

ЗМІСТ 1 (145) 2022

1.	<i>Abramov S., Shishatska V.</i> INCREASING MOTOR ACTIVITY OF STUDENTS BY MEANS OF PHYSICAL EDUCATION IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS.....	7
2.	<i>Dakal N.</i> THE INFLUENCE OF SWIMMING CLASSES ON IMPROVING THE HEALTH OF STUDENT YOUTH.....	10
3.	<i>Stepanyuk S., Serputko O., Kharchenko-Baranetska L., Koval V., Tkachuk V.</i> THE PROBLEM OF PREPARATION OF AIKIDO ATHLETES OF THE SECOND PERIOD OF ADULTHOOD FOR THE FIRST AND SECOND DAN DEGREE ATTESTATION.....	13
4.	<i>Амшеннікова І. В.</i> ВИЗНАЧЕННЯ ЕТАЛОННОЇ МОДЕЛІ ВИСТУПУ НА ДИСТАНЦІЇ 100 М СПОСОБОМ БАТЕРФЛЯЙ НА ОСНОВІ АНАЛІЗУ РЕЗУЛЬТАТІВ ОЛІМПІЙСЬКИХ ЧЕМПІОНІВ 1996-2021 РОКІВ.....	16
5.	<i>Баламутова Н. М., Шейко Л. В., Юшко О. В., Борейко Н. Ю., Блошенко О. І., Кучеренко Г. Г.</i> БІОЕНЕРГЕТИЧНІ КРИТЕРІЇ ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ПЛОВЦІВ РІЗНОГО ВІКУ.....	20
6.	<i>Бойко Г. Л., Козлова Т. Г., Стоцька О. Р.</i> ПЕРСПЕКТИВА ЗАСТОСУВАННЯ ШЕЙПІНГУ ДЛЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	24
7.	<i>Вихляєв Ю. М., Дудорова Л. Ю.</i> РЕКРЕАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ, ЇХ РОЛЬ І МІСЦЕ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	27
8.	<i>Войтенко С. М., Рогаль І. В., Чхань А. А.</i> УДОСКОНАЛЕННЯ ОСНОВНИХ ТЕХНІЧНИХ ПРИЙОМІВ У ВОЛЕЙБОЛІ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	31
9.	<i>Волошин О. Р., Мусієнко О. В.</i> ЗАСТОСУВАННЯ ПРОЄКТНОГО МЕТОДУ НАВЧАННЯ НА УРОКАХ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я.....	34
10.	<i>Гузар В. М., Стрикаленко Є. А., Шалар О. Г., Андрєєва Р. І.</i> ЕФЕКТИВНІСТЬ ВИКОРИСТАННЯ ДОПОМІЖНОГО ОБЛАДНАННЯ В ШВИДКІСНО-СИЛОВІЙ ПІДГОТОВЦІ ЛЕГКОАТЛЕТІВ.....	39
11.	<i>Дрюков О. В., Дрюков В. О.</i> ДЕРЖАВНЕ РЕГУЛЮВАННЯ ФУНКЦІОНУВАННЯ СПОРТУ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ У КИТАЇ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ РОЗВИТКУ СПОРТУ (ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД).....	44
12.	<i>Зеніна І. В., Гаєрилова Н. М., Кузьменко Н. В.</i> ВПЛИВ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ НА ОРГАНІЗМ СТУДЕНТІВ.....	47
13.	<i>Зеніна І. В., Гаєрилова Н. М., Кузьменко Н. В.</i> ОСМИСЛЕННЯ ЗАВДАНЬ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ ДО САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ АТЛЕТИЗМОМ В УМОВАХ ВІДДАЛЕНОГО НАВЧАННЯ.....	50
14.	<i>Іванюта Н. В.</i> ЗМІСТ І СПЕЦИФІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ З ФІТНЕСУ.....	54
15.	<i>Кабачька О. В., Шуба Л. В., Шуба В. В., Ковалівська І. В., Денисова Л. В.</i> САМООЦІНКА ТА РИЗИКИ ДЛЯ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ В ГАЛУЗІ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ.....	58
16.	<i>Ковєря В. М., Лисенко В. В., Ільницький С. В., Ільницька Г. С.</i> АНАЛІЗ НАВЧАЛЬНИХ ПРОГРАМ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗА МОДУЛЕМ «ЛИЖНА ПІДГОТОВКА» В КОНТЕКСТІ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ (НУШ).....	62
