

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА



НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

СЕРІЯ 15

“НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
/ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ/”

**XI Міжнародна науково-практична конференція
«Сучасні проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання, здоров'я і професійної
підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту»**

ВИПУСК 3 К (123) 20

Київ

Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова
2020



УДК 0.51

Н 34

WEB сторінка електронного видання : <http://enpuir.npu.edu.ua>; <http://spppc.com.ua>
www.ffvs.npu.edu.ua/chasopys-npu-seriia-15.

Збірник входить до переліку фахових наукових видань України за галузями науки:

«Педагогічні науки» (наказ Міністерства освіти і науки України № 1222 від 07.10.2016 р.)

«Фізичне виховання і спорт» – (наказ Міністерства освіти і науки України № 528 від 12.05.2015 р.).

Державний комітет телебачення і радіомовлення України: свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації - серія КВ № 8821 від 01.06.2004 р.

Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. – Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2020. – Випуск 3 К (123) 20. – с. 514

У статтях розглядаються результати теоретичних та науково-експериментальних досліджень у галузі педагогічної науки, фізичного виховання та спорту, висвітлюються педагогічні, медико-біологічні, психологічні і соціальні аспекти, інноваційні технології навчання фізичної культури, практики підготовки спортсменів. Збірник розрахований на аспірантів, докторантів, наукових, педагогічних та науково-педагогічних працівників. Статті друкуються в авторській редакції.

Редакційна рада:

Андрущенко В.П.	доктор філософських наук, академік НАПН України, ректор НПУ імені М.П.Драгоманова; (<i>гол.Ред. ради</i>);
Бондар В. І.	доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Вернидуб Р.М.	доктор філософських наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Євтух В.Б.	доктор історичних наук, професор, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Дробот І.І.	доктор історичних наук, професор, НПУ імені М.П. Драгоманова;
Жалдак М.І.	доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Зернецька А.А.	доктор педагогічних наук, професор, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Мацько Л.І.	доктор філологічних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Падалка О.С.	доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Синьов В.М.	доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Торбін Г.М.	доктор фізико-математичних наук, професор, НПУ імені М.П.Драгоманова;
Шут М.І.	доктор фізико-математичних наук, професор, академік НАПН України, НПУ імені М.П.Драгоманова.

Головний редактор О. В. Тимошенко

Редакційна колегія випуску:

Тимошенко О.В.	доктор педагогічних наук, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова;
Томенко О.А.	доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Сумський державний педагогічний університет;
Путров С. Ю.	кандидат педагогічних наук, професор Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова;
Дьоміна Ж.Г.	кандидат педагогічних наук, доцент, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова;
Малечко Т.А.	кандидат педагогічних наук, доцент, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова;
Андрєєва О.В.	доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Національний університет фізичного виховання і спорту України;
Грибан Г.П.	доктор педагогічних наук, професор, Житомирський державний університет імені І.Франка;
Пронтенко К.В.	доктор педагогічних наук, доцент, Житомирський військовий інститут імені С. П. Корольова;
Пронтенко В.В.	кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, Житомирський військовий інститут імені С. П. Корольова;
Ейдер Ежи	доктор педагогічних наук доктор наук з фізичного виховання, професор Щецинського університету, Польща;
Приймаков О.О.	доктор біологічних наук, професор, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова.

Схвалено рішенням Вченої ради НПУ імені М.П. Драгоманова

ISSN 2311-2220

© Автори статей, 2020

© НПУ імені М.П.Драгоманова, 2020

© Редакційна колегія випуску, 2020

Збірник друкується щомісяця

MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE

National Pedagogical Dragomanov University



SCIENTIFIC JOURNAL

SERIES 15

"SCIENTIFIC AND PEDAGOGICAL PROBLEMS OF PHYSICAL CULTURE
/ PHYSICAL CULTURE AND SPORTS /"

**XI International Scientific and Practical Conference
«Current problems and prospects of development of physical education, health and professional
training of future specialists in physical education and sports»**

Issue 3 K (123) 20

Kiev

Publishing house of National Pedagogical Dragomanov University
2020



UDC 0.51

N 34

WEB page of electronic edition: <http://enquir.npu.edu.ua>; <http://spppc.com.ua>

www.ffvs.npu.edu.ua/chasopys-npu-seria-15

The collection is included in the list of professional scientific publications of Ukraine in the branches of science:

"Pedagogical Sciences" (order of the Ministry of Education and Science of Ukraine № 1222 dated 07.10.2016)

"Physical education and sport" - (order of the Ministry of Education and Science of Ukraine № 528 dated 12.05.2015).

State Committee for Television and Radio Broadcasting of Ukraine: Certificate of State Registration of the Printed Media - Series KV № 8821 dated 01.06.2004.

Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series № 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports): Sb. scientific works / Ed. O. V. Tymoshenko. - K.: Publishing house of National Pedagogical Dragomanov University, 2020 - Issue 3 K (123) 20. – s. 514

The article deals with the results of theoretical and scientific-experimental research in the field of pedagogical science, physical education and sports, highlights pedagogical, medical and biological, psychological and social aspects, innovative technologies of training physical culture, training practices of athletes. The collection is intended for graduate students, doctoral students, scientific, pedagogical and scientific and pedagogical workers. Articles are printed in the author's wording.

Editorial Board:

- Andrushchenko V.** Doctor of Philosophy, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, rector of the National Pedagogical Dragomanov University (head of the board);
- Bondar V.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Vernidub R.** Doctor of Philosophy Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Yevtukh V.** Doctor of History Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Drobot I.** Doctor of Historical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Zhaldak M.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Zernetska A.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Matsko L.** Doctor of Philology Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Padalka O.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Corresponding Member of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Sinyov V.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University;
- Torbin G.** Doctor of Physical and Mathematical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Shut M.** Doctor of Sciences (Physics and Mathematics), Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, National Pedagogical Dragomanov University.

Responsible editor O. Tymoshenko

Editorial board:

- Tymoshenko O.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Candidate of Science in Physical Education and Sports, National Pedagogical Dragomanov University;
- Tomenko O.** Doctor of Science in Physical Education and Sports, Professor, Sumy State Pedagogical University;
- Putrov S.** Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Domina Zh** Candidate of Pedagogical Sciences, Assistant Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Malechko T.** Candidate of Pedagogical Sciences, Assistant Professor, National Pedagogical Dragomanov University;
- Andreeva O.** Doctor of Science in Physical Education and Sports, Professor, National University of Physical Education and sports of Ukraine;
- Griban G.** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Zhytomyr State University named after I. Franko;
- Prontenko K.** Doctor of Pedagogical Sciences, Assistant Professor, S. Korolev Zhytomyr Military Institute;
- Prontenko V.** Candidate of Science in Physical Education and Sports, Assistant Professor, S. Korolev Zhytomyr Military Institute;
- Ayer Ezhie** Doctor of Pedagogical Sciences, Doctor of Science in Physical Education, Professor at Szczecin University, Poland;
- Priyamakov O.** Doctor of Biological Sciences, Professor, National Pedagogical Dragomanov University.

Approved by the decision of the Academic Council of the National Pedagogical Dragomanov University

