



МІНІСТЕРСТВО  
ОСВІТИ І НАУКИ  
УКРАЇНИ

MINISTRY  
OF EDUCATION AND SCIENCE  
OF UKRAINE



BORYS GRINCHENKO KYIV UNIVERSITY  
КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА



FACULTY OF HEALTH, PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS  
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

EAST CAROLINA UNIVERSITY  
УНІВЕРСИТЕТ СХІДНОЇ КАРОЛІНИ

BELARUSIAN STATE UNIVERSITY OF PHYSICAL CULTURE  
БІЛОРУСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

CHARITY FOUNDATION "THE CITY OF DREAMS"  
БЛАГОДІЙНИЙ ФОНД «МІСТО МРІЙ»

## **ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ І СПОРТ: ПЕРСПЕКТИВИ ТА КРАЦІ ПРАКТИКИ**

Матеріали

Міжнародної науково-практичної конференції

15 травня 2018 року

Київ, Україна

## **HEALTH, PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS: PERSPECTIVES AND BEST PRACTICES**

Scientific Resources

International Scientific and Practical Conference

May 15, 2018

Kyiv, Ukraine



MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE  
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ  
BORYS GRINCHENKO KYIV UNIVERSITY  
КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА  
FACULTY OF HEALTH, PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS  
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ  
EAST CAROLINA UNIVERSITY  
УНІВЕРСИТЕТ СХІДНОЇ КАРОЛІНИ  
BELARUSIAN STATE UNIVERSITY OF PHYSICAL CULTURE  
БІЛОРУСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
CHARITY FOUNDATION "THE CITY OF DREAMS"  
БЛАГОДІЙНИЙ ФОНД «МІСТО МРІЙ»

## **ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ І СПОРТ: ПЕРСПЕКТИВИ ТА КРАЩІ ПРАКТИКИ**

Матеріали

Міжнародної науково-практичної конференції

**15 травня 2018 року**

Київ, Україна

## **HEALTH, PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS: PERSPECTIVES AND BEST PRACTICES**

Scientific Resources

International Scientific and Practical Conference

**May 15, 2018**

Kyiv, Ukraine

УДК 796+61]:378(082)  
346

Рекомендовано до друку Вченою радою  
Київського університету імені Бориса Грінченка  
(протокол № 4 від 26.04.2018 р.)

За загальною редакцією *Савченка В.М.*,  
доктора медичних наук, професора

**Редколегія**

*Г.О. Лопатенко*  
*В.М. Савченко*  
*О.О. Спесивих*  
*В.В. Білецька*  
*О.В. Бісмак*  
*Л.В. Ясько*

**Здоров'я, фізичне виховання і спорт: перспективи та кра-**  
**щі практики** : матер. Міжнарод. наук.-практ. конф., 15 травня  
346 2018 р., Київ / МОН України, Київ. ун-т імені Бориса Грінченка ;  
за заг. ред. Савченка В.М. ; [редкол.: Лопатенко Г.О., Савченко В.М.,  
Спесивих О.О., Білецька В.В. та ін.]. — К. : Київ. ун-т імені Бориса  
Грінченка, 2018. — 192 с.

УДК 796+61]:378(082)

© Автори публікацій, 2018

© Київський університет імені Бориса Грінченка, 2018

## ОЦІНКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ УКРАЇНИ

**Єретик А.А., Портна І.Л., Зубко В.В., Морозова С.М.,**

Київський університет імені Бориса Грінченка,  
м. Київ, Україна

*У статті розглянуто актуальні питання щодо фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів. Здійснено аналіз результатів дослідження фізичної підготовленості студентів Київського університету імені Бориса Грінченка згідно з вимогам державного тестування. Викладено практичні рекомендації щодо поліпшення наявного стану фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів України.*

**Ключові слова:** фізичне виховання, система, тести, фізичні якості, здоров'я.

**Вступ.** За даними медичних обстежень, в Україні 9 із 10 студентів, які пройшли медичний огляд, мають відхилення в стані здоров'я. Понад 50 % студентів перебуває на диспансерному обліку; кожен 5-й зарахований до спеціальної медичної групи або звільнений за станом здоров'я від фізичних навантажень. Понад 50 % молодих людей, які навчаються у вищих навчальних закладах України, не відповідає середньому рівню фізичної підготовленості згідно з державними стандартами, в яких вміщено показники стабільного здоров'я.

