

якщо ... то ...”.

5. **Комфортність** – це зміна студентом власної поведінки чи поглядів внаслідок впливу групи. Отже, студент пристосовує свою життєву позицію, свої погляди на ті чи інші речі, до позиції групи, колективу.

Прийнято розрізняти зовнішню та внутрішню комфортність:

- *зовнішня комфортність* – це демонстративна поступливість студента колективу з метою схвалення чи уникнення осудження, покарання;

- *внутрішня комфортність* – це дієва зміна певних установок внаслідок сприйняття думки, позиції колективу, як більш обґрунтованої і доцільної, ніж власна.

Для реалізації механізму комфортності, викладач фізичного виховання (тренер спортивної секції) використовували для впливу на студента (спортсмена) думку, погляди колективу. Студентам пропонувалося висловити свою думку, погляди, дати оцінку тим чи іншим вчинкам, діям даного студента. Як свідчить досвід власного спостереження студенти охоче виявляли бажання щодо дотримання правил у випадку порушення правил гуманного характеру, здійснюючи своєрідний вплив на студентів-порушників. Реалізації даного механізму сприяло залучення студентів до групової взаємодії (спортивні ігри, естафети, виконання фізичних вправ у парах тощо).

6. **Вживання у соціальну роль** – це засвоєння студентами норм і правил поведінки, дотримання яких вимагає сприйняття ними соціальної ролі. Таким чином, зміна соціальної ролі обов'язково зумовлює зміни у поглядах, відношеннях і цінностях студентів. Даний механізм реалізовувався через розподіл ролей у студентському колективі, моделювання соціальних ролей під час навчальних занять із фізичного виховання, спортивних тренувань, під час змагань та рольових іграх. Нами використовувалася сукупність рольових ігор для студентів, які виконували певні завдання під час занять із фізичного виховання та формування гуманних рис характеру студентів через механізм вживання у соціальну роль, наслідування та ідентифікацію.

7. **Редукція когнітивного дисонансу** – це механізм підтримання внутрішньої узгодженості дій, норм, поглядів. Коли особистість усвідомлює їхню суперечність чи невідповідність між поглядами та поведінкою внаслідок чого виникає неприємне напруження, особистість відчуває дискомфорт. Коли студент усвідомлює, що він діяв без достатніх на те підстав, всупереч своїм переконанням чи поглядам колективу. Ми вважаємо, що поведінка студентів є наслідком їхніх установок чи переконань. Разом з тим, ряд психологів експериментально довели (І.А. Воронин, 1987; Л.Д. Гіссен, 1990; Б.Дж. Кретті, 1978; Д. Найдіффер, 1979 та ін.), що існує і зворотня залежність, погляди можуть бути наслідком поведінки. Студенти, зазвичай, відстоюють те, у чому вони переконані, однак вони також вірують у те, що відстоюють. Для того, щоб змінити ті чи інші переконання студента, слід спонукати його до здійснення дій, що їм суперечать. Механізм редукції когнітивного дисонансу реалізувався завдяки формуванню уявлень студентів щодо своєї особистості як носіїв гуманних рис характеру, через позитивні очікування до них, в тому числі і очікування, що пов'язані з виконанням навчальних та навчально-тренувальних завдань, що у свою чергу сприяло підвищенню самооцінки. Сприяло також цьому діалогічне спілкування, спілкування зі студентом на рівні „дорослий – дорослий”. Механізм редукції когнітивного дисонансу, як і попередній, спрацював в ситуаціях, діях, вчинках, що вимагали взаємодопомоги, взаємоповаги, доброзичливості, прийняття відповідальності за команду групи, факультету, курсу, університету та справедливості. У багатьох педагогічних наукових дослідженнях вплив психологічних механізмів на формування тих чи інших рис характеру особистості не приділяється належної уваги.

ВИСНОВКИ

1. Перехід системи цінностей в особистісну здійснюється внаслідок дії психологічних механізмів, що знаходяться в основі розвитку ціннісно-мотиваційної сфери особистості.

2. Психологічна база і розуміння педагогічної сутності такого визначення, як „механізм” дає змогу керувати формуванню особистісних рис характеру у спеціально організованих ситуаціях життєдіяльності студентської молоді.

