

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 11 (157) 22

Київ
Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова
2022



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.

Державний комітет телебачення і радіомовлення України: свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації - серія КВ № 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, 2022. – Випуск 11 (157) 22. – с.162

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; (гол.Ред. ради);
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;
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;
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

© НПУ імені М.П.Драгоманова, 2022

© Редакційна колегія серії, 2022

© Автори статей, 2022

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 11 (157) 22

Kyiv
Publishers of National Pedagogical Dragomanov University
2022



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

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, 2022 - Issue 11 (157) 22. - s. 162

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); |
| 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; |
| 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; |
| 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, 2022 © National Pedagogical Dragomanov University, 2022

The collection is published monthly

ЗМІСТ 11 (157) 2022

1.	<i>Bilokon V., Anikeienko</i> APPLICATION OF INNOVATIVE TECHNOLOGIES DURING TRAINING OF TECHNICAL AND TACTICAL ACTIONS OF FOOTBALL STUDENTS.....	9
2.	<i>Dakal N. A.</i> THE INFLUENCE OF SWIMMING CLASSES ON IMPROVING THE HEALTH OF STUDENT YOUTH.....	12
3.	<i>Denysovets T., Denysovets I., Khomenko P., Khlibkevych S.</i> PREVENTION OF BULLING IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT BY MEANS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS.....	15
4.	<i>Sabirov O.</i> FEATURES OF PEDAGOGICAL CONTROL IN THE PHYSICAL EDUCATION SYSTEM OF STUDENTS.....	18
5.	<i>Sabirov O.</i> FEATURES OF FACTORS THAT INFLUENCE HIGH SPORTS ACHIEVEMENTS IN WRESTLING.....	21
6.	<i>Sobolenko A., Luskan O., Martinov Yu.</i> PEDAGOGICAL CONTROL AND ITS SIGNIFICANCE IN CONTROLLING SPEED-POWER MOVEMENTS IN STUDENT WEIGHTLIFTERS.....	24
7.	<i>Бейгул, І. О., Шишкіна О. М., Гацура В. В.</i> РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ.....	26
8.	<i>Білоус Н. С., Кононенко Н. М.</i> ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ЖІНОК-СЕМИБОРОК.....	30
9.	<i>Боднар І. Р., Гук Г. І., Рихаль В. І., Пастерніков В. В.</i> РУХОВА АКТИВНІСТЬ ДІТЕЙ СЕРЕДЬНОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	35
10.	<i>Бондаренко С. В., Савченко В. В., Скляніченко С. О.</i> РОЗВИТОК ІГРОВОГО ІНТЕЛЕКТУ ЯК ОСНОВА ПРОЦЕСУ НАВЧАННЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИМ ДІЯМ ЮНИХ ФУТБОЛІСТІВ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	40
11.	<i>Бугайчук Н. Б., Белікова Н. О.</i> ОЦІНКА ШЛЯХІВ ОПТИМІЗАЦІЇ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ КОЛЕДЖІВ.....	45
12.	<i>Гінзбург І. В.</i> ВИЗНАЧЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ФОРМУВАННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ У КУРСАНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ МВС УКРАЇНИ.....	49
13.	<i>Головкіна В. В., Сальникова С. В., Пуздім'як М. І.</i> КОРЕКЦІЯ ПОСТАВИ У ДІТЕЙ 11-12 РОКІВ ЗАСОБАМИ ПЛАВАННЯ З ЕЛЕМЕНТАМИ АКВАФІТНЕСУ.....	54
14.	<i>Горбенко О. В., Бондарева О. І.</i> ВІКОВА ДИНАМІКА РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ.....	58
15.	<i>Данько Г. В., Лаврентьєв О. М., Данько Т. Г., Крупеня С. В., Живолович С. А.</i> ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ З ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ.....	62
16.	<i>Дудко М. В., Матійчук В. І., Хрипко І. В., Домашенко Н. О.</i> ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОЇ ОСВІТИ.....	68
17.	<i>Зайка О. А., Слободянюк О. В.</i> РОЗПОДІЛ ТРЕНУВАЛЬНИХ НАВАНТАЖЕНЬ В РІЧНОМУ ЦИКЛІ ПІДГОТОВКИ СТИБУНІВ У ДОВЖИНУ.....	72