Лист Міністерства освіти і науки України «Щодо особливостей організації освітнього процесу та формування навчальних планів у 2015 / 2016 навчальному році» від 13.03.2015 р. № 1/9, в якому розглянуто можливість організації та проведення занять з фізичного виховання у спортивних секціях факультативно, призвів до виникнення критичної ситуації у суспільстві, й проблема досягла «точки кипіння». Зазначений документ спричинив «далекоглядні» рішення окремих ректорів, які навіть з вересня 2015 р. уже були налаштовані здавати в оренду спортивну базу, що вивільнялася за рахунок скорочення фізичного виховання у ВНЗ. Ці дії зумовили небезпечну тенденція щодо відмови ВНЗ від занять з фізичного виховання через необхідність економії коштів на утримання спортивних споруд. Такі негативні випадки набули поширювалися і з інших питань щодо організації фізичного виховання.

Серед стратегічних завдань розв'язання проблеми модернізації фізичного виховання є нагальна потреба розробки нормативного акта щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах.

**Мета дослідження** — здійснити аналіз результатів тестування фізичної підготовленості студентів 1 курсу Київського університету імені Бориса Грінченка згідно з встановленими державними нормативами фізичної підготовленості.

**Матеріали і методи дослідження.** Згідно з вимогами державного тестування оцінювався розвиток таких фізичних якостей студентів: швидкісні якості — човниковий біг; швидкісно-силові якості — стрибок в довжину з місця; сила та силова витривалість — підтягування на перекладині (юнаки), згинання і розгинання рук в упорі лежачі (дівчата); гнучкість — нахил тулуба в положенні сидячи. Оцінка загального стану працездатності студентів здійснювалась за пробою Руф'є.

**Результати дослідження.** Дослідження проводились на базі Київського університету імені Бориса Грінченка. В експерименті взяли участь студентки ( $n = 100$ ) та студенти ( $n = 35$ ) гуманітарних спеціальностей. Тестування, вимірювання та опитування здійснювалися під час проведення академічних занять в листопаді 2017 р.

Аналіз даних про стан фізичної підготовленості студенток свідчить про таке: розвиток сили та силової витривалості за середнім показником складає 10,3 раза (виконання згинання та розгинання рук в упорі лежачи), що відповідає найнижчому рівню державних нормативів. Відповідно на цьому та нижчому рівні перебувало 84 % студенток; розвиток швидкісно-силових якостей за середнім показником складає 163 см (стрибок з місця) і розташований навіть нижче мінімальної оцінки (165 см). Кількість учасниць дослідження з поганими і дуже поганими показниками складає 78 %; швидкісні якості за середнім показником — 11,1 с (човниковий біг). Цей показник — на середньому рівні (між 10,8 та 11,3). Відповідно спостерігаються кращі результати за державними нормативами: 20 % — 5 балів, 24 % — 4 бали, 20 % — 3 бали, 36 % — 2 та 1 бали; розвиток гнучкості має середній показник 11 см (нахил тулуба вперед) і наближений до мінімальної оцінки (9 см). При цьому спостерігається поляризація гарних і поганих результатів: 28 % — 5 балів, 12 % — 4 бали, 4 % — 3 бали, 56 % — 2 і 1 бали; індекс Руф'є складає в середньому 13,2 і лежить у межах задовільного стану та середнього ступеня серцевої недостатності. При цьому задовільні та погані показники складають 54 %, а відмінних взагалі не спостерігається.

