

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

НАЦІОНАЛЬНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ М. П. ДРАГОМАНОВА



Серія 15

НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ
ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
(*фізична культура і спорт*)

Випуск 1 (129) 21

Київ
Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова
2021



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-seria-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 KB № 8821 від 01.06.2004 р.

Збірник включено до переліку наукових фахових видань України категорії «Б» за галузями наук: 011 «Педагогічні науки», 017 «Фізичне виховання і спорт» – (Наказ Міністерства освіти і науки № 886 від 02.07.2020).

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, 2021. – Випуск 1 (129) 21. – с.140

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 серії:

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, професор, 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, 2021

© НПУ імені М.П.Драгоманова, 2021

© Редакційна колегія серії, 2021

Збірник друкується щомісяця

MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE

NAUKOWYI CHASOPYS

NATIONAL PEDAGOGICAL DRAGOMANOV UNIVERSITY



Series 15

**SCIENTIFIC AND PEDAGOGICAL
PROBLEMS OF PHYSICAL CULTURE**
(physical culture and sports)

Issue 1 (129) 21

Kyiv
Publishers of National Pedagogical Dragomanov University
2021

UDC 0.51



N 34

WEB page of electronic edition: <http://enpuir.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.

The collection is included in the list of scientific professional publications of Ukraine of category "B" by branches of science: 011 "Pedagogical sciences", 017 "Physical education and sports" - (Order of the Ministry of Education and Science № 886 from 02.07.2020).

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, 2021 - Issue 1 (129) 21. – s. 140

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, 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

ISSN 2311-2220 © Authors of articles, 2021 © National Pedagogical Dragomanov University, 2021

The collection is published monthly

ЗМІСТ 1 (129) 2021

1.	Бейгул І. О., Шишкіна О. М., Козуб С. В. ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ЧИРЛІДІНГОМ НА ПСИХОФІЗИЧНИЙ СТАН СТУДЕНТОК.....	7
2.	Бермудес Д. В. ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	11
3.	Борисова Ю. Ю., Горпинич О. О., Дідковський О. П. ХОРЕОГРАФІЯ ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ГІМНАСТОК 6-7 РОКІВ.....	14
4.	Гончар Л. В. ВПРОВАДЖЕННЯ ЗАСОБІВ ХУДОЖНЬОЇ ГІМНАСТИКИ В ПРОЦЕС ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗДО ДЛЯ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ РУХІВ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	18
5.	Гопей М. М. ІНФОРМАЦІЙНО-МОДУЛЬНА ПРОГРАМА «БАСКЕТБОЛ 3Х3» В ПРАКТИЦІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ З ВАДАМИ СЛУХУ.....	23
6.	Гусак Є. О., Ворона В. В. ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ СПОРТИВНИХ ТАНЦІВ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ.....	27
7.	Дейнеко А. Х., Щербак Р. М., Фішев Ю. О. СИЛОВА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ХЛОПЦІВ 6-7 РОКІВ В СПОРТИВНІЙ ГІМНАСТИЦІ: ДОСВІД ВИКОРИСТАННЯ ІГРОВОГО МЕТОДУ.....	31
8.	Зеніна І. В., Новікова І. В., Захарова І. Ю. МЕХАНІЗМИ АДАПТАЦІЇ ОРГАНІЗМУ СТУДЕНТІВ ДО ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ.....	34
9.	Кетова Н. В. ІННОВАЦІЙНИЙ ПІДХІД ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗІ СТУДЕНТАМИ, ЯКІ МАЮТЬ ПОРУШЕННЯ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ.....	37
10.	Кетова Н. В. АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	41
11.	Крилов А. Г., Мартинов Ю. О. ОСОБЛИВОСТІ РЕКРЕАЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ АТЛЕТИЗМОМ ЗІ СТУДЕНТАМИ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	44
12.	Максимчук І. А., Вощевська О. В., Сагач О. М., Височан Л. М., Степаненко Л. М., Матвієнко О. В. СИСТЕМА ВТІЛЕННЯ БАГАТОАСПЕКТНОГО ПІДХОДУ В ПІДВИЩЕННІ ПЕДАГОГІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ.....	47
13.	Марченко О. Ю., Холодова О. С., Засць К. ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ РІВНЯ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ЮНАКІВ І ДІВЧАТ РІЗНИХ ВІКОВИХ ГРУП.....	55
14.	Матвієнко О. В., Степаненко Л. М., Височан Л. М., Височан З. Ю., Чорна Г. В., Максимчук І. А. МОДЕЛЬ РОЗВИТКУ ПЕДАГОГІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	64
15.	Молочко А. С. ОСОБЛИВОСТІ СТАНОВЛЕННЯ ТА АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ ЖІНОЧОГО БОКСУ В СУЧАСНИХ УМОВАХ МІЖНАРОДНОГО СПОРТИВНОГО РУХУ.....	71
16.	Павлюк І. ОРГАНІЗАЦІЙНА СИСТЕМА ГОЛЬФУ ДЛЯ ЛЮДЕЙ З ВАДАМИ ЗОРУ.....	77
17.	Парахонько В. М., Хімич І. Ю. КОРЕКЦІЯ ПСИХОФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ ПЛАВАННЯ.....	80
18.	Пилипчук О. П., Скрипка І. М. МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ З ЕЛЕМЕНТАМИ ДЗЮДО ДЛЯ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ.....	83
19.	Пітин М. П., Харченко-Баранецька Л. Л., Глухова Г. Г., Гнатчук Я. І., Еделєв О. УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ У ВАЖКІЙ АТЛЕТИЦІ ЗА ДОПОМОГОЮ МЕТОДІВ ІНФОРМАЦІЙНОГО ПОШУКУ.....	87
20.	Пронтемо К. В., Андрейчук В. Я., Юр'єв С. О., Романів І. В., Воробійов Д. М., Домінюк М. М., Данилюк М. М. ЕФЕКТИВНІСТЬ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У РИВКУ З ДОВІЛЬНОЮ ЗМІНОЮ РУК БЕЗ ПОСТАНОВКИ ГИРИ НА ПОМІСТ.....	93
21.	Рябченко В. Г., Донець І. О., Костюченко М. А., Черезов Ю. О. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ЯК ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....	97
22.	Сайнчук М. М., Сайнчук А. М. РАННЬОРАДЯНСЬКІ БАТЛИ ЗА ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	101
23.	Сога С. М., Михайленко В. М., Добровольський В. Е. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ З ВИКОРИСТАННЯМ ТЕРЕНКУРУ І ТУРИЗМУ.....	104
24.	Філоненко Л. В., Лисюк С. П., Матвієнко О. В., Шаповал А. О., Саранча І. Г., Силенко Н. І. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ІНШОЇ ЛЮДИНИ В УЧНІВ СПЕЦІАЛІЗОВАНИХ ШКІЛ.....	107
25.	Циганенко О. І., Першегуба Я. В., Склярова Н. А., Оксамитна Л. Ф. МЕТОДОЛОГІЯ ГІГІЄНИЧНОЇ ОЦІНКИ ВИКОНАННЯ ГІГІЄНИЧНИХ ПРАВИЛ ГІГІЄНИ СНУ СПОРТСМЕНКАМИ ЗА УМОВ ВИСОКИХ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ.....	115
26.	Циганок В. І. АНАЛІЗ ПОКАЗНИКІВ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ У ЗМАГАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ КВАЛІФІКОВАНИХ ГАНДБОЛІСТІВ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ СИСТЕМИ ІНФОРМАЦІЙНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ.....	119
27.	Янчук К. О., Худякокова В. Б., Володченко О. А., Тихорський О. А. ФАКТОРИ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА ТРЕНУВАЛЬНИЙ ПРОЦЕС КАРАТИСТІВ ІЗ ВАДАМИ СЛУХУ.....	124
28.	Ячнюк М. Ю., Зендик О. В., Ячнюк І. О., Ячнюк Ю. Б. ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З АКВААЕРОБІКИ ТА ЇЇ РІЗНОВИДИ.....	131
29.	Ячнюк М. Ю., Городинський С. І., Семенко А. С. ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТОК ЗАСОБАМИ ОЗДОРОВЧОГО ФІТНЕСУ.....	134