© Authors of articles, 2020 © National Pedagogical Dragomanov University, 2020

ISSN 2311-2220

The collection is published monthly

ЗМІСТ 3К (123) 2020

1.	<i>Berest O. O., Dolgova N. O.</i> PROFESSIONAL PREPARATION FOR INDIVIDUALS IN PHYSICAL CULTURE AND SPORT: FOREIGN XPERIENCE.....	14
2.	<i>Dutchak Yu., Sushchenko L.</i> PHILOSOPHICAL LEVEL OF QUALITY ASSURANCE FOR PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE SECONDARY EDUCATION MASTERS IN PHYSICAL CULTURE.....	17
3.	<i>Kopovalska L. O., Kushniiruk S. G.</i> THE METHODOLOGICAL APPROACHES TO THE PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE TEACHERS OF THE PHYSICAL EDUCATION FOR THE PHYSICAL- HEALING WORK AT HIGH SCHOOL.....	20
4.	<i>Martynova N. P.</i> FEATURES OF POWER TRAINING USE IN THE SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION OF HIGHER EDUCATION RECIPIENTS.....	24
5.	<i>Pryimakov O., Pękala D., Mazurok N., Pryimakova O.</i> WPŁYW DŁUGOTRWALEGO WYSIŁKU FIZYCZNEGO NA ORGANIZM SPORTOWCÓW SPECJALIZUJĄCYCH SIĘ W RÓŻNYCH DYSCYPLINACH SPORTOWYCH I OSÓB NIE ĆWICZĄCYCH.....	27
6.	<i>Zavalniuk O. V., Putrov S. Yu.</i> SOCIAL AND PEDAGOGICAL ASPECTS OF THE FORMATION OF THE PERSONALITY IN THE COURSE OF SPORTS ACTIVITY.....	32
7.	<i>Авербах О. А., Сенкевич В. А.</i> КОНТРОЛЬ РУХОВОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У КОНТЕКСТІ ОСОБИСТІСНО ЗОРІЄНТОВАНОГО ПІДХОДУ.....	35
8.	<i>Арефьев В. Г., Михайлова Н. Д.</i> МЕТОДОЛОГИЯ МОДЕЛЮВАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У СУЧАСНІЙ ШКОЛІ.....	38
9.	<i>Архипов О. А., Архипов С. О.</i> РОЗВИТОК РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ ТЕНІСІСТІВ - ПОЧАТКІВЦІВ У НАВЧАЛЬНОМУ І ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСАХ.....	42
10.	<i>Безкопильний О. О., В'яла О. М.</i> ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ КЕЙС-МЕТОДУ У ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСНОВНІЙ ШКОЛІ.....	49
11.	<i>Безкоровайний С.</i> ОПТИМІЗАЦІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ ГУМАНІТАРНОГО ПРОФІЛЮ ЗАСОБАМИ ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ.....	53
12.	<i>Берест О. О., Король С. А.</i> МЕТОДИКО-ТЕОРЕТИЧНИЙ КОМПОНЕНТ РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЯК ВАЖЛИВИЙ СКЛАДНИК ФОРМУВАННЯ ОЗДОРОВЧОГО СВІТОГЛЯДУ СТУДЕНТІВ ВПНЗ.....	57
13.	<i>Бондар Т. К., Шегімага В. Ф.</i> ДИСГАРМОНІЯ М'ЯЗОВОГО РОЗВИТКУ МУЗИКАНТІВ ТА МОЖЛИВОСТІ ЇЇ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ ЗАСОБАМИ АКВАФІТНЕСУ.....	60
14.	<i>Бочкова Н. Л., Ярчук Н. П.</i> ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ПРИ СЕЧОКАМ'ЯНІЙ ХВОРОБІ.....	64
15.	<i>Булейченко О. В., Журавльов Ю. Г.</i> ФОРМУВАННЯ ПОЗИТИВНОГО ВІДНОШЕННЯ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ, ШЛЯХОМ ВПРОВАДЖЕННЯ СУЧАСНИХ ФІТНЕС ПРОГРАМ.....	67
16.	<i>Бур'яноватий О. М.</i> РОЗВИТОК ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ У ВІЙСЬКОВО-СПОРТИВНОМУ БАГАТОБОРСТВІ.....	72
17.	<i>Вільчковський Е. С., Жержерунов А. О.</i> РОЗВИТОК ЛИЖНОГО СПОРТУ В ПОЛЬЩІ У ХХ – ПОЧАТОК ХХІ СТОЛІТТЯ (ІСТОРІЯ ТА СУЧАСНІСТЬ).....	78
18.	<i>Вдовенко Н. В., Осипенко Г. А.</i> ПРИЧИНИ ПОРУШЕННЯ КОМПОЗИЦІЙНОГО СКЛАДУ ТІЛА СПОРТСМЕНІВ.....	83
19.	<i>Вербицький С. О., Матвієнко М. І.</i> ТУРИЗМ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ ДЛЯ СПОРТСМЕНІВ-ЄДИНОБОРЦІВ, СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ УНІВЕРСИТЕТІВ.....	87
20.	<i>Вихляев Ю. М.</i> ФІЗИЧНА ЕРГОТЕРАПІЯ ДІТЕЙ ЗІ СПАСТИЧНИМ ПАРЕЗОМ ВЕРХНЬОЇ КІНЦІВКИ.....	91
21.	<i>Вовк І.</i> ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ.....	95
22.	<i>Волкова С. С., Яценко С. О.</i> ВИКОРИСТАННЯ МІОФАСЦІАЛЬНОГО РЕЛІЗУ ДЛЯ ПОКРАЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СТОПИ.....	98
23.	<i>Волкова С. С.</i> ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ ДО РОБОТИ З ОСОБАМИ ГЕРОНТОЛОГІЧНОГО ВІКУ.....	103
24.	<i>Воловик Н. І., Путров О. Ю.</i> СУТНІСТЬ МЕТОДУ ПІЛАТЕС ЯК СИСТЕМИ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ.....	107
25.	<i>Волошина О. В.</i> ОРГАНІЗАЦІЯ ТЕСТОВОГО КОНТРОЛЮ ЗНАТЬ СТУДЕНТІВ-СПОРТСМЕНІВ З ІНОЗЕМНОЇ МОВИ.....	110
26.	<i>Галай М. Д., Питомець О. П.</i> ВІКОВА ДИНАМІКА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО РОЗВИТКУ ХЛОПЧИКІВ 1-4 КЛАСІВ ТА ЇХ ВПЛИВ НА УСПІШНІСТЬ ОВОЛОДІННЯ ВПРАВ З М'ЯЧЕМ.....	114
27.	<i>Гасимова М. М., Гасимов Р. В.</i> ОСОБЛИВОСТІ РЕАЛІЗАЦІЇ ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОГО ПІДХОДУ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ СМГ.....	117
28.	<i>Грибан Г. П., Ткаченко П. П., Краснов В. П.</i> МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ З РІЗНИМИ ВИХІДНИМИ РІВНЯМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ У ГИРЬОВОМУ СПОРТІ.....	120
29.	<i>Гуцул Н., Рихаль В.</i> АНАЛІЗ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КІКБОКСЕРІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	125

30.	Даншлюк В. М., Троценко Т. Ю. МОТИВАЦІЯ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ.....	131
31.	Дерека Т. Г., Мельник С. А. ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ РОЗВИТКУ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ.....	135
32.	Дорохова О. В., Чорній І. В. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТИПІВ СТАТУРИ ІЗ РОЗВИТКОМ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТОК – ПЕДАГОГІВ.....	139
33.	Дубогай О. Д., Тимошенко О. В., Дьоміна Ж. Г., Бережна Т. І. ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ УЧНІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ В УМОВАХ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ.....	143
34.	Дудорова Л. Ю., Паришкура Ю. В. ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ДО ДІЯЛЬНОСТІ У ФІТНЕС ЦЕНТРАХ.....	146
35.	Євтушок М. В., Філатова З. І. КРИТЕРІЇ ВИЗНАЧЕННЯ СФОРМОВАНOSTІ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	150
36.	Єрмоленко М. В. НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ НАВЧАЛЬНИХ ДІЙ САМОКОНТРОЛЮ ТА САМООЦІНКИ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ.....	154
37.	Єрмоленко О. В. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО-СПЕЦІАЛІЗОВАНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ В ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ.....	157
38.	Жиденко А. О. ЗНАЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ АДАПТАЦІЇ ДО М'ЯЗОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ» ДЛЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАГІСТРІВ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ 014.11 СЕРЕДНЯ ОСВІТА (ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА) ТА 017 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ.....	160
39.	Забіяко Ю. О., Могильний І. М. ПІДВИЩЕННЯ РЕЗЕРВНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ОРГАНІЗМУ СПОРТСМЕНІВ ТА НАСЕЛЕННЯ ЗА ДОПОМОГОЮ ОПТИМАЛЬНИХ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ.....	165
40.	Завидівська Н. Н., Завидівська О. І. СОЦІАЛЬНА ПОТРЕБА У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СТИЛЮ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТІВ.....	168
41.	Задорожна О. Р., Пітин М. П. ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ ЗІ СПОРТИВНИХ ЄДИНОБОРСТВ.....	172
42.	Иванюта Н. В. УПРАВЛЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТЬЮ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.....	175
43.	Іванова Л. І., Омельчук О. В. ФОРМУВАННЯ У ЗАРУБІЖНИХ КРАЇНАХ ТЕОРЕТИЧНИХ ОСНОВ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО РОБОТИ З УЧНЯМИ З ВІДХИЛЕННЯМИ У СТАНІ ЗДОРОВ'Я.....	178
44.	Івченко О. М. ОБҐРУНТУВАННЯ КОНТРОЛЮ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ БАСКЕТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	182
45.	Касіч Н., Бінецький Д. ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ВИХОВАННЯ ЦІЛЕСПРЯМОВАНOSTІ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ У ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧІЙ ДІЯЛЬНОСТІ.....	187
46.	Кириченко О. В., Атаманюк С. І. ДИХАЛЬНА ГІМНАСТИКА, ЯК ВАЖЛИВА СКЛАДОВА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗВО.....	191
47.	Кириченко Т. Г. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ЯК СИСТЕМОУТВОРЮЮЧИЙ ФАКТОР ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ.....	195
48.	Ковальова Ю. А. ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У СЕКЦІЇ ДАРТС ЗІ СТУДЕНТАМИ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	200
49.	Ковальчук Н. М., Деделюк Н. А. РОЗВИТОК ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 014 "СЕРЕДНЯ ОСВІТА (ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА)": З ДОСВІДУ РОБОТИ.....	206
50.	Коваленченко В. Ф., Кузьменко В. Ю. ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПІСЛЯ ОПЕРАТИВНОГО ВТРУЧАННЯ НА ЛЕГЕНІ.....	210
51.	Козицька А. П., Пшенична Л. П. ОРГАНІЗАЦІЙНІ ФОРМИ УПРАВЛІННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ ТА ВПРОВАДЖЕННЯ ЇХ В УМОВАХ ОСВІТИ ТА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ.....	215
52.	Колосовська В. В. СУТНІСТЬ ПРОФЕСІЙНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВИКЛАДАЧІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ.....	218
53.	Корх-Черба О. В., Севастьяненко Л. В. ПРОФІЛАКТИКА ТА КОРЕКЦІЯ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ЗАСОБАМИ ОЗДОРОВЧОЇ СИСТЕМИ ПІЛАТЕСА.....	222
54.	Костюк Ю. С., Хотенцева О. В. ОСОБИСТІСНО-ОРІЄНТОВАНИЙ ПІДХІД ДО НАВЧАННЯ БАСКЕТБОЛУ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	225
55.	Кравченко Т. П., Базилевич Н. О. ОПТИМІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ В ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ КОЛЕКТИВУ.....	228
56.	Кротов Г. В., Кротова О. Д. ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДІВЧАТ 7-10 РОКІВ РІЗНОГО СОМАТОТИПУ.....	232
57.	Кузьміна Л. І. РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ І ПІДВИЩЕННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ УЧНІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ З ВИКОРИСТАННЯМ ІГРОВОГО І ЗМАГАЛЬНОГО МЕТОДІВ.....	236