Результати даних про стан фізичної підготовленості студентів свідчать таке: середній показник розвитку сили та силової витривалості складає 9,4 рази (підтягування на перекладині) і лежить за межами поганої оцінки (10 разів — 2 бали). При цьому спостерігається полярність відмінних, добрих і поганих результатів: 26 % — 5 балів, 14 % — 4 бали, 3 % — 3 бали, 57 % — 2 та 1 бали; середній показник розвитку швидкісно-силових якостей складає 208 см (стрибок у довжину з місця) і лежить у межах поганого результату (205 — 2 бали). Відповідно виконання нормативів визначає таку картину: 0–5 балів, 9 % — 4 бали, 5 % — 3 бали, 86 % — 2 та 1 бали; середній показник розвитку швидкісних якостей складає 10,2 с (човниковий біг) і лежить у межах задовільного та поганого рівня державних нормативів (10,0 с та 10,4 с). Результати розподілені таким чином: 0–5 балів, 11 % — 4 бали, 37 % — 3 бали, 52 % — 2 та 1 бали; середній показник гнучкості складає 4 см (нахил тулуба) і в двічі менший за поганий показник (9–2 бали). Результати розподілені таким чином: 0–5 балів, 3 % — 4 бали, 14 % — 3 бали, 83 % — 2 та 1 бали; середній показник індексу Руф'є складає 10,6 і лежить у межах задовільного стану (серцева недостатність середнього ступеня). Розподіл даних такий: 0–5 балів, 27 % — 4 бали, 22 % — 3 бали, 51 % — 2 та 1 бали. Тобто, всі середні показники розвитку фізичних якостей студентів I курсу лежать у межах поганої оцінки державних нормативів. Слід зазначити, що заняття з фізичного виховання в першому семестрі Київського університету імені Бориса Грінченка проводяться один раз на тиждень у вигляді загальної фізичної підготовки, а в другому студенти розподіляються по секціях. При цьому можливість вибрати фізичне виховання як дисципліну за вибором обмежується другим курсом. Звернемо увагу на те, що це не найгірший варіант з тих, що вибрали інші виші м. Києва.

**Висновки.** Результати проведених досліджень свідчать про вкрай низький рівень фізичної підготовленості студентської молоді. На сьогодні середні показники розвитку основних фізичних якостей розташовані на рівні низьких оцінок державних нормативів. Перш за все це стосується сили та силової витривалості (особливо у дівчат), швидкісно-силових якостей та гнучкості (особливо у юнаків). Занепокоєння викликає й те, що динаміка наведених змін має тенденцію до погіршення. Ситуація вимагає вольового втручання керівних органів з метою виправлення цієї проблеми. Одним із перших кроків має бути повернення обов'язкових занять на I та II курсах в обсязі чотирьох годин на тиждень. При цьому можливість займатися в секції (за вільним вибо-

ром дисципліни) не повинна обмежуватися протягом всього навчання та має забезпечуватися відповідною матеріальною базою.

***A.A. Yeretic, I.L. Portna, V.V. Zubko, S.M. Morozova***

#### **PHYSICAL DEVELOPMENT EVALUATION OF STUDENT YOUTH OF UKRAINE**

This article examines actual issues of physical readiness of students of higher educational institutions. It is carried out analysis of the research results of physical readiness of Borys Grinchenko Kyiv University students according to the governmental testing requirements. It is presented practical recommendations on improving current physical readiness of students of higher education institutions in Ukraine.

**Key words:** physical education, system, tests, physical qualities, health.

***Еретик А.А., Портная И.Л., Зубко В.В., Морозова С.Н.***

#### **ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ УКРАИНЫ**

В статье рассмотрены актуальные вопросы физической подготовленности студентов высших учебных заведений. Проведен анализ результатов исследования физической подготовки студентов Киевского университета имени Бориса Гринченко согласно требованиям государственного тестирования. Изложены практические рекомендации по улучшению существующего положения физической подготовки студентов высших учебных заведений Украины.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, система, тесты, физические качества, здоровье.