3. Формування гуманних рис характеру особистості студентської молоді під час навчально-виховного процесу із фізичного виховання та навчально-тренувального процесу у спортивних секціях здійснювали за допомогою наступних механізмів, як: ідентифікації, наслідування, емоційного обумовлення, мотиваційного опосередкування, комфортності, вживання у соціальну роль та редукції когнітивного дисонансу.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ильин Е.П. Психфизиология физического воспитания: (Факторы влияющие на эффективность спортивной деятельности) : Учеб. пособ. / Е. П. Ильин. – М.: Просвещение, 1983. – 223 с.
2. Николаенко С.М. Освіта в інноваційному поступі суспільства / С. М. Николаенко. – К.: Знання, 2006. – 207 с.
3. Никифорова Г.С. Психология здоров'я : Учеб. для вузов / Г. С. Никифорова. – СПб.: Питер, 2003. – 607 с.
4. Тимошук І.В. Педагогічні умови виховання у студентів медичного технікуму гуманістичних цінностей: Дис. на здобуття наук. ступ. канд. пед. наук : спец. 13.00.07 – теорія і методика виховання / І. В. Тимошук. – Вінниця, 2004. – 194 с.
5. Шевченко А.А. Основы физического воспитания / А. Шевченко, Ю. Перевошиков. – М.: Вища школа, 1984. – 184 с.
6. Фіцула М.М. Педагогіка вищої школи : Навч. посіб. / М. М. Фіцула. – К.: „Академвидав”, 2006. – 352 с.
7. Bowling A. Health – realth quality of life: a discussion of the concept, its use and measurement / A. Bowling // Measuring disease / A. Bowling eds. – Philadelphia: Open University Press, 1995. – P. 1-19.
8. Cella D.F. Quality of life: concepts and definition / D. F. Cella // Journal of pain and symptom management. – 1994/ - VI 9, № 3/ - P. 186-192.
9. Kries J. Pilates plus method. An AOL Time Warner Company. 2002/ - 285 p.

Радченко Л. О.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

НАУКОВА РОЗРОБЛЕНІСТЬ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРНО-ОСВІТНЬОЇ СКЛАДОВОЇ СУЧАСНОГО ОЛІМПІЙСЬКОГО РУХУ

Олімпійський спорт - одно з дивовижних подій в людській історії. Олімпійські ігри походили від древньої Греції, відродився в дев'ятнадцятому столітті в повністі нових історичних умовах. Сучасний Олімпійський рух -

найчестотливіше соціальне явище нашого віку. Його члени складають більш ніж 200 зі світової спільноти. Аналіз літератури показує, що таке великомасштабне соціальне явище, оскільки Олімпійський рух популярний серед учених. Динаміка розвитку, педагогічних аспектів, гуманістичного потенціалу, поточні проблеми - Олімпійський спорт добре вивчаються. Тому, культурно-виховний компонент, що згідно з фахівцями, визначає життєздатність ідей *Olympism*, вона залишається сумнівним дослідженням.

Ключові слова: Олімпійський спорт, Олімпійські Ігри, Греція, Олімпійський рух, культурно-виховний компонент.

Радченко Л.А. Образование культурно-воспитательного компонента современного олимпийского движения как научная проблема. Олимпийский спорт - одно из удивительных событий в человеческой истории. Олимпийские Игры происходили от древней Греции, возродились в девятнадцатом столетии в полностью новых исторических условиях. Современное Олимпийское движение - самое честотлюбивое социальное явление нашего возраста. Его члены составляют более чем 200 из мирового сообщества. Анализ литературы показывает, что такое крупномасштабное социальное явление, так как Олимпийское движение популярно среди ученых. Динамика развития, педагогических аспектов, гуманистического потенциала, текущие проблемы - Олимпийский спорт хорошо изучаются. Поэтому, культурно-воспитательный компонент, что согласно специалистам, определяет жизнеспособность идей *Olympism*, она остается сомнительным исследованием.