18.	<i>Касіч Н. П., Кривенда В. С., Мішаровський Р. М., Журавльов С. О., Галай М. Д., Хоружева Л. Є.</i> МЕТОДИКА ВІЙСЬКОВО-ПАТРІОТИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ У ПРОЦЕСІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	78
19.	<i>Коломоєць Г. А., Дикий О. Ю.</i> ВПЛИВ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ НА ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ.....	81
20.	<i>Коломєйцева О. М., Шапар К. О., Довгопол Е. П.</i> ТЕХНІЧНА ПІДГОТОВКА ЧЕРЛІДЕРІВ У СЕКЦІЯХ СПОРТИВНОГО КЛУБУ.....	84
21.	<i>Криворучко С. М., Самохін О. О.</i> РУХОВА АКТИВНІСТЬ ЯК ЗАСІБ ПОЛІПШЕННЯ СТАНУ ЗДОРОВ'Я ТА ЯКОСТІ ЖИТТЯ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	90
22.	<i>Мальцев Д. К., Андрєєва О. В., Хрипко І. В., Кузнєцов В. А.</i> ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ ОЗДОРОВЧО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ ОРГАНІЗАЦІЇ СІМЕЙНОГО ДОЗВІЛЛЯ В УМОВАХ РОЗВАЖАЛЬНИХ ЦЕНТРІВ.....	95
23.	<i>Мартинюк О. А., Пацалюк К. Г., Ковтун О. О., Соболюк С. А.</i> ОСОБЛИВОСТІ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ЧОЛОВІКІВ ЗРІЛОГО ВІКУ ВІДВІДУВАЧІВ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОГО КЛУБУ.....	100
24.	<i>Мосейчук Ю. Ю., Дудицька С. П., Ячнюк М. Ю., Цибанюк О. О.</i> ЄВРОПЕЙСЬКИЙ ДОСВІД ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНИХ ТОВАРИСТВ – НАЦІОНАЛЬНЕ БЮРО ТУРИЗМУ В КАРПАТАХ (РУМУНІЯ, МІЖВОЄННИЙ ПЕРІОД).....	105
25.	<i>Мусієнко О. В., Мумінов А. К., Артюх В. М.</i> ВПЛИВ ТРЕНУВАНЬ ЗАСОБАМИ ФРІ-ФАЙТУ НА РУХОВІ НАВИКИ, СЕНСОРНЕ ФУНКЦІОНУВАННЯ І ЯКІСТЬ ЖИТТЯ ДИТИНИ З АУТИЗМОМ (УНІКАЛЬНИЙ ВИПАДОК).....	108
26.	<i>Нікітенко С. А., Бусол В. А., Нікітенко А. О., Шуберт В. С., Бусол В. В., Величкович М. Р.</i> РОЗВИТОК ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ЮНАКІВ СЕРЕДЬНОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЕЛЕМЕНТАМИ СПЕЦІАЛЬНО-ПІДГОТОВЧИХ ВПРАВ З БОКСУ, ФЕХТУВАННЯ ТА РУКОПАШУ ГОПАК.....	112
27.	<i>Пимоненко М. М., Носова Н. Л.</i> ОЛІМПІЙСЬКА ПІДГОТОВКА БАТУТІСТІВ В УКРАЇНІ: ПРОБЛЕМИ І ПЕРСПЕКТИВИ.....	118
28.	<i>Пустолякова Л. М., Болгар М. А.</i> ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНИХ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У МЕДИЧНИХ ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	123
29.	<i>Рожков В. О., Таран Л. М., Окунь Д. О., Рядова Л. О., Шутєєв В. В.</i> ВПЛИВ ТЕХНІКИ ВІДШТОВХУВАННЯ НА ПОЛЬОТНУ ФАЗУ СКОКУ У КВАЛІФІКОВАНИХ СТИБУНОК ПОТРІЙНИМ.....	126
30.	<i>Русанівський С. В., Запорожанов О. В., Безпалый С. М., Бикова Г. В., Козенко С. М., Крук О. М., Лисик Р. В., Штома В. Д.</i> ПОКРАЩАННЯ ФІЗИЧНОГО СТАНУ КУРСАНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ У ПРОЦЕСІ ДОДАТКОВИХ ЗАНЯТЬ СПОРТОМ.....	129

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.11(157).06

Sobolenko A.,
senior lecturer at the Department of Health Technology and Sports National Technical University of Ukraine
"Kyiv Polytechnic Institute named after Igor Sikorsky"
Luskan O.
senior lecturer at the Department of Health Technology and Sports
National Technical University of Ukraine "Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute"
Martinov Yu.
senior lecturer at the Department of Health Technology and Sports
National Technical University of Ukraine "Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute"

PEDAGOGICAL CONTROL AND ITS SIGNIFICANCE IN CONTROLLING SPEED-POWER MOVEMENTS IN STUDENT WEIGHTLIFTERS

The article reveals the importance of pedagogical control in the management of speed-power movements in student weightlifters. It is assumed that the effectiveness of technical techniques should be evaluated based on the registration of a limited number of basic biomechanical characteristics of movement. Applying a system of internal reference points for an athlete, in combination with hardware techniques, it is possible to develop a control technique acceptable for use at all stages of training athletes for important competitions.

