

ДНІПРОПЕТРОВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ВНУТРІШНІХ СПРАВ
УНІВЕРСИТЕТ СХІДНОГО ЛОНДОН (ВЕЛИКОБРИТАНІЯ)
УНІВЕРСИТЕТ ПОНДІЧЕРРІ (ІНДІЯ)
ІНСТИТУТУ ПЕРЕПІДГОТОВКИ ТА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ (УЗБЕКІСТАН)
ЛУГАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА

ЖІНКИ, СПОРТ І СУСПІЛЬСТВО В СУЧАСНОМУ СВІТІ

*Матеріали
Міжнародної науково-практичної конференції*

м. Дніпро, 25 квітня 2024 року

Дніпро
2024

**DNIPROPETROVSK STATE UNIVERSITY
OF INTERNAL AFFAIRS
UNIVERSITY OF EAST LONDON
PONDICHERRY UNIVERSITY
SAMARKAND BRANCH OF INSTITUTE FOR RETRAINING
AND ADVANCED TRAINING OF SPECIALISTS IN PHYSICAL
CULTURE AND SPORTS
TARAS SHEVCHENKO NATIONAL UNIVERSITY OF LUHANSK**

***"WOMEN, SPORT AND SOCIETY
IN THE MODERN WORLD"***

**COLLECTION OF MATERIALS FROM THE INTERNATIONAL
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE**



**April 25, 2024
Dnipro**

УДК 37+316+305-055.2

Ж 11

*Схвалено на засіданні науково-методичної ради
Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ
(протокол № 9 від 17 квітня 2024 р.)*

Ж 11 Жінки, спорт і суспільство в сучасному світі : матеріали
Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Дніпро, 25 квіт. 2024р.).
Дніпро : Дніпроп. держ. ун-т внутр. справ, 2024. 456 с.

Women, Sport and Society in the Modern World: a collection of
materials from the International Scientific and Practical Conference
(Dnipro, April 25, 2024). Dnipro: DSUIA, 2024. 456 p.

ISBN 978-617-8035-84-6

Збірник містить матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, в якій взяли участь науковці, викладачі та здобувачі закладів вищої освіти та наукових установ України та іноземних держав (Польща, Боснія і Герцеговина, Словенія, Індія, Албанія, Узбекистан та інші), а також фахівці-практики з фізичного виховання, спорту та спортивних федерацій. В публікаціях авторів висвітлено актуальні проблеми розвитку жіночого спорту, питання гендеру у спорті та фізичному вихованні у сучасному суспільстві, підвищення мотивації молоді до спортивної діяльності, збереження їх психічного здоров'я в умовах війни та шляхи використання спорту, як інструменту протидії російській агресії.

Матеріали конференції можуть бути використані в науково-дослідній роботі та освітньому процесі ЗВО.

***Матеріали подано в редакції авторів тез.
Оргкомітет не несе відповідальності
за їх зміст та автентичність***

ISBN 978-617-8035-84-6

© Автори, 2024
© ДДУВС, 2024

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

МОРГУНОВ О.А. (<i>голова</i>)	д-р юрид. наук, проф., полковник поліції, ректор, Заслужений тренер України
СКРИПЧЕНКО І.Т. (<i>заст. голови</i>)	канд. наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувачка кафедри фізичного виховання та тактико-спеціальної підготовки ДДУВС
КОРНІЄНКО В.В.	д-р психол. наук, доцент, завідувачка кафедри педагогіки та психології ДДУВС
СЕРГІЄНІ О.В.	д-р мед.наук, професор кафедри педагогіки та психології ДДУВС
ГРИБАН В.Г.	д-р біол. наук, професор кафедри фізичного виховання та тактико-спеціальної підготовки ДДУВС
САВІЩЕНКО В.М.	д-р юрид. наук, канд. пед. наук, професор кафедри педагогіки і психології ДДУВС
ПАВЛОВИЧ Р.	д-р наук з фізичного виховання та спорту, професор, Університет Східного Сараєво, Боснія і Герцеговина
СІНГХ РАМ МОХАН	канд. наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичного виховання і спорту, Університет Пондічеррі, Індія
АХМЕДОВ ФАРРУХ	канд. пед. наук, доцент, Самаркандський державний університет, Інститут перепідготовки та підвищення кваліфікації фізичного виховання і спорту Самаркандська філія, Узбекистан
БЄЛІЦА БОЯН	канд. наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Заступник декана з виховної роботи, Університет Східного Сараєво, Боснія і Герцеговина
АКСОВИЧ НІКОЛА	канд. наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Ниський університет, Сербія
КАУКАБ АЗІЗ	канд. наук з фізичного виховання та спорту, професор кафедри фізичного виховання, Університет нафти та мінералів імені короля Фахда, Саудівська Аравія
БОГУСЛАВСЬКИЙ В.В. (<i>відп. секретар</i>)	канд. юрид. наук, доцент, завідувач кафедри спеціальної фізичної підготовки ДДУВС