Ключевые слова: Олимпийский спорт, Олимпийские Игры, Греция, Олимпийское движение, культурно-воспитательный компонент

Lidiia Radchenko. The formation of cultural and educational component of modern olympic movement as a scientific problem. Olympic sport is one of the amazing events in human history. Olympic Games originated in ancient Greece, revived in the nineteenth century in a completely new historical conditions. The modern Olympic movement - the most ambitious social phenomenon of our age. Its members are more than 200 of the world community. Analysis of the literature shows that such large-scale social phenomenon as the Olympic movement is popular among scientists. Dynamics of development, pedagogical aspects, humanistic potential, current problems are Olympic sports are well studied. Thus, cultural and educational component that according to specialists, determines the viability of ideas of *Olympism*, it remains questionable research. Research allows noting that require special attention such problems as: definition of the historical aspects of the formation and characteristics of the study of the dynamics of cultural and educational component of the development of the modern Olympic movement; outline the components of the implementation of cultural and educational programs of the Olympic Games and other events taking place as part of the modern Olympic movement, under the patronage of the International Olympic Committee; justification of methodological aspects of the formation of cultural and educational programs implemented in the development of the modern Olympic Movement; Design of a conceptual model of cultural and educational events in the development of the modern Olympic movement.

Key words: Olympic sport, Olympic Games, Greece, Olympic motion, cultural and educational component

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Олімпійський спорт являє собою одно з дивовижних явищ в історії людства. Зародившись у Стародавній Греції у 776 р. до н.е. (рік проведення Ігор першої Олімпіади) Олімпійські ігри проводилися понад 1000 років, являючись однією з найважливіших частин загально еллінської цивілізації. Закінчив свій давньогрецький цикл в 394 р. н.е. Олімпійські ігри відродились у позаминулому столітті у зовсім нових історичних умовах після 1500 років повного забуття [4]. Основи сучасного олімпізму були закладені наприкінці ХІХ ст. французьким науковцем, педагогом та просвітником бароном П'єром де Кубертенем, коли їм уперше була сформульована доктрина, що базувалась на загальнолюдських моральних устоях. Сучасний олімпійський рух – наймасштабіше соціальне явище нашої епохи до участі в якому залучено понад 200 країн світової спільноти. У цьому соціально, політично й ідеологічно складному суспільному русі основними є такі прогресивні олімпійські принципи, як неприпустимість політичної, расової й релігійної дискримінації, визнання суверенітету й рівноправності національних спортивних організацій, невтручання в їхнє внутрішнє життя, демократичні основи організації руху, участь у боротьбі за досягнення загального миру та реалізації загальнолюдських моральних принципів [4, 10]. Аналіз літературних джерел [1-10 та ін.], опитування фахівців дозволяють зазначити, що життєздатність ідей олімпізму, масштабність та світова популярність сучасного олімпійського руху тісно пов'язані з культурно-освітніми програмами та заходами, що реалізуються в рамках його розвитку. Саме це і обумовлює актуальність проведення наукових досліджень.

Зв'язок роботи з науковими програмами, темами або практичними завданнями. Представлене дослідження виконано в рамках теми 0111U001714 «Історичні, організаційно-методичні й правові засади реалізації олімпійської освіти України», що розробляється відповідно до замовлення Міністерства освіти і науки України № 1241 від 28.10.11 р.

Мета роботи полягає у тому, щоб на основі системного аналізу дослідити проблемне поле, ретроспективу, стан наукової розробленості питання формування культурно-освітньої складової сучасного олімпійського руху та обґрунтувати актуальність цього дослідження для спортивної науки.

Об'єкт дослідження – культурно-освітня складова сучасного олімпійського руху.

Предмет дослідження – історичні, організаційні та методологічні засади реалізації культурно-освітньої складової сучасного олімпійського руху.

Методологія дослідження. Методологічну основу дослідження становить діалектичний підхід, що заснований на усвідомленні універсальності взаємозв'язків соціальних процесів і явищ, адекватному відбитті реальної дійсності. В основу методології дослідження покладені знання і досвід, які накопичені в сфері олімпійського спорту, що викладені в працях вітчизняних і закордонних фахівців.

Методи дослідження: аналіз, синтез і узагальнення; порівняння, зіставлення й аналогія; абстрагування, індукція, дедукція; моделювання; аналіз науково-методичної літератури та документальних джерел; історико-логічний, конкретно-

історичний, порівняльно-історичний; системний підхід і структурно-функціональний аналіз; опитування й спостереження.