The selection of rational pedagogical influences and their reduction into an algorithmized methodology, the use of a system of urgent information on the effectiveness of exercises will contribute to a targeted change in movement skills, which will speed up the training process of weightlifters and improve the system for evaluating their achievements. When building a specific methodology, the development of the structure and content of algorithmized pedagogical influences acquires great importance. This may indicate an unformed need for physical exercise. Which, in turn, indicates a low level of motivation for physical education. Currently, one of the urgent problems is the effective organization of physical education classes for young people in universities. The main component for the successful implementation of any activity, including physical culture and sports, is motivation. Taking into account psychological factors that contribute to the perception and adequate processing of information, the use of the features of the formation of "meaningful", "target", "operational" attitudes will help speed up the learning process. And the selection of auxiliary exercises, determination of their sequence, will contribute to consolidation of rational motor skills.

Key words: weightlifting, physical exercises, students, physical education.

Соболєнко А., Лускань О., Мартинов Ю. Педагогічний контроль та його значення в управлінні рухами швидко-силового характеру у студентів-важкоатлетів. В статті розкрито значення педагогічного контролю в управлінні рухами швидко-силового характеру у студентів-важкоатлетів. Передбачається, що ефективність виконання технічних прийомів доцільно оцінювати на основі реєстрації обмеженої кількості основних біомеханічних характеристик руху. Застосовуючи систему внутрішніх орієнтирів для спортсмена, у поєднанні з апаратурними методиками, можна розробити методику контролю, прийнятну для використання на всіх етапах підготовки спортсменів до відповідальних змагань.

Відбір раціональних педагогічних впливів та зведення їх у алгоритмізовану методику, використання системи засобів термінової інформації за ефективністю виконання вправ сприятиме цілеспрямованій зміні рухових навичок, що прискорить процес підготовки спортсменів важкоатлетів та покращить систему оцінювання їх досягнень.

Ключові слова: важка атлетика, фізичні вправи, студенти, фізичне виховання.

Formulation of the problem. The process of improving movement technique by athletes of various qualifications is an extremely urgent task of sports pedagogy. Many researchers have shown the effectiveness of some forms of pedagogical instruction during the correction of athletes' activities. From the point of view of cybernetics, pedagogical instruction can be considered as an informational influence characterized by separate indicators (direction, content, volume, frequency and moment of presentation, etc.)

However, in the theory and practice of sports, there is no consensus on the influence of certain characteristics of the teacher's instructions on the peculiarities of information perception and performance of tested motor tasks. The optimal form of the coach's verbal influences when correcting the technique of movements associated with lifting or moving large masses (weightlifting, wrestling, throwing, etc.) has not been determined. The possibilities of using rational forms of instruction, such as unified verbal influences, to control various movements have not been explored.

A complete solution to the question of the optimal characteristics of the teacher's language influences cannot be thought of without an analysis of the entire process of improving sports technique (the formation of "meaningful", "target", "operational" attitudes) and the construction of a methodology that includes a rational selection of complex influences.

Special attention should be paid to the selection of optimality criteria for the performance of technical techniques acceptable for broad sports practice; use of selected criteria at all stages of the training process; minimizing the list of complex recording equipment and time-consuming methods of processing experimental material.

The technique of improving technical skill should be presented in an algorithmized form, which will allow to regulate and take into account the influence of the main pedagogical influences; will contribute to the formalization and transfer of

advanced pedagogical experience.

When building a specific methodology, the development of the structure and content of algorithmized pedagogical influences acquires great importance. Taking into account psychological factors that contribute to the perception and adequate processing of information, the use of the features of the formation of "meaningful", "target", "operational" attitudes will help speed up the learning process. And the selection of auxiliary exercises, determination of their sequence, will contribute to consolidation of rational motor skills.

Analysis of literature sources. This may indicate an unformed need for physical exercise. Which, in turn, indicates a low level of motivation for physical education. Currently, one of the urgent problems is the effective organization of physical education classes for young people in universities. The main component for the successful implementation of any activity, including physical culture and sports, is motivation.