EDITORIAL BOARD

- MORGUNOV O.A.**
(Editor-in-Chief)
Doctor of Law Science, professor, police colonel, Honored coach of Ukraine, rector Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs, Dnipro, Ukraine
- SKRYPCHENKO I.T.**
(vice-chairman)
PhD, Associate Professor, Head Department of Physical Education and Tactical & Special Training Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs, Dnipro, Ukraine
- KORNIENKO V.V.**
Doctor of Psychological Science, PhD psych. sciences, professor, Head Department of Pedagogy and Psychology Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs, Ukraine
- SERGIENI O.V.**
Doctor of Psychological Science, Full professor Department of Pedagogy and Psychology Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs, Ukraine
- GRYBAN V.G.**
PhD biological science, Full professor Department of Physical Education and Tactical & Special Training Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs, Ukraine
- SAVISHCHENKO V.M.**
Doctor of Law Science, PhD ped. sciences, professor, Department of Pedagogy and Psychology Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs, Ukraine
- PAVLOVIĆ RATKO**
PhD, Full professor
University of East Sarajevo, Faculty of Physical Education and Sport, Bosnia and Herzegovina
- SINGH RAM MOHAN**
Ph.D., Associate Professor
Department of Physical Education and sports,
Pondicherry University, India
- AHMEDOV FARRUH**
PhD ped. sciences, Associate Professor, Samarkand State University, Samarkand city, Uzbekistan
Retraining and advanced training Institute in Physical Education and Sports, Samarkand branch, Uzbekistan
- BJELICA BOJAN**
PhD Sport and Physical Education, Associate Professor, Vice Dean for Education, University of East Sarajevo, Bosnia and Herzegovina
- AKSOVIĆ NIKOLA**
PhD Sport and Physical Education, Associate Professor, University of Niš, Serbia
- KAUKAB AZEEM**
PhD, Associate Professor Physical Education Dept.
King Fahd University of Petroleum & Minerals,
Saudi Arabia
- BOGUSLAVSKIY V.V.**
(executive secretary)
PhD of Law Science, Associate Professor
Head Department of Special Physical Training,
Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs, Ukraine