58.	Лебединець Н. В., Мельниченко О. С. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ДЗЮДО НА КОГНІТИВНИЙ РОЗВИТОК МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ.....	240
59.	Лозовий А. Л., Сергієнко В. М. ПЕРСПЕКТИВИ ВПРОВАДЖЕННЯ В УКРАЇНІ ЄВРОПЕЙСЬКОЇ СИСТЕМИ ВИЗНАННЯ НЕФОРМАЛЬНОЇ ТА ІНФОРМАЛЬНОЇ ОСВІТИ НА ПРИКЛАДІ СПОРТИВНОГО КАРАТЕ.....	244
60.	Мішаровський Р. М., Марущак М. О. ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ ФУТБОЛОМ У ШКОЛІ.....	248
61.	Мішин С. В., Арапов О. В. ІНТЕНСИФІКАЦІЯ РОЗВИТКУ "Я-КОНЦЕПЦІЇ" ЯК УМОВИ ПРОФЕСІЙНОГО САМОВДОСКОНАЛЕННЯ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	251
62.	Маленюк Т. В., Бабаліч В. А. УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ НА ЗАНЯТТЯХ ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ З ВОЛЕЙБОЛУ.....	255
63.	Малечко Т. А., Мордвінова Д. М. ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ УЧНІВ-ПІДЛІТКІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ.....	259
64.	Маринчук В. В., Кривобок Т. П. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ РОЗВИТКУ ВИТРИВАЛОСТІ ТА ФОРМ ЇЇ ПРОЯВУ У СТУДЕНТІВ РІЗНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....	262
65.	Масол В. В., Тимчик М. В. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИХОВАННЯ РІШУЧОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ.....	266
66.	Медведєва І. М., Радзієвський В. П. МЕТОДИКА РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СТУДЕНТІВ МЕДИЧНИХ ЗВО.....	269
67.	Мирошніченко В. О. КРИТЕРІЇ ТА ПОКАЗНИКИ СФОРМОВАНОСТІ ПРОФЕСІЙНО- ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	275
68.	Миценко Є. В. ОЦІНКА РОБОТИ СЕКЦІЙНОГО ВІДДІЛЕННЯ З ФІТНЕСУ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	279
69.	Ніколаєв В. А., Чіжаєв П. І. ЗАСТОСУВАННЯ ЗАСОБІВ ЄДИНОБОРСТВ В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТОК ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	282
70.	Назаренко Л. І., Шпичка Т. О. МЕТОДИКА РОЗВИТКУ СПЕЦІАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ ПРИ ПІДГОТОВЦІ ЖІНОЧОЇ БАСКЕТБОЛЬНОЇ СТУДЕНТСЬКОЇ КОМАНДИ.....	286
71.	Нестеренко Т. М., Слобожанінов А. А., Ківерник О. В. ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ГУМАНІТАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ У СУЧАСНОМУ ОСВІТНЬОМУ ВИМІРІ.....	289
72.	Оленєв Д. Г. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ: ПРОБЛЕМА ТА ШЛЯХИ ВИРІШЕННЯ.....	292
73.	Омельчук О. В., Левицька Л. М. ДІДЖИТАЛІЗАЦІЯ СУСПІЛЬСТВА І ҐАДЖЕТ-ЗАЛЕЖНІСТЬ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ – ПОКОЛІННЯ DIGITAL NATIVES.....	296
74.	Опанасюк Ф. Г., Єловець О. І. ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У СТУДЕНТІВ З НИЗЬКИМ РІВНЕМ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ.....	300
75.	Охромій Г. В., Антоневич Б. Р. СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗВО ТА ІННОВАЦІЙНІ НАПРЯМКИ ЇХ УСУНЕННЯ.....	304
76.	Півень О. П., Горбенко М. І. ОСОБЛИВОСТІ СПОРТИВНОГО ОРІЄНТУВАННЯ ЯК ЗАСОБУ ОЗДОРОВЛЕННЯ ШКОЛЯРІВ.....	307
77.	Підвальна О. В. ДОСЛІДЖЕННЯ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ТА МОТИВАЦІЙНИХ СКЛАДОВИХ ПІД ЧАС НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ У СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	310
78.	Піддячий М. І. КЛЮЧОВІ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ: ОРГАНІЗАЦІЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ.....	315
79.	Пічурін В. В. ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ І ПРОДУКТИВНОСТІ УЯВИ У СТУДЕНТІВ.....	319
80.	Пічурін В. В., Пічурін В. В. ЗМІСТ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «МОСТІ І ТРАНСПОРТНІ ТУНЕЛІ» У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ.....	322
81.	Пасічник В. Р., Мілкіна О. В. РОЗВИТОК ОЛІМПІЙСЬКОГО РУХУ В ПОЛЬЩІ У ДРУГІЙ ПОЛОВИНІ ХХ СТОЛІТТЯ (ПЕДАГОГІЧНИЙ АСПЕКТ).....	326
82.	Петренко Н. ОСОБЛИВІСТЬ ФОРМУВАННЯ ОСНОВНИХ КОМПОНЕНТІВ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ФАХІВЦЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В АГРАРНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ.....	331
83.	Петрица П. М., Осін Н. Б. СУЧАСНІ ЗАСОБИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	334
84.	Поліщук В. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ТУРИСТСЬКО-КРАЄЗНАВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ФІЗИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ УЧНІВ СЕРЕДНЬОЇ ЛАНКИ.....	338
85.	Прима А. В., Миколаєнко А. О. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ НЕМОВЛЯТ З ВРОДЖЕНОЮ КРИВОШЕЄЮ: СУЧАСНІ ПІДХОДИ.....	342
86.	Присяжнюк С. І. ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ ТА ДИХАЛЬНОЇ СИСТЕМ ПІД ВПЛИВОМ ФІЗИЧНОГО НАВАНТАЖЕННЯ ШКОЛЯРІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ.....	345
87.	Проценко К. П., Мерзлікіна О. А. ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ІЗ ЗАХВОРЮВАННЯМИ ДИХАЛЬНОЇ СИСТЕМИ В УМОВАХ СПЕЦІАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ.....	350
88.	Путров С. Ю., Великанова Н. І. СУТНІСТЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ЖІНОК 30-40 РОКІВ, ХВОРИХ НА ПНЕВМОНІЮ НА САНАТОРНОМУ ЕТАПІ: ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ.....	354

89.	Редькіна М. А. ХАРАКТЕРИСТИКА ФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ З НИЗЬКИМ РІВНЕМ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ.....	357
90.	Рибалко Л. М., Йона Т. В. ПРОЄКТУВАННЯ ОСВІТЬНОГО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА НА ЗАСАДАХ ПЕДАГОГІЧНОЇ ЕРГОНОМІКИ.....	361
91.	Римар О. В., Ханікянц О. В. ОЦІНКА СИЛОВИХ ТА ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ СЕРЕДЬНОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	364
92.	Родіонов В. А. СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ.....	371
93.	Савко Э. И., Комарчук Ю. П. ВОССТАНОВЛЕНИЕ ДВИЖЕНИЯ В ПОЗВОНОЧНИКЕ ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗЕ ПОЯСНИЧНОГО ОТДЕЛА.....	376
94.	Сембрат С. В., Мовчан В. П. РЕАЛІЗАЦІЯ ЗАВДАНЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ СПОРТИВНИХ ІГОР В УМОВАХ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЬ.....	381
95.	Сергієнко В. М., Корж С. О. СПОРТ І ПОЛІТИКА СУЧАСНИЙ АСПЕКТ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ.....	384
96.	Сергата Н. С., Кий О. Г. ПІДВИЩЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ СПОРТСМЕНІВ ЗА ДОПОМОГОЮ ВИКОРИСТАННЯ РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ.....	388
97.	Сичов С. О., Сиротинська О. К. ВПРОВАДЖЕННЯ ОСОБИСТІСНО ОРІЄНТОВАНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЦЕС.....	391
98.	Скрипка І. М., Чхайло М. Б. ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ БОРТЬБИ ДЗЮДО В ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ СПЕЦІАЛЬНИХ ШКОЛАХ-ІНТЕРНАТАХ ДЛЯ ДІТЕЙ З ВАДАМИ СЛУХУ.....	394
99.	Скрипченко І. Т. МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ У ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОМУ ТУРИЗМІ: ПРАКТИЧНИЙ ДОСВІД.....	399
100.	Собко С. Г., Собко Н. Г. РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	405
101.	Соломаха А. Е. ПРОФЕСІОНАЛЬНА НАДЕЖНОСТЬ И ПУТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТА.....	409
102.	Сорока В. А., Сорока О. І. СПЕЦІАЛЬНА ТЕХНІЧНА ПІДГОТОВКА ГІМНАСТОК 8-10 РОКІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ.....	412
103.	Сорока В. А., Сорока О. І. ВИЗНАЧЕННЯ ВЕЛИЧИН НАВАНТАЖЕННЯ НА ОПОРНО-РУХОВИЙ АПАРАТ ГІМНАСТОК ПРИ РІЗНИХ ВАРІАНТАХ ПРИЗЕМЛЕННЯ.....	419
104.	Станкевич Л. Г., Земцова І. І. КОРЕКЦІЯ СТАНУ АНТИОКСИДАНТНОЇ СИСТЕМИ СПОРТСМЕНІВ, ЯКІ ТРЕНУЮТЬСЯ НА ВИТРИВАЛІСТЬ.....	422
105.	Стасенко О. А., Сундукова І. В. МЕТОДИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАННЯ ГІМНАСТИЧНИМ ВПРАВАМ УЧНІВ ЗАКЛАДІВ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ.....	428
106.	Стельмахівська В. П., Цимбал В. І. КОМПЛЕКСНА ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ВАГІТНИХ У ІІ ТРИМЕСТРІ В УМОВАХ САНАТОРІУ.....	432
107.	Сущенко Л. П., Ляхова І. М., Винник Т. М. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ДІТЕЙ СЕРЕДЬНОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ХРЕБТА.....	435
108.	Терьохіна О. Л. ВЛИЯНИЕ ДЫХАТЕЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ.....	438
109.	Фабрика Я. М. ЧЕРЛІДІНГ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ.....	441
110.	Хіміч І. Ю. ФОРМУВАННЯ ВНУТРІШНЬОЇ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТА ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗАДЛЯ ПРОТИДІЇ СТРЕСУ.....	444
111.	Хорошуха М. Ф., Хохлов А. В. ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗМІН ФУНКЦІЇ ПАМ'ЯТІ У ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ В ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД СПРЯМОВАНОСТІ ЇХ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ.....	450
112.	Хотієнко С. В. ОЗДОРОВЛЕННЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ ЗАСОБАМИ ПЛАВАННЯ ТА ВОДНОГО СЕРЕДОВИЩА.....	455
113.	Христова Т. С. КОМПЛЕКСНА ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ З ОСТЕОАРТРОЗОМ КОЛІННИХ СУГЛОБІВ.....	459
114.	Черній В. П., Неворова О. В. ОПТИМІЗАЦІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ.....	462
115.	Черновський С. М. АНАЛІЗ СТАНУ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ-ДИЗАЙНЕРІВ У ЗАЛЕЖНОСТІ ВІД БІОЛОГІЧНИХ ФАКТОРІВ ТА СПОСОБУ ЖИТТЯ.....	466
116.	Чупрун Н. ОПТИМІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТОК ЗАСОБАМИ ХОРЕОГРАФІЇ.....	470
117.	Шаповалова В. В., Латенко С. Б. СПОРТ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ ТРАНСПЛАНТАЦІЇ ОРГАНІВ.....	474
118.	Шемрук І. Г., Качур Є. Ю. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ЖІНОК МОЛОДОГО ВІКУ З ВЕРТЕБРОГЕННОЮ ДОРСАЛГІЄЮ НА АМБУЛАТОРНОМУ ЕТАПІ.....	477
119.	Шевченко О. В., Мельнік А. О. ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО ЗАНЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ.....	481
120.	Шинкарьова О. Д., Отравенко О. В. ДОЗВІЛЛЕВО-РЕКРЕАЦІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК СКЛАДОВА ЗДОРОВОГО СТИЛЮ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	484
121.	Шульга М. ОПТИМІЗАЦІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТАРШОКЛАСНИКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЬ ОЗДОРОВЧИМ БІГОМ.....	489

