

ISSN 2524-0986



iScienceTM

АКТУАЛЬНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

ЖУРНАЛ



Выпуск 3(47)
Часть 3

**Переяслав-Хмельницкий
2019**

АКТУАЛЬНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

**ВЫПУСК 3(47)
Часть 3**

Март 2019 г.

ЖУРНАЛ

**Выходит – 12 раз в год (ежемесячно)
Издается с июня 2015 года**

Включен в наукометрические базы:

РИНЦ http://elibrary.ru/title_about.asp?id=58411

Google Scholar

<https://scholar.google.com.ua/citations?user=JP57y1kAAAAJ&hl=uk>

Бібліометрика української науки

http://nbuviap.gov.ua/bpnu/index.php?page_sites=journals

Index Copernicus

<http://journals.indexcopernicus.com/++++,p24785301,3.html>

Переяслав-Хмельницький

УДК 001.891(100) «20»

ББК 72.4

A43

Главный редактор:

Коцур В.П., доктор исторических наук, профессор, академик Национальной академии педагогических наук Украины

Редколлегия:

Базалук О.А.	д-р филос. наук, профессор (Украина)
Доброскок И.И.	д-р пед. наук, профессор (Украина)
Кабакбаев С.Ж.	д-р физ.-мат. наук, профессор (Казахстан)
Мусабекова Г.Т.	д-р пед. наук, профессор (Казахстан)
Смырнов И.Г.	д-р геогр. наук, профессор (Украина)
Исак О.В.	д-р социол. наук (Молдова)
Лю Бинцянь	д-р искусствоведения (КНР)
Тамулет В.Н.	д-р ист. наук (Молдова)
Брынза С.М.	д-р юрид. наук, профессор (Молдова)
Мартынюк Т.В.	д-р искусствоведения (Украина)
Тихон А.С.	д-р мед. наук, доцент (Молдова)
Горашенко А.Ю.	д-р пед. наук, доцент (Молдова)
Алиева-Кенгерли Г.Т.	д-р филол. наук, профессор (Азербайджан)
Айдосов А.А.	д-р техн. наук, профессор (Казахстан)
Лозова Т.М.	д-р техн. наук, профессор (Украина)
Сидоренко О.В.	д-р техн. наук, профессор (Украина)
Егизарян А.К.	д-р пед. наук, профессор (Армения)
Алиев З.Г.	д-р аграрных наук, профессор, академик (Азербайджан)
Партоев К.	д-р с.-х. наук, профессор (Таджикистан)
Цибулько Л.Г.	д-р пед. наук, доцент, профессор (Украина)
Баймухамедов М.Ф.	д-р техн. наук, профессор (Казахстан)
Мусабаева М.Н.	д-р геогр. наук, профессор (Казахстан)
Хеладзе Н.Д.	канд. хим. наук (Грузия)
Таласпаева Ж.С.	канд. филол. наук, профессор (Казахстан)
Чернов Б.О.	канд. пед. наук, профессор (Украина)
Мартынюк А.К.	канд. искусствоведения (Украина)
Воловык Л.М.	канд. геогр. наук (Украина)
Ковальська К.В.	канд. ист. наук (Украина)
Амрахов В.Т.	канд. экон. наук, доцент (Азербайджан)
Мкртчян К.Г.	канд. техн. наук, доцент (Армения)
Стати В.А.	канд. юрид. наук, доцент (Молдова)
Бугаевский К.А.	канд. мед. наук, доцент (Украина)
Цибулько Г.Я.	канд. пед. наук, доцент (Украина)

Актуальные научные исследования в современном мире // Журнал - Переяслав-Хмельницкий, 2019. - Вып. 3(47), ч. 3 – 204 с.

Языки издания: українська, русский, english, polski, беларуская, казахша, o'zbek, limba română, кыргыз тили, ჯამრტის

Сборник предназначен для научных работников и преподавателей высших учебных заведений. Может использоваться в учебном процессе, в том числе в процессе обучения аспирантов, подготовки магистров и бакалавров в целях углубленного рассмотрения соответствующих проблем. Все статьи сборника прошли рецензирование, сохраняют авторскую редакцию, всю ответственность за содержание несут авторы.