Результати досліджень та їх обговорення. Дослідження дозволяють зазначити, що на думку провідних фахівців галузі, в умовах розвитку сучасного світового суспільства, для якого характерними є складні міжполітичні відносини, девальвація культурних та моральних цінностей що, в свою чергу, є головною причиною системної кризи цивілізації, стратегічної важливості набуває боротьба за розвиток ідей олімпійського руху, за дотримання гуманістичних цінностей олімпізму та збереження історико-культурної спадщини Олімпійських ігор [2, 3, 9]. Сьогодні, як зазначають соціологи [1], трансформація ціннісних орієнтацій особистості призводить до змін у моральному обліку частини світового населення, і в першу чергу, в представників молодого покоління. І хоча більша частина сучасної молоді глибоких ціннісно-нормативних деформацій не виявляє, інша частина відрізняється розмитістю моральних устоїв, терпимістю до девіацій, настроями правового нігілізму. Як зазначають спеціалісти [1, 2], це призводить до росту егоцентризму, завищеного рівня амбіцій, індивідуалізму, зростання жорстокості, агресивності, цинізму, безвідповідальності тощо. З іншого боку, науково доведено [3, 8, 9] що олімпізм має ту інтегруючу силу, яка дозволяє збагатити процеси виховання й освіти філософією моральності та культури, що у свою чергу, сприяє гуманізації суспільства на шляху його розвитку.

Міжнародний олімпійський комітет докладно зусиль в питанні інтеграції мистецтва у спорт, виходячи з концепції, що саме ця інтеграція забезпечує таку тривалу життєздатність, масштабність та світову популярність олімпійського руху [7, 9]. МОК розробляє політику, спрямовану на надання ресурсів для розвитку культури та освіти в спорті і через спорт на національному, регіональному та міжнародному рівні, і, зокрема на Олімпійських іграх та інших змаганнях, що проходять під його патронатом. Дослідження дозволяють зазначити, що питання інтеграції культури та освіти в олімпійський рух неодноразово підіймалися на Сесіях та Конгресах Міжнародного олімпійського комітету. Задля вирішення цієї проблеми МОК, Національні олімпійські комітети, Організаційні комітети та міста-господарі Олімпійських ігор, Міжнародна та Національні олімпійські академії, Олімпійський музей, Міжнародні центри олімпійських досліджень та освіти, тощо запровадили цілу низку проектів: конкурси мистецтв; культурні Олімпіади; грантові програми для проведення досліджень; міжнародні наукові конгреси, круглі столи, семінари та конференції; сесії для молоді, фахівців, спортивних журналістів, атлетів та ін. В січні 2004 р. Міжнародний олімпійський комітет підписав нову угоду про співпрацю з ЮНЕСКО з метою об'єднання зусиль та сприяння тісної взаємодії між олімпійськими ідеалами та завданнями, що ставить перед собою Організація об'єднаних націй з питань освіти, науки і культури. Дослідження дозволяють зазначити, що олімпійський рух не обійдений увагою як з боку істориків, так і культурологів, і було б несправедливо заперечувати наявний досвід у дослідженні цієї теми. Так, детально вивченими є історичні аспекти формування та розвитку олімпійського спорту, його цілі та завдання [5, 9, 10] обґрунтованими є філософські засади концепції олімпізму [1, 6]; розкрито питання «олімпійської педагогіки» та дотримання принципів «Чесної гри» [2, 9, 10], висвітлено соціальну та педагогічну значущість олімпійської освіти [2, 6, 10].