CONTENTS 1 (129) 2021

1.	<i>Beihul Igor, Shishkina Elena, Kozub Svetlana.</i> THE INFLUENCE OF CHEERLEADING ON THE PSYCHOPHYSICAL STATE OF FEMALE STUDENTS.....	7
2.	<i>Bermudes Diana.</i> FORMATION OF HEALTH CULTURE OF STUDENT YOUTH.....	11
3.	<i>Borysova Yuliia, Horpynich Oleksii, Didkovskiy Oleksandr.</i> CHOREOGRAPHY AS A MEANS OF INCREASING THE LEVEL OF TECHNICAL TRAINING OF GYMNASTS 6-7 YEARS.....	14
4.	<i>Gonchar Lilia</i> INTRODUCTION OF MEANS OF RHYTHMIC GYMNASTICS IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION AT THE INSTITUTIONS OF PRESCHOOL EDUCATION IN ORDER TO FORM THE MOVEMENTS CULTURE IN CHILDREN OF SENIOR PRESCHOOL AGE.....	18
5.	<i>Hopey Maksym.</i> INFORMATION AND MODULAR PROGRAM "BASKETBALL 3X3" IN THE PRACTICE OF PHYSICAL EDUCATION FOR CHILDREN WITH HEARING IMPAIRMENTS.....	23
6.	<i>Gusak Y., Vorona V.</i> FEATURES OF THE USE OF SPORTS DANCES IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS.....	27
7.	<i>Deineko Alfiia, Shcherbak Ruslan, Fishev Iurii.</i> STRENGTH PREPAREDNESS OF 6-7 YEARS BOYS IN ARTISTIC GYMNASTICS: EXPERIENCE OF USING THE GAME METHOD.....	31
8.	<i>Zenina I., Novikova I, Zakharova I.</i> MECHANISMS OF ADAPTATION OF THE ORGANISM OF STUDENTS TO PHYSICAL ACTIVITY.....	34
9.	<i>Ketova N.</i> AN INNOVATIVE APPROACH TO THE ORGANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES WITH STUDENTS WITH MUSCULOSKELETAL DISORDERS.....	37
10.	<i>Ketova N.</i> ACTUAL PROBLEMS OF FORMATION OF A HEALTHY WAY OF LIFE OF STUDENT'S YOUTH.....	41
11.	<i>Krylov A. G., Martynov Yu. A.</i> FEATURES OF RECREATIONAL ATHLETICISM WITH STUDENTS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS.....	44
12.	<i>Iryna Maksymchuk, Olga Voshchevska, Oksana Sahach, Lesja Vysochan, Liudmyla Stepanenko, Olena Matviienko.</i> THE IMPLEMENTING SYSTEM OF A MULTIDIMENSIONAL APPROACH TO IMPROVING PEDAGOGICAL EXCELLENCE.....	47
13.	<i>Marchenko O., Kholodova O., Zaiets K.</i> PECULIARITIES OF THE SELF-ESTEEM LEVEL OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF YOUNG MEN AND YOUNG WOMEN FROM DIFFERENT AGE GROUPS.....	55
14.	<i>Olena Matviienko, Liudmyla Stepanenko, Zoryana Vysochan, Lesja Vysochan, Hanna Chorna, Iryna Maksymchuk.</i> A MODEL FOR THE DEVELOPMENT OF FUTURE TEACHERS' PEDAGOGICAL SKILLS IN THE PROCESS OF PROFESSIONAL TRAINING.....	64
15.	<i>Molochko A.</i> FEATURES OF THE FORMATION AND PROBLEMS OF THE DEVELOPMENT OF WOMEN'S BOXING IN THE MODERN CIRCUMSTANCES OF THE INTERNATIONAL SPORTS MOVEMENT.....	71
16.	<i>Pavlyuk I.</i> ORGANIZATIONAL SYSTEM BLIND GOLF .THE ARTICLE PROVIDES A RETROSPECTIVE ANALYSIS OF THE EMERGENCE, FORMATION AND DEVELOPMENT OF BLIND GOLF.....	77
17.	<i>Parakhonko V., Khimich I.</i> CORRECTION OF THE PSYCHOPHYSICAL STATE OF STUDENTS BY MEANS OF SWIMMING.....	80
18.	<i>Pilipchuk O.P., Skripka I.M.</i> METHODS OF CONDUCTING PHYSICAL AND HEALTH CLASSES WITH JUDO ELEMENTS FOR CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS.....	83
19.	<i>Pityn M., Kharchenko-Baranetska L., Hlukhova H., Hnatchuk Y., Edelev O.</i> IMPROVEMENT OF THEORETICAL PREPAREDNESS QUALIFIED ATHLETES IN WEIGHTLIFTING BY USING INFORMATION SEARCH METHODS.....	87
20.	<i>Prontenko K. V., Andreychuk V. Ya., Yuriev S. O., Romaniv I. V., Vorobyov D. M., Dominiuk M. M., Danyliuk M. M.</i> THE EFFECTIVENESS OF ATHLETES' TRAINING IN THE SNATCH WITH AN ARBITRARY CHANGE OF HANDS WITHOUT PLACING THE KETTLEBELL ON THE PLATFORM.....	93
21.	<i>Ryabchenko V., Donets I., Kostyuchenko M., Cherezov Y.</i> PHYSICAL EDUCATION AS A FACTOR IN SHAPING THE HEALTH OF STUDENTS OF TECHNICAL SPECIALTIES.....	97
22.	<i>Sainchuk M. M., Sainchuk A. M.</i> EARLY SOVIET BATTLES FOR GOAL-SETTING OF PHYSICAL CULTURE.....	101
23.	<i>Soga S., Mikhailenko V., Dobrovolsky V.</i> PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS IN HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS USING HEALTH PATHS AND TOURISM.....	104
24.	<i>Filonenko Lesya, Serhii Lysiuk, Olena Matviienko, Alla Shapoval, Iryna Saranacha, Nadiia Sylenko.</i> THE FEATURES OF THE FORMATION OF A VALUE ATTITUDE TOWARDS ANOTHER PERSON AMONG PUPILS OF SPECIALIZED SCHOOLS.....	107
25.	<i>Tsyhanenko O., Pershehuba Ya., Sklyarova N., Oksamytna L.</i> METHODOLOGY OF HYGIENIC ASSESSMENT OF THE FULFILLMENT OF HYGIENIC RULES OF SLEEP HYGIENE BY ATHLETES UNDER CONDITIONS OF HIGH PHYSICAL ACTIVITY.....	115
26.	<i>Tsyganok V.</i> ANALYSIS OF INDICATORS OF TECHNICAL AND TACTICAL ACTIONS IN THE COMPETITIVE PROCESS OF QUALIFIED HANDBALL PLAYERS WITH THE APPLICATION OF THE INFORMATION CONTROL SYSTEM.....	119
27.	<i>Ianchuk K.O., Khudiakova V.B., Volodchenko O.A., Tykhorskyi O.A.</i> FACTORS INFLUENCING THE TRAINING PROCESS OF KARATEKAS WITH HEARING IMPAIRMENT.....	124
28.	<i>Maksym Yachnyk, Olena Zandyk, Iurii Iachniuk, Iryna Iachniuk.</i> CARRYING OUT SPECIALTIES OF AQUA AEROBICS LESSONS AND ITS VARIETIES.....	131
29.	<i>Maksym Yachnyk, Sergii Gorodynskyi, Alina Semenko.</i> FORMATION OF HEALTH CULTURE STUDENT BY FITNESS MEANS.....	134