УДК 001.891(100) «20»

ББК 72.4

A43

СОДЕРЖАНИЕ

СЕКЦИЯ: ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ

Білоконь Віктор Петрович (Київ, Україна) ТРАВМАТИЗМ У ФУТБОЛІ. МЕХАНІЗМИ ТРАВМУВАННЯ У ФУТБОЛІСТІВ.....	7
Білоконь Віктор Петрович (Київ, Україна) ЗАЛУЧЕННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ЦІННОСТЕЙ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	11
Борщов Сергій Миколайович, Бондарчук Вікторія Євгенівна (Слов'янськ, Україна) ОБҐРУНТУВАННЯ КОМПОНЕНТІВ АРТИСТИЗМУ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ СПОРТИВНОЮ ГІМНАСТИКОЮ (РОЗДІЛ ХОРЕОГРАФІЯ) ЗІ СТУДЕНТАМИ.....	15
Бурлака Ірина Василівна (Київ, Україна) ДОСЛІДЖЕННЯ ВІДНОШЕННЯ СТУДЕНТІВ ВІДДІЛЕННЯ ТЕНІСУ ЗВО НЕСПОРТИВНОГО ПРОФІЛЮ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗКУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ.....	22
Гаврилова Наталія Євгенівна (Київ, Україна) ПРОЦЕС АДАПТАЦІЇ СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО КУРСУ КИЇВСЬКОГО НТУУ «КПІ ІМ. ІГОРЯ СІКОРСЬКОГО» ДО НАВАНТАЖЕНЬ З ДИСЦИПЛІНИ «ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ».....	28
Гаврилова Наталія Євгенівна (Київ, Україна) ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТАМИ ТЕХНІЧНИХ ВНЗ.....	34
Гаврилова Наталія Євгенівна, Мохунько Олександр Дмитрович (Київ, Україна) ОСНОВНІ АСПЕКТИ ВДОСКОНАЛЕННЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ВНЗ.....	38
Петрушкина Надежда, Коломиец Ольга (Челябинск, Российская Федерация), Горащенко Александр (Кишинев, Республика Молдова) ЭФФЕКТИВНОСТЬ ФИТО-РЕАБИЛИТАЦИИ В СИСТЕМЕ ВОССТАНОВЛЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БЕГОМ НА СРЕДНИЕ ДИСТАНЦИИ.....	43
Градусова Наталья Викторовна, Чеховская Анна Юрьевна (Киев, Украина) ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА ПИЛАТЕСА В РАБОТЕ СО СТУДЕНТАМИ.....	50
Гринь Андрій Романович, Кондратович Андрій Борисович (Київ, Україна) ФОРМУВАННЯ І РОЗВИТОК ОПТИМАЛЬНОЇ СТРУКТУРИ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ.....	53
Добровольський Володимир Едвардович (Київ, Україна) КОНТРОЛЬ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	58
Єфременко Вікторія Миколайовна (Київ, Україна) СПРИТНІСТЬ БАСКЕТБОЛІСТІВ.....	62

УДК 796.012

Гринь Андрій Романович, Кондратович Андрій Борисович
Національний технічний університет України
«Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»
(Київ, Україна)

ФОРМУВАННЯ І РОЗВИТОК ОПТИМАЛЬНОЇ СТРУКТУРИ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ

У статті висвітлені питання формування і розвитку оптимальної структури координаційних здібностей студентів. Встановлено, що комплексна методика використання нестандартного устаткування удосконалює механізм координації і компенсації під час управління рухами, оптимізує взаємозв'язки рухових якостей, швидкість рухів, покращує зорово-рухову координацію, координаційні перестроювання в рухових перемиканнях, точність м'язових диференціювань.

Ключові слова: координаційні здібності, рухові якості, фізичне виховання.

Gryn Andrey R., Kondratovich Andrey B.
National Technical University of Ukraine "Igor Sikorsky Kiev Polytechnic Institute"
(Kyiv, Ukraine)

FORMATION AND DEVELOPMENT OF THE OPTIMUM STRUCTURE OF STUDENTS COORDINATING CHARACTERISTICS

The article deals with the questions of formation and development of the optimal structure of coordination abilities of students. It is established that the complex method of using non-standard equipment improves the mechanism of coordination and compensation during motion control, optimizes interconnections of motor qualities, speed of movements, improves visual-motor coordination, coordination rebuilding in motor switches, accuracy of muscular differentiations.

Key words: coordination abilities, motor qualities, physical education.