# ЗМІСТ

<i>Лисенко О.М.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ РЕАКЦІЇ В УМОВАХ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ РІЗНОГО ХАРАКТЕРУ ЗАЛЕЖНО ВІД ФІЗІОЛОГІЧНОЇ РЕАКТИВНОСТІ Й УТОМИ . . . . .	3
<i>Ляшенко В.М., Гнущова Н.П., Гацко О.В.</i> ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ МОТИВАЦІЇ ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ . . . . .	11
<i>Полякова Т.Д., Панкова М.Д.</i> СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПОДГОТОВКИ ИНСТРУКТОРА-МЕТОДИСТА ПО ЭРГОТЕРАПИИ В РЕСПУБЛИКЕ БЕЛАРУСЬ . . . . .	17
<i>Савченко В.М.</i> РІВЕНЬ ДУХОВНОГО РОЗВИТКУ ЛЮДЕЙ, ЯКІ СТРАЖДАЮТЬ НА ХРОНІЧНІ ХВОРОБИ, ТА ЙОГО ЗВ'ЯЗОК З МЕДИЧНИМИ ПОКАЗНИКАМИ ЗДОРОВ'Я . . . . .	23
<i>Maxim Bondarenko.</i> BOXING TRAUMA PREVENTION . . . . .	31
<i>Jan Verbeck.</i> OPHTHALMOLOGICAL ASPECTS OF SPORTIVE ACTIVITIES . . . . .	34
<i>Olena Kolosova.</i> GENDER AND AGE PECULIARITIES OF ELECTROMYOGRAPHIC INDICES IN QUALIFIED BIATHLON ATHLETES . . . . .	36
<i>Olena Lysenko, Svitlana Fedorchuk, Olena Kolosova, Tetiana Khalyavka.</i> INTERRELATION BETWEEN THE LEVEL OF STRESS AND THE FUNCTIONAL STATE OF THE NEUROMUSCULAR SYSTEM OF ATHLETES-TENNISISTS . . . . .	39
<i>Natalia Sira.</i> PUTTING THE PUZZLE TOGETHER: LINKING PHYSIOLOGICAL AND PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF HEALTH . . . . .	42
<i>Бісмак О.В., Неведомська Є.О., Тимчик О.В., Полковенко О.В.</i> ОЦІНКА РІВНЯ СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО КУРСУ КІЇВСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ БОРИСА ГРИНЧЕНКА З УРАХУВАННЯМ ЇХНЬОЇ СПЕЦІАЛЬНОСТІ. . . . .	46
<i>Бісмак О.В., Тимчик О.В., Неведомська Є.О., Полковенко О.В., Савченко В.М.</i> РІВЕНЬ ФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ ЗАЛЕЖНО ВІД НАПРЯМУ ПІДГОТОВКИ. . . . .	51
<i>Виноградов В.Є., Швець С.В., Білецька В.В., Поляничко О.М.</i> ПСИХОЛОГІЧНА СУМІСНІСТЬ ГРАВЦІВ ФУТБОЛЬНОЇ КОМАНДИ З УРАХУВАННЯМ ІГРОВИХ АМПЛУА. . . . .	56
<i>Воронова В.І., Ковальчук В.І.</i> ОСОБЛИВОСТІ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ТРЕНЕРА В СПОРТІ . . . . .	59



