

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБИНСЬКОГО

ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ ТА ЗДОРОВ'Я НАЦІЇ

Збірник наукових праць

Випуск 4 (23)

Житомир – 2017

УДК 769/799(06)

ISSN 2071-5285

ББК 75я5

Ф 50

Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. – Вип. 4 (23). – Житомир: Видавець О. О. Євенок, 2017. – 312 с.

Засновники: Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського; Житомирський державний університет імені Івана Франка.

Редакційна колегія:

Головний редактор – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор В. М. Костюкевич

Відповідальний редактор – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор Т. Б. Кутек

Відповідальний секретар – кандидат педагогічних наук, доцент П. С. Данчук

Члени редакційної колегії:

Ахметов Р. Ф. доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор
Борисова О. В. доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор
Врублевський Є. П. доктор педагогічних наук, професор (Білорусь)
Вовченко І. І. кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент
Дяченко А. Ю. доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор
Єдинак Г. А. доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор
Козіна Ж. Л. доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор
Куц О. С. доктор педагогічних наук, професор
Пшибильський В. доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор (Польща)
Фурман Ю. М. доктор біологічних наук, професор
Шинкарук О. А. доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор
Яковлів В. Л. кандидат педагогічних наук, доцент

Збірник рекомендовано до друку:

вченою радою Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського
(протокол № 6 від 28.12.2017 р.);

вченою радою Житомирського державного університету імені Івана Франка
(протокол № 7 від 26.12.2017 р.)

Збірник включено до переліку наукових фахових видань України, в яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора філософії (кандидата наук) і доктора наук
(Додаток 12 до наказу Міністерства освіти і науки України № 820 від 11.07.2016 р.)

У збірнику наукових праць з галузі фізичної культури та спорту висвітлюються теоретичні й прикладні аспекти фізичного виховання різних груп населення, медико-біологічні проблеми фізичного виховання та фізичної реабілітації, розкриваються закономірності спортивного тренування.

Реєстраційний № КВ 22031 – 11931 ПР
від 22.04.2016 р.

© Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського
© Житомирський державний університет імені Івана Франка

За достовірність інформації відповідальність несуть автори статей.

Шавель Христина, Концовська Соломія МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНІ МОЖЛИВОСТІ ОРГАНІЗМУ ЮНИХ СПОРТСМЕНІВ, ВІКОМ 7–10 РОКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ДАЙТО-РЮ АЙКІ-ДЗЮДЗЮЦУ	122
Шаверський Віктор ОБГРУНТУВАННЯ ПРОГРАМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КВАЛІФІКОВАНИХ ГАНДБОЛІСТІВ У ЗМАГАЛЬНОМУ ПЕРІОДІ	125
Шандригось Віктор ЗНАЧЕННЯ СПЕЦІАЛІЗОВАНИХ РУХЛИВИХ ІГОР У ТЕХНІКО-ТАКТИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ ЮНИХ БОРЦІВ	132
Шепеленко Татяна КОМПЛЕКТАЦІЯ КОМАНД В СПОРТИВНОЇ АЕРОБІКЕ НА ОСНОВЕ ПРИМЕНЕННЯ МЕТОДІВ МНОГОМЕРНОГО АНАЛІЗА И ПСИХОФІЗИЧЕСКОЇ ТРЕНИРОВКИ	136
Шинкарук Оксана, Яковенко Олена, Коженкова Анастасія ОСОБЛИВОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПРОВІДНИХ ЖІНОЧИХ ЕКІПАЖІВ ЧЕТВІРКИ ПАРНОЇ У ВЕСЛУВАННІ АКАДЕМІЧНОМУ	143

ІІ. НАУКОВИЙ НАПРЯМ ПІДВИЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ТА ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