A low level of motivation for physical education, respectively, reduces physical activity, which also leads to a decrease in the level of physical and mental performance, physical fitness and physical development of students. In this regard, it is important to study the structure of the motivational complex for physical education. Search for new means and methods that encourage physical education. The search for methods of increasing motivation for physical education, it is motivation that is an integral component of successful physical culture and sports activity. Preserving and strengthening the health of the student body will prepare competent specialists who are ready for productive and long-term professional activity.

Presentation of the main research material. Physical education of students is part of the educational process. One of the urgent problems of physical education of student youth is reliable pedagogical control over determining the level of physical fitness. Pedagogical control is used to check the level of mastering of the program material, including the assessment of physical fitness. For this purpose, a complex of heterogeneous tests is selected, a testing and evaluation procedure is carried out, based on the results of which the content of physical education programs is corrected.

The main purpose of control in physical education is to identify the adequacy of pedagogically directed influences and their effects to the planned results. If a discrepancy is found, measures should be taken to correct the managerial influences. This makes it possible to consider the process of physical education as a controlled system.

Evaluation in the process of physical education of pupils and student youth is one of the conditions and reasons for attending classes and emphasizes the objectivity of pedagogical control, in particular, the need for comprehensive assessment of success, including activity, theoretical-methodical and motor readiness, and the evaluation criteria of motor activity must be adequate functional capabilities and rely on objective data about physical condition and individual characteristics. The availability of control requirements and standards for determining success contribute to the formation of a positive attitude of students to physical education classes in higher education institutions.

The construction of a program of algorithmic influences aimed at correcting sports equipment should begin with a short introductory lecture that forms a steady interest in the subjects and the need to perform subsequent actions (the formation of a «semantic» setting).

The subjects should be informed about the purpose and procedure for performing all operations according to the algorithmic methodology. For this purpose, a conversation about the main patterns of the formation of motor stereotypes is suitable; showing a model on which explanations are given about the order of inclusion in the dynamic work of the main muscle groups; analysis of the sequence of execution of stages ("frames") of the algorithmized methodology (formation of the "target" installation).

The formation of a rational motor skill should be carried out on the basis of the use of complex influences, including rational pedagogical instruction of a "generalized" orientation with a volume of no more than 2-3 components and leading exercises that contribute to the movement with an equal weight of the projectile with greater speed and power (the formation of an "operational" setting).

Each stage of the work should end with a quality control of the assimilation of the material covered. Control over the effectiveness of the implementation of auxiliary and classical weightlifting exercises must be carried out using a 5-level system of urgent information, including a self-control system for athletes, a visual control system for a coach and methods of instrumental control over the height of the projectile, the speed and power developed by the athlete during the exercise.

American scientists believe that testing is effective only when it is the basis for further comprehensive assessment of student achievement. In this case, it acts as the main factor influencing the learning process as a whole. The search for new forms and methods of pedagogical control over the physical development and physical fitness of students deserves special attention.

Pedagogical control is not only information communication in the management system, but also the development of the management process in a certain direction, which can be ensured only by correcting primary actions [6].

Pedagogical control is, first of all, forecasting the state of the student in the process of performing muscle loads, aimed either at determining the ability to continue the load and the possibility of achieving a given result, or at identifying early signs of overfatigue and overstrain in order to stop the loads in a timely manner.

At the same time, the main attention is paid to the collection and analysis of cardiac information, since aerobic capacity is limited by the performance of the heart [3].

Conclusions. It is assumed that the effectiveness of technical techniques should be evaluated based on the registration of a limited number of basic biomechanical characteristics of movement. Applying a system of internal reference points for an athlete, in combination with hardware techniques, it is possible to develop a control technique acceptable for use at all stages of training athletes for important competitions.

The selection of rational pedagogical influences and their reduction into an algorithmized methodology, the use of a system of urgent information on the effectiveness of exercises will contribute to a targeted change in movement skills, which will

speed up the training process of weightlifters and improve the system for evaluating their achievements.