ЗМІСТ / CONTENT

<i>Villasmil Espinoza Jorge J., Oleksenko R.</i> GENDER THEORY FROM THE PERSPECTIVE OF LIBERAL PHILOSOPHY	13
<i>Pavlović R., Susanto N., Setiawan E., Skrypchenko I.</i> BODY COMPOSITION AS AN INDICATOR OF PHYSICAL ACTIVITY FEMALE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS	17
<i>Nithin B. S., Akhila P. V., R. Ram Mohan Singh</i> EMPOWERING WOMEN IN SPORTS: THE TRANSFORMATIVE ROLE OF DIGITAL MEDIA IN ENHANCING FEMALE ATHLETE REPRESENTATION AND SPONSORSHIP OPPORTUNITIES	24
<i>Ajini P S, Sandhyamol M S, Vasanthi G</i> WOMEN IN PROFESSIONAL SPORTS: EXPLORING MEDICAL AND BIOLOGICAL CHALLENGES IN HIGH-PERFORMANCE ATHLETICS	29
<i>Karasmanakis A., Panoutsakopoulos V.</i> MEN vs. WOMEN DIFFERENCES IN THE PERFORMANCE PARAMETERS AND THE TACTICS OF THE 4x400m RELAY TEAMS AT THE POST COVID-19 WORLD ATHLETICS SHORT TRACK CHAMPIONSHIPS	34
<i>Tsolakidou S., Panoutsakopoulos V.</i> STRUCTURE OF PERFORMANCE OF THE TOP U18 GREEK FEMALE HEPTATHLON ATHLETES	38
<i>Panoutsakopoulos V., Tsoungkos G., Papaiakovou G.</i> DIFFERENCES IN THE HIGH JUMP TECHNIQUE EVALUATION CRITERIA SCORES BETWEEN GREEK MALE AND FEMALE U16 ATHLETES	43
<i>Patel A., Abraham J., Kumar A.</i> ENHANCING WOMEN'S PHYSICAL AND PSYCHOLOGICAL CAPACITIES THROUGH MEDITATION: A SOCIOCULTURAL PERSPECTIVE ON GENDER EQUALITY IN SPORTS AND SOCIETY	48
<i>Eswar C.</i> BREAKING THE MOULD: THE LINGUISTIC DISPARITY BETWEEN 'SPORTS' AND 'WOMEN'S SPORTS'	52
<i>Skrypchenko I., Schastlyvets V., Skaliy O.</i> GENDER SPECIFICS OF MOTOR ACTIVITY OF STUDENTS IN EXTRACURRICULAR TIME IN THE CONDITIONS OF WAR	56
<i>Vrcić M., Pavlović R., Rakić S., Gerdijan N.</i> IMPLEMENTATION OF ISOKINETIC EXERCISE IN FITNESS	61
<i>Ibnu Noufal K. V., Vasanthi G.</i> ROLE OF HORMONES IN REGULATING MUSCLE ACTIVITY DURING EXERCISE AND THEIR IMPACT ON RECOVERY PROCESSES	67
<i>Kornienko V.</i> THE FORMATION OF A CULTURE OF CARE FOR MENTAL HEALTH AS A COMPONENT OF THE PERSONALITY OF A UKRAINIAN IN THE CONDITIONS OF WAR	71
<i>Abraham J., Kumar M A M., Patel A.</i> A COMPARATIVE STUDY OF MENTAL TOUGHNESS AND ATHLETE BURNOUT AMONG MALE AND FEMALE FIELD HOCKEY PLAYERS	74
<i>Prikhodko V., Sheviakov O., Slavskaya Ya., Cherednichenko O.</i> PROBLEMS AND PROSPECTS OF THE DEVELOPMENT OF NON-PROFESSIONAL PHYSICAL EDUCATION IN UKRAINE IN THE CONDITIONS OF WAR	78

Долбишева Н. «ГРИ НЕСКОРЕНИХ» ЯК СКЛАДОВА МІЖНАРОДНОГО СПОРТИВНОГО РУХУ	81
Оніщук Л., Камерілов О. ОЛІМПІЙСЬКИЙ РУХ В УКРАЇНІ. РЕГІОНАЛЬНИЙ АСПЕКТ	84
Грибан В., Мельников В. РІВНІСТЬ ПРАВ І МОЖЛИВОСТЕЙ ТА ЯВНА І СХОВАНА ГЕНДЕРНА ОСОБЛИВІСТЬ	87
Грибан В., Мельников В. ГЕНДЕРНА ТЕОРІЯ ТА БОРОТЬБА ЖІНОК ЗА СВОЇ ПРАВА В СУСПІЛЬСТВІ	90
Карабанов Є., Прокопенко Ю., Білаш Є. СПОРТ ЯК ЗНАРЯДДЯ У ПРОТИСТОЯННІ РОСІЙСЬКІЙ АГРЕСІЇ В УКРАЇНІ	94
Савіщенко В. РОЗВИТОК СТРЕСОСТІЙКОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЗВО В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	98
Хмель-Дунай Г., Хмель О. ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН ПРАЦІВНИКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ	101
Tokovenko O., Zavorotna Zh. SPORTS AS A TOOL FOR REPRESENTATION OF AGGRESSION OF THE RUSSIA	103
Філіна І., Мизгіна Т. СТАТУС ЖІНКИ В ІСТОРІЇ СІМ'Ї, КУЛЬТУРИ, СПОРТИ, СУСПІЛЬСТВІ	107
Tharanga Bose, Vasanthi G. GENDER ISSUES IN SPORTS AND PHYSICAL EDUCATION IN MODERN SOCIETY	110
Yakhyayeva S. GENDER EQUALITY ISSUES IN SPORTS	113
Білогур В., Сивохоп Е., Маріонда І. АКТУАЛЬНІСТЬ ГЕНДЕРНИХ ВІДНОСИН У СПОРТИ	115
Середа Н. АНАЛІЗ ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ В УПРАВЛІННІ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ	119
İnan M. COMPILATION OF SOME STUDIES ON OBESITY, PHYSICAL ACTIVITY AND PEDAGOGY IN TURKEY	122
Mamrasulov U. SOCIO-MORAL ANALYSIS OF THE DEVELOPMENT OF THE PATRIOTIC PRINCIPLE IN THE POPULATION	124
Tabeshadze N. PROSPECTS IN DEVELOPMENT OF MORAL INJURY PREVENTIVE EXERCISES FOR SERVICEWOMEN	127
Kujan V., Skrypchenko I., Haxhihyseni A. REGARDING THE DEVELOPMENT OF SPORTS LAW IN UKRAINE	129
Bouchareb R., Heddouche A. THE EFFECT OF A SPORTS PROGRAM TO IMPROVE SOME HEALTH-RELATED PHYSICAL FITNESS ELEMENTS AMONG OBESE FEMALE HIGH SCHOOL STUDENTS	134
Khrystova T., Pyurko V. SPECIFICITY OF THE PROGRAM FOR INCREASE OF PHYSICAL FITNESS OF TEENAGERS WITH DIFFERENT TYPES OF BODY CONSTITUTION	136

