

15. Ng M. Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980–2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013 / Ng M., Fleming T., Robinson M. et al. // The Lancet. – 2014. – Vol. 384(9945). – P. 766-781.

16. Nordmann A.J. Effects of low-carbohydrate vs low-fat diets on weight loss and cardiovascular risk factors: a meta-analysis of randomized controlled trials / Nordmann A.J., Nordmann A., Briel M. // Arch Intern Med. – 2006. – Vol. 166(3). – P. 285-93.

17. Tonstad S. Medical management of obesity in Scandinavia 2016 / Tonstad S, Rössner S, Rissanen A, Astrup A // Obesity Medicine. – 2016. – Vol. 1. – P. 38-44.

18. World Health Organization: Obesity and overweight. Available from: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.4K(132).13

Горюк П.
викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту
Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича
Даниленко О.
студент спеціальності «Фізична культура і спорт»
Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИЙ СТАН СПОРТСМЕНІВ ЄДИНОБОРЦІВ У МІЖСЕЗОННІ

Зміна тренувальних циклів є буденністю в спорті. Перехід з міжсезоння в передзмагальний період супроводжується зміною тренувальних програм. Спортсменам тяжко перелаштуватись з силовій роботи, яка притаманна міжсезонню, до функціональної, яка проводиться в передзмагальний період. Підведення спортсмена до стану готовності є надзвичайно важливим фактором у спорті вищих досягнень. Метою нашого дослідження стало теоретичне обґрунтування та перевірка психофізіологічного стану спортсменів єдиноборців у міжсезонні. Матеріал та методи дослідження: аналіз, синтез, порівняння науково-методичної літератури, психофункціональні методи (методика Г. Айзенка, методика САН), методи математичної статистики. Для виявлення психофізіологічного стану єдиноборців нами проведено педагогічний експеримент у якому прийняли участь 15 спортсменів експериментальної групи та 16 спортсменів контрольної групи. Експериментальна група займалась впродовж одного місяця в період міжсезоння силовою роботою та спортивними іграми, безпосередньо баскетболом. Контрольна група займалась також впродовж місяця за традиційною системою і використовувала тільки силові тренування. Результати. Діагностика психічних станів за методикою САН показала, що в спортсменів експериментальної групи показники тривожності, фрустрації, агресивності та ригідності є нижчими на 20% в порівнянні з контрольною. Результати дослідження психоемоційного стану за методикою Г. Айзенка показали, що психоемоційний стан спортсменів, які займались оздоровчо-рекреаційною руховою активністю значно покращився, безпосередньо показники самопочуття, активності та настрою у середньому збільшилися на 25% в порівнянні з тими, хто тренувався за традиційною програмою. Висновки. Таким чином, можна зробити висновок, що систематичне використання даної методики в тренувальній програмі збільшує загальну мотивацію спортсмена, зменшує емоційне виснаження та виключає можливість перевтоми, покращує загальний психоемоційний стан атлета. Спортивні ігри постійно тримають в тонусі та слугують чудовим засобом підготовки до змагань та допомагають підготувати спортсмена не тільки психологічно, а й функціонально.

Ключові слова: психологічне відновлення, єдиноборства, річний цикл.

Горюк П., Даниленко А. Психофизиологическое состояние спортсменов единоборцев в межсезонье. Изменение тренировочных циклов является обыденностью в спорте. Переход с межсезонье в предсоревновательный период сопровождается изменением тренировочных программ. Спортсменам тяжело перестроиться с силовой работы, которая присуща межсезонье, с функциональной, которая проводится в предсоревновательный период. Подведение спортсмена в состояние готовности является чрезвычайно важным фактором в спорте высших достижений. Целью нашего исследования стало теоретическое обоснование и проверка психофизиологического состояния спортсменов единоборцев в межсезонье. Материал и методы исследования: анализ, синтез, сравнение научно-методической литературы, психофункциональные методы (методика Г. Айзенка, методика САН), методы математической статистики. Для выявления психофизиологического состояния борцов нами проведен педагогический эксперимент в котором приняли участие 15 спортсменов экспериментальной группы и 16 спортсменов контрольной группы. Экспериментальная группа занималась в течение одного месяца в период межсезонья силовой работой и спортивными играми, непосредственно баскетболом. Контрольная группа занималась также в течение месяца по традиционной системе и использовала только силовые тренировки. Результаты. Диагностика психических состояний по методике САН показала, что у спортсменов экспериментальной группы показатели тревожности, фрустрации, агрессивности и ригидности является ниже на 20% по сравнению с контрольной. Результаты исследования психоземонального состояния по методике Г. Айзенка показали, что психоземональное состояние спортсменов, которые занимались оздоровительно-