14. Шишлова І. О. Оздоровча фізична культура та спорт у підвищенні емоційного тону учасників процесу соціальної адаптації дітей з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивної освіти. *Збірник наукових праць*. 2019. Харків: ХДАФК. 214–222.

Reference

1. Bogdanovskaya, N. V., Malikov, M. V., Gostishchev, V. M., Ivanskaya, A. V. (2018), "Features of the organization of physical culture and health work with children with special needs in preschool institutions", *Naukovyy visnyk Pivdenoukrayins'koho natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni K. D. Ushyns'koho* : zb. nauk. pr. vol.3, pp. 7-11.
2. Borisenko, L.L. (2018). "Physical culture as an inclusive environment " *Systema nadannya osvity dityam z osoblyvymy osvitynymi potrebamy v umovakh suchasnoho zakladu* : Zbirnyk za materialamy VI Vseukr. naukovo-praktychnoyi konferentsiyi (12 hrudnya 2018 roku). – Lysychans'k : FOP Chernov O. H., pp. 23-26
3. Goropakha, N.M. (2014), "Physical education of preschoolers and younger students in the context of inclusive education: problems of continuity and prospects ", *Onovlennya zmistu, form ta metodiv navchannya i vykhovannya v zakladakh osvity*. vol.. 10., Pp.. 11-15. available at: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ozfm_2014_10_6
4. Zakon Ukrainy, (2017), "Pro osvitu" // *Vidomosti Verkhovnoyi Rady Ukrainy (VVR)*.. vol. 30, p. 1
5. Ivakhnenko, A.A. (2013), "Correction and development of psychomotor function of deaf children of primary school age by means of mobile games", *Pedahohika, psykholohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu* : zb. nauk. prats' / za red. S. S. Yermakova. – Kharkiv, vol. 3., pp 66-68.
6. Kompanets, N.M., Lutsenko, I.V., (2018), *Navchal'no-metodychnyy posibnyk* : "Modeling of individual development of a child with special educational needs in the conditions of inclusive school", K., pp. 66.
7. Nakaz Ministerstva molodi ta sportu Pro orhanizatsiiu navchalno-trenavalnoi roboty dytiacho-yunatskykh sportyvnykh shkyl: pryinyatiy 17 chynia 2015 # 67. [Order of the Ministry of Youth and Sports On the organization of educational and training work of children's and youth sports schools from January 17 2015, № 67]. *Ofitsiyyny visnyk Ukrainy – Official Gazette of Ukraine*, 12, 250. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/l438434>
8. Matveev, S.F., Kohut, I.O., Goncharenko, E.V. (2013), "Pedagogical bases of carrying out of training employments with sportsmen who have deviations of mental development: the textbook". Kyiv: TOV «NVP «Interservis», pp..123
9. Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy «Pro zatverdzhennya Polozhennya pro inklyuzyvno-resursnyy tsentr» № 545 vid 12 lypnya 2017 r. (Iz zminamy, vnesenymy z-hidno z Postanovoyu KM № 617 vid 22.08.2018) // *Uryadovyy kur"yer*. Vol/ № 137.
10. Social and life practice of children with intellectual disabilities in educational rehabilitation centers : *Praktyko zoriyentovanyy posibnyk / Za red. I.H. Yermakova, K.S. Torop, K.V. Reydy*. – Dnipro: "Innovatsiya", 2018. Pp.. 385.
11. Skrypka, I.M., Chkhaylo, M.B. (2020) "Features of the use of means of judo in special boarding schools for children with hearing impairments ", *Naukoviy chasopis NPU imeni M. P. Drahomanova. Seriya 15 : Naukovo-pedahohichni problemi fizichnoi kulturi (fizichna kultura i sport)*. 3 K (123) pp. 394–399.
12. Turyanytsya, I.S. (2017), "Judo as a means of developing physical qualities and coordination abilities of students " *Naukoviy chasopis NPU imeni M. P. Drahomanova. Seriya 15 : Naukovo-pedahohichni problemi fizichnoi kulturi (fizichna kultura i sport)*. vol.. 5 (87). - P. 120-123.
13. Shevchenko, S.M. (2019), "Peculiarities of educational, corrective and developmental work in a special school of different types in 1999-2000 of independent Ukraine " *Zb. nauk. prats' «Molodyy vcheny»* vol. 5.2 (69.2) May, pp. 37-41.
14. Shishlova, I.O. (2019), "Health physical culture and sports in raising the emotional tone of participants in the process of social adaptation of children with special educational needs in an inclusive education " *Zbirnyk naukovykh prats'*, Kharkiv : KHDAFK. 214–222.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.1(129).19