Гринь Андрей Романович, Кондратович Андрей Борисович
Национальный технический университет Украины
«Киевский политехнический институт имени Игоря Сикорского»
(Киев, Украина)

ФОРМИРОВАНИЕ И РАЗВИТИЕ ОПТИМАЛЬНОЙ СТРУКТУРЫ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ

В статье освещены вопросы формирования и развития оптимальной структуры координационных способностей студентов. Установлено, что комплексная методика использования нестандартного оборудования усовершенствует механизм координации и компенсации во время управления движениями, оптимизирует взаимосвязи двигательных качеств, скорость движений, улучшает зрительно-двигательную

координацию, координационные перестроения в двигательных переключениях, точность мышечных дифференцирований.

Ключевые слова: *координационные способности, двигательные качества, физическое воспитание.*

Однією з найважливіших проблем фізичного виховання у вищих навчальних закладах України є визначення співвідношення педагогічного впливу і рухових можливостей студентів. Процес формування довільних рухів різної координаційної структури у студентів пов'язаний з проявом сили, швидкості, гнучкості, витривалості, спритності, розвиток яких протікає взаємозалежно. У зв'язку з цим, особливу актуальність набувають питання формування оптимальної структури координаційних здібностей студентів, основу яких складають взаємозв'язки рухових якостей. Практика показує, що відсутність належної уваги щодо розвитку координаційних здібностей негативно впливає на оволодіння молоддю певними руховими діями. Саме високий рівень розвитку координаційних здібностей є особливо сприятливим в трудовій і побутовій діяльності [1, 2, 3].

Роботи, висвітлюючи проблему здібностей, як раніше, так і останніми роками, не вносять нового тлумачення в цьому питанні. У дослідженні проблеми здібностей Б. Керолл (1989) справедливо відмітив, що в усіх сучасних теоріях здатності визначаються як якості, необхідні для процесу діяльності. У деяких авторів навіть не виникає думки про необхідність розробки самого поняття здібностей. Поняття здібностей містить в собі ознаки індивідуальних особливостей, що дозволяє вести розмову про те, що одна людина порівняно з іншими має деякі переваги в процесі виконання того або іншого виду громадської діяльності. Здатність - це властивість функціональної системи забезпечувати досягнення певної мети діяльності. А це свідчить про те, що, очевидно, у людини формується внутрішня структура, в якій узагальнюються ефекти її діяльності як суб'єкта у взаємозв'язку з життєдіяльністю її як індивіда, що складає потенціал людини - її обдарованість і визначається, як готовність до здійснення різних видів діяльності. У сучасних умовах значущість розвитку координаційних здібностей постійно зростає. Процес засвоєння будь-яких рухових дій (спортивних, трудових і таке інше) просувається значно успішніше, якщо той, хто займається, має міцні, витривалі м'язи, гнучке тіло, високорозвинені здібності керувати собою, власним тілом і рухами. Нарешті високий рівень розвитку фізичних здібностей - важливий компонент загального стану здоров'я [4, 5].

Численні дослідження з проблеми розвитку координаційних здібностей свідчать, що точність м'язових диференціювань, спритність, координація рухів, швидкість успішно розвиваються ще в шкільному віці. Проте їх остаточне закріплення і вдосконалення відбувається саме в період навчання молоді у вищих навчальних закладах, під час якої відбувається подальше збагачення рухового досвіду, підвищення координаційного базису шляхом засвоєння нових, ще складніших рухових дій, а також виробляється уміння застосовувати їх в різних за складністю умовах. Остаточно розвинувшись на певному етапі, вони зберігаються упродовж досить тривалого часу і дозволяють молодим людям успішно опановувати різноманітні рухові дії, які використовуються в побуті, праці і спорті. Подальше вивчення різних аспектів проблеми може

представляти як пізнавальний, так і практичний інтерес. Проте результат визначається якістю виконання вправи, що вимагає певного розвитку координації рухів, м'язової чутливості, просторової орієнтації і інших властивостей, що забезпечують високий рівень рухових здібностей [1, 2, 6 с. 2-10, 7].

Метою роботи є наукове обґрунтування методики формування оптимальної структури координаційних здібностей студентів на заняттях з фізичного виховання.

Обговорення результатів. В ході експерименту було встановлено, що для високого рівня розвитку відміченого виду координаційних здібностей характерне найменше відхилення в показниках параметрів координації рухів від еталонних (заданих для відтворення величин, або найбільша кількість попадань при найменшій різниці в них між правою і лівою рукою за найкоротший проміжок часу), також з найменшою різницею між правою і лівою рукою (при метаннях волейбольного м'яча в мету).