рекреационной двигательной активности значительно улучшилось, непосредственно показатели самочувствия, активности и настроения в среднем увеличились на 25% по сравнению с теми, кто тренировался по традиционной программе. Выводы. Таким образом, можно сделать вывод, что систематическое использование данной методики в тренировочной программе увеличивает общую мотивацию спортсмена, уменьшает эмоциональное истощение и исключает возможность переутомления, улучшает общее психоэмоциональное состояние атлета. Спортивные игры постоянно держат в тонусе и служат прекрасным средством подготовки к соревнованиям и помогают подготовить спортсмена не только психологически, но и функционально.

Ключевые слова: психологическое восстановление, единоборства, годовой цикл.

Horiuk P., Danylenko O. Psychophysiological state of combat athletes in the off-season. Training cycles' changing is ordinary in sports. The transition from the off-season to the pre-competition period is accompanied by a change in training programs. It is hard for athletes to adapt from strength work, which is typical for the off-season, to functional work, which is carried out in the pre-competition period. Bringing an athlete to a state of preparedness is an extremely important factor in sports of the highest achievements. The goal of our research was to theoretically substantiate and verify the psychophysiological state of combat athletes in the off-season. Material and methods of research: analysis, synthesis, comparison of scientific and methodical literature, psychofunctional methods (H. Eysenck's method, method of assessment of health, activity and mood (HAM assessment)), methods of mathematical statistics. To identify the psychophysiological state of combat athletes, we conducted a pedagogical experiment in which 15 athletes of the experimental group and 16 athletes of the control group took part. The experimental group was engaged for one month in the off-season strength work and sports games, specifically basketball. The control group also was training for a month according to the traditional system and used only strength training. Research findings. Diagnosis of mental states by the method of HAM assessment showed that the athletes of the experimental group indicators of anxiety, frustration, aggression and rigidity are lower by 20% compared to the control group. The findings of the study of psycho-emotional state according to the method of H. Eysenck showed that the psycho-emotional state of athletes engaged in wellness and recreational motor activity has improved significantly, directly the indicators of well-being, activity and mood increased by an average of 25% compared to those who trained according to the traditional program. Conclusions. Thus, we can make a conclusion that the systematic use of this method in the training program increases the overall motivation of an athlete, reduces emotional exhaustion and eliminates the possibility of fatigue, improves the overall psycho-emotional state of an athlete. Sports games constantly keep in shape and serve as an excellent means of preparation for competitions and help to prepare an athlete not only psychologically, but also functionally.

Key words: psychological recovery, combat sport, annual cycle.

Вступ. Підведення спортсменів єдиноборців до стану готовності є проблемою сьогодення спорту вищих досягнень. Згідно науково-методичної літератури в практичній діяльності спортсменів єдиноборців в міжсезонні переважає силова робота, яка в першу чергу сприяє покращення силових показників. Однак суттєвою проблемою постає перелаштування на функціональну роботу після силового навантаження і підведення до стану готовності до функціональної роботи є досить низьким. Пропонується використовувати різноманітні засоби, які будуть психічно розвантажувати і цим же підводити до стану бойової готовності. Наприклад за рахунок спортивних ігор, насамперед таких як баскетбол, атлети легше сприймають функціональну роботу, яка початково сприймається важчою ніж силова. Рекреаційна рухова активність слугує певною розрядкою для спортсмена. В першу чергу покращує його психоемоційний стан. По друге допомагає організму пристосуватись до функціональної роботи.

Аналіз наукової та спеціальної літератури засвідчив, що вивченню психофізичного стану спортсменів у різних видах спорту присвячувались ряд робіт. Хіменес Х. Р [7] досліджувала втому та відновлення в системі підготовки спортсменів. Овчарук В.Г [6] приділяв увагу засобам відновлення і підвищення працездатності. Наконечний І.Ю [5] приділяв у своїх дослідженнях увагу подоланню внутрішньо-особистісного конфлікту у спортсменів високої кваліфікації.