Пітин М.П.,
доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор,
Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів
Харченко-Баранецька Л.Л.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент Херсонський державний університет, м. Херсон
Глухова Г.Г.,
кандидат педагогічних наук, доцент Херсонський державний університет, м. Херсон
Гнатчук Я.І.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту Хмельницький національний університет, м. Хмельницький
Еделєв О.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент Херсонський державний університет, м. Херсон

УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ У ВАЖКІЙ АТЛЕТИЦІ ЗА ДОПОМОГОЮ МЕТОДІВ ІНФОРМАЦІЙНОГО ПОШУКУ

Теоретичні знання отримані на різних етапах багаторічної підготовки належать до системи цінностей спортсменів, формують передумови успішного становлення та підтримання рівня спортивної майстерності та гармонійного розвитку особистості.

Мета дослідження: з'ясувати ефективність використання методів інформаційного пошуку в удосконаленні теоретичної підготовки кваліфікованих спортсменів у важкій атлетичі.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення, документальний метод, соціологічні методи опитування (анкетування), педагогічний експеримент, методи математичної статистики. Спортсмени першої експериментальної групи проводили інформаційний пошук із залученням джерельної бази бібліотеки. Представники другої експериментальної групи підвищували рівень підготовленості за допомогою роботи в комп'ютерному класі із доступом до інтернет.

Результати. Внутрішньогрупові прирости теоретичної підготовленості спортсменів становили 14,86–64,00% за основними інформаційними блоками та темами та вказали на ефективність методів інформаційного пошуку і самоосвіти теоретичної підготовки у важкій атлетиці на етапах підготовки до вищих досягнень та максимальної реалізації індивідуальних можливостей. Встановлено відсутність відмінностей (0,69–2,38% правильних розв'язань завдань при $p > 0,05$) між спортсменами, які проводили інформаційний пошук із залученням джерельної бази бібліотеки ЛДУФК та тими, які користувалися доступом до баз інформації мережі Інтернет.

Ключові слова: знання, розділи, методи, покращення, ефективність.

Питын М., Харченко-Баранецкая Л., Глухова Г., Гнатчук Я., Еделеев А. Совершенствование теоретической подготовки квалифицированных спортсменов в тяжелой атлетике с помощью методов информационного поиска.

Теоретическое знания, полученные на различных этапах многолетней подготовки входят в систему ценностей спортсменов, формируют предпосылки успешного становления и поддержания уровня спортивного мастерства и гармоничного развития личности.

Цель: установить эффективность использования методов информационного поиска в совершенствовании теоретической подготовки квалифицированных спортсменов в тяжелой атлетике.

Методы: теоретический анализ и обобщение, документальный метод, социологические методы опроса (анкетирование), педагогический эксперимент, методы математической статистики. Спортсмены первой экспериментальной группы проводили информационный поиск с привлечением источниковой базы библиотеки. Представители второй экспериментальной группы – повышали уровень подготовленности с помощью работы в компьютерном классе с доступом к интернет.

Результаты. Внутригрупповые приросты теоретической подготовленности спортсменов составили 14,86–64,00% по основным информационным блокам и темами указали на эффективность методов информационного поиска и самообразования теоретической подготовки в тяжелой атлетике на этапах подготовки к высшим достижениям и максимальной реализации индивидуальных возможностей. Установлено отсутствие различий (0,69–2,38% правильных решений заданий при $p > 0,05$) между спортсменами, которые проводили информационный поиск с помощью базы источников библиотеки ЛДУФК и теми, которые пользовались доступом к базам информации сети Интернет.

Ключевые слова: знания, разделы, методы, улучшение эффективности.

Pityn M., Kharchenko-Baranetska L., Hlukhova H., Hnatchuk Y., Edelev O. Improvement of theoretical preparedness qualified athletes in weightlifting by using information search methods. Theoretical knowledge which obtained at different stages of long-term training belongs to the system of athletes' values. Its form the prerequisites for successful formation and maintenance of the sportsmanship level and harmonious development of personality.

The purpose of the study: to determine the effectiveness of information search methods use in improving the theoretical training of qualified athletes in weightlifting.

Research methods: theoretical analysis and generalization, documentary method, sociological methods (questionnaire), pedagogical experiment, methods of mathematical statistics.

The athletes at the stages of preparation for higher achievements and maximum realization of individual opportunities in weightlifting (13 athletes had the qualification Master of Sports of Ukraine and 6 – Candidate of Master of Sports of Ukraine) were involved in the formative pedagogical experiment. A feature of the proposed pedagogical experiment was the use of two experimental programs to improve the athletes' theoretical preparedness. Common features for them were the use of information search methods and self-education. For the athletes of the first experimental group, the task was to conduct an information search with the involvement of the source base of the library LSUofPhC. Participants of the second experimental group had the opportunity to increase the level of preparedness by working at LSUofPhC computer class with access to databases on the Internet.