122.	Юр'єв С. О., Пронтенко К. В. ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ПОДОЛАННЯ СМУГИ ПЕРЕШКОД КУРСАНТІВ, ЯКІ СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ У ВІЙСЬКОВОМУ П'ЯТИБОРСТВІ.....	494
123.	Яворський П. В., Пекарська А. Р. КОМПЛЕКСНА ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ЖІНОК 20-30 РОКІВ, ХВОРИХ НА ХРОНІЧНИЙ ОБСТРУКТИВНИЙ БРОНХІТ НА ПОЛІКЛІНІЧНОМУ ЕТАПІ.....	498
124.	Яковлев А. Н., Кузнецова Е. Т. ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ (анализ опыта)	501
125.	Денисова Л.В., Шинкарук О.А. АНАЛІЗ ЗАКОРДОННОГО ДОСВІДУ ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ МАГІСТРІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ КИТАЮ	508

CONTENTS 3K (123) 2020

1.	<i>Berest O. O., Dolgova N. O.</i> PROFESSIONAL PREPARATION FOR INDIVIDUALS IN PHYSICAL CULTURE AND SPORT: FOREIGN EXPERIENCE.....	14
2.	<i>Dutchak Yu., Sushchenko L.</i> PHILOSOPHICAL LEVEL OF QUALITY ASSURANCE FOR PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE SECONDARY EDUCATION MASTERS IN PHYSICAL CULTURE.....	17
3.	<i>Konovalska L.O., Kushniriuk S. G.</i> THE METHODOLOGICAL APPROACHES TO THE PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE TEACHERS OF THE PHYSICAL EDUCATION FOR THE PHYSICAL- HEALING WORK AT HIGH SCHOOL.....	20
4.	<i>Martynova N. P.</i> FEATURES OF POWER TRAINING USE IN THE SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION OF HIGHER EDUCATION RECIPIENTS.....	24
5.	<i>Pryimakov O., Pękala D., Mazurok N., Pryimakova O.</i> WPŁYW DŁUGOTRWALEGO WYSIŁKU FIZYCZNEGO NA ORGANIZM SPORTOWCÓW SPECJALIZUJĄCYCH SIĘ W RÓŻNYCH DYSCYPLINACH SPORTOWYCH I OSÓB NIE ĆWICZĄCYCH.....	27
6.	<i>Zavalniuk O.V., Putrov S. Y.</i> SOCIAL AND PEDAGOGICAL ASPECTS OF THE FORMATION OF THE PERSONALITY IN THE COURSE OF SPORTS ACTIVITY.....	32
7.	<i>Averbakh O., Senkevych V.</i> CONTROL OF STUDENTS' MOTOR READINESS IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION IN THE CONTEXT OF A PERSON-CENTERED APPROACH.....	35
8.	<i>Arefyev V. G., Mikhailova N. D.</i> A METHODOLOGY FOR MODELING EDUCATIONAL DIFFERENTIATION IN PHYSICAL EDUCATION IN A MODERN SCHOOL.....	38
9.	<i>Arkhyrov O. A., Arkhyrov C. O.</i> DEVELOPMENT OF MOTOR QUALITIES OF TENNIS PLAYERS - BEGINNERS IN THE EDUCATIONAL AND TRAINING PROCESSES.....	42
10.	<i>Bezcopylny O. O., Vyala O. M.</i> ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL PECULIARITIES OF THE CASE-METHOD'S USE IN THE FUTURE PHYSICAL CULTURE TEACHERS' PREPARATION TO THEIR HEALTH RESERVATION ACTIVITY IN THE PRIMARY SCHOOL.....	49
11.	<i>Bezkorovayny S.</i> OPTIMIZATION OF MOTOR ACTIVITY OF STUDENTS OF THE HUMANITARIAN PROFILE WITH THE MEANS OF FREE WRESTLING.....	53
12.	<i>Berest O., Korol S.</i> METHODOLOGICAL-THEORETICAL COMPONENT OF RECREATIONAL ACTIVITIES AS AN IMPORTANT CONSTITUENT OF FORMATION OF HEALTHCARE OUTLOOK FOR STUDENTS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTION.....	57
13.	<i>Bondar T. K., Shehimaha V. F.</i> THE DISHARMONY OF THE MUSCULAR DEVELOPMENT OF MUSICIANS AND THE POSSIBILITY OF ITS PREVENTION AND CORRECTION BY MEANS OF AQUA FITNESS	60
14.	<i>Bochkova N., Yarchuk N.</i> PHYSICAL REHABILITATION FOR UROLITHIASIS.....	64
15.	<i>Buleichenko O., Zhuravlev Yu.</i> FORMATION OF A POSITIVE ATTITUDE OF STUDENTS OF PEDAGOGICAL SPECIALTIES TO PHYSICAL EDUCATION, THROUGH THE INTRODUCTION OF MODERN FITNESS PROGRAMS	67
16.	<i>Bur"yanovatyj O.</i> THE DEVELOPMENT OF PSYCHOPHYSIOLOGICAL CAPABILITIES IN MILITARY AND SPORTS ALL-AROUND COMPETITION.....	72
17.	<i>Vilchkovsky E., Zherzherunov A.</i> DEVELOPMENT OF SKI SPORTS IN POLAND IN THE XX – THE BEGINNING OF THE XXI CENTURY (HISTORY AND MODERNITY).....	78
18.	<i>Vdovenko N., Osipenko A.</i> CAUSES OF VIOLATION OF ATHLETICS' BODY COMPOSITION.....	83
19.	<i>Verbitskiy S. O., Matvienko M. I.</i> TOURISM AS A MEANS OF PHYSICAL RECREATION FOR SINGLE-SPORTSMEN, STUDENTS OF AGRARIAN UNIVERSITIES.....	87
20.	<i>Vykhliaiev Yu.</i> PHYSICAL THERAPY OF CHILDREN WITH SPASTIC PARESIS OF OVERHEAD EXTREMITY	91
21.	<i>Vovk I.</i> FORMING OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF AGRARIAN HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENT.....	95
22.	<i>Volkova S., Yatsenko S.</i> USING MYOFASCIAL RELEASE FOR IMPROVING FOOT PERFORMANCE.....	98
23.	<i>Volkova S.</i> PREPARING STUDENTS TO WORK WITH PERSONS OF GERONTOLOGICAL AGE.....	103
24.	<i>Volovyk N. I., Putrov O. Y.</i> THE ESSENCE OF THE PILATES METHOD AS A SYSTEM OF EXERCISE.....	107
25.	<i>Voloshina O. V.</i> ORGANIZATION OF TEST CONTROL ASSESSMENT OF SPORTSMAN STUDENTS IN THE FOREIGN LANGUAGE.....	110
26.	<i>Halai M., Pytomets O.</i> AGE DYNAMICS OF INDICATORS OF PSYCHOPHYSIOLOGICAL DEVELOPMENT OF BOYS 1-4 CLASSES AND THEIR EFFECTS ON THE SUCCESS OF HOW TO MASTER THE BALL.	114
27.	<i>Gasymova M., Gsymov R.</i> FEATURES OF IMPLEMENTATION OF THE DIFFERENTIATED APPROACH IN THE PHYSICAL EDUCATION OF SMG STUDENTS.....	117
28.	<i>Hryban H., Tkachenko P. Krasnov V.</i> THE METHODOLOGY OF THE TRAINING OF THE STUDENTS WITH DIFFERENT INITIAL LEVELS OF PHYSICAL FITNESS IN KETTLEBELL LIFTING.....	120
29.	<i>Hutsul N., Rykhal V.</i> FEATURES OF COMPETITIVE ACTIVITY OF KICKBOXERS AT THE STAGE OF SPECIALIZED BASIC TRAINING.....	125
30.	<i>Danylko V., Trotsenko T.</i> MOTIVATION OF PRIMARY SCHOOL PUPILS FOR DOING PHYSICAL EXERCISES.....	131