Для середнього рівня розвитку координаційних здібностей характерним було успішне виконання завдання, проте, з наявними значними відхиленнями від еталонних в показниках параметрів координації рухів, або неточне відтворення заданої величини, яку можна оцінити як достатнє або задовільне виконання завдання, а для завдання на рухову пам'ять - успішне виконання заданих рухів з другої, третьої спроби.

Для низького рівня розвитку відміченого виду координаційних здібностей була характерна наявність максимальних відхилень від еталонних в показниках параметрів координаційних рухів, або значне порушення структури завдання, що виконувалося також у випадку із завданням на рухову пам'ять. Успішне виконання заданих рухів з четвертої, п'ятої спроби, або не відтворення її зовсім.

Для завдання на координацію рухів у вправах балістичного характеру, за умови, що показники тимчасового параметру координації рухів правої і лівої руки однакові і кількість попадань також, студенти з високим рівнем координації, в середньому виконували вправу з такими показниками - юнаки з різницею в часі між правою і лівою рукою $0,02 \pm 0,2$ с не мали жодного попадання, або мали однакову кількість попадань, як правою, так і лівою рукою, дівчата - з різницею в часі між лівою і правою рукою $0,6 \pm 0,36$ с мали різницю в одне попадання. З середнім рівнем координаційних здібностей - юнаки мали різницю в часі між лівою і правою рукою $0,03 \pm 0,1$ с.

Було з'ясовано, що у студентів різних статевих груп проявляються в основному середні і сильні позитивні зв'язки між гомогенними показниками координаційних здібностей, тобто ті, що управляються одними і тими же ведучими і фоновими рівнями побудови рухів. Такі зв'язки встановлені між комплексними проявами координаційних здібностей в циклічних і ациклічних локомоціях (r від 0,31 до 0,95; $p < 0,05$); показниками, які реалізовані в балістичних рухах з проявом сили, показниками координаційних здібностей в умовах прояву швидкості побудови рухової діяльності (r , як правило, було визначено між 0,56 - 0,9; $p < 0,05$). Зв'язки низької щільності були виявлені між проявами координаційних здібностей в балістичних рухах на "влучність".

Аналіз результатів дослідження показав, що вплив запропонованої програми педагогічних дій і систем фізичних вправ виявився ефективнішим

(табл.1). Як видно з таблиці, найбільш мінливими виявилися результати в координаційних тестах, у вправах на гнучкість, консервативними - в швидкісно-силових і швидкісних тестах, у бігу на витривалість.

Таблиця 1

Зміни показників координаційних здібностей і інших рухових якостей в педагогічному експерименті із студентами в процесі навчання (%)

Пол	Координаційні якості		Швидкісно-силові якості		Гнучкість		Витривалість	
	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ	ЭГ
Ю ₁	16, 4	23, 3	4, 8	7, 1	9, 8	39, 2	2, 8	3, 8
Д ₁	14, 5	25, 1	4, 8	12, 7	17, 6	71, 0	3, 6	3, 9
Ю ₂	18, 6	27, 7	5, 5	9, 5	54, 5	50, 0	3, 0	7, 8
Д ₂	17, 9	28, 5	5, 6	11, 4	52, 1	56, 2	4, 5	8, 0

де Ю₁, Д₁ – до експерименту; Ю₂, Д₂–після експерименту

В процесі розвитку і вдосконалення координаційних здібностей і інших рухових якостей в кожній групі студентів зменшилася варіативна відповідних показників, що вказує на зближення механізмів функціонування відповідних систем.

Хоча в експериментальній групі темпи приросту були вищі, співвідношення координаційних здібностей з іншими руховими якостями залишилися приблизно такими ж, що і до експерименту. Швидкісно-силові і координаційні можливості, здатність до рухових перемикань залишилися основними складовими фізичної підготовленості для цього контингенту студентів.

Результати досліджень дають основу вважати, що співвідношення рухових якостей більшою мірою детерміноване генетичною програмою розвитку особистості, чим впливом фізичних вправ. Відносно короткий час проведення педагогічного експерименту супроводжується поліпшенням різних координаційних здібностей, інших рухових якостей і без принципової зміни їх співвідношення.