<i>Вржесневский И.И.</i> КОНТИНГЕНТНЫЕ ФАКТОРЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ .....	62
<i>Дем'янчук К.С., Неведомська Є.О.</i> ПРИЧИНИ ТРАВМУВАННЯ КОЛІННОГО СУГЛОБА ТА ЙОГО РЕАБІЛІТАЦІЯ.....	67
<i>Дяченко А., Кун Сянлінь.</i> РЕЗЕРВИ ПІДВИЩЕННЯ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ В УМОВАХ ЗРОСТАЮЧОЇ ВТОМИ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ В АКАДЕМІЧНОМУ ВЕСЛУВАННІ.....	70
<i>Єжова О.О.</i> ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ, ПІДЛІТКІВ ТА МОЛОДІ .....	75
<i>Єретик А.А., Портна І.Л., Зубко В.В., Морозова С.М.</i> ОЦІНКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ УКРАЇНИ .....	78
<i>Єретик А.А., Сухарь І.А.</i> СУЧАСНЕ СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ.....	82
<i>Зеленюк О.В., Чекмарьова В.В., Цикоза Є.В., Бірючінська С.В.</i> НЕМЕДИКАМЕНТОЗНА ПРОФІЛАКТИКА СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ СТУДЕНТІВ КИЇВСЬКОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА НА ЗАСАДАХ ВПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ .....	85
<i>Искра У.В., Позніхаренко Д.О., Білошицька Л.В.</i> ОСОБЛИВОСТІ ПЛАНУВАННЯ КОРОТКИХ НАВЧАЛЬНИХ ПРОГРАМ З ПЛАНУВАННЯ ЗАЛЕЖНО ВІД ВІКУ ДІТЕЙ, ЩО БЕРУТЬ У НИХ УЧАСТЬ .....	89
<i>Клименко Г.В., Тупиця Ю.І., Євдокимова Л.Г.</i> ОЦІНКА ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ДИХАЛЬНОЇ СИСТЕМИ У СТУДЕНТОК ПЕРШОГО КУРСУ .....	93
<i>Кожанова О.С., Данило Л.І., Литвінова К.Ю., Корх-Черба О.В.</i> ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ РОЗВИТКУ АБСОЛЮТНОЇ СИЛИ У СТУДЕНТІВ РІЗНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....	96
<i>Косік Н.Л., Косік М.С., Искра У.В.</i> ДОСЛІДЖЕННЯ БІОЛОГІЧНОГО ВІКУ СТУДЕНТІВ СТАРШИХ КУРСІВ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ .....	100
<i>Латишев М.В., Костинська О.Л., Квасниця І.М.</i> АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ВИСТУПІВ ЗБІРНОЇ КОМАНДИ УКРАЇНИ З ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ ЗА ОСТАННІ РОКИ .....	103
<i>Лахтадир О.Л., Гаврилова Н.Г., Соляник Т.В.</i> УМОВИ ТА ЧИННИКИ КОМУНІКАТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ .....	106
<i>Мельник В.С., Неведомська Є.О.</i> РОБОТОТЕХНІКА В РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ПАРЕЗАХ ВЕРХНІХ КІНЦІВОК .....	110
<i>Ольховик А.В., Вигоняло О.І.</i> КІНЕЗІОТЕЙПУВАННЯ У ФІЗИЧНІЙ ТЕРАПІЇ ДІТЕЙ ІЗ ГЕМПАРЕЗОМ ВІКОМ 5–7 РОКІВ .....	113
<i>Оріховська А.С.</i> РОЗРОБКА ТА ВПРОВАДЖЕННЯ ПРОГРАМИ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ СТУДЕНТІВ З ВАДАМИ СЛУХУ .....	117