31.	<i>Dereka T., Melnyk S.</i> PROFESSIONAL-APPLIED PHYSICAL TRAINING AS AN EFFECTIVE MEANS OF DEVELOPING STUDENTS PSYCHOPHYSICAL READINESS.....	135
32.	<i>Dorohova O., Chornii I.</i> THE RELATIONSHIP OF BODY TYPES WITH THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES OF STUDENTS - TEACHERS.....	139
33.	<i>Dubohai O., Tymoshenko O., Domina Zh., Berezhna T.</i> PROVIDING HEALTH-SAVING PHYSICAL ACTIVITY OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS IN THE CONDITIONS OF THE NEW UKRAINIAN SCHOOL.....	143
34.	<i>Dudorova L., Paryshkura Y.</i> FORMATION OF READINESS OF FUTURE SPECIALISTS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS FOR ACTIVITY IN FITNESS CENTERS.....	146
35.	<i>Yevtushok M., Filatova Z.</i> THE CRITERIA OF COMPETENCE DEVELOPING DETERMINATION OF THE STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUP WITHIN THE PROCESS OF PHYSICAL TRAINING.....	150
36.	<i>Yermolenko M.</i> SCIENTIFIC-METHODOLOGICAL ASPECTS OF FORMATION OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS EDUCATIONAL ACTIVITIES SELF-MONITORING AND ASSESSMENT DURING PHYSICAL EDUCATION CLASSES.....	154
37.	<i>Yermolenko A.</i> THEORETICAL AND METHODICAL ASPECTS OF FORMATION OF PROFESSIONAL AND SPECIALIZED COMPETENCES IN THE PROCESS OF TRAINING OF FUTURE SPECIALISTS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT.....	157
38.	<i>Zhydenko A.</i> IMPORTANCE OF TEACHING COURSE "PHYSIOLOGICAL BASICS OF ADAPTATION TO MUSCULAR ACTIVITY" FOR PROFESSIONAL PREPARATION OF MASTERS OF SPECIALTIES 014.11 SECONDARY EDUCATION (PHYSICAL CULTURE) AND 017 PHYSICAL CULTURE AND SPORT.....	160
39.	<i>Zabiyako Y., Mogidlny I.</i> IMPROVE THE CAPACITY OF THE BODY OF ATHLETES AND THE POPULATION THROUGH OPTIMAL PHYSICAL ACTIVITY.....	165
40.	<i>Zavydivska N., Zavydivska O.</i> SOCIAL NEED OF FORMATION THE HEALTH-PRESRVING STYLE OF BEHAVIOR OF STUDENTS.....	168
41.	<i>Zadorozhna O. R., Pityn M.P.</i> TACTICAL TRAINING IN THE PREPARATION PROCESS OF FUTURE COACHES IN MARTIAL ARTS.....	172
42.	<i>Ivanyuta N.</i> MANAGEMENT OF STUDENTS' PHYSICAL ACTIVITY IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION.....	175
43.	<i>Ivanova L., Omelchuk O.</i> THE FORMATION OF THE THEORETICAL FOUNDATIONS OF PROFESSIONAL TRAINING OF THE FUTURE TEACHERS OF PHYSICAL CULTURE FOR WORKING WITH STUDENTS WITH HEALTH PROBLEMS IN FOREIGN COUNTRIES.....	178
44.	<i>Ivchenko O.M.</i> THE GROUNDING FOR MONITORING THE COMPETITIVE ACTIVITY OF BASKETBALL PLAYERS AT THE STAGE OF PRELIMINARY BASIC TRAINING.....	182
45.	<i>Kasich N., Binetskyi D.,</i> COMPARATIVE ANALYSIS OF THE RESULTS OF THE STUDY OF THE EDUCATION OF THE PURPOSEFULNESS OF THE OLDER ADOLESCENTS IN THE FITNESS AND HEALTH ACTIVITY.....	187
46.	<i>Kirichenko E., Atamanyuk S.</i> RESPIRATORY GYMNASTICS AS AN IMPORTANT COMPONENT OF THE PHYSICAL EDUCATION OF UNIVERSITY STUDENTS.....	191
47.	<i>Kirichenko T.</i> PHYSICAL EDUCATION AS A SYSTEM-FORMING FACTOR FOR FORMING A HEALTHY LIFESTYLE IN A STUDENT ENVIRONMENT.....	195
48.	<i>Kovaleva J.</i> FEATURES CONDUCTION OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES IN THE DARTS SECTION WITH STUDENTS OF A SPECIAL MEDICAL GROUP IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS.....	200
49.	<i>Kovalchuk N., Dedeliuk N.</i> CREATIVE ABILITIES DEVELOPMENT OF STUDENTS OF SPECIALTY 014 "SECONDARY EDUCATION (PHYSICAL EDUCATION) ": BASED ON WORK EXPERIENCE.....	206
50.	<i>Kovalenchenko V., Kuzmenko V.</i> THE USE OF PHYSICAL REHABILITATION AFTER SURGERY ON THE LUNGS.....	210
51.	<i>Kozytska A., Pshenychna L.</i> ORGANIZATIONAL FORMS OF MANAGEMENT OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS OF SMG AND THEIR INTRODUCTION IN THE CONDITIONS OF EDUCATION AND LIFE ACTIVITY OF FUTURE TEACHERS.....	215
52.	<i>Kolosovska V.</i> THE ESSENCE OF PROFESSIONAL AND PEDAGOGICAL COMPETENCE OF TEACHERS OF PHYSICAL EDUCATION OF A HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTI.....	218
53.	<i>Korkh-Cherba O., Sevast'yanenko L.</i> PREVENTION AND CORRECTION OF POSTURE OF STUDENTS OF PEDAGOGICAL SPECIALTIES BY MEANS OF PILATES WELLNESS SYSTEM.....	222
54.	<i>Kostiuk Yu., Khotentseva O.</i> PERSON-ORIENTED APPROACH TO BASKETBALL TEACHING OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS.....	225
55.	<i>Kravchenko T., Bazylevych N.</i> OPTIMIZATION OF PHYSICAL TRAINING OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS IN THE PROCESS OF TEAM FORMATION.....	228
56.	<i>Krotov H. V., Krotova O. D.</i> DYNAMICS OF PHYSICAL HEALTH INDICATORS OF GIRLS AGED 7-10 WITH DIFFERENT SOMATOTYPES.....	232
57.	<i>Kuzmina L.</i> THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES AND THE INCREASING MOTOR ACTIVITY OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS USING GAME AND COMPETITIVE METHODS.....	236
58.	<i>Lebedynets N., Melnychenko O.</i> IMPACT OF JUDO CLASSES ON THE COGNITIVE DEVELOPMENT OF YOUNG STUDENTS.....	240
59.	<i>Lozovyy A., Sergienko V.</i> PROSPECTS FOR IMPLEMENTATION OF THE EUROPEAN SYSTEM OF RECOGNITION OF NON-FORMAL AND INFORMAL EDUCATION IN UKRAINE ON THE EXAMPLE OF SPORTS KARATE.....	244

60.	<i>Misharovsky R., Marushchak M.</i> FEATURES OF THE METHODOLOGY OF PHYSICAL TRAINING OF YOUNGER STUDENTS DURING FOOTBALL AT SCHOOL.....	248
61.	<i>Mishin S., Arapov O.</i> INTENSIFICATION OF THE DEVELOPMENT OF THE "I-CONCEPT" AS A CONDITION FOR PROFESSIONAL SELF-IMPROVEMENT OF THE FUTURE SPECIALIST IN PHYSICAL EDUCATION.....	251
62.	<i>Maleniuk T., Babalich V.</i> IMPROVEMENT OF TECHNICAL TRAINING OF STUDENTS IN THE FIELD OF IMPROVING THE SKILLS OF VOLLEYBALL.....	255
63.	<i>Malechko T., Mordvinova D.</i> INDIVIDUAL-TYOLOGICAL FEATURES OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF ADOLESCENT STUDENTS OF THE SPECIAL MEDICAL GROUP.....	259
64.	<i>Marinchuk V., Krivobok T.</i> THEORETICAL AND METHODOLOGICAL FOUNDATIONS OF THE DEVELOPMENT OF ENDURANCE AND FORMS OF ITS MANIFESTATION IN STUDENTS OF VARIOUS SPECIALTIES.....	262
65.	<i>Masol V., Tymchuk N.</i> THEORETICAL ASPECTS OF THE DEVELOPMENT OF HIGH SCHOOL STUDENTS' RESOLVE IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION.....	266
66.	<i>Medvedeva I. M., Radzijevisky V. P.</i> METHODS OF DEVELOPMENT OF PHYSICAL WORKING STUDENTS OF MEDICAL HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS.....	269
67.	<i>Myroshnichenko V. O.</i> CRITERIA AND INDICATORS OF THE FORMATION OF PROFESSIONALLY APPLIED PHYSICAL FITNESS OF STUDENTS OF AGRICULTURAL HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS.....	275
68.	<i>Mytsenko Y.</i> EVALUATION OF THE WORK OF THE SECTION ON FITNESS IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS.....	279
69.	<i>Nikolaiev V., Chizhaev P.</i> APPLICATION OF COMBAT MEANS IN THE SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION OF HIGHER EDUCATION STUDENTS.....	282
70.	<i>Nazarenko L., Shpychka T.</i> METHODS OF DEVELOPMENT OF SPECIAL ENDURANCE IN PREPARATION OF WOMEN'S BASKETBALL STUDENT TEAM.....	286
71.	<i>Nesterenko T. M., Slobozhaninov A. A., Kivernyk O. V.</i> HEALTH OF THE STUDENTS OF HUMANITARIAN SPECIALTIES IN THE MODERN EDUCATIONAL DIMENSION.....	289
72.	<i>Oleniev D.</i> PHYSICAL FITNESS OF THE STUDENT YOUTH: THE PROBLEM AND SOLUTION.....	292
73.	<i>Omelchuk O. V., Levitska L. M.</i> DIGITALIZATION OF SOCIETY AND GADGET ADDICTION OF THE MODERN YOUNG GENERATION OF DIGITAL NATIVES.....	296
74.	<i>Opanasyuk F., Elovetz A.</i> PECULIARITIES OF PHYSICAL QUALITY DEVELOPMENT IN STUDENTS WITH LOW LEVEL OF PHYSICAL PREPARATION.....	300
75.	<i>Ohromiy G., Antonevych B.</i> MODERN PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION OF UNIVERSITY STUDENTS AND INNOVATIVE DIRECTIONS FOR THEIR ELIMINATION	304
76.	<i>Piven A., Gorbenko N.</i> FEATURES OF ORIENTEERING AS A MEANS OF IMPROVING SCHOOLCHILDREN.....	307
77.	<i>Pidvalna O.</i> THE STUDY OF THE PHYSICAL STATE AND MOTIVATIONAL COMPONENTS DURING THE EDUCATIONAL PROCESS OF STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUPS IN UNIVERSITIES.....	310
78.	<i>Piddiachyi M.</i> KEY COMPETENCE OF THE HIGH SCHOOL STUDENTS: ORGANIZATION OF A HEALTHY LIFESTYLE.....	315
79.	<i>Pichurin V.</i> FEATURES OF INTERCONNECTION OF PHYSICAL PREPAREDNESS AND PRODUCTIVITY OF IMAGINATION AMONG STUDENTS.....	319
80.	<i>Pichurin V., Pichurin V.</i> THE CONTENT OF PSYCHOPHYSICAL TRAINING OF STUDENTS OF THE SPECIALTY "BRIDGES AND TRANSPORT TUNNELS" IN PHYSICAL EDUCATION.....	322
81.	<i>Pasichnik V., Milkina O.</i> THE DEVELOPMENT OF THE OLYMPIC MOVEMENT IN SECOND HALF OF THE 20 TH CENTURY (PEDAGOGICAL ASPECT).....	326
82.	<i>Petrenko N.</i> FEATURES OF THE FORMATION OF THE BASIC COMPONENTS OF PROFESSIONAL COMPETENCE OF THE PHYSICAL EDUCATION SPECIALIST AT AN AGRARIAN UNIVERSITY.....	331
83.	<i>Petrytsa P., Osip N.</i> MODERN MEANS OF PHYSICAL EDUCATION OF HIGHER EDUCATION INSTITUTION STUDENTS.....	334
84.	<i>Polishchuk V.</i> MODERN APPROACHES TO THE USE OF TOURIST-LOCAL ACTIVITIES IN PHYSICAL TRAINING OF PUPILS.....	338
85.	<i>Prima A., Mykolaenko A.</i> PHYSICAL THERAPY IS NOT POSSIBLE WITH CONGENITAL TORTICOLLIS: CURRENT APPROACHES.....	342
86.	<i>Prysiashniuk S.</i> DYNAMICS OF INDICATORS OF CARDIOVASCULAR AND RESPIRATORY SYSTEMS UNDER THE INFLUENCE OF PHYSICAL ACTIVITY OF STUDENTS OF SECONDARY SCHOOL.....	345
87.	<i>Protsenko K. P., Merzlikina O. A.</i> FEATURES OF PHYSICAL THERAPY OF CHILDREN OF PRESCHOOL AGE WITH DISEASES OF THE RESPIRATORY SYSTEM IN THE CONDITIONS OF A SPECIAL INSTITUTION.....	350
88.	<i>Putrov S. Yu., Velikanova N. I.</i> THE ESSENCE OF PHYSICAL THERAPY OF WOMEN 30-40 YEARS OLD WITH PNEUMONIA AT THE SANATORIUM STAGE: PROBLEMS AND PERSPECTIVES.....	354
89.	<i>Redkina M.</i> PHYSICAL STATE CHARACTERISTICS AT THE STUDENTS OF PEDAGOGICAL SPECIALTIES WITH LOW MOTOR ACTIVITY LEVEL.....	357
90.	<i>Rybalko L., Yopa T.</i> DESIGN OF AN EDUCATIONAL HEALTH CONSERVATION BASED ON PEDAGOGICAL ERGONOMICS.....	361
91.	<i>Rymar O., Khanikiants O.</i> THE EVALUATION OF POWER AND SPEED POWER QUALITIES OF MIDDLE SCHOOL.....	364

