЕМ І ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ ДЗЮДОЇСТІВ.....	21
6.	<i>Бондаренко В. В.</i> ТЕОРЕТИЧНІ ЗНАННЯ ЯК СКЛАДОВА ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ МІЛІЦІЇ ДО ЕФЕКТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ПРОТИБОРСТВА ІЗ СУПРОТИВНИКОМ, ОЗБРОЄНИМ ХОЛОДНОЮ ЗБРОЄЮ.....	24
7.	<i>Вереньга Ю. В.</i> ВИСОКИЙ РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ПРАЦІВНИКІВ МВС УКРАЇНИ НА ЕТАПІ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ ЯК РЕЗУЛЬТАТ ЗАНЯТЬ ЗА АВТОРСЬКОЮ ПРОГРАМОЮ.....	28
8.	<i>Височина Н.Л., Козлова Е.К.</i> ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ПСИХИЧЕСКИХ СВОЙСТВ ЛИЧНОСТИ У КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ В УСЛОВИЯХ СТРЕССА.....	33
9.	<i>Владімірова І.В.</i> НЕТРАДИЦІЙНИЙ ПІДХІД ЩОДО РОЗВИТКУ СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ДІВЧАТ ПЕРШОГО КУРСУ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ.....	36
10.	<i>Гаврилюк В.О.</i> ФОРМУВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ УМІНЬ ТА НАВИЧОК УЧНІВ 8-9 КЛАСІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ТАЕКВОН-ДО В ПОЗАКЛАСНІЙ РОБОТІ.....	40
11.	<i>Галан Я. П.</i> ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ СПОРТИВНОГО ОРІЄНТУВАННЯ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ ДІТЕЙ 13-14 РОКІВ.....	45
12.	<i>Ганчар А.І.</i> РЕЙТИНГИ КОМАНДНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ ПЛОВЦОВ-СТУДЕНТОВ НА ВСЕМИРНЫХ УНИВЕРСИАДАХ С 1993-2013 ГГ. (II ЭТАП).....	48
13.	<i>Грибан Г.П., Тимошенко О.В., Романчук В.М., Боярчук О.М., Гусак О.Д.</i> ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ТА ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ-ЖІНОК ПРОТЯГОМ ПРОХОДЖЕННЯ ВІЙСЬКОВОЇ СЛУЖБИ.....	55
14.	<i>Дакал Н.А.</i> ЗАНЯТИЯ КАПЛАНЕТИК И ИХ ВЛИЯНИЕ НА РАЗВИТИЕ ГИБКОСТИ.....	59
15.	<i>Дакал Н.А.</i> ОСНОВНІ ПОНЯТТЯ МЕТОДОЛОГІЇ ОЗДОРОВЧОЇ ГІМНАСТИКИ СТУДЕНТІВ.....	63
16.	<i>Дзензелюк Д.О., Білоконь Л.Б., Ткаченко П.П., Денисовець А.П., Канділов І.Ю.</i> ОЦІНКА РІВЕНЬ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ЗАКЛАДІВ ТА СТУДЕНТІВ м. ЖИТОМИРА.....	67
17.	<i>Зюзь В.Н., Балухтина В.В.</i> СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПОДГОТОВКИ СПАСАТЕЛЕЙ НА ВОДЕ.....	71
18.	<i>Ковінько М.С.</i> ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДЕТЕРМІНОВАНОСТІ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ.....	78
19.	<i>Козлова Е. Ворфоломеева Л.</i> ОЦЕНКА ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ЛЫЖНИКОВ-ГОНЩИКОВ.....	82
20.	<i>Литвин М.П.</i> ВПЛИВ НАРОДНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЇ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ.....	87
21.	<i>Лускань О.Ю.</i> ПОБУДОВА УЧБОВО – ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ХОКЕЇСТІВ.....	90
22.	<i>Назарук В.М.</i> ФОРМИРОВАНИЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНОЙ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ.....	94
23.	<i>Николаенко В. В.</i> ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ ФУТБОЛИСТОВ.....	98
24.	<i>Паевский В.В.</i> ОСОБЕННОСТИ СИСТЕМЫ ЭФФЕКТИВНОГО УПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКОЙ СПОРТСМЕНОВ В ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА.....	106
25.	<i>Панкратов Н.С.</i> ПІДВИЩЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ НА ЗАНЯТТЯХ АТЛЕТИЧНОЮ ГІМНАСТИКОЮ.....	111
26.	<i>Пітин Мар'ян, Ваулін Олександр</i> СУЧАСНА СИСТЕМА ЗМАГАНЬ У ФЕХТУВАННІ НА ШПАГАХ.....	115
27.	<i>Присяжнюк С.І.</i> ВПЛИВ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА ПІДВИЩЕННЯ РОЗУМОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ.....	119
28.	<i>Ракитіна Т.І., Турчина Н.І., Коротя В.В., Оленев Д.Г.</i> ФАКТОРИ, ЩО СПРИЯЮТЬ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ДО РЕГУЛЯРНИХ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ.....	122
29.	<i>Сіваш Ірина.</i> ФАКТОРЫ УСПЕШНОЙ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКИ.....	126
30.	<i>Сотник О.В., Зубрицький Б.Д., Сініцина О.В.</i> СПОРТИВНІ ІГРИ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	131
31.	<i>Тихонова Н.В.</i> ОБҐРУНТУВАННЯ МОДЕЛІ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ РЕГЛАМЕНТАЦІЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЇ ДОЗВІЛЛЕВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ДІТЕЙ ТА МОЛОДІ СУЧАСНОСТІ.....	135
32.	<i>Толмачева С.Е.</i> АНТИСТРЕССОВАЯ ПЛАСТИЧЕСКАЯ ГИМНАСТИКА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ.....	139
33.	<i>Тракалюк Т.А.</i> СТАНОВЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ СПОРТИВНОГО ТАНЦА В МИРЕ.....	144