Одночасно у студентів експериментальної групи взаємозв'язку координаційних здібностей і інших рухових якостей після експерименту проявлялися більшою мірою, ніж в контрольній групі (таб. 2).

Таблиця 2

Середні значення коефіцієнтів кореляції між показниками рухових якостей у студентів до і після педагогічного експерименту

Статистичні параметри	В цілому в обох групах (КГ і ЭГ)		Контрольна група		Експериментальна група	
	до	після	до	після	до	після
Хср	0, 383	0, 321	0, 46	0, 281	0, 308	0, 36
±m	0, 009	0, 0079	0, 0015	0, 0099	0, 01	0, 01
± σ	0, 25	0, 21	0, 28	0, 18	0, 19	0, 22
n	240	240	120	120	120	120
t - критерії	5, 02		9, 82		3, 25	
	P<0, 001		P<0, 001		P<0, 001	

З таблиці 2 видно, що в експериментальній групі збільшується кількість статистично значимих взаємозв'язків рухових якостей. Вони відбивають значну паралель у вдосконаленні рухових якостей, будь-яких координаційних здібностей студентів в процесі навчання в різних темпах приросту (прояв так званого феномену "перенесення навички"), що можна розцінити як позитивне явище. Різні рухові якості удосконалювалися паралельно і спільно входили як складові в різні моделі фізичної підготовленості студентів, визначаючи оптимальний рівень їх співвідношення і взаємозв'язків.

Висновки. Встановлено, що комплексна методика використання нестандартного устаткування і інших засобів в системі розроблених занять з фізичного виховання удосконалює механізм координації і компенсації під час управління рухами, оптимізує взаємозв'язки рухових якостей, швидкість рухів, покращує зорово-рухову координацію, координаційні перестроювання в рухових перемиканнях, точність м'язових диференціювань. Характер взаємозв'язків координаційних здібностей і інших рухових якостей змінюється менше, ніж їх абсолютні значення. Результати дають основу вважати, що їх співвідношення детерміноване більше генетично, ніж педагогічною програмою фізичного впливу, що важливо враховувати під час побудови навчального процесу.

Результати дослідження можуть бути використані в навчальному процесі зі студентами з метою регулювання навчальних навантажень і підвищення їх розумової і фізичної працездатності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Гагин Ю.А., Гаврилов В.И. Теория и практика двигательного мастерства. под ред. Ю.А.Гагина. - Алма-Ата: [Б.Н.], 1990. – 184 с.
2. Куц А.С. Модельные показатели физического развития и двигательной подготовленности населения центральной Украины. - К.: Искра, 1993. – 132 с.
3. Шадриков В.Д. Психология деятельности и способности человека. - М.: Лотос, 1996. – 306 с.
4. Дружинин В.И. Психология общих способностей. - СПб.: Питер Ком, 1999. – 368 с.
5. Романенко В.А. Двигательные способности человека. - Донецк: Новый мир, УК Центр, 1999. – 336 с.
6. Лукьяненко В.П. Точность движений: проблемные аспекты теории и их прикладное значение // Теория и практика физической культуры. - 1991. - №4. - С.2 - 10.
7. Платонов В.Н., Булатова М.М. Координация спортсмена и методика ее совершенствования: Учеб-метод. пособие КГИФК. - К.:КГИФК, 1992. – 54 с.

АКТУАЛЬНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Март 2019 г.

ВЫПУСК 3(47)

Часть 3

Ответственность за новизну и достоверность результатов научного исследования несут авторы

Ответственный за выпуск: Водяной О.
Дизайн и верстка: Вовкодав А.

Учредитель: ОО "Институт социальной трансформации"
свидетельство о государственной регистрации №1453789 от 17.02.2016 г.

Подписано к печати 5.04.2019.

Формат 60x84 1/16.

Тираж 300 шт. Заказ №042

Изготовитель: ФЛП "Кравченко Я.О."

свидетельство о государственной регистрации В01 №560015

Адрес: 03039, Украина, Киев, просп. В. Лобановского, 119

тел. +38 (044) 561-95-31

Адрес ред. коллегии:
08400, Украина, Киевская обл., г. Переяслав-Хмельницкий,
ул. Богдана Хмельницкого, 18
тел.: +38 (063) 5881858

e-mail: iscience.in.ua@gmail.com

204

сайт: <http://iscience.in.ua>