17.	<i>Лазоренко С. А., Гончаренко В. І.</i> АЛЬТЕРНАТИВНІ ПОГЛЯДИ НА ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ СТАНОВЛЕННЯ СУЧАСНОГО ФУТБОЛУ.....	65
18.	<i>Ляшенко В., Одинець Т.</i> АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ЗА ПОКАЗНИКАМИ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ЖІНОК СЕРЕДНЬОГО ВІКУ, ХВОРИХ НА АРТЕРІАЛЬНУ ГІПЕРТЕНЗІЮ.....	69
19.	<i>Маляр Е., Маляр Н., Огнистий А., Огніста К.</i> ЕФЕКТИВНІСТЬ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТІ У СТРІЛЬБІ СТУДЕНТІВ-БІАТЛОНІСТІВ.....	77
20.	<i>Путров С. Ю., Омельчук О. В., Путров О. Ю., Черненко А. Є.</i> ВИКОРИСТАННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ В ПРОЦЕСІ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ «ІСТОРІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ» СТУДЕНТАМ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 017 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ: ВИКЛИКИ ЧАСУ.....	80
21.	<i>Рябченко В. Г., Донець І. О., Черезов Ю. О.</i> ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА СТУДЕНТА ЯК ЗАПОРУКА ЙОГО ЗДОРОВ'Я.....	86
22.	<i>Рядова Л. О., Цигановська Н. В., Гончар В. В.</i> ДОСЛІДЖЕННЯ ПОКАЗНИКІВ РОЗВИТКУ ЗДАТНОСТІ ДО ВІДЧУТТЯ РИТМУ В УЧНІВ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ З ВАДАМИ ЗОРУ.....	89
23.	<i>Саламаха О. Є.</i> ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ НА ОСНОВІ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЙ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ.....	93
24.	<i>Сініцина О. В., Зубрицький Б. Д., Бірук І. Д., Сотник О. В., Пінчук В. Ф., Кособуцький Ю. Ф.</i> ДОСЛІДЖЕННЯ МОТИВАЦІЙНИХ ЧИННИКІВ ДО ЗАНЯТЬ З ФІТНЕСУ СТУДЕНТОК І КУРСУ НУВГП.....	96
25.	<i>Солодка О. В., Осіпов В. М., Томіч Л. М., Гнатюк В. В., Кусовська О. С., Кулаков Д. В.</i> РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДНО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЇ ПЕРЕВІРКИ ПРОГРАМИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ САМБІСТІВ-ВЕТЕРАНІВ ПІСЛЯ ЛІКУВАННЯ ГІПЕРТЕНЗИВНОГО КРИЗУ.....	99
26.	<i>Стеценко Н. Ю., Сушко Р. О.</i> ОРГАНІЗАЦІЙНІ ОСНОВИ КОМУНІКАЦІЇ УЧАСНИКІВ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ В ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ.....	106
27.	<i>Турчинов А. В., Чудик А. В., Мороз Ю. М., Тимченко Г. М., Родигіна В. П., Скальські Д. В., Мартиненко О. М., Коваленко Б. О.</i> УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІКИ ЗАСТОСУВАННЯ ЗАХОДІВ ФІЗИЧНОГО ВПЛИВУ ТА СПЕЦІАЛЬНИХ ЗАСОБІВ МАЙБУТНІМИ ОФІЦЕРАМИ-ПРАВООХОРОНЦЯМИ ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ СУЧАСНИХ ТЕХНІЧНИХ ЗАСОБІВ НАВЧАННЯ.....	110
28.	<i>Ускова С. М., Прус Н. М., Кривенда В. С.</i> ПОГЛЯДИ НА ОСОБЛИВОСТІ РОЗРОБКИ НАВЧАЛЬНИХ МАТЕРІАЛІВ ДЛЯ ЗАНЯТЬ СИЛОВОЮ ГІМНАСТИКОЮ ДЛЯ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....	116