AGE PUPILS.....		
92.	<i>Rodionov V.</i> MODERN PROBLEMS AND PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF HUMAN HEALTH.....	371
93.	<i>Savko E., Komarchuk J.</i> RENEWAL OF MOTION IS IN A SPINE, AT THE OSTEOCHONDROSIS OF LUMBAR DEPARTMENT.....	376
94.	<i>Sembrat C., Movchan V.</i> REALIZATION OF THE PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS BY MEANS OF SPORTS GAMES IN CONDITIONS OF SECTIONAL OCCUPATIONS.....	381
95.	<i>Serhiienko V., Korzh S.</i> SPORT AND POLITICS ARE THE MODERN ASPECTS OF INTERCONNECTIVITY.....	384
96.	<i>Serhata N., Kyi O.</i> IMPROVING THE ATHLETES' FUNCTIONAL CAPABILITIES WITH THE HELP OF A BALANCED DIET.....	388
97.	<i>Sychov S. A., Syrotynska O. K.</i> INTRODUCTION PERSONALLY ORIENTED PHYSICAL EDUCATION OF STUDENT YOUTH INTO THE EDUCATIONAL PROCESS.....	391
98.	<i>Skripka I. N., Chkhaylo N. B.</i> PECULIARITIES OF JUDO CONTROL IN SPECIALIZED BOARDING SCHOOLS FOR HEARING IMPAIRED CHILDREN.....	394
99.	<i>Skrypchenko I.</i> INNOVATIONS IN THE PRACTICAL COMPONENT OF PREPARING FUTURE SPECIALISTS FOR PROFESSIONAL ACTIVITIES IN CHILDREN'S-YOUTH TOURISM: PRACTICAL EXPERIENCE.....	399
100.	<i>Sobko S. G., Sobko N. G.</i> DEVELOPMENT OF COORDINATION MOTOR ABILITIES OF YOUNG FOOTBALL PLAYERS AT THE STAGE OF BASIC TRAINING.....	405
101.	<i>Solomakha A.</i> PROFESSIONAL RELIABILITY AND WAYS OF SPECIALIST PHYSICAL TRAINING.....	409
102.	<i>Soroka V., Soroka E.</i> SPECIAL TECHNICAL PREPARATION OF 8-10 YEARS GYMNASTICS AT THE PRE-BASIC PREPARATION STAGE.....	412
103.	<i>Soroka V., Soroka E.</i> DETERMINATION OF THE LOAD VALUE OF EXERCISE AND MOTOR GYMNASTOCK WITH DIFFERENT LANDING OPTIONS.....	419
104.	<i>Stankevych L., Zemtsova I.</i> CORRECTION OF THE ANTIOXIDANT SYSTEM OF ENDURANCE ATHLETES.....	422
105.	<i>Stasenko O., Sundukova I.</i> METHODOLOGICAL PECULIARITIES OF TEACHING GYMNASTIC EXERCISES TO SECONDARY SCHOOL STUDENTS.....	428
106.	<i>Stelmakhivska V. P., Tsybmal V. I.</i> COMPLEX PHYSICAL THERAPY OF PREGNANT WOMEN IN THE SECOND TRIMESTER UNDER SANATORIUM CONDITIONS.....	432
107.	<i>Sushchenko L., Lyahova I., Vinnik T.</i> MODERN APPROACHES TO PHYSICAL THERAPY OF CHILDREN OF SECONDARY SCHOOL AGE WITH IMPAIRED FUNCTIONAL CONDITION OF THE SPINE.....	435
108.	<i>Terokhina O.</i> INFLUENCE OF RESPIRATORY EXERCISES ON THE FUNCTIONAL STATE OF STUDENTS OF THE SPECIAL MEDICAL GROUP WITH RESPIRATORY DISEASES.....	438
109.	<i>Fabryka Y. M.</i> CHEERLEADING IN THE SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS.....	441
110.	<i>Khimich I.</i> FORMATION OF STUDENTS INTERNALLY MOTIVATION USING PHYSICAL EDUCATION AT DEALING WITH STRESS.....	444
111.	<i>Khoroshukha M., Khochlov A.</i> GENDER PECULIARITIES OF CHANGES IN MEMORY FUNCTIONS IN YOUNG ATHLETES DEPENDING ON A DIRECTIONALITY OF THEIR TRAINING PROCESS.....	450
112.	<i>Khotienko S.</i> RECOVERY AND REHABILITATION OF CHILDREN BY SWIMMING AND AQUATIC METHODS.....	455
113.	<i>Khrystova T.</i> COMPREHENSIVE PHYSICAL THERAPY OF MATURE WOMEN WITH OSTEOARTHRISIS OF THE KNEE JOINTS.....	459
114.	<i>Chernii V., Nievorova O.</i> OPTIMIZATION OF PHYSICAL ACTIVITY OF ELEMENTARY SCHOOL PUPILS.....	462
115.	<i>Chernovskyi S.</i> THE ANALYSIS OF DESIGN STUDENTS HEALTH DEPENDENCE ON BIOLOGICAL FACTORS AND MODE OF LIFE.....	466
116.	<i>Chuprun N.</i> MODERNIZATION OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS BY MEANS OF CHOREOGRAPHY.....	470
117.	<i>Shapovalova V., Latenko S.</i> "SPORTS AS A METHOD OF PHYSICAL REHABILITATION OF PATIENTS AFTER ORGAN'S TRANSPLANTATION".....	474
118.	<i>Shamruk I. G., Kachur E. Yu.</i> CURRENT APPROACHES TO PHYSICAL THERAPY OF YOUNG WOMEN WITH VERTEBROGENIC DORSALGIA AT THE OUTPATIENT STAGE.....	477
119.	<i>Shevchenko O., Melnik A.</i> INCREASING MOTIVATION-VALUE ATTITUDE OF YOUNGER PUPILS WITH THE MEANS OF PHYSICAL CULTURE.....	481
120.	<i>Shynkarova O., Otravenko O.</i> LEISURE AND RECREATIONAL ACTIVITIES AS A COMPONENT OF STUDENT YOUTH'S HEALTHY LIFESTYLE.....	484
121.	<i>Shulga N.</i> OPTIMIZATION OF MOTOR ACTIVITY OF SENIOR PUPILS IN THE PROCESS OF TRAINING JOGGING.....	489
122.	<i>Yuriev S., Prontenko K.</i> FEATURES OF THE TRAINING METHODOLOGY FOR OVERCOMING THE OBSTACLE COURSE OF CADETS SPECIALIZING IN MILITARY PENTATHLON.....	494
123.	<i>Yavorsky P. V., Pekarska A. R.</i> COMPLEX PHYSICAL THERAPY OF WOMEN 20-30 YEARS OLD WITH CHRONIC OBSTRUCTIVE BRONCHITIS AT THE POLYCLINIC STAGE.....	498
124.	<i>Yakovlev A., Kuznietsova O.</i> FORMATION OF STUDENTS' HEALTH CULTURE AND HEALTHY WAY OF LIFE IN THE REPUBLIC OF BELARUS (EXPERIENCE ANALYSIS).....	501
125.	<i>Denysova L., Shynkaruk O.</i> ANALYSIS OF FOREIGN EXPERIENCE OF PROFESSIONAL TRAINING OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS MASTERS IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS OF CHINA.....	508

8. Trevell i Simons. Miofastsialnyie boli i disfunktsii / Trevell i Simons. – Moskva: Meditsina, 2005. – Tom 2. – 656 s.
9. Ferguyson L. U. Lechenie miofastsialnoy boli. Klinicheskoe rukovodstvo / L.U.Ferguyson, R.Gervin. – Moskva: MEDpress-inform, 2008. – 544 s.
10. Fridland M. K metodike ortopedicheskogo issledovaniya stopyi / M.O. Fridland // Vestnik hirurgi / M.O. Fridland., 1926. – S. 17–22.
11. Yanda V. Funktsionalnaya diagnostika myishts / V. Yanda.– Moskva, Eksmo, 2010. – 352 s.