Однак питанню аналізу психофізичного стану спортсменів єдиноборців у міжсезонні не приділено достатньої уваги серед науковців. Психологічне здоров'я для єдиноборця є надзвичайно важливим чинником, який впливає на подальший результат. Для досягнення високих результатів спортсмен має бути підготовлений не тільки фізично, але й морально.

Мета – теоретичне обґрунтування та перевірка психофізіологічного стану спортсменів єдиноборців у міжсезонні.

Матеріал та методи дослідження: аналіз, синтез, порівняння науково-методичної літератури психофункціональні методи (методика Г. Айзенка, методика САН), методи математичної статистики.

Для виявлення психофізіологічного стану єдиноборців нами проведено педагогічний експеримент у якому прийняли участь 15 спортсменів експериментальної групи та 16 спортсменів контрольної групи. Експериментальна група займалась впродовж одного місяця в період міжсезоння силовою роботою та спортивними іграми, безпосередньо баскетболом. Контрольна група займалась також впродовж місяця за традиційною системою і використовувала тільки силові тренування. Тижневе фізичне навантаження двох груп було однаковим.

Результати. Участь у змаганнях супроводжується значними фізичними та психологічними напруженнями, зумовленими збільшеними вимогами до рівня спортивної майстерності, жорсткою конкуренцією суперників, а також впливом інших зовнішніх факторів.

Тренувальний річний цикл включає в себе кілька тренувальних циклів, подібних за обсягом і динамікою тренувальних навантажень, застосовуванням засобів, завданням підготовки та інших особливостей. І дуже важливо в

цей період слідкувати за емоційним станом спортсмена, щоб не допустити емоційного «вигорання».

Виникає необхідність нормалізації психічного стану спортсмена, пом'якшення негативних впливів надмірної психічної напруженості та активізації відновлювальних процесів. Правильне, цілеспрямоване використання психологічних засобів у процесі відновлення працездатності спортсменів дозволяє з великою ефективністю активізувати відновлювальні процеси, оптимізувати психічний стан, що в свою чергу підвищує ефективність тренувальної та змагальної діяльності [4, 8].

Створюючи умови для оптимального, найбільш сприятливого стомлення, вони тим самим повною мірою реалізують його дію як стимулятора відновних процесів. За допомогою педагогічних засобів вдається реалізувати ще один механізм функціонального відновлення, пов'язаний з реалізацією феномену активного відпочинку. Варто мати на увазі, що цей вид відпочинку може здійснюватися не тільки у явній формі (наприклад, коли стомлені м'язи відпочивають, у той час як працюють інші м'язи), а й у формі тренувальних занять, якщо у цих заняттях чергуються різні за характером фізичні навантаження.

Активний відпочинок має діапазон застосування, який значно виходить за межі фізичного тренування і спорту. Фахівці використовують його для стимуляції працездатності в умовах будь-яких занять фізичними вправами, а також в умовах праці та навчання. Будь-яка одноманітна тривала робота потребує процедур активного відпочинку як обов'язкової умови раціональної діяльності людини. Найефективнішим методом активного відпочинку є застосування за перших ознак втоми (не тоді, коли вона значна!) фізичних вправ для м'язів, які не беруть участі в роботі. Якщо робота не пов'язана з істотною м'язовою діяльністю (наприклад, розумова праця), то як активний відпочинок можна використати загально-розвиваючі вправи або переключення на інший вид роботи. Найбільш цінний оздоровчий результат застосування активного відпочинку проявляється у так званому ефекті гасіння реакцій кровообігу і дихання, спричинених попередньою роботою, тобто у терміновій економізації цих реакцій, що означає істотне полегшення функціонального стану стомленого організму. Вплив активного відпочинку можна розуміти як своєрідне антинавантаження, коли на відміну від тренувальних занять застосовувані вправи полегшують діяльність організму.

Горюк П.І [1-3] в своїх дослідженнях зазначав, що спортивні ігри слугують не лише засобом повернення у функціональну роботу, а й виконують роль психічного відпочинку. Що є дуже важливим для спортсмена. Згідно досліджень Наконечного І.Ю [5] у єдиноборця може виникнути стан «монотонії», який характеризується появою ознак втоми задовго до настання справжнього стомлення. Стан психічного пересичення виникає тоді, коли тренування тривають без зміни умов, тобто спортсменам набридає одноманітна робота. На нашу думку, оздоровчо-рекреаційна діяльність допомагає не допустити цього та завдяки своїй динаміці вона урізноманітнює тренувальний процес.