Андрійчук Ольга МІСЦЕ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В ПОЛІПШЕННІ ЯКОСТІ ЖИТТЯ ЖІНОК, ХВОРИХ НА РАК МОЛОЧНОЇ ЗАЛОЗИ	149
Безкоровайний Дмитро, Звягінцева Ірина, Мазуренко Ігор ДІАГНОСТИКА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ЯК ПРОФІЛАКТИКИ ЗАХВОРЮВАНЬ	152
Бойко Ганна, Міщук Діана АЛГОРИТМ КОНТРОЛЮ ФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ	157
Булгаков Олексій, Тамашевський Іван, Левчук Леонід ПЕРЕДУМОВИ ФОРМУВАННЯ В УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ ОСОБИСТІСНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	162
Головкіна Вікторія, Фурман Юрій ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ПЛАВАННЯМ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ ЕЛЕМЕНТІВ АКВАФІТНЕСУ Й ІНТЕРВАЛЬНОГО ГІПОКСИЧНОГО ТРЕНУВАННЯ НА АЕРОБНУ Й АНАЕРОБНУ ПРОДУКТИВНІСТЬ ОРГАНІЗМУ ДІВЧАТ 11–12 РОКІВ	167

(для студентів денної форми обучения всех специальностей Университета) / Д. А. Бескоровайный, Т. В. Бондаренко. – Харьков : ХНУГХ им. А. Н. Бекетова, 2015. – 48 с.

4. Бескоровайный Д. А. Питание как средство укрепления профессионального здоровья: методические указания для практических и самостоятельных занятий по дисциплинам «Физическое воспитание», «Физическая культура», «Управление профессиональной работоспособностью» (для студентов дневной формы обучения всех специальностей Академии) / Д. А. Бескоровайный. – Х. : ХНАГХ, 2012. – 60 с.

5. Дуднік Н. Ю. Уміння самоорганізації в системі формування активної професійної позиції у майбутніх педагогів / Н. Ю. Дуднік // Наукові записки: зб. наук. праць. Вип. XVII. – Х. : Основа, 2006. – С. 262–268.

6. Гігієна праці / за ред. А. М. Шевченка, О. П. Яворовського – Вінниця : Нова книга, 2005. – 528 с.

7. Кузнєцова О. Т. Діагностика когнітивного компоненту готовності студентів до використання оздоровчих технологій в процесі фізичного виховання та життєдіяльності / О. Т. Кузнєцова // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт : зб. наук. праць / гол. ред. М. О. Носко. – Чернігів : ЧНПУ, 2017. – Вип. 147. – С. 308–311.

АЛГОРИТМ КОНТРОЛЮ ФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Бойко Ганна, Міщук Діана

Національний технічний університет України «КПІ імені Ігоря Сікорського»

Анотації:

У статті представлено розроблений алгоритм та створено комплексну систему контролю фізичного стану студентів вищих навчальних закладів. Визначені організаційні заходи, мета, задачі, етапи, методи та засоби комплексної системи контролю фізичного стану студентів. Основні структурні елементи системи контролю фізичного стану реалізовано у «Щоденнику самоконтролю студента». Запропонований алгоритм оцінювання фізичного стану студентів в цілому сприяє реалізації особистісно-орієнтованого підходу до фізичного виховання кожного студента, може використовуватися на заняттях у вищих навчальних закладах для своєчасного визначення студентів різних груп ризику та корегування навчально-тренувального процесу.

Ключові слова:

система контролю фізичного стану студентів, алгоритм оцінювання фізичного стану, рівень здоров'я, здоровий спосіб життя, рівень рухової активності

The article presents the developed algorithm and establishes a comprehensive system for monitoring the physical condition of students in universities. Arrangements, purpose, objectives, milestones, methods and tools for integrated control of students' physical condition are defined. The main structural elements of the physical condition control system are implemented in the «Student's self-control diary.» The proposed algorithm for estimating the physical condition of the students as a whole contributes to the implementation of a student-centered approach to physical training of each student in classes, can be used in higher education institutions for the timely identification of students of different risk groups and adjustment of the training process.

students' physical condition monitoring system, physical condition evaluation algorithm, health, healthy lifestyle, level of physical activity

В статті представлений розроблений алгоритм та створена комплексна система контролю фізичного стану студентів вищих навчальних закладів. Визначені організаційні заходи, мета, задачі, етапи, методи та засоби комплексної системи контролю фізичного стану студентів. Основні структурні елементи системи контролю фізичного стану реалізовані в «Щоденнику самоконтролю студента». Представлений алгоритм оцінки фізичного стану студентів в цілому сприяє реалізації особистісно-орієнтованого підходу до фізичного виховання кожного студента, може використовуватися на заняттях у вищих навчальних закладах для своєчасного визначення студентів різних груп ризику та корективної навчально-тренувального процесу.