Kalita B. HEALTHY GUT IS HEALTHY LIFE: ADDRESSING HOSTEL MESS SCENARIO RELATED TO GUT HEALTH AND PERFORMANCE FOR FEMALE PHYSICAL EDUCATION STUDENTS-ATHLETES IN INDIA	139
Jithin Das TK, Abhijith M., Fuad Sharaf VC EFFECT OF CIRCUIT RESISTANCE TRAINING ON ARM AND LEG STRENGTH IN RECREATIONALLY ACTIVE MALE INDIVIDUALS	142
Akhmedov J., Kholboyeva G. PROFESSIONAL, HUMANITARIAN, REGIONAL-NATIONAL CONCEPT CAPACITY BUILDING IN THE TRAINING OF PHYSICAL CULTURE SPECIALISTS	147
Mamadaliyev M., Ahmedov J, SOME FEATURES OF ADAPTATION OF ATHLETES IN CONDITIONS OF PHYSICAL ACTIVITY	153
Khubulov F. FACTORS INFLUENCING PEDAGOGICAL PROCESSES AIMED AT PHYSICAL EDUCATION AND HEALTH IMPROVEMENT	158
Almadhkhori H., Rafahiya B. WORK & POWER IN OUR SPORTS FIELD	161
Aswanth S. A STUDY ON INFLUENCE OF COMPETITION-RELATED ANXIETY ON FEMALE COLLEGIATE ATHLETES	166
Sushkova S., Solohubova S. PHYSICAL EDUCATION AS A FACTOR OF FORMING A PERSONAL HEALTHY LIFESTYLE	169
Amit Lal.S, Husaif K A, Adhil Jabbar, Vivek V Pai. THEMATIC EXPLORATION OF BIOCHEMICAL FACTORS INFLUENCING FOOTBALL ATHLETE RECOVERY AND ADAPTATION	172
Sera Mathew, Devi Krishna K A, Mrudula Mohanan BREAKING BARRIERS: CHALLENGES FACED BY THE INDIAN NATIONAL WOMEN'S FOOTBALL TEAM	175
Vishnula B M, Praveen A., Amalesh P J, Nithin B S SOCCER MINI-GAME ACTIVITY: AN ENGAGING APPROACH FOR STRESS RELIEF AMONG HEALTHCARE PROFESSIONALS	178
Anisimov D. SOME ISSUES OF IMPROVING THE LEVEL OF PHYSICAL FITNESS	182
Рибалко Л. КОМПОНЕНТИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА	184
Тьорло О., Костовський М. ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ КУРСАНТІВ-ЖІНОК ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗІ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ, ЯКІ ЗДІЙСНЮЮТЬ ПІДГОТОВКУ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ	187
Котова О., Шрамко В. ПІДВИЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ І СПОРТОМ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	191
Червоношанка М., Котов С., Кмицяк М. РУХОВА АКТИВНІСТЬ СТУДЕНТОК ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	194
Сопотницька О., Котова О. ЗАСТОСУВАННЯ СУЧАСНИХ ПЕДАГОГІЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ДО РЕАЛІЗАЦІЇ ЗМІСТУ РЕФОРМИ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ	196