34.	Файнберг Б.А. СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ СИСТЕМ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКИХ ВУЗОВ.....	149
35.	Фотинюк В.Г. СКЛАДОВІ МЕТОДИКИ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ БАКАЛАВРІВ З АВІАЦІЇ ТА КОСМОНАВТИКИ.....	153
36.	Черевичко А. В. ПРИРОДНО-БІОЛОГІЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ОЗДОРОВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ДО ЇХ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЗАСОБАМИ ГІМНАСТИКИ.....	156
37.	Чернець О.В. ЗАСТОСУВАННЯ СУКЦИНАТУ НАТРІЮ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ПСИХОФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН СПОРТСМЕНІВ ПІСЛЯ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ.....	160
38.	Щур Л., Грибовська І., Іваночко В.,Музика Ф. ОСОБЛИВОСТІ СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ МИСТЕЦЬКИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ДО ВЕДЕННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ.....	165

Аникеенко Л.В.

Национальный технический университет Украины "КПИ"

СПОСОБНОСТЬ РИТМИЗАЦИИ ДВИЖЕНИЙ В ОБУЧЕНИИ ТЕХНИКИ СПОРТИВНЫХ ИГР ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ

В статье рассматривается теоретический анализ способности ритмизации движений в обучении техники спортивных игр детей и молодежи.

Ключевые слова: *спортивная техника, ритмизация движений, двигательная подготовка, спортивные игры*

Аникеенко Л.В. Здатність ритмізації рухів в навчанні техніки спортивних ігор дітей і молоді. *У статті розглядається теоретичний аналіз спроможності ритмування рухів в навчанні техніки спортивних ігор дітей та молоді.*

Ключові слова: *спортивна техніка, ритмування рухів, рухова підготовка, спортивні ігри*

Anikeenko L. Ability of pummuзaцuu of motions is in educating of technique of sport games of children and young people. *This article describes a theoretical analysis of the ability of aligning movements in teaching of art of sports games of children and youth. It becomes more obvious that physical perfection it is not only the health, power, strength and beauty of a person and his body. In this music plays important role. Rhythm and tempo are multifunctional complex phenomena of nature and society. The question of rhythm and tempo, their impact on the human always interested teachers, psychologists, philosophers and representatives of other sciences. The rate of movement is closely linked with the rhythm of the music. Enjoying a rhythm as moving, music act depends on the perception of it. In physical education a sense of rhythm depends on its sense of space-time, the accuracy of muscular effort. Sports games are a special interest in children and youth. Training and improvement of techniques of sports games is a complex process depending on the coordination and conditional abilities of the child. Hence it is the problem of the development of sports equipment of children on the basis of rational improving of moving skills is especially important. The main determining factor in the progress of sports equipment is coordination abilities. Mastering sports technique depends on a high level of coordination. One of the most important determinants of the development of technology is the ability of rhythmic movements. Unlike most, we believe that the rhythm in sports is one of coordination abilities. It determines the development of moving training of children and young people which is typical for Level III coordination, that is execution of movements accurately and quickly in a changing environment. However, the mistake is to recognize the power of manifestation as autonomy and separation of this ability from moving coordination. Recognition of ability for aligning as an important part of coordination abilities is particularly relevant and sufficient. In the literature no information is found showing the role of aligning at the training technique. Therefore, this work is an attempt to pay attention to the rhythmization as the leading coordinating ability which greatly facilitates the rapid learning technique of sports games.*

Key words: *sports equipment, aligning movements, moving training, sports games.*

Становится все более очевидным, что физическое совершенствование – это не только здоровье, мощь, сила человека на и красота его тела. В этом важную роль играет музыка. Ритм и темп – сложное многофункциональное явления природы и общества. Вопрос ритма и темпа, их влияние на человека всегда интересовал педагогов, психологов, философов и представителей других наук. Темп движения связан тесно с ритмом музыки. Наслаждение ритмом как двигательным, музыкальным зависит от восприятия его. В физическом воспитании чувство ритма зависит от его ощущений пространства времени, точности мышечных усилий.

Спортивные игры пользуются особым интересом среди детей и молодёжи. Обучение и совершенствование техники спортивных игр является сложным процессом, зависимым от координационно-кондиционных способностей ребёнка. Отсюда проблема развития спортивной техники детей на основе рационального повышения уровня моторики является особенно актуальной.

Основным определяющим фактором прогресса спортивной техники являются координационные