система контролю фізичного стану студентів, алгоритм оцінки фізичного стану, рівень здоров'я, здоровий образ життя, рівень двигательної активності

Постанова проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Однією з основних вимог сучасної підготовки студентської молоді на заняттях з фізичного виховання є поєднання в її системі програмно-методичних основ, матеріально-технічного забезпечення, педагогічного та медико-біологічного контролю. Система контролю і самоконтролю з використанням новітніх технологій оцінки отриманих результатів є невід'ємною частиною навчально-тренувального процесу на заняттях з фізичного виховання.

Основним чинником у процесі побудови навчальних програм є індивідуальні особливості фізичного стану студентів, рівень якого, в більшості випадків, залежить від способу життя та рівня рухової активності.

Тому гостро постає питання створення системи контролю та оцінки фізичного стану студентів з метою застосування науково обґрунтованих рухових режимів у процесі занять з фізичного виховання [3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Неправильно організовані заняття з фізичного виховання, надмірні за інтенсивністю та об'ємом навантаження є, за статистикою, головним чинником звернень студентів до лікувальних закладів за станом здоров'я та отримання ними довідок про звільнення від практичних занять чи перехід в спеціальні медичні групи. Причиною такого становища, за оцінкою фахівців, є недосконала система контролю та самоконтролю. Досить велика кількість діагностичних систем оцінки рівня фізичного стану не дозволяє адекватно і швидко оцінити фізичний стан студентської молоді [0, 2, 3–5]. Практично відсутні дослідження, в яких аналізуються особливості системи контролю фізичного стану студентів вищих навчальних закладів. Робота виконана за планом НДР Національного технічного університету ім. Ігоря Сікорського України в м. Києві.

Мета дослідження – обґрунтувати алгоритм контролю фізичного стану студентів у вищих навчальних закладах.

Методи досліджень: аналіз спеціальної науково-методичної літератури, педагогічне спостереження.

Результати дослідження та їх обговорення. Внаслідок вивчення досвіду багатьох вітчизняних і зарубіжних ВИШів науковим осередком кафедри фізичного виховання НТУУ «КПІ» ім. Ігоря Сікорського, а також багаторічних педагогічних спостережень та досліджень розроблено алгоритм та створена комплексна система контролю фізичного стану студентів (рис. 1). Для ведення контролю запропоновано «Щоденник самоконтролю», що містить ретельну інструкцію для студентів щодо застосування методів контролю.

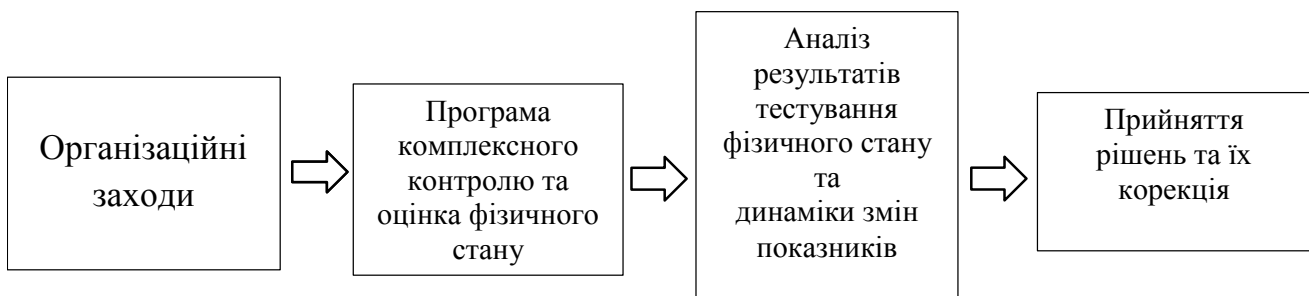


Рис. 1. Алгоритм комплексного контролю фізичного стану студентів

Спочатку необхідно провести низку організаційних заходів (рис. 2), що забезпечують безперервний, об'єктивний та якісний процес отримання інформації про рівень різних сторін підготовленості студентської молоді.

На початку проведення контролю визначається мета та задачі контролю фізичного стану студентів, етапи контролю (етапний, оперативний, поточний), що дозволяє комплексно оцінити ступінь зрушень в організмі студента під впливом занять, визначити адекватність запропонованих навантажень та внести корективи в навчальний процес.

У подальшому, узгоджуються умови проведення комплексного контролю з Комісією з біоетики та оформлюється згода на участь у дослідженнях. Визначається:

- група за віком та статтю тих, хто буде брати участь в дослідженнях;
- місце проведення досліджень;
- періодичність проведення досліджень.