При цьому менш висвітленим є те, що сучасні Олімпійські ігри також охоплюють понад 100 років олімпійського культурного та художнього програмування, а саме цей досвід, на думку фахівців [7] відіграє істотну, чи навіть визначальну, роль у розвитку олімпійського руху. Як зазначають спеціалісти [8], події ігор є не лише хорошим рекламним інструментом для локального впровадження місцевих традицій, зростання національної самосвідомості та патріотизму населення, а й ефективним засобом для реалізації культурних та навіть політичних стратегій держави загалом. Проблема полягає і в тому, що сьогодні переважна більшість дослідників сучасного олімпійського руху орієнтуються на Давньогрецьку спадщину, як догму, ігнорують той факт, що сучасний олімпізм є самостійним культурним явищем, яке беручи ідею у світогляді та бутті стародавніх греків, досить віддалено нагадує античні Олімпійські ігри, що являли собою культове дійство на честь бога Зевса. Сучасні ігри позбавлені релігійного змісту, і священний вогонь, що доставляється з Олімпії, має лише символічне значення. Побудова, зміна програми Олімпійських ігор здійснюється під дією економічних і політичних факторів. Сучасний олімпійський спорт розвивається відповідно до загальної логіки розвитку світового співтовариства. Саме це і обумовлює необхідність дослідження і висвітлення культурно-освітньої складової олімпійського руху, як самостійного явища, з урахуванням норм та традицій Новітнього часу. Актуальним питанням наукових досліджень є і систематизація «змісту» культурно-освітньої складової сучасного олімпійського руху, який постійно розвивається. Зокрема, накопиченні знання, норми, цінності, зразки поведінки, підходи до організації та проведення Олімпійських ігор, Культурні олімпіади, олімпійські конкурси мистецтв, рішення Конгресів, динаміка питань, що розглядаються на Сесіях МОК. Дослідження саме цих складових дозволить висвітлити їх роль та місце в олімпійському русі в різні історичні періоди, окреслити тенденції та спрогнозувати динаміку розвитку культурно-освітніх програм. Актуальність зазначених вище проблем, їх важлива соціальна значущість обумовлюють необхідність організації та проведення ґрунтовних наукових досліджень, спрямованих на вивчення історії, структури, змісту, місця та ролі культурно-освітньої складової у розвитку сучасного олімпійського руху.

ВИСНОВКИ

1. Олімпійський спорт являє собою одно з дивовижних явищ в історії людства. Зародившись у Стародавній Греції Олімпійські ігри відродились у позаминулому столітті у зовсім нових історичних умовах. Сучасний олімпійський рух – наймасштабніше соціальне явище нашої епохи до участі в якому залучено понад 200 країн світової спільноти.

2. Аналіз літературних джерел дозволяє зазначити, що таке масштабне соціальне явище, як олімпійський рух, не обійдене увагою науковців. Детально вивченими є його динаміка розвитку, педагогічні аспекти, окреслений гуманістичний потенціал, висвітлені актуальні проблеми олімпійського спорту. При цьому, культурно-освітня складова, що на думку, фахівців, обумовлює життєздатність ідей олімпізму, залишається актуальним питанням наукових досліджень.

3. Дослідження дозволяють зазначити, що особливої уваги вимагають такі питання, як:

- означення історичних аспектів формування та дослідження особливостей динаміки культурно-освітнього компоненту розвитку системи сучасного олімпійського руху;
- окреслення складових реалізації культурно-освітніх програм Олімпійських ігор, а також інших комплексних змагань, що відбуваються в рамках розвитку сучасного олімпійського руху під патронатом Міжнародного олімпійського комітету;

- обґрунтування методологічного аспекту формування культурно-освітніх програм, які реалізуються в рамках розвитку сучасного олімпійського руху;
- розробка концептуальної моделі проведення культурних та освітніх заходів в рамках розвитку сучасного олімпійського руху.

4. Практична значущість досліджень полягає у можливості використання отриманих результатів для оптимізації діяльності Національного олімпійського комітету та національних спортивних федерацій України; для розширення змісту й підвищення якості підготовки фахівців у галузі фізичної культури і спорту на всіх рівнях фахової освіти; для вдосконалення системи олімпійської освіти, поширення філософії і цінностей олімпізму.