29.	<i>Хацаюк О. В., Солодка О. В., Суровов О. А., Партико Н. В., Лозовий Є. А., Полякова О. О., Кусовська О. С., Белошенко Ю. К.</i> АНАЛІЗ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СПОРТСМЕНІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ, ЯКІ СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ В БОЙОВОМУ РОЗДІЛІ САМБО ЗА ПІДСУМКАМИ «ЧС-2021».....	120
30.	<i>Ченікало О. В., Казмірук А. В., Зіньків О. В., Стефанишин Н. І.</i> ПЕРЕДУМОВИ ВИНИКНЕННЯ ТА РОЗВИТОК ЛИЖНИХ МАРАФОНІВ VISMA SKI CLASSICS.....	126

CONTENTS 1 (145) 2022

1.	<i>Abramov S., Shishatska V.</i> INCREASING MOTOR ACTIVITY OF STUDENTS BY MEANS OF PHYSICAL EDUCATION IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS.....	7
2.	<i>Dakal N.</i> THE INFLUENCE OF SWIMMING CLASSES ON IMPROVING THE HEALTH OF STUDENT YOUTH.....	10
3.	<i>Stepanyuk S., Serputko O., Kharchenko-Baranetska L., Koval V., Tkachuk V.</i> THE PROBLEM OF PREPARATION OF AIKIDO ATHLETES OF THE SECOND PERIOD OF ADULTHOOD FOR THE FIRST AND SECOND DAN DEGREE ATTESTATION.....	13
4.	<i>Amshennikova I. V.</i> DETERMINATION OF THE REFERENCE MODEL OF PERFORMANCE IN THE DISTANCE OF 100 M BUTTERFLY BASED ON THE ANALYSIS OF THE RESULTS OF THE OLYMPIC CHAMPIONS OF 1996-2021...	16
5.	<i>Balamutova N., Sheyko L., Yushko A., Boreyko N., Bloshenko E., Kucherenko G.</i> BIOENERGY CRITERIA FOR THE PHYSICAL PERFORMANCE OF SWIMMERS OF DIFFERENT AGE.....	20
6.	<i>Boyko G. L., Kozlova T. G.</i> PROSPECTS FOR THE USE OF SHAPING TO PRESERVE THE HEALTH AND PHYSICAL DEVELOPMENT OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATION.....	24
7.	<i>Vykhliayev Y., Dudorova L.</i> RECREATIONAL TECHNOLOGIES, THEIR ROLE AND PLACE IN THE SYSTEM OF PHYSICAL CULTURE.....	27
8.	<i>Voitenko S., Rogal I., Chkhan A.</i> IMPROVEMENT OF BASIC TECHNIQUES IN VOLLEYBALL IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS.....	31
9.	<i>Voloshin O.R., Musiyenko O. V.</i> USING A PROJECT-BASED LEARNING METHOD IN HEALTH LESSONS.....	34
10.	<i>Huzar V., Strykalenko Y., Shalar O., Andreeva R.</i> THE EFFECTIVENESS OF THE USE OF ANCILLARY EQUIPMENT IN SPEED AND STRENGTH TRAINING OF ATHLETES.....	39
11.	<i>Driukov Oleksandr, Driukov Volodymyr.</i> STATE REGULATION OF ELITE SPORT FUNCTIONING IN CHINA AT THE CURRENT STAGE OF SPORT DEVELOPMENT (FOREIGN EXPERIENCE).....	44
12.	<i>Zenina I., Gavrilova N., Kuzmenko N.</i> THE EFFECT OF EXERCISE ON THE BODY OF STUDENTS.....	47
13.	<i>Zenina I., Gavrilova N., Kuzmenko N.</i> UNDERSTANDING THE TASKS OF PREPARING STUDENTS FOR INDEPENDENT ATHLETIC TRAININGS IN TERMS OF REMOTE EDUCATION.....	50
14.	<i>Ivanyut N.</i> CONTENT AND SPECIFIC FEATURES OF PROFESSIONAL ACTIVITY OF FITNESS SPECIALISTS.....	54
15.	<i>Kabatska O. V., Shuba L. V., Shuba V. V., Kovalivska I. V., Denysova L.V.</i> SELF-ASSESSMENT AND HEALTH RISKS OF FUTURE IT PROFESSIONALS.....	58
16.	<i>Koverya V., Lysenko V., Ilnytsky S., Ilnytska G.</i> ANALYSIS OF PHYSICAL EDUCATION CURRICULA ACCORDING TO THE MODULE "SKI TRAINING" IN THE CONTEXT OF THE NEW UKRAINIAN SCHOOL (NUS).....	62