У результаті нашого дослідження ми бачимо представлено на рисунку 1, що складовими чинниками стану бойової готовності є психологічний стан спортсмена, безпосередньо: тривожність, фрустрація, агресивність та ригідність, можуть бути ключовими для підведення спортсмена до даного стану.

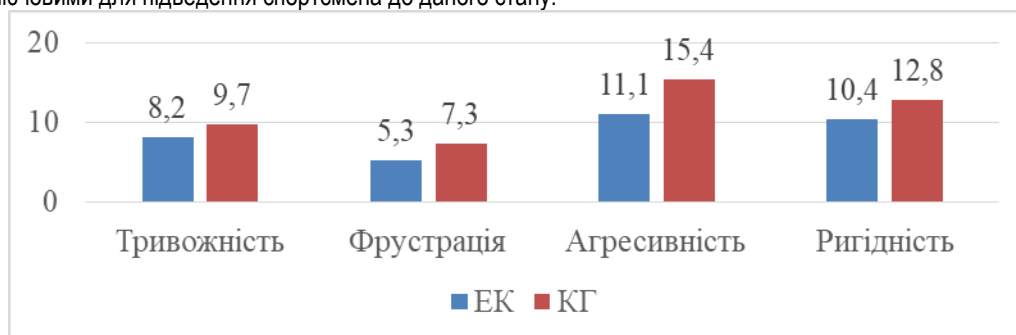


Рис. 1. Діагностика психічних станів досліджуваних спортсменів експериментальної та контрольної групи за методикою Г. Айзенка, бали (n=31)

В результаті нашого дослідження ми виявили, що тривожність в експериментальній групі оцінюється за шкалою в 8,2, в порівнянні з контрольною у якої 9,7. Тобто спортсмени які займалися іграми тривожність проявляють в меншій мірі. Тобто починається процес адаптації до передзмагального періоду та функціональної роботи, готовність до переходу у наступний цикл тренувань

Згідно дослідження фрустрація так само показує нижчі рівні в експериментальній групі, що дорівнює 5,3 в порівнянні з 7,3 в контрольній групі, що свідчить про зменшення депресивних станів таких як сум, невпевненість, безсилля та апатія. Тобто психологічно спортсмен стає більш стійким та морально готовим до тренувального процесу.

Відповідно до нашого дослідження ми зазначаємо, що агресивність в експериментальній групі оцінюється в 11,1 в порівнянні з 15,4 в контрольній групі. У експериментальній групі показники агресивності значно нижчі в порівнянні з контрольною. Це сприятливо впливає на якість тренувального процесу та зменшення психологічного виснаження від тренувань.

Також у експериментальній групі показники ригідності були 10,4, а у контрольній 12,8. Зменшення ригідності свідчить про психологічну готовність спортсмена до переходу з міжсезоння у передзмагальний період.

Варто відзначити, що спортивні ігри крім того, що впливають на психічні стани, також впливають на емоції. Вони дають розвантаження. І саме наше дослідження за методикою САН дає цьому підтвердження (Рис. 2). У експериментальній групі самопочуття 6,5 за шкалою із можливих 7, що говорить про готовність атлета до навантажень.

Шкала активності показує 6,5 із 7 можливих, що свідчить про збільшення активності спортсмена на тренуваннях та призводить до покращення результативності тренувань. Покращення настрою в експериментальній групі свідчить в першу чергу про емоційну готовність та отримання задоволення від проведеної роботи.



Рис. 2. Психоемоційний стан досліджуваних спортсменів експериментальної та контрольної групи, бали (n=31)

Отже, на основі аналізу науково-методичної літератури та власного досвіду, нами рекомендується використовувати такі засоби рекреаційно-оздоровчої рухової активності у психологічному відновленні єдиноборця як включення у тренувальну програму спортивних ігор, таких як: баскетбол, настільний теніс, футбол. Кожна з цих ігор розвиває окремі якості спортсмена, які необхідні для покращення результату. Наприклад: баскетбол і футбол розвивають спритність та витривалість, за динамікою вони є дуже схожими з єдиноборствами. Також ці ігри вчать працювати в команді. Настільний теніс розвиває реакцію та координацію, вчить стрімко шукати оптимальні траєкторії та поліпшує гостроту свідомості. Тренування з застосуванням активних ігор підтримують хороший фізичний і емоційний стан та слугують хорошим відпочинком.