Results. Intragroup increments of athletes' theoretical preparedness (14.86–64.00%) on the main information blocks and topics indicated the effectiveness of methods of information search and self-education of theoretical training in weightlifting at the stages of preparation for higher achievements and maximum realization of individual opportunities. There were no differences (0.69–2.38% of correct problem solving at $p > 0.05$) between athletes who conducted an information search using the source database of the LSUofPhC library and those who used access to Internet databases.

Key words: knowledge, sections, methods, improvement, efficiency.

Актуальність теми. У спортивній діяльності обґрунтованою є необхідність формування інтелектуального рівня сучасного спортсмена, творчого ставлення до процесу підготовки поруч із спортивною майстерністю. Це вимагає поглибленої обізнаності з обраного виду спорту, що сприятиме досягненню високого інтелектуального рівня та системи моральних цінностей особистості на різних етапах багаторічної підготовки спортсменів [1, 2, 4, 5].

Фундаментальні дослідження вказують на існуванні відносно самостійних та водночас тісно взаємопов'язаних сторін процесу підготовки спортсменів. Еволюція системи підготовки спортсменів у різних групах видів спорту забезпечена значною

кількості наукових досліджень присвячених окремим сторонам навчально-тренувального процесу та їх поєднанні у системі багаторічного удосконалення спортсменів у різних видах спорту [3, 7, 10, 13].

Теоретичні знання отримані на різних етапах багаторічної підготовки належать до системи цінностей спортсменів, формують передумови успішного становлення та підтримання рівня спортивної майстерності та гармонійного розвитку особистості [12, 14, 15, 16]. Окремі спроби наукового пошуку з теоретичної підготовки у спорті дали змогу утворити цілісну систему орієнтовану на формування спеціальних знань спортсменів [2, 6, 8, 9, 11].

Також набуває актуальності з'ясування ефективності використання різних методів теоретичної підготовки, що в нашому дослідженні запропоновано зробити на прикладі методів інформаційного пошуку в підготовці кваліфікованих спортсменів у важкій атлетиці.

Зв'язок з науковими темами та планами. Робота виконана згідно теми «Основи теоретичної підготовки у спорті» плану НДР Львівського державного університету фізичної культури на 2013–2017 рр. (номер державної реєстрації 0113U000659) та теми «Теоретико–методичні основи управління тренувальним процесом та змагальною діяльністю в олімпійському, професійному та адаптивному спорті» плану НДР Львівського державного університету фізичної культури на 2016–2020 рр.

Мета дослідження: З'ясувати ефективність використання методів інформаційного пошуку в удосконаленні теоретичної підготовки кваліфікованих спортсменів у важкій атлетиці.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення, документальний метод, соціологічні методи опитування (анкетування), педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Організація дослідження. Перевірка наукових положень, покладених в основу диференційованої програми удосконалення теоретичної підготовленості проводилася також на контингенті спортсменів у швидко-силових видів спорту. До формуючого педагогічного експерименту було залучено спортсменів на етапах підготовки до вищих досягнень та максимальної реалізації індивідуальних можливостей у важкій атлетиці (13 спортсменів мали кваліфікацію Майстра спорту України та 6 – Кандидата в майстри спорту України). Особливістю запропонованого педагогічного експерименту було використання двох експериментальних програм для удосконалення теоретичної підготовленості спортсменів.

Спільними ознаками для них виступало використання методів інформаційного пошуку та самоосвіти. Нами зроблене припущення, що для спортсменів на цих етапах характерний достатній рівень мисленнєвої діяльності, який дозволяє вирішувати завдання теоретичної підготовки за допомогою послідовних операцій, які виконуються з метою пошуку неструктурованого інформаційного матеріалу, видачі фактичних даних та реалізації безпосереднього самостійного опрацювання джерел інформації з урахуванням особистих інтересів і об'єктивних потреб системи підготовки.

Із метою отримання об'єктивних даних та враховуючи специфіку обраних методів дослідження реалізація дослідження проведена в одному перед змагальним мезоциклі підготовки (упродовж одного місяця).

Зміст теоретичної підготовки який був перевірений за умов педагогічного експерименту включав у себе основні інформаційні блоки та їх окремі теми, які присутні у системі підготовки спортсменів у важкій атлетиці: харчування, фармакологічне забезпечення, змагальна діяльність, основи теорії і методики підготовки спортсменів. Також, у межах програми теоретичної підготовки додатково було залучено інформаційний блок «Олімпізм».

Експериментальним чинником виступали поєднання визначених нами реалізаційних положень (методів та засобів) концепції теоретичної підготовки у спорті [1, 10] з метою удосконалення рівня підготовленості спортсменів у групі швидко-силових видів спорту. Використано спосіб доказу гіпотези – єдиної відмінності. Перша експериментальна група використовувала метод безпосереднього пошуку інформації (послідовний перегляд пов'язаних із інформаційною потребою джерел – каталоги, класифіковані й тематичні списки, довідники тощо). Особливістю експериментального чинника для другої групи спортсменів виступали пошук із застосуванням спеціальних засобів – застосуванні спеціалізованих програм – спайдерів, які в автоматичному режимі допомагали переглядати Web-сторінки, відшукуючи на них потрібну інформацію. Це автоматизований варіант перегляду з допомогою гіпертекстових посилань пов'язаний виключно із середовищем мережі Інтернет.

Розподіл спортсменів за експериментальними групами відбувався за допомогою випадкової вибірки. При цьому враховувалася пропорційність розподілу спортсменів із кваліфікацією КМС (по 3 особи у групах). Безпосереднє дослідження проводилося на базі Львівського державного університету фізичної культури (ЛДУФК). Це пов'язано із наявністю необхідного інформаційного ресурсу, баз даних натурального та електронного характеру та технологічне забезпечення, що передбачалося до використання за умовами педагогічного експерименту.

Програма педагогічного експерименту включала проведення попереднього педагогічного спостереження за рівнем теоретичної підготовленості спортсменів. Воно організоване за індивідуальною та індивідуально-груповою формою тестування. Результати цього педагогічного спостереження були прийняті за вихідний рівень теоретичної підготовленості спортсменів. У подальшому перед спортсменами обох груп було сформовано ідентичну інформаційну потребу, що містилася задоволення змісту блоків та тем інформації, які запропоновані при контролі теоретичної підготовленості.