17.	<i>Lazorenko S. A., Goncharenko V. I.</i> ALTERNATIVE VIEWS ON HISTORICAL ASPECTS OF THE MODERN FOOTBALL FORMATION.....	65
18.	<i>Lyashenko Valentyna, Odineh Tetiana.</i> ANALYSIS OF THE EFFECTIVENESS OF THE PHYSICAL THERAPY PROGRAM ON THE QUALITY INDICATORS OF MIDDLE-AGED WOMEN WITH HYPERTENSION.....	69
19.	<i>Maliar Eduard, Maliar Nelia, Ognystyy Andriy, Ognysta Kateryna.</i> THE EFFECTIVENESS OF TECHNOLOGY FOR THE FORMATION OF EFFECTIVENESS IN SHOOTING BIATHLON STUDENTS.....	77
20.	<i>Putrov S., Omelchuk O., Putrov O., Chernenko A.</i> THE USE OF DISTANCE LEARNING TECHNOLOGIES IN THE PROCESS OF TEACHING THE DISCIPLINE "HISTORY OF PHYSICAL CULTURE" TO STUDENTS MAJORING IN 017 PHYSICAL CULTURE AND SPORTS: THE CHALLENGES OF TIME.....	80
21.	<i>Ryabchenko V., Donets I., Cherezov Y.</i> STUDENT'S PHYSICAL CULTURE AS A GUARANTEE OF HIS HEALTH.....	86
22.	<i>Riadova L. O., Tsyhanovska N. V., Gonchar V. V.</i> STUDY OF THE INDICATORS OF THE DEVELOPMENT OF THE ABILITY TO SENSE RHYTHM IN THE PUPILS OF THE BASIC SCHOOL WITH THE VISUAL IMPAIRMENTS.....	89
23.	<i>Salamah O.</i> PSYCHOLOGICAL - PEDAGOGICAL ASPECTS OF STRENGTHENING THE HEALTH OF STUDENTS BASED ON THE DEVELOPMENT OF MOTIVATION FOR PHYSICAL EDUCATION.....	93
24.	<i>Sinityna Olena, Zubrytskyi Bohdan, Biruk Iryna, Sotnyk Oleh, Pinchuk Vitalii, Kosobutskyi Yuriy.</i> RESEARCH OF MOTIVATING FACTORS FOR FITNESS CLASSES OF THE FIRST-YEAR FEMALE STUDENTS OF THE NATIONAL UNIVERSITY OF WATER AND ENVIRONMENTAL ENGINEERING.....	96
25.	<i>Solodka Oxana, Osipov Vitalii, Tomich Liliya, Hnatuyk Vitalii, Kusovska Olha, Kulakov Denys.</i> THE RESULTS OF EXPERIMENTAL TESTING OF THE PROGRAM OF PHYSICAL THERAPY OF SAMBO WRESTLERS (MASTERS) AFTER TREATMENT OF HYPERTENSIVE CRISIS.....	99
26.	<i>Stetsenko N., Sushko R.</i> ORGANIZATIONAL COMMUNICATION BASIS FOR PARTICIPANTS IN THE EDUCATIONAL AND TRAINING PROCESS IN RHYTHMIC GYMNASTICS.....	106
27.	<i>Turchynov Artem, Chudyk Andrii, Moroz Yurii, Tymchenko Ganna, Rogyhina Vita, Skalski Dariush, Martynenko Oleksandr, Kovalenko Bozhena.</i> IMPROVING THE TECHNIQUE OF USING A SPECIAL ARSENAL OF MARTIAL ARTS AND SPECIAL TOOLS BY FUTURE OFFICERS OF INTERNAL AFFAIRS WITH THE USE OF MODERN TECHNICAL MEANS.....	110
28.	<i>Uskova S. M., Prus N. M., Kryvenda V. S.</i> VIEWS ON THE PECULIARITIES OF THE DEVELOPMENT OF THE EDUCATIONAL MATERIALS FOR STRENGTH GYMNASTICS FOR THE STUDENTS OF TECHNICAL SPECIALTIES..	116
29.	<i>Khatsaiuk O., Solodka O., Surovov O., Partyko N., Poliakova O., Kusovska O., Lozovyi Y., Beloshenko Y.</i> ANALYSIS OF TECHNICAL AND TACTICAL READINESS OF HIGHLY QUALIFIED ATHLETES WHO SPECIALIZE IN COMBAT SAMBO BASED ON THE RESULTS OF THE "2021 WORLD CUP".....	120
30.	<i>Chenikalo Oleksandr, Kazmiruk Andriy., Zinkiv Olha, Stefanyshyn Natalia.</i> PREREQUISITES FOR THE APPEARANCE AND DEVELOPMENT OF SKI MARATHONS VISMA SKI CLASSICS.....	126