УДК 378.011.3 – 057.87:364–787–053.9 (045)

**Волкова Світлана Степанівна,
кандидат педагогічних наук, професор, комунальний заклад вищої освіти «Хортицька національна
навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради, м. Запоріжжя**

ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ ДО РОБОТИ З ОСОБАМИ ГЕРОНТОЛОГІЧНОГО ВІКУ

Геронтологічний вік змінює статус людини в усіх аспектах. Він впливає на стан його в сім'ї, в сферах роботи, соціальної і економічної.

У статті показано збільшення числа людей геронтологічного віку з 14% (1994 р.) до 21% (2025р.).

Обґрунтовано необхідність підготовки кадрів для роботи з особами геронтологічного віку, включення в навчальний план спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія» дисципліни геронтологія та геріатрія.

У статті дана програма навчальної дисципліни яка включає теми: варіанти старіння; старіння і харчування; старіння і фізична активність; психічні та соціальні особливості старіння; цивілізація і вік; характеристика поняття геріатрія; захворювання серцево-судинної і дихальної систем; характеристика зміни кістково-м'язової системи; характеристика метаболізму і гормональних змін людину похилого віку; характеристика змін сенсорної системи; старість і сексуальність.

Розкрито завдання для практичної роботи, яка відповідає тематиці лекції.

У статті акцентується увага на збереження здоров'я геронтологічного віку, яка вимагає від людини знань, мотивації дій, постійного прояву вольових зусиль, переконань, що старість не можна уникнути, але можна зменшити біологічний вік.

Ключові слова: геронтологія, геріатрія, вік, програма, студент, демографія, фактор.

Волкова С. С. Подготовка студентов к работе с особами геронтологического возраста.

Геронтологический возраст меняет статус человека во всех аспектах. Он влияет на положение его в семье, в сферах работы, социальной и экономической.

В статье показано увеличение числа людей геронтологического возраста с 14% (1994г.) до 21% (2025г.).

Обоснована необходимость подготовки кадров для работы с лицами геронтологического возраста, включении в учебный план специальности 227 Физическая терапия, эрготерапия дисциплины геронтология и гериатрия.

В статье дана программа учебной дисциплины которая включает темы: варианты старения; старение и питание; старение и физическая активность; психические и социальные особенности старения; цивилизация и возраст; характеристика понятия гериатрия; заболевания сердечно-сосудистой и дыхательной систем; характеристика изменения костно-мышечной системы; характеристика метаболизма и гормональных изменений стареющего человека; характеристика изменений сенсорной системы; старость и сексуальность.

Раскрыты задания для практической работы, которая соответствует тематике лекции.

В статье акцентируется внимание на сохранение здоровья геронтологического возраста, которая требует от человека знаний, мотивации действий, постоянного проявления волевых усилий, убеждений, что старость нельзя избежать, но можно уменьшить биологический возраст.

Ключевые слова: геронтология, гериатрия, возраст, программа, студент, демография, фактор.

Volkova Svitlana. Preparing students to work with persons of gerontological age. Gerontological age changes the status of a person in all aspects. It affects his position in the family, work, social and economic areas.

The article shows an increase in the number of people of gerontological age from 14% (1994) to 21% (2025).

It has been substantiated the necessity of training personnel to work with people of gerontological age, the inclusion in the curriculum of specialty 227 "Physical therapy, ergotherapy" of the discipline gerontology and geriatrics.

The article provides a program of academic discipline that includes topics: aging options; aging and nutrition; aging and physical activity; mental and social characteristics of aging; civilization and age; characteristic of the concept of geriatrics; diseases of the cardiovascular and respiratory systems; characteristic changes in the musculoskeletal system; characteristics of the metabolism and hormonal changes of an aging person; characteristic changes in the sensory system; old age and sexuality.

It have been disclosed the tasks for practical work, which corresponds to the subject of the lecture.

The article focuses on maintaining the health of the gerontological age, which requires a person to have knowledge, motivation, constant manifestation of strong-willed efforts, beliefs that old age cannot be avoided, but biological age can be reduced.

Key words: gerontology, geriatrics, age, program, student, demography, factor.

Актуальність. Численність осіб старшого віку за останні роки зросла за даними ООН в п'ять разів. В структурі населення України кожний п'ятий житель досяг 60-річного віку. Число осіб 65 років і старше складало у 1994 році 14%, у 2025 році збільшиться до 21% [1; 5; 9].

Друга Всесвітня асамблея з проблем старіння (Мадрид, 2002) [3] зазначила, що «Потенціал похилих людей є потужною основою для майбутнього розвитку. Це дозволяє суспільству ширше використовувати навик, досвід та життєву мудрість похилих людей, щоб вони не лише грали провідну роль в покращенні свого становища, проте й брали участь в покращенні життя всього суспільства [3]. Це можливо реалізувати лише при наявності здоров'я і достатнього рівня працездатності.

М. М. Амосов визначав «Здоров'я – це «резервні потужності» клітин, органів, цілого організму» і далі «резерви запрограмовані в генах, але дуже хитро: вони існують, поки вправляються, і тануть без вправ» [1] Омолодження у розумінні М. М. Амосова – це підвищення дієздатності старого, дозволяючи «назад» його біологічний вік.

Збереження здоров'я і продовження активного життя є на думку багатьох науковців, сучасною проблемою. вирішення яких, потребує від людини знань, переконань, мотивації і активних дій, постійної прояви вольових зусиль. [1; 2; 5; 7; 9]

Геронтологія – наука про старіння. Геріатрія – наука, вивчаюча захворювання осіб геронтологічного віку (60 років і старше)

В навчальному плані спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія включена дисципліна «Геронтологія та геріатрія» (90 годин, 3 кредити). Завдання якої сформувані в студентів переконання, що старість не можна уникнути, але можливо зменшити біологічний вік, значно відсунути початок старіння.

Мета статті – обґрунтувати необхідність включення дисципліни «Геронтологія та геріатрія» в навчальний план спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія.

Включення предмета «Геронтологія та геріатрія» обумовлено демографічними, антропологічними, економічними, соціально-політичними факторами. Демографічний фактор пов'язан з зростанням частки громадян старших вікових груп в усіх країнах світу. За переписом населення у 2002 році чисельність громадян старше працездатного віку склала 21%. У 1979 році і 1989 році частка громадян старше працездатного віку склала відповідно 16,3% і 18,5%. Тенденція старіння населення в світі збережеться і надалі [4; 8].

Кононігіна Г. М. характеризує антропологічний фактор як системну теорію особистості, живу органічну систему, наділену тілом, душею і психікою, у якій співіснує синтез трьох начал: матеріального, ідеального і духовного. Образ людини похилого віку «вимагає самосприйняття, визначення самою особистістю її місця в соціумі і відображення власної значущості, неповторності»[5].

Соціально-політичний фактор. У зв'язку з динамікою і темпами життя, переглядаються традиційні уявлення про розподіл повноважень між громадянським суспільством та державою. До виконання цього завдання не готові більшість літніх людей. Процеси становлення й розвитку демократії вимагають наявності соціальних партнерів: держави, активної участі громадян у суспільно-політичних процесах. Головною умовою активності може бути соціально-політична компетентність і розвиток або відновлення здібностей для відповідального прийняття соціально-політичних рішень.

Люди похилого віку, як найактивніші виборці, відіграють значну роль у розбудові держави. Зважаючи на відсутність системи політичної освіти, вони стають у період виборів або об'єктом маніпуляції, або визначають свої політичні вподобання, пов'язані з комуністичним минулим, вступаючи в конфронтацію з представниками молодих поколінь.

Економічний фактор. У передпенсійний і пенсійний періоди багато осіб похилого віку не готових діяти у виробничій сфері є неконкурентоспроможними. Нові ж види соціальної діяльності – по догляду за собою, членами сім'ї, вихованню онуків, які мають, у тому числі й економічну складову, потребує здоров'я та підготовленості.

Старіння населення країни значно підвищує навантаження за утриманням літніх людей на державний бюджет, економічно активне населення. Водночас вихід на пенсію супроводжується значним зменшенням доходів людей похилого віку, їх матеріальних можливостей.

Геронтологія сприяє частковому зняттю економічних проблем шляхом самостійного вирішення питань із самообслуговування, допомоги близьким, дає шанс бути конкурентоспроможним на ринку праці. Тут необхідно допомогти людям похилого віку освоїти нові технології, сприяти їх участі у формуванні ринкових структур, у тому числі сімейному бізнесі, розвивати економічне мислення.

Дисципліна «Геронтологія та геріатрія» викладається бакалаврам спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія викладається в обсязі 90 годин.

Мета навчальної дисципліни: надати студентам достатній об'єм практичних і теоретичних знань про будову та фізіологію організму осіб похилого віку, а також повідомити дані про найбільш поширені хвороби організму даного контингенту осіб.

Завдання навчальної дисципліни: надати необхідні знання з геронтології та геріатрії; надати необхідні знання про вікові особливості структур і функцій систем організму осіб похилого та старшого віку; етіопатогенетичні фактори найбільш розповсюджених станів і хвороб.

Студенти повинні знати: поняття про низхідну частину людського онтогенезу; визначення термінів «геронтологія» та «геріатрія»; поняття про здорове старіння; психологічні особливості старіючої особи; особливості вищої нервової діяльності людей похилого та старшого віку, стани з цим пов'язані; атрофічні зміни епітелію дихальних шляхів; особливості клініки захворювань легень у похилому віці; фізіологічні зміни у осіб похилого віку, які відбуваються у шлунково-кишковому тракті; стан опорно-рухового апарату та пов'язані з ним вади.

Студенти повинні уміти: формувати у пацієнтів мотивацію до активного довголіття та здорового способу життя; визначати рівень фізичної підготовки осіб похилого віку; оцінювати рівень функціональних можливостей осіб похилого віку найпростішими функціональними пробами.