Для спортсменів першої експериментальної групи (ЕГ1) було поставлене завдання провести інформаційний пошук із залученням джерельної бази бібліотеки ЛДУФК. Представники другої експериментальної групи (ЕГ2) мали можливість підвищити рівень підготовленості за допомогою роботи у комп'ютерному класі ЛДУФК із доступом до баз інформації мережі Інтернет. Для спортсменів обох груп була передбачена можливість використання матеріально-технічного забезпечення та баз інформації у будь-який вільний від академічних занять час. Тривалість роботи визначалася індивідуально з урахуванням суб'єктивної думки учасників педагогічного експерименту.

Організація експерименту не передбачала суміжного використання тренувальних засобів теоретичної підготовки. Нами, також, обумовлено із тренерами спортсменів самостійність пошуку інформації для уникнення підказок з їх сторони.

Критеріями ефективності програми теоретичної підготовки спортсменів у важкій атлетиці виступала зміна

показників теоретичної підготовленості спортсменів між першим (вихідним) та другим (підсумковим) педагогічним спостереженням.

Результати дослідження. Методи інформаційного пошуку теоретичної підготовки спортсменів визначаються як способи отримання системи спеціальних знань, за допомогою послідовних операцій, які виконуються з метою пошуку неструктурованого інформаційного матеріалу або видачі фактичних даних, які надають відповіді на задані питання, що забезпечує вирішення основних завдань системи підготовки спортсменів.

У загальному вигляді методи інформаційного пошуку характеризуються етапами реалізації: уточнення інформаційної потреби і формулювання запиту, визначення сукупності інформаційних масивів, вилучення інформації з інформаційних масивів, ознайомлення з отриманою інформацією і оцінювання результатів пошуку [2, 6, 8, 10, 16].

Засоби, що використовуються у межах методів інформаційного пошуку, можуть мати різні можливості і особливості стосовно потрібної інформації, що пов'язано із алгоритмами їх використання. Проте мета уніфікована – цілеспрямоване, швидке, точне і ефективне здійснення пошуку інформаційного матеріалу, що задовольняє потреби теоретичної підготовки та в цілому основних завдань системи підготовки спортсменів [10].

Поряд із вищезазначеним варто наголосити на основних проблемах при використанні методів інформаційного пошуку теоретичної підготовки. Серед них чільне місце посідають розповсюдження, сортування, упорядкування (класифікація) та відбір потрібної із масиву доступної інформації.

Доповненням до вищезазначеного є твердження фахівців про необхідність формування у системі підготовки спортсменів інтелектуальної культури спортсменів як характеристики діяльності у сфері мислення, у процесі якої здійснюється взаємодія з середовищем, іншими суб'єктами. У результаті цього повинно відбуватися утворення нового розв'язання ситуацій притаманних змагальній та тренувальній діяльності на об'єктивному чи суб'єктивному рівнях [2, 6, 11, 12, 14]. Згідно припущень багатьох фахівців у спорті набуває важливості здатність мислення спортсменів стосовно генерування значної кількості варіантів дій при отриманні незначного обсягу інформації з обмеженого кола їх джерел [8, 9].

Метод самоосвіти виступає способом безпосереднього самостійного опрацювання джерел інформації з урахуванням особистих інтересів і об'єктивних потреб системи підготовки спортсменів. Відмінною рисою самоосвіти є те, що результатом такої роботи виступає ефект саморозвитку спортсмена, а не тільки вдосконалення в професійно орієнтованому напрямі. Включення самоосвіти в навчально-тренувальний процес передбачає послідовне оволодіння спортсменами видів і прийомів самостійної роботи з наростаючим ступенем самостійності як на тренувальному занятті, так й під час організації поза тренувальної діяльності роботи. Основні риси самоосвіти полягають у здобутті спортсменами знань додатково до основних організованих інформаційних потоків та частково зумовлених ними, оволодіння системою знань за індивідуальною ініціативою та із задоволенням інформаційної потреби у змісті, обсязі, джерелі, тривалості та часу проведення впливу, незалежно від суб'єкта передачі знань. Разом із тим частина фахівців вбачають можливість використання у поєднанні із цим методом теоретичної підготовки спеціально створених програм, проведення консультацій тощо. Вирішальне місце в оволодінні спортсменами системи спеціальних знань за допомогою цього методу посідає індивідуальна самостійна пізнавальна діяльність [10]. За підсумками проведеного педагогічного експерименту можна констатувати позитивні зміни теоретичної підготовленості у спортсменів обох експериментальних груп (90іж г.).

Це слугує основним підтвердженням тому, що визначальна роль у формуванні мотивації спортсменів до досягнення якісного нового рівня теоретичної підготовленості та в цілому усвідомлення системи знань спортсменами надається тренеру. При розгляді методів інформаційного пошуку та самоосвіти варто відштовхуватися від уміння тренера створювати інформаційну потребу у спортсменів.

Таблиця

Показники теоретичної підготовленості спортсменів у важкій атлетиці в педагогічному експерименті

Блоки інформації	Вихідні показники		Міжгрупові відмінності вихідних показників	Підсумкові показники			Внутрішньо групові зміни показників у педагогічному експерименті	
	ЕГ1 (n=9)	ЕГ2 (n=10)		Абс. (%)	ЕГ1 (n=9)	ЕГ2 (n=10)	Абс. (%)	ЕГ1 (n=9)
Харчування (8 тестових завдань)	3,11 ±0,81	2,70 ±1,04	0,41 (15,23)	7,56 ±0,49	7,50 ±0,50	0,06 (0,74)	4,44* (58,82)	4,80* (64,00)
Фармакологія (9 тестових завдань)	3,00 ±1,33	3,50 ±1,60	0,50 (14,29)	7,56 ±0,81	7,50 ±0,80	0,06 (0,74)	4,56* (60,29)	4,00* (53,33)
Змагальна діяльність (9 тестових завдань)	7,00 ±1,11	8,20 ±0,68	1,20* (14,63)	8,22 ±0,96	8,30 ±0,98	0,08 (0,94)	1,22* (14,86)	0,10 (1,20)
Основи теорії і методики підготовки (5 тестових завдань)	3,33 ±0,96	4,10 ±0,72	0,77 (18,70)	4,22 ±0,52	4,30 ±0,70	0,08 (1,81)	0,89* (21,05)	0,20 (4,65)
Олімпізм (15 тестових завдань)	9,67 ±3,11	10,60 ±2,00	0,93 (8,81)	14,33 ±0,96	14,00 ±0,60	0,33 (2,38)	4,67* (32,56)	3,40* (24,29)
Загалом (46 тестових завдань)	26,11 ±4,81	29,10 ±2,88	2,99 (10,27)	41,89 ±2,77	41,60 ±1,60	0,29 (0,69)	15,78* (37,67)	12,50* (30,35)

Примітки: * – $p \leq 0,05$ ($U_{кр}$ (n=9) = 21; (n=10) = 27, (n=9-10) – 24); EG1 – експериментальна група №1; EG2 – експериментальна група №2.