Висновки. Таким чином, можна зробити висновок, що систематичне використання даної методики в тренувальній програмі збільшує загальну мотивацію спортсмена, зменшує емоційне виснаження та виключає можливість перевтоми, покращує загальний психоемоційний стан атлета. Спортивні ігри постійно тримають в тонусі та слугують чудовим засобом підготовки до змагань та допомагають підготувати спортсмена не тільки психологічно, а й функціонально.

Література

1. Горюк, Петро. Баскетбол як засіб переходу із силової роботи на швидкісну в єдиноборців у період міжсезоння. / Горюк, Петро. // Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. – 2019 – № 32 – С. 55-59.
2. Горюк Петро. Психологічне відновлення у єдиноборствах засобами оздоровчо-рекреаційною руховою активністю. / Горюк Петро, Даниленко Олексій. – Оздоровчо-рекреаційна рухова активність у сучасному суспільстві : матеріали Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (м. Чернівці, 10.11.2020 року) / за редакцією Я.Б. Зорія. – Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2020. С. 63–65.
3. Горюк Петро. Використання спортивних ігор на перед змагальному етапі підготовки спортсменів-єдиноборців. / Горюк Петро, Суходєєв Ілля. – Спорт та сучасне суспільство : матеріали XI Міжнародної наукової інтернет-конференції (29 березня 2018 р.) – НУФВСУ – С. 32-34
4. Кернас А. В. Психологічна корекція передстартових емоційних станів спортсменів-єдиноборців в юнацькому віці. / Кернас А. В. – Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук.
5. Наконечний І.Ю. Подолання внутрішньо-особистісного конфлікту у спортсменів високої кваліфікації у єдиноборствах. / Наконечний І.Ю. // Науковий журнал «Молодий вчений». – 2018 – № 3
6. Овчарук В. Г. Засоби відновлення і підвищення працездатності в процесі підготовки кваліфікованих спортсменів-легкоатлетів. / Овчарук В. Г. // Фізична культура, спорт та здоров'я нації. – 2015 – С. 50-56.
7. Хіменес Х. Втома та відновлення в системі підготовки спортсменів: лекція з навчальної дисципліни «Теорія і методика підготовки кваліфікованих спортсменів» / Хіменес, Х. – Л., 2015.
8. Hakman, A., Training methodology and didactic bases of technical movements of 9-11-year-old volleyball players. / Hakman, A., Nakonechniy, I., Moseychuk, Y., Liasota, T., Palichuk, Y., & Vaskan, I. // Journal of Physical Education and Sport, – 17(4) – P. 2638-2642.

Reference

1. Horiuk, Petro. (2019). Basketbol yak zasib perekhodu iz sylovoi roboty na shvydkisnu v yedynobortsiv u period mizhsezonnia. Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Serii: Fizychna kultura. 32 (2019): 55-59.
2. Horiuk Petro, Danylenko Oleksii (2020). Psykholohichne vidnovlennia u yedynoborstvakh zasobamy ozdorovcho-rekreatsiinoiu rukhovoiou aktyvnistiu. Ozdorovcho-rekreatsiina rukhova aktyvnist u suchasnomu suspilstvi : materialy Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi internet-konferentsii (m. Chernivtsi, 10.11.2020 roku) / za redaktsiieiu Ya.B. Zoriiia. – Chernivtsi : Chernivetskyi nats. un-t, 2020. S. 63–65. https://drive.google.com/file/d/1PjHP9y6xz2ie9dTQn49jEHwwLYJIFE6_view
3. Horiuk Petro, Sukhodiev Illia (2018). Vykorystannia sportyvnykh ihor na pered zmahalnomu etapi pidhotovky sportsmeniv-yedynobortsiv. Sport ta suchasne suspilstvo : materialy Khl Mizhnarodnoi naukovoii internet-konferentsii (29 bereznia 2018 r.) NUFVSU. 32-34