Рис. 2. Структура організаційних заходів

Згідно з метою і завданнями дослідження відбувається підбір засобів та методів: тестів та методик (рис. 3). Як правило, фахівці з фізичного виховання вибирають рухові тести, що визначають рівень розвитку основних фізичних якостей і методики, які оцінюють функціональний стан та особливості будови тіла людини.

За допомогою рухових тестів визначається рівень розвитку фізичних якостей студентів (швидкісно-силових якостей, координаційних здібностей, витривалості, гнучкості) на початку та в кінці кожного семестру. Якщо в навчальному закладі впроваджено секційну форму занять з фізичного виховання, то рухові тести розробляються для кожного виду рухової активності та виду спорту [7]. Наприклад, в НТУУ «КПІ» ім. Ігоря Сікорського створено 15 навчальних відділень і на кожному з них проводиться оцінка розвитку фізичних якостей за окремою системою. Нормативні показники рухових тестів розробляються на підставі рекомендацій МОН та є складовою частиною нормативних документів (НРП РСО НТУУ «КПІ» ім. Ігоря Сікорського). За рухові тести студенти отримують якісну оцінку – певну кількість балів, яка визначається за розробленою оціночною шкалою.

Контроль функціонального стану систем організму студентів проводиться за допомогою спеціальних функціональних проб:

- проба на дозоване навантаження – проби Мартіне (оцінка реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження (ЧСС ПДН));
- проба Штанге (затримка дихання на вдиху) – для оцінки дихальної функції;
- проба Генчі (затримка дихання на видиху) – проба використовується для оцінки функції зовнішнього дихання.



Рис. 3. Структура комплексної програми контролю

Для оцінки фізичного стану студентів доречно використання індексу Кеттле, антропометричних вимірів за спеціальною методикою (наприклад, за Е. Д. Грязевої та інш.), методики оцінки соматотипу та постави.

Під час антропометричних вимірів визначається зріст, вага (індекс Кеттле) та охватні розміри голови, шиї, грудної клітини, талії, зап'ястка, передпліччя, плеча, гомілки, стегна. Згідно з обраною системою оцінювання соматотипу проводяться необхідні розрахунки.

Аналізуючи результати попередніх досліджень, ми прийшли до висновку щодо необхідності застосування системи всіх видів контролю за фізичним станом студентів протягом всього навчального року, що дозволить корегувати навчально-тренувальні програми з урахуванням індивідуальних особливостей студентів [7, 9].

На етапі реалізації комплексної програми контролю проводиться аналіз і порівняння результатів тестування зі шкалами та критеріями оцінювання, застосовуються новітні існуючі інформаційні технології та розроблюються, в разі необхідності, нові. На основі отриманих результатів формуються висновки та рекомендації для студентів та викладачів (рис. 4, 5). Так, нами було розроблено методику оцінки умов коронарного кровопостачання з використанням модифікованої проби Мартіне. Застосування кластеризаційного алгоритму «k-середніх» із процедурою Болла-Холла на отриманих даних дало змогу виявити осіб з підвищеним ризиком раптових порушень гемодинаміки, які потребують поглибленого медичного обстеження та вибирати вид рухової активності, об'єм та інтенсивність навантажень, прийнятний для представників кожної визначеної групи в залежності від типу реакції на функціональну пробу.

Зауважимо, що одним із чинників від яких залежить фізичний стан студентів є відповідальне ставлення молоді до нього; систематичні заняття фізичними вправами, профілактика захворювань, загартовування організму, раціональне харчування, активний відпочинок, боротьба зі шкідливими звичками. Динаміка показників може змінюватися не тільки під впливом фізичних навантажень, а також залежати саме від цих чинників. У зв'язку з цим, система контролю повинна бути комплексною та систематизованою і бути невід'ємною частиною навчального процесу.