Навчальна програма включає теми:

Тема 1. Геронтологія – наука про старіння людини. Поняття «Геронтологія». Статистика старіння. Гіпотези старіння: розхід енергії, накоплення «перешкод», локалізація «перешкод» на молекулярному рівні, порушення в імунній системі, старіння в регуляторах систем, ген «старіння», порушення регуляції діяльності клітин.

Тема 2. Варіанти старіння. Біологічна програма старіння. Психічна програма старіння. соціальна програма старіння.

Тема 3. Старіння та харчування. Обмеження вуглеводів, жирів. Роль вітамінів та мінеральних речовин. Рекомендації довгожителів за харчуванням.

Тема 4. Старіння та фізична активність. Регуляція стресових систем. Вплив фізичного навантаження та старіючий організм. Старість як вершина життя.

Тема 5. Психічні та соціальні особливості старіння. Погляд на феномен «старості» та «смерті». Релігійні системи відношення до смерті. Евтаназія. Психологічні типи старіння. Соціальний статус старіючої людини.

Тема 6. Цивілізація та вік. Вплив науково технічного процесу на старість. Старість і професійна діяльність. Тривалість життя, як феномен цивілізації.

Тема 7. Характеристика поняття «Геріатрія». Характеристика хвороб старості. Вікові зміни систем організму. Вплив способу життя на старіючий організм.

Тема 8. Захворювання серцево-судинної та дихальної систем. Ступінь зміни судин та серця у людей похилого віку. Артеріальний тиск його характеристика. Життєва ємність легень. Ступінь зміни дихальної системи. Засоби фізичної терапії які покращують стан серцево-судинної та дихальної системи. Народні засоби для покращення серцево-судинної та дихальної систем.

Тема 9. Характеристика змін кістково-м'язової системи. Характеристика змін постави, шкіри, еластичності тканин. Вікові зміни постави. Захворювання кісткової тканини. Характеристика міозитів, радикулітів та інших вікових порушень. Роль рухової активності в реабілітації порушень кістково-м'язової системи. Народні засоби для покращення кістково-м'язової системи.

Тема 10. Характеристика метаболізму та гормональних змін старіючої людини. Швидкість метаболізму осіб різного віку. Особливості метаболізму. Характеристика зміни маси тіла з віком. Вікові хвороби пов'язані зі зміною метаболізму: цукровий діабет, ожиріння, аномальне схуднення. Функції гіпофізу, щитоподібна залози, паращитоподібна залози, кори надниркових залоз, інсулінового апарату. Характеристика порушень діяльності ендокринного апарату.

Тема 11. Характеристика змін сенсорної системи. Відхилення в діяльності органів: зору, слуху, смакових, тактильних, нюхових відчуттів. Характеристика відхилень.

Тема 12. Старість і сексуальність. Характеристика жіночого клімаксу. Характеристика чоловічого клімаксу. Пов'язані з ними відхилення стану здоров'я. Представлення суспільства про сексуальні потреби похилих людей.

Тематика для практичних занять студента включає завдання з кожної теми.

Геронтологія – наука про старіння людини. Завдання: проаналізувати особливості довголіття в різних країнах світу; повторити гіпотези старіння; проаналізувати використання енергії особою похилого віку.

Варіанти старіння. Завдання: Проаналізувати біологічну програму старіння; написати індивідуальну програму старіння; проаналізувати соціальну програму допомоги похилим людям на прикладі Запорізької області.

Старіння та харчування. Завдання: скласти потребу особи похилого віку в мінеральних речовинах та вітамінах; проаналізувати денний раціон харчування особи похилого віку (бажаний); значення води для особи похилого віку.

Старіння та фізична активність. Завдання: скласти комплекс вправ для осіб старше 60 років; обґрунтувати старість, як вершину життя; проаналізувати досягнення на Олімпійських іграх ветеранів.

Психічні та соціальні особливості старіння. Завдання: провести диспут на тему: Ваше ставлення до евтаназії; проаналізувати психологічні типи старіння; навести приклади соціального статусу старіючої людини.

Цивілізація та вік. Завдання: проаналізувати фактори прискорючі старіння; розкрити поняття «Тривалість життя, як феномен цивілізації»; навести приклади професійного довголіття.

Характеристика поняття «Геріатрія» Завдання: прокоментувати характеристику хвороб старості; проаналізувати вплив способу життя на старіючий організм.

Захворювання серцево-судинної та дихальної систем. Завдання: провести дослідження п'яти осіб похилого віку за тестом «Загроза інфаркту міокарда» і проаналізувати отриманий результат; зазначити ступені змін дихальної системи; охарактеризувати життєву ємність легень осіб похилого віку; повторити характеристику артеріального тиску.

Характеристика змін кістково-м'язової системи. Завдання: прокоментувати зміни постави осіб похилого віку; скласти комплекс фізичних вправ для профілактики переломів шийки стегна; проаналізувати захворювання кісткової системи; навести приклади використання народних засобів для покращення кістково-м'язової системи.

Характеристика метаболізму та гормональних змін старіючої людини. Завдання: засоби та методи профілактики хвороб гормональної системи; дати характеристику порушень діяльності ендокринного апарату; проаналізувати особливості метаболізму осіб похилого віку.

Характеристика змін сенсорної системи. Завдання: дати характеристику відхилень сенсорної системи осіб похилого віку; дати характеристику змін органів зору осіб похилого віку; дати характеристику змін органів слуху осіб похилого віку.

Тематика занять для самостійної роботи студента включає завдання з кожної теми:

Геронтологія – наука про старіння людини. Завдання: проаналізувати гіпотези старіння/

Варіанти старіння. Завдання: вивчити психічну програму старіння; проаналізувати соціальну програму старіння.

Старіння та харчування. Завдання: надати рекомендації до обмеження вуглеводів та жирів; проаналізувати сучасні дієти зниження маси тіла.

Старіння та фізична активність. Завдання: повторити значення фізичної активності в регуляції стресових систем; обґрунтувати вплив фізичного навантаження на старіючий організм

Психічні та соціальні особливості старіння. Завдання: проаналізувати релігійні системи відношення до смерті; прокоментувати соціальний статус старіючої людини.

Цивілізація та вік. Завдання: прокоментувати вплив науково-технічного процесу на старість; проаналізувати зв'язок старості по відношенню до професійної діяльності.

Характеристика поняття «Геріатрія» Завдання: прокоментувати характеристику хвороб старості; проаналізувати вплив способу життя на старіючий організм.

Захворювання серцево-судинної та дихальної систем. Завдання: проаналізувати засоби фізичної які покращують стан серцево-судинної та дихальної системи.

Характеристика змін кістково-м'язової системи. Завдання: проаналізувати характеристику змін постави, шкіри, еластичності тканин; повторити характеристику міозитів, радикулітів та інших вікових порушень кістково-м'язової систем.

Характеристика метаболізму та гормональних змін старіючої людини. Завдання: повторити функції залоз внутрішньої секреції; охарактеризувати особливості метаболізму старіючої людини.

Характеристика змін сенсорної системи. Завдання: повторити функції сенсорної системи; дати характеристику відхилень в діяльності органів зору, слуху, смакових, тактильних, нюхових відчуттів.

Старість і сексуальність. Завдання: проаналізувати відхилення стану здоров'я які пов'язані з жіночим та чоловічим клімаксом.

Висновки: Спостерігається загальна динаміка збільшення кількості населення похилого віку в усіх країнах світу диктує необхідність включення дисципліни «Геронтологія та геріатрія» до навчального плану спеціальності 227 Фізична терапія, ерготерапія.

На думку студентів включення даної дисципліни до навчального процесу сприяє розширенню знань, про людину, а також формує у студентів впевненість, що до старіння треба готуватися з молодого віку, щоб не бути тягарем собі й оточуючим.

Література

1. Амосов М. Енциклопедія Амосова. Алгоритм здоров'я / Микола Амосов. – Дніпропетровськ: Людина та суспільство, 203. – 646 с.
2. Дорофеев В. Л. 15 упражнений довгожителю / В. Л. Дорофеев. – Киев: Воля, 2004. – 128 с.
3. Друга всевітня асамблея з проблем старіння. – Мадрид, 2002.
4. Искатель М. Краткий справочник долгожителя / М. Искатель. – Киев, 2017. – 224 с.
5. Ищенко С. И. Энциклопедия здоровья и долголетия / С. И. Ищенко. – Харьков: Фолио, 2003. – 479 с.
6. Кононыгина Г. М. Герогика / Г. М. Кононыгина. – Орел, 2006. – 136 с.
7. Никонец В. И. Продолжительность жизни и ее закономерности / В. И. Никонец. – Запорожье, 2016. – 148 с.
8. Репресас Х. 7 жизненных путей к здоровью, благополучию и долголетию / Х. Репресас. – Киев, 2002. – 272 с.
9. Чеботарев Д. Ф. Гериятрия / Д. Ф. Чеботарев, В. В. Фролькис, О. В. Коркушко. – Москва: Медицина, 1990. – 240 с.

References:

1. Amosov M. Entsiklopediya Amosova. Algoritm zdorov'ya / Mikola Amosov. – Dnlpropetrovsk: Lyudina ta suspllstvo, 203. – 646 s.
2. Dorofeev V. L. 15 uprazhneniy dovgozhatelya / V. L. Dorofeev. – Kiev: Volya, 2004. – 128 s.
3. Druga vsesvitnya asambleya z problem starlnnya. – Madrid, 2002.
4. Iskatel M. Kratkiy spravochnik dolgozhatelya / M. Iskatel. – Kiev, 2017. – 224 s.
5. Ischenko S. I. Entsiklopediya zdorovyia i dolgoletiya / S. I. Ischenko. – Harkov: Folio, 2003. – 479 s.
6. Kononyigina G. M. Geragogika / G. M. Kononyigina. – Orel, 2006. – 136 s.
7. Nikonets V. I. Prodolzhitelnost zhizni i ee zakonemernosti / V. I. Nikonets. – Zaporozhe, 2016. – 148 s.
8. Represas H. 7 zhiznennyih putey k zdorovyu, blagopoluchiyu i dolgoletiyu / H. Represas. – Kiev, 2002. – 272 s.
9. Chebotarev D. F. Geriatriya / D. F. Chebotarev, V. V. Frolkis, O. V. Korkushko. – Moskva: Meditsina, 1990. – 240 s