ЛІТЕРАТУРА

1. Визитей Н.Н. Социология спорта. Курс лекций / Н.Н. Визитей. – К. : Олимпийская литература, 2005. – 248 с.
2. Родиченко В.С. Твой олимпийский учебник. Учеб. пособие для олимпийского образования / В.С. Родиченко, С.А. Иванов, А.Т. Контанисов, Л.Б. Кофман, Л.П.Силкова, А.М. Смирнов, В.В.Столбов, В.И.Столяров, Ю.М. Чернецкий – М.: Советский спорт, Олимпийский комитет России. – 22-е изд., перераб. и доп. – 2010. – 144 с.
3. Хавин Б.Н. Все об Олимпийских играх / Б.Н. Хавин. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 608 с.
4. Cultural heritage of Ancient Greece and the Olympic games / M. Bulatova, S. Bubka. – К. : Olympic literature, 2013. – 408 p.
5. Diem C. Olympische Flamme. Das Buch Sport / C. Diem. – Berlin: Deutscher Arcyive Verlag, 1942. – 988 p.
6. Durantez C. Pierre de Coubertin: The Olympic Humanist / C. Durantez; Lausanne Olympic Museum. – Switzerland, 1994. – 128 p.
7. Garcia B. One hundred years of cultural programming within the Olympic Games (1912–2012): origins, evolution and projections / B. Garcia // International Journal of Cultural Policy. – №4, November 2008. – P. 361–376.
8. Moragas M. Olympic cities and communication / M. Moragas, K. Chris // Centre d'Estudis Olímpics, Universitat Autònoma de Barcelona. – 2005. – 16 p.
9. Muller N. 1894-1994: The International Olympic Committee: one hundred years. – Vol. 1 / N. Muller. – Lausanne: International Olympic Committee, 1994. – P. 14-70.
10. Olympic games (1896-1972) / M. Bulatova, S. Bubka, V. Platonov. - К. : Olympic literature, 2013. – 496 p.

Ровная О.А.

Харьковская государственная академия физической культуры

ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Оценка физического развития является важнейшим критерием, характеризующим здоровье населения. Особенности развития в детстве определяют состояние здоровья в трудоспособном возрасте, от чего, в конечном итоге, будет зависеть социальный, экономический и культурный потенциал страны. Физическое развитие детей является наиболее адекватным критерием, позволяющим не только анализировать современное состояние здоровья, но и прогнозировать его изменения в дальнейшем. Поэтому целью настоящей работы явилось изучение особенностей физического развития детей среднего школьного возраста, оценка его соответствия стандартам и официальным скринингам. Материалы и методы. Проведено антропометрическое обследование 38 школьников в возрасте 12 лет, по 19 мальчиков и девочек. Определялись: длина и масса тела, жизненная емкость легких (ЖЕЛ), кистевая динамометрия (КД) обеих рук, частота сердечных сокращений (ЧСС). В качестве стандартов физического развития использованы официальные таблицы для детей данной возрастно-половой группы с учетом места проживания. Использован ряд индексов физического развития, предложенных в качестве скрининг – тестов. Выводы. Установлено соответствие основных соматометрических показателей официальным возрастно-половым стандартам. Как у мальчиков, так и у девочек подтверждено существенное превышение такого физиометрического показателя как ЖЕЛ относительно стандарта, что позволяет говорить о повышении функциональных возможностей дыхательной системы. Величина жизненного индекса отражает достаточное кислородное обеспечение подавляющего большинства школьников и еще раз подтверждает сделанные ранее предположения о повышенных функциональных возможностях их дыхательной системы. По силовому индексу большинство школьников характеризовались нормальными или увеличенными показателями относительной силы кисти. Содержание воды в организме школьников дает основания оценить риск развития ожирения как минимальный, повышение удельного веса воды установлено лишь у каждого пятого мальчика и каждой двадцатой девочки. Полученные результаты должны быть учтены при обосновании и разработке необходимых профилактических и оздоровительных мероприятий для указанной группы детей.

Ключевые слова: физическое развитие, соматометрические показатели, индексы физического развития, стандарты.

Ровна О.О. Особливості фізичного розвитку дітей середнього шкільного віку. Оцінка фізичного розвитку є найважливішим критерієм, що характеризує здоров'я населення. Особливості розвитку в дитинстві визначають стан здоров'я у працездатному віці, від чого, зрештою, залежатиме соціальний, економічний і культурний потенціал країни. Фізичний розвиток дітей є найбільш адекватним критерієм, що дозволяє не тільки аналізувати сучасний стан здоров'я, а й прогнозувати його зміни надалі. Тому, метою цієї роботи було вивчення особливостей фізичного розвитку дітей середнього шкільного віку, оцінка його відповідності стандартам і офіційним скринінгам. Матеріали та методи. Проведено антропометричні обстеження 38 школярів у віці 12 років, по 19 хлопчиків і дівчаток. Визначалися: довжина і маса тіла, життєва ємкість легень (ЖЕЛ), кистьова динамометрія (КД) обох рук, частота серцевих скорочень (ЧСС). В