4. Kernas A. V. (2015) Psykholohichna korektsiia peredstartovykh emotsiinykh staniv sportsmeniv-yedynobortsiv v yunatskomu vitsi. „Avtoreferat dysertatsii na zdobuttia naukovooho stupenia kandydata psykholohichnykh nauk”
5. Nakonechnyi I. Iu. (2018) Podolannia vnutrishno-osobystisnoho konfliktu u sportsmeniv vysokoi kvalifikatsii u yedynoborstvakh. Naukovyi zhurnal «Molodyi vchenyi»
6. Ovcharuk V. H. (2015). Zasoby vidnovlennia i pidvyshchennia pratsezdatnosti v protsesi pidgotovky kvalifikovanykh sportsmeniv-lehkoatletiv. Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii. 50-56.
7. Khimenes, Kh. (2015). Vtoma ta vidnovlennia v systemi pidgotovky sportsmeniv: lektsiia z navchalnoi dystsypliny «Teoriia i metodyka pidgotovky kvalifikovanykh sportsmeniv».
8. Hakman, A., Nakonechnyi, I., Moseychuk, Y., Liasota, T., Palichuk, Y., & Vaskan, I. (2017). Training methodology and didactic bases of technical movements of 9-11-year-old volleyball players. Journal of Physical Education and Sport, 17(4), 2638-2642.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.4K(132).14
УДК 796 (091) (477) (075)

Григоришина Т.Б.,
викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту
Чернівецький національний університет ім. Ю.Федьковича
Мороз О.О.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичної культури та основ здоров'я
Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

ГЕНЕЗИС ДИСЕРТАЦІЙНОЇ СПАДЩИНИ НАУКИ І ІСТОРІЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ УКРАЇНИ

В публікації висвітлено генезис дисертаційної спадщини науки з історії фізичної культури і спорту України. Дослідження виконано на матеріалах авторефератів дисертаційних робіт з історії фізичної культури і спорту, які репрезентовано науковцями до прилюдного захисту за період 1939-1990 рр. Встановлено, що протягом досліджуваного періоду загальний кількісний показник виконання дисертацій становить 232 роботи (223 кандидатського і 9 докторського наукових ступенів). Кількість досліджень, націлених на висвітлення історії фізкультурної освіти і спорту в Українській РСР становить 14 робіт. Компонент змісту п'яти напрямів наукових досліджень з історії фізичної культури і спорту зумовлений політичними, ідеологічними й соціокультурними факторами, а також, методологію і загальними тенденціями розвитку тогочасної історичної науки. Констатовано науковий нігілізм щодо висвітлення питань з історії фізичної культури і спорту (дорадянський період) українського й інших етносів, які мешкали на теренах, приєднаних до Української РСР в 1939, 1940 та 1945 рр. Визначено, що протягом 1939-1990 рр. наукові пріоритети дисертаційної спадщини з історії фізичної культури і спорту України характеризуються політичною заангажованістю і тенденційністю та становлять певний етап акумулювання наукових знань.

Ключові слова: генезис, історія, наука, дисертація, спадщина, 1939-1990, фізична культура, спорт, Україна.

Григоришина Т.Б., Мороз Е.А. Генезис диссертационного наследия науки по истории физической культуры и спорта Украины. В публикации раскрыто генезис диссертационного наследия науки по истории физической культуры и спорта Украины. Исследование базировалось на материалах авторефератов диссертационных работ по истории физической культуры и спорта, которые были представлены к публичной защите в период 1939-1990 гг. Установлено, что на протяжении исследуемого периода общий количественный показатель диссертаций составляет 232 работы (223 кандидатского и 9 докторского научных уровней). Количество исследований, направленных на освещение истории физкультурного образования и спорта в регионе Украинской ССР составляет 14 работ. Компонент содержания пяти научных направлений по истории физической культуры и спорта обусловленный политическими, идеологическими и социокультурными факторами, а также, методологией и общими тенденциями развития советской исторической науки. Констатировано научный нигилизм в исследованиях истории физической культуры и спорта (досоветский период) украинского и других этносов, проживавших на территориях, присоединенных к Украинской ССР в 1939, 1940 и 1945 гг. Раскрыто, что на протяжении периода 1939-1990 гг. научные приоритеты диссертационного наследия по физической культуре и спорту Украины характеризуются политической заангажированностью и тенденциозностью и составляют определенный этап аккумуляции научных знаний.

Ключевые слова: генезис, наука, история, диссертация, наследие, 1939-1990, физическая культура, спорт, Украина.

Hryhorshyna T., Moroz O. Genesis of the dissertational heritage of science on the history of physical culture and sports of Ukraine. The publication highlights the genesis of the dissertational heritage of science on the history of physical culture and sports of Ukraine. The research is based on the extended abstracts of dissertations on the history of physical culture and sports, which are represented by scientists for public defense for the period 1939-1990. It is found that during the researched period the general quantitative figure of performance of dissertations is 232 works (223 PhD's and 9 doctoral