За аналізом теоретичної підготовленості спортсменів на першому тестуванні (вихідні показники) можна констатувати відсутність відмінностей у більшості тестових завдань за блоками інформації. Тільки у одному випадку («змагальна діяльність») спортсмени першої експериментальної групи поступалися своїм колегам із другої експериментальної групи (14,63% при $p \leq 0,05$). Це вказує на нерівномірність теоретичної підготовленості спортсменів групи швидкісно-силових видів спорту за цим блоком на етапах підготовки до вищих досягнень та максимальної реалізації індивідуальних можливостей, що у черговий раз підтверджує нашу гіпотезу щодо невідповідності рівня теоретичної підготовленості спортсменів оптимальному на етапах багаторічного удосконалення.

Поряд із тим, відзначимо відносно низький вихідний рівень теоретичної підготовленості спортсменів обох експериментальних груп продемонстрованих за інформаційними блоками та темами «харчування», «фармакологія», де кількість правильно вирішених тестових завдань складала 2,70–3,11 та 3,00–3,50 правильних розв'язань при 8 та 9 тестових завданнях. При цьому відзначимо, що фахівці у цих видах спорту визначають провідне місце у структурі теоретичної підготовленості спортсменів спеціальної інформації пов'язаної із фармакологічним супроводом та енергетичним обміном [9, 10].

За підсумками педагогічного експерименту спостерігалася ситуація за якою за більшістю інформаційних блоків та тем у спортсменів обох груп відбулися суттєві зміни ($p \leq 0,05$).

Внутрішньогрупові показники першої експериментальної групи покращилися стосовно «харчування», «фармакології», «олімпізму» на 4,44–4,67 правильних розв'язань тестових завдань (32,56–60,29%). Для «змагальної діяльності», «основ теорії і методики підготовки» вони були за значеннями нижчими (0,89 та 1,22 правильного розв'язання тестових завдань), що склало 21,05 та 14,86% відповідно при $p \leq 0,05$. Загалом за блоком тестових завдань при контролі теоретичної підготовленості спортсменів на підсумковому педагогічному спостереженні зміна сягнула 15,78 правильних розв'язань (37,67%) при $p \leq 0,05$.

Для спортсменів другої експериментальної групи зміни теоретичної підготовленості мали кілька відмінностей. За результатами вихідного та підсумкового тестування були відсутні позитивні зміни за інформаційними блоками «змагальна діяльність» та «основи теорії і методики підготовки» (0,10 та 0,20 правильного розв'язання, 1,20 та 4,65% відповідно при $p > 0,05$).

Окрім цього за інформаційними темами «фармакологія» та «олімпізм» внутрішньогрупові зміни теоретичної підготовленості були менш вираженими (4,00 та 3,40 правильного розв'язання, 53,33 та 24,29% відповідно при $p \leq 0,05$) ніж у представників першої експериментальної групи. Поряд із тим, перевага спортсменів другої експериментальної групи спостерігалася за внутрішньогруповими показниками за інформаційною темою «харчування» – 4,80 правильних розв'язань (64,00% при $p \leq 0,05$). У підсумку спортсмени другої експериментальної групи при використанні спектру інформатизованих засобів теоретичної підготовки підвищили рівень підготовленості за запропонованим змістом на 12,50 правильних розв'язань тестових завдань, тобто 30,35% при $p \leq 0,05$.

Аналіз між групових відмінностей спортсменів двох експериментальних груп за підсумковими показниками теоретичної підготовленості вказав на те, що спортсменами першої експериментальної групи було знівельоване відставання за показниками інформаційного блоку «змагальна діяльність». Це дозволило констатувати, що по завершенню педагогічного експерименту між спортсменами першої та другої експериментальної груп відсутні достовірні відмінності (0,69–2,38% при $p > 0,05$).

Отримані результати дозволяють стверджувати про високий рівень ефективності методів інформаційного пошуку та самоосвіти у навчально-тренувальному процесі спортсменів у важкій атлетиці. При цьому дещо вищі показники приросту результатів ($p > 0,05$) у спортсменів першої експериментальної групи у порівнянні із другою ми пов'язуємо із накопиченням інформаційного ресурсу і відповідних баз у фондах бібліотеки ЛДУФК та більш відпрацьованим алгоритмом роботи спортсменів у цих умовах. Поясненням незначної переваги ($p > 0,05$) представників другої експериментальної групи у випадку інформаційної теми «харчування» варто вважати у об'єктивному накопиченні значного масиву даних у всесвітній мережі Інтернет стосовно раціонального харчування, особливостей енерговитрат тощо.

Висновки. Внутрішньогрупові прирости теоретичної підготовленості спортсменів 14,86–64,00% за основними інформаційними блоками та темами вказали на ефективність методів інформаційного пошуку та самоосвіти теоретичної підготовки у важкій атлетиці на етапах підготовки до вищих досягнень та максимальної реалізації індивідуальних можливостей. Встановлено відсутність відмінностей (0,69–2,38% правильних розв'язань завдань при $p > 0,05$) між спортсменами, які проводили інформаційний пошук із залученням джерельної бази бібліотеки ЛДУФК та тими, які користувалися доступом до баз інформації мережі Інтернет.

Перспективи подальших досліджень передбачають перевірку отриманих наукових положень серед представників інших видів спорту (груп видів спорту).

Літератури:

- 1.Бріскін Ю. Програмні вимоги до теоретичної підготовки в системі багаторічного удосконалення спортсменів у циклічних видах спорту / Бріскін Ю., Пітин М., Богуславська В. // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 4 (26). – С. 14–21.
- 2.Задорожна О. Ефективність авторської експериментальної програми теоретичної підготовки кваліфікованих фехтувальників / Ольга Задорожна // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Львів, 2014. – Вип. 18, т. 1. – С. 79–84.
- 3.Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів : навч. посіб. / Келлер В. С., Платонов В. М. – Львів : Українська Спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.
- 4.Киреев В. Л. Новый подход к преподаванию теоретических знаний / В. Л. Киреев // Физическая культура в школе. – 2010. – №7. – С. 10–11.