<i>Павлюк І.С.</i> АНАЛІЗ ІСТОРИЧНИХ АСПЕКТІВ РОЗВИТКУ ГОЛЬФА . . . . .	121
<i>Пальчук М.Б.</i> ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ СТУДЕНТІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ «ФІТНЕС ТА РЕКРЕАЦІЯ» . . . . .	127
<i>Полковенко О.В., Тимчик О.В.</i> ПРОБЛЕМА ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОСТІ У ПІДЛІТКІВ, ЇЇ ПРОФІЛАКТИКА І РЕАБІЛІТАЦІЯ . . . . .	130
<i>Поліщук В.Г., Неведомська Є.О.</i> СУЧАСНІ МЕТОДИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ УРАЖЕННЯХ КУЛЬШОВОГО СУГЛОБА. . . . .	134
<i>Рижковський В.О., Дундюк І.В.</i> ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ У ВІДНОВНОМУ ЛІКУВАННІ ХВОРИХ НА ХРОНІЧНУ ВИРАЗКОВУ ХВОРОБУ ШЛУНКА ТА ДВАНАДЦЯТИПАЛОЇ КИШКИ . . . . .	137
<i>Руденко Д.М., Неведомська Є.О.</i> ІГОТЕРАПІЯ ПРИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПЛЕЧОВОГО СУГЛОБА . . . . .	141
<i>Савченко В.М., Лопатенко Г.О.</i> ПРО РОЛЬ ДУХОВНОСТІ В СПОРТІ У ВІТЧИЗНЯНИЙ ТА РОСІЙСЬКОМОВНІЙ ЛІТЕРАТУРІ . . . . .	144
<i>Саюк А.А., Неведомська Є.О.</i> МЕТОД КІНЕЗІОТЕЙПУВАННЯ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ЛІКТЬОВОГО СУГЛОБА . . . . .	148
<i>Спесивих О.О., Калужна О.М., Пітенко С.Л., Комоцька О.С.</i> ЗНАЧУЩІСТЬ ДОСЛІДЖЕННЯ СТАНУ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ОРГАНІЗМУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ . . . . .	152
<i>Степаненко О.С., Ткаченко Л.О.</i> ПРОБЛЕМА ТРАВМАТИЗМУ В СПОРТІ ТА ШЛЯХИ ЇЇ ВИРІШЕННЯ. . . . .	157
<i>Тронець Р.А., Олійник Л.К.</i> КОНТРОЛЬ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО СТАНУ КВАЛІФІКОВАНИХ ЄДИНОБОРЦІВ . . . . .	160
<i>Туманова В.М., Бистра І.І., Корж Є.М.</i> ОЦІНКА АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО КУРСУ . . . . .	164
<i>Фортинський Т.В., Щербій Л-Е.І., Тимчик О.В.</i> ОСОБЛИВОСТІ ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ ВИКРИВЛЕНЬ ХРЕБТА У ДІТЕЙ . . . . .	168
<i>Харченко Г.Д., Яценко С.П.</i> ОЦІНКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ ЖІНОЧОЇ СТАТІ ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ ЗАЛЕЖНО ВІД НАПРЯМУ НАВЧАННЯ . . . . .	173
<i>Шинкарук О.А.</i> ІНСТРУМЕНТАЛЬНІ МЕТОДИ ДІАГНОСТИКИ В СИСТЕМІ КОМПЛЕКСНОГО КОНТРОЛЮ ОРГАНІЗМУ СПОРТСМЕНІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ . . . . .	178
<i>Ясько Л.В., Головач І.І.</i> ХАРАКТЕРИСТИКА КОРОТКОЧАСНОЇ ЗОРОВОЇ ПАМ'ЯТІ ТА ВЛАСТИВОСТЕЙ УВАГИ СТУДЕНТІВ РІЗНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ (З УРАХУВАННЯМ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМ ВИХОВАННЯМ) . . . . .	182
<i>Bogdan Yatsevskiy, Yevheniia Nevedomska.</i> KINESIOTHERAPY IS A NON- SURGICAL METHOD OF RESTORING THE VERTEBRAL COLUMN. . . . .	185

*Наукове видання*

## **ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ І СПОРТ: ПЕРСПЕКТИВИ ТА КРАЩІ ПРАКТИКИ**

Матеріали  
Міжнародної науково-практичної конференції

**15 травня 2018 року**

За зміст і якість поданих матеріалів відповідають автори

Видання підготовлене до друку в НМЦ видавничої діяльності  
Київського університету імені Бориса Грінченка

Завідувач НМЦ видавничої діяльності *М.М. Прядко*

Відповідальна за випуск *А.М. Даниленко*

Над виданням працювали *Л.В. Потравка, Л.Ю. Столітня, Н.І. Гетьман,  
Т.В. Нестерова, Н.І. Погорелова*

Підписано до друку 14.05.2018 р. Формат 60x84/16.

Ум. друк. арк. 11,2. Обл.-вид. арк. 12,1.

Київський університет імені Бориса Грінченка,  
вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2, м. Київ, 04053.

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4013 від 17.03.2011 р.

**Попередження!** Згідно із Законом України «Про авторське право і суміжні права» жодна частина цього видання не може бути використана чи відтворена на будь-яких носіях, розміщена в мережі Інтернет без письмового дозволу Київського університету імені Бориса Грінченка й авторів. Порушення закону призводить до адміністративної, кримінальної відповідальності.