References

1. Kanishevs'kyy S. M. Umovy, stan i perspektyvy rozvytku fizychnoho vykhovannya u vuzakh Ukrainy / S. Kanishevs'kyy, R. Rayevs'kyy, V. Krasnov, A. Rybkovs'kyy, S. Prsyazhnyuk, N. Tret'yakov // Teoriya i praktyka fizychnoho vykhovannya. – 2008. – № 1. – S. 139–145.
2. Krutsevych T. Yu. Spryamovanist' tsinnostey indyvidual'noyi fizychnoyi kul'tury studentiv riznykh viddilen' vuzu / T. Krutsevych, O. Marchenko // Sportyvnyy visnyk Prydniprov'ya. – 2008. – № 3–4. – S. 103–107.
3. Lynets' M. Osnovy metodyky rozvytku rukhovyykh yakostey : navch. posib. dlya fizkul'turnykh vuziv / M. Lynets'. – L'viv : Shtabor, 1997. – 204 s.
4. Lavrenyuk V. S. Udoshkonalennya power health of students in the initial process of physical education / Lavrenyuk V. S. // Pedagogy, psycho-logic and medical-biological problems of physical education and sports: zb. sciences. pr. - Kharkiv: HDADM, 2011. - No6. - P.74-76.
5. Matveev L. P. Teoriya y metodyka fizycheskoy kul'tury / L. Matveev. – M. : Fyzkul'tura y sport, 2008. – 544 s.
6. Prykhod'ko V. V. Reformuvannya vyshchykh navchal'nykh zakladiv fizychnoyi kul'tury i sportu v Ukraini / V. Prykhod'ko // Teoriya i praktyka fizychnoho vykhovannya. – 2008. – №1. – S. 74–85.
7. Ogar G. O. Injection of the program of strength training with the added value of the growth of directness to the physical development and preparation of the children of 15-17 years / G. O. Ogar, V. A. San-zharov, V. I. Lasitsya, E. G. Ogar // Theory and technique of physical education. - 2011. -- No.10. - P.37-42.
8. Shyyan B. Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya shkolnyariv / B. Shyyan. – Ch. 1. – Ternopil' : Navch. kn.– Bohdan, 2003. – 272 s.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.11(157).07
УДК 796.011

Бейгул, І. О.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,

доцент кафедри фізичного виховання,

Дніпровський державний технічний університет, м. Кам'янське

Шишкіна О. М.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,

Дніпровський державний технічний університет, м. Кам'янське

Гацура В. В.

старший викладач кафедри фізичного виховання,

Дніпровський державний технічний університет, м. Кам'янське

РОЗВИТОК ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ

У роботі розглянуто, що сучасний волейбол характеризується високою руховою активністю волейболістів. Ефективне виконання стрибкових та ігрових дій, технічних прийомів, більшості тактичних комбінацій протягом однієї гри або кількох ігрових днів засноване на високому рівні розвитку фізичних якостей. Гра у волейбол вимагає від спортсменів максимального прояву фізичних можливостей, волевих зусиль і вміння користуватися набутими навичками. Здійснено аналіз фізичних якостей волейболістів. Встановлено, що фізична підготовка є одним із найважливіших складових частин тренування спортсменів, що спеціалізуються у волейболі. Вона спрямована на розвиток таких рухових якостей, а саме: сили, швидкості, витривалості, гнучкості і координаційних здібностей. Зазвичай фізична підготовка у волейболі поділяється на загальну та спеціальну.

Ключевые слова: волейбол, фізична підготовка, фізичні якості, тренування, розвиток.

Beigul I., Shishkina O., Gatsura V. Development of physical qualities of volleyball players. The paper considers that playing volleyball requires maximum manifestation of physical capabilities, willpower and the ability to use acquired skills from athletes. Physical training is one of the most important components of the training of athletes specializing in volleyball. It is aimed at the development of such motor qualities, namely: strength, speed, endurance, flexibility and coordination abilities. Physical training in volleyball is usually divided into general and special. General physical training is aimed at the harmonious development of motor skills in volleyball, which indirectly contribute to achieving high results in this game sport. The special physical training of athletes specializing in volleyball is aimed at the development of movement qualities, strictly in accordance with the requirements set by the specifics of the sport, the specifics of the intended activity and the duration of the competition. In volleyball, physical qualities are conditionally divided into general and special. General – strength, speed, endurance, dexterity, flexibility, which largely determine the comprehensiveness of physical development and health of athletes. On the highly developed base of the physical qualities listed above, special physical qualities are developed, which are necessary for playing volleyball: "explosive" strength, speed of movement and jumping, speed, jumping and game endurance, acrobatic and jumping dexterity. The main tasks of physical training are to constantly increase the functional capabilities of the volleyball players' bodies, which determine the level of development of their physical qualities and gradually bring them to intensive loads that ensure the growth of special work capacity and the achievement of optimal sports results.

Keywords: volleyball, physical training, physical qualities, training, development.