5. Красников А. А. Тестирование теоретико-методических знаний в области физической культуры и спорта: учеб. пособие / А. А. Красников, Н. Н. Чесноков. – Москва : Физическая культура, 2009. – 176 с.
6. Кузьменко Г. А. Теоретическая подготовка юных спортсменов в системе реализации задач интеллектуального развития личности / Кузьменко Г. А. // Культура физическая и здоровье. – 2011. – № 4. – С. 39–43.
7. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л. П. Матвеев. – Москва : Известия, 2001.
8. Методическое сопровождение теоретической подготовки дзюдоистов ДЮСШ по разделу «История своего вида» / А. А. Шахов, А. А. Наумов, М. Н. Егоров, Д. В. Коватёв // Ученые записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта. – 2010. – № 11 (69). – С. 103–107.
9. Орлов А. А. Планування теоретичної та технічної підготовки дівчат 8–10 років, які займаються важкою атлетикою / Орлов А. А. // Педагогіка, психологія і медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 2009. – № 8. – С. 118–121.
10. Пітин М. Теоретична підготовка в спорті : монографія / Мар'ян Пітин. – Львів : ЛДУФК, 2015. – 372 с. ISBN 978-966-2328-81-3
11. Санников В. А. Теоретическая подготовка боксера: учеб. пособие / В. А. Санников. – Воронеж : ВГИФК, 2003. – 211 с.
12. Строкатов В. В. Значение теоретических знаний для спортсменов в зависимости от их специализации / Строкатов В. В. // Актуальные вопросы спортивной медицины : сб. науч. тр. – Киев, 1980. – С. 60–63.
13. Dynamics of the snatch technique cinematic parameters in qualified female weightlifters during different periods of training macrocycle / O. Tovstonoh, M. Roztorhui, M. Pityn, V. Pasichnyk, V. Melnyk, F. Zahura, O. Popovych // Journal of Physical Education and Sport @ (JPES). – 2019. – 19(1). – P. 514 – 520.
14. Jovicevic S. Theoretical preparation while training girl volleyball players / Stevo Jovicevic // Physical Culture. – Belgrade, 2008. – Vol. 1/2 (62). – P. 151–158.
15. Sport specialists attitude to structure and contents of theoretical preparation in sport / M. Pityn, Y. Briskin, A. Perederiy, Y. Galan, O. Tsyhykalo, I. Popova // Journal of Physical Education and Sport (JPES). – 2017. – 17 (Supplement issue 3). – P. 988–994. doi:10.7752/jpes.2017.s3152
16. Zadorozhna O. Characteristics of theoretical training means (on material in fencing) / O. Zadorozhna, M. Pityn, L. Kozibroda // Спортивна наука України. – 2016. – №2 (72). – P. 8–14.

Reference

1. Briskin, Y., Pityn, M. & Boguslavskaya, V. (2016), "Program requirements for theoretical training in the system of long-term improvement of athletes in cyclic sports". *Physical activity, health*. Vol. 4 (26). pp.14–21.
2. Zadorozhna, O. (2014), "The effectiveness of the author's experimental program of theoretical training of qualified fencers". *Moloda sportivna nauka Ukrainy*. Lviv. Issue. 18, vol. 1. pp. 79–84.
3. Keller, V.S. & Platonov, V.M. (1992), "Theoretical and methodological foundations of training athletes". pp. 269.
4. Kireev, V.L. (2010), "A new approach to teaching theoretical knowledge". *Physical culture at school*. Vol. 7. pp. 10–11.
5. Krasnikov, A.A. & Chesnokov, N.N. (2009), "Testing of theoretical and methodological knowledge in the field of physical culture and sports". pp. 176.
6. Kuzmenko, G.A. (2011), "Theoretical training of young athletes in the system of implementation of tasks of intellectual development of personality". *Physical culture and health*. Vol. 4. pp. 39–43.
7. Matveev, L.P. (2001), "General theory of sport and its applied aspects" pp. 205.
8. Shakhov, A.A., Naumov, A.A., Egorov, M.N. & Kovatyov, D.V. (2010), "Methodical support of theoretical training of judoists of CYSS on the section "History of the kind". *Uchenye zapiski un-ta im. P. F. Lesgaft*. Vol. № 11 (69). pp. 103–107.
9. Orlov, A.A. (2009), "Planning of theoretical and technical training of girls 8–10 years old who are engaged in weightlifting". *Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*. Kharkiv, vol. 8. pp. 118–121.
10. Pityn, M. (2015), "Theoretical training in sports": monograph. Lviv: LDUFK, pp. 372.
11. Sannikov, V.A. (2003), "Theoretical training of a boxer". *Voronezh: VGIFK*. pp. 211.
12. Strokato, V.V. (1980), "The value of theoretical knowledge for athletes depending on their specialization". *Current issues of sports medicine: collection. scientific tr.* Kiev, pp. 60–63.
13. Tovstonoh, O., Roztorhui, M., Pityn, M., Pasichnyk, V., Melnyk, V., Zahura, F. & Popovych, O. (2019), "Dynamics of the snatch technique cinematic parameters in qualified female weightlifters during different periods of macrocycle training". *Journal of Physical Education and Sport*. Vol. 19 (1). pp. 514–520.
14. Jovicevic, S. (2008), "Theoretical preparation while training girl volleyball players". *Physical Culture*. Belgrade. Vol. 1/2 (62). pp. 151–158.
15. Pityn, M., Briskin, Y., Perederiy, A., Galan, Y., Tsyhykalo, O. & Popova, I. (2017), "Sport specialists attitude to structure and contents of theoretical preparation in sport". *Journal of Physical Education and Sport*. 17 (Supplement issue 3). pp. 988–994. doi: 10.7752 / jpes.2017.s3152
16. Zadorozhna, O. Pityn, M. & Kozibroda, L. (2016), "Characteristics of theoretical training means (on material in fencing)". *Sports science of Ukraine*. Vol. 2 (72). pp. 8–14.