II. Науковий напрям



Рис. 4. Складові аналізу результатів тестування

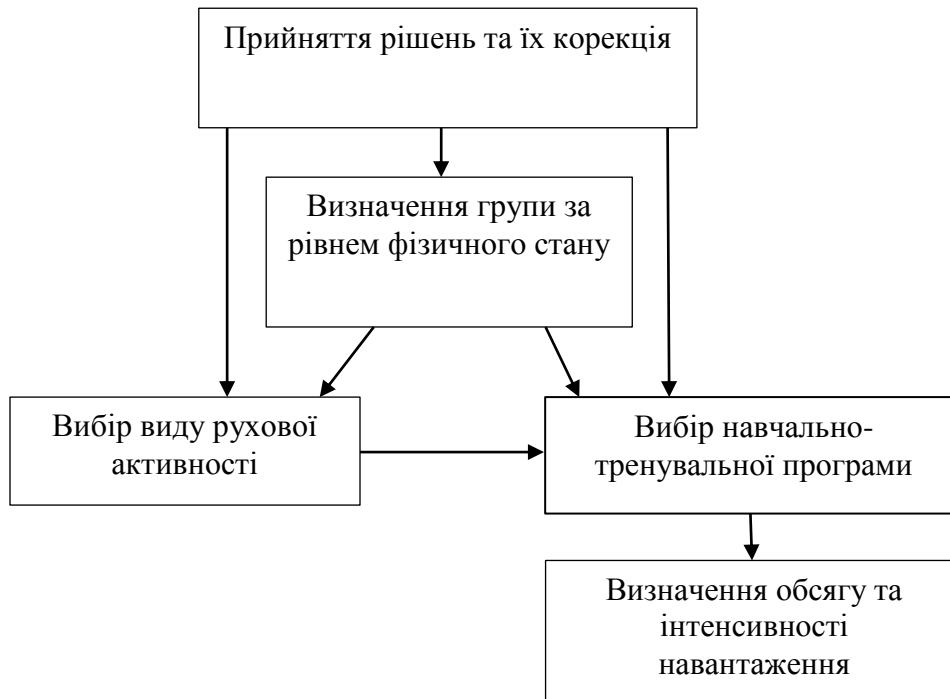


Рис. 5. Алгоритм прийняття рішень та їх корекція

Висновки. Запропонований алгоритм оцінювання фізичного стану студентів в цілому сприяє реалізації особистісно-орієнтованого підходу до фізичного виховання кожного студента, може використовуватися на заняттях у вищих навчальних закладах для своєчасного визначення студентів різних груп ризику та корегування навчально-тренувального процесу:

- вибору виду рухової активності,
- об'єму та інтенсивності навантажень, прийнятних для представників різного рівня підготовленості.

У перспективі подальших досліджень розробка рейтингової системи оцінювання з дисципліни «Фізичне виховання» з урахуванням динаміки змін показників фізичного стану студентів.

Список використаних літературних джерел

1. Ahn S. A Meta-analysis of the Relationship Between Physical Activity and Mental Health / S. Ahn, A. Fedewa. // J. Pediatr. Psychol. – 2011. – №10. – С. 22–28.
2. Апанасенко Г. Л. Еволюция биоэнергетики и здоровье человека / Г. Л. Апанасенко. – СПб.: Петрополис, 1992. – 137 с.
3. Bioenergy Research: Advances and Applications / G. G. Vijai, M. Tuohy, C. Kubicek, J. Saddler. – Oxford: Elsevier, 2013. – 496 p.
4. Hupperta F. A controlled trial of mindfulness training in schools: The importance of practice for an impact on well-being / F. Huppert, D. Johnson. // The Journal of Positive Psychology: Dedicated to furthering research and promoting good practice. – 2010. – №5. – С. 264–274.

5. Winnick J. Adapted Physical Education and Sport / Joseph P. Winnick. – New Zealand: Human Kinetics, 2011. – 656 с.

6. Оценка качества физического развития и актуальные задачи физического воспитания студентов: монография / Е. Д. Грязева, М. В. Жукова, О. Ю. Кузнецов, Г. С. Петрова – М.: ФЛИНТА: Наука, 2013. – 168 с.

7. Бойко Г. Л. Алгоритм оцінки фізичного стану студентів за функціональними патернами системи кровообігу / Г. Л. Бойко, О. К. Носовець, Є. А. Настенко // Науковий вісник Східноєвропейського університету ім. Лесі Українки – Луцьк, 2015. – № 12 (313). – С. 128-134.

8. Бойко Г. Л. Вплив практичних занять з фізичного виховання на фізичний стан студентів та система його оцінки / Г. Л. Бойко, Д. М. Міщук // Спортивний вісник Придніпров'я – Дніпро, 2016. – № 3. – С. 5-8.

9. Бойко Г. Л. Оцінка адаптаційного потенціалу організму студентів на основі аналізу варіабельності серцевого ритму / Г. Л. Бойко, Д. М. Міщук // Фізична культура, спорт та здоров'я нації (збірник наукових праць) – Вінниця, 2016. – Вип. 1. – С. 417-421.

ПЕРЕДУМОВИ ФОРМУВАННЯ В УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ ОСОБИСТІСНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Булгаков Олексій, Тамашевський Іван, Левчук Леонід

Житомирський державний університет імені Івана Франка

Анотації:

У статті представлені результати соціологічного дослідження, яке проводилось серед учнів загальноосвітніх шкіл м. Житомира. Результати матеріалів проведеного дослідження свідчать про те, що переважна більшість учнів 5-11 класів фізичну культуру вважають необхідним елементом загальної культури особистості людини. Результатами дослідження встановлено, що основними мотивами які спонукають учнів загальноосвітніх шкіл до занять фізкультурно-спортивною діяльністю є бажання покращити фізичну підготовленість, оптимізувати вагу та покращити фігуру. Дослідженням також встановлено, що основною причиною яка заважає займатися учням фізкультурно-спортивною діяльністю є відсутність вільного часу та відсутність інвентарю і спортивної форми.

Ключові слова:

фізична культура особистості, фізкультурно-спортивна діяльність, мотиви, причини, здоров'я, соціологічне дослідження

The article presents the results of a sociological survey that was conducted among students in general education schools. Zhitomir. The results of the materials of the study show that the vast majority of students in grades 5-11 physical culture consider necessary element of the general culture of the person's personality. The results of the research found that the main motivations for students of general education schools to engage in physical culture and sports activities is the desire to improve physical fitness, optimize weight and improve the figure. The study also found that the main reason that prevents athletes from exercising sports and sports activities is the lack of free time and lack of equipment and sports uniforms.

fizichna culture osobistosti, fizkulturno-sportivna diyalnist, motivations, causes, zdorov'ya, sotsiolognich doslidzhennya

В статье представлены результаты социологического исследования, которое проводилось среди учащихся общеобразовательных школ г. Житомира. Результаты материалов проведенного исследования свидетельствуют о том, что подавляющее большинство учащихся 5-11 классов физической культуре считают необходимым элементом общей культуры личности человека. Результатами исследования установлено, что основными мотивами побуждающие учащихся общеобразовательных школ к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью является желание улучшить физическую подготовленность, оптимизировать вес и улучшить фигуру. Исследованием также установлено, что основной причиной которая мешает заниматься ученикам физкультурно-спортивной деятельностью является отсутствие свободного времени и отсутствие инвентаря и спортивной формы.

физическая культура личности, физкультурно-спортивная деятельность, мотивы, причины, здоровья, социологическое исследование

Постановка проблеми. Виховання всебічно розвиненої особистості належить до числа найактуальніших завдань сучасної системи освіти, від вирішення якого багато в чому залежить соціальний, політичний та економічний розвиток суспільства. У цьому процесі важливе місце відводиться формуванню фізичної культури особистості, як невід'ємній складовій її гармонійного розвитку [2, 4, 7, 11]. Сучасні дослідження свідчать про те, що фізична культура особистості це одна із характеристик загальної культури людини із специфічними ознаками, притаманними фізичній культурі [6, 9, 11]. Основними ознаками особистісної фізичної культури є ведення здорового способу життя та систематичні заняття фізичними вправами, спрямованими на всебічне вдосконалення людиною своєї фізичної природи; ступеню орієнтації

Наукове видання

Фізична культура, спорт та здоров'я нації

Збірник наукових праць

Випуск 4 (23)

Грудень 2017

Головний редактор – В. М. Костюкевич

Адреса редакційної колегії:

21100, вул. Острозького, 32, м. Вінниця, Україна

Тел.: (0432) 26-52-40

Факс: (0432) 27-57-48

Надруковано з оригінал-макета замовника

Рекомендовано до друку 28.12.2016; 26.12.2016.

Формат 60x84/8. Ум. друк. арк. 15.

Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman.

Друк різнографічний.

Наклад 300 прим. Замовлення №

Видавництво ФОП Євенок О. О.

ДК № 3544 від 05.08.09 р.

м. Житомир, вул. Мала Бердичівська, 17-а

тел.: (0412) 422-106