Boboyarova N. OSTEOPOROSIS PROBLEMS IN WOMEN AND MEASURES TO REDUCE THEM	200
Raxmonov D. CHARACTERISTICS OF THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES	202
Abhijith M., Mohammed Sadique K., Muthukumaran M. EFFECT OF PLYOMETRIC TRAINING ON RESTING HEART RATE OF MALE VOLLEYBALL PLAYERS	206
Protsenko A., Khrystovoi R. SYNERGICTIC METHOD OF TRAINING FOR BEGINNER CHECKERS PLAYERS	211
Khaydarov M. REVAMPING LEG STRENGTH IN YOUNG VOLLEYBALL PLAYERS	214
Tarasu S., Holub A., Marusych O. ENVIRONMENTAL IMPACT ON THE PSYCHO-EMOTIONAL STATE OF A PERSON	219
Usova A., Varchenko-Pikiner N. INFLUENCE OF PHYSICAL EDUCATION ON PERSON'S PSYCHO-EMOTIONAL STATE	222
Adzhiev N. INNOVATION AND FORWARD THINKING IN DIGITAL DEVELOPMENT - THE WHEEL OF DEVELOPMENT	225
Samandarov A., Kasimov F. SOCIAL NEED FOR INCREASING THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS IN THE PROCESS OF PROFESSIONAL DEVELOPMENT	227
Begimkulov Z. PROFESSIONAL DEVELOPMENT IS AN IMPORTANT PROCESS OF PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF SPORTS COACHES.	231
Лусенко С., Кравченко А. ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ СОЦІОКУЛЬТУРНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В УМОВАХ ВІЙНИ	235
Abdakimov U. STUDENTS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS SELF-STUDY CREDIT-MODULAR ORGANIZATIONS BASED ON THE SYSTEM	238
Samandarov A. PROSPECTS FOR ATTRACTING AND SELECTING YOUNG PEOPLE IN THE CIRCLES OF STRUGGLE	242
A'zamkhonov O. WAYS TO PREPARE CHILDREN FOR A SPORTS COMPETITION	245
Чичкан О., Балушка Л. УСПІШНА ЖІНКА. СТЕРЕОТИПИ ТА РЕАЛЬНІСТЬ	248
Шинкаренко І. ПРОБЛЕМИ ДІАГНОСТИКИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я	251
Мизгіна Т. ВПЛИВ СИЛОВИХ ТРЕНУВАНЬ НА МОДУЛЯЦІЮ РІВНЯ МІОКІНІВ У ПЛАЗМІ КРОВІ СПОРТСМЕНІВ	254
Червоношапка М., Гнип І. ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДИКИ «ТАБАТА» У ПРОЦЕСІ ВДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНИХ ЗДІБНОСТЕЙ КУРСАНТІВ-ЖІНОК ЗВО МВС УКРАЇНИ	257
Отравенко О. ГЕНДЕРНА ОСВІТА У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	259

Нестеренко Н. ГЕНДЕР В ОЛІМПІЙСЬКОМУ РУСІ ТА ВИКЛИКИ ТРАНСГЕНДЕРНОСТІ	263
Петрушин Д. ПРОБЛЕМАТИКА ТА ВАЖЛИВІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ГЕНДЕРНОГО ПІДХОДУ У СФЕРІ СПОРТУ ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ	268
Gnydiuk O., Chernievska O. GENDER EQUALITY OF MANAGEMENT IN SPORTS.	271
Горіна О. СПОРТИВНЕ ПРАВО ТА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ РОЗВИТКУ ЖІНОЧОГО СПОРТУ В УКРАЇНІ	273
Чоботько М. ЗНАЧЕННЯ ПРАВОВОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В УКРАЇНІ	276
Чоботько І. ДИСКРИМІНАЦІЯ ТА СЕКСИЗМ ЩОДО ЖІНОК У СПОРТІ	279
Чоботько І., Рожеченко В. ГЕНДЕРНІ АСПЕКТИ У СПОРТІ: ЗВІДКИ МИ ПОЧИНАЄМО І ЩО МОЖЕМО ДОСЯГТИ	282
Караван Є., Воробйов О., Зачепило І. ЖІНКИ - АРБІТРИ В УКРАЇНСЬКОМУ ФУТБОЛІ	284
Гулько Т. ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ І ДИНАМІКИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У СТУДЕНТІВ ПІД ЧАС ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	286
Бачинська Н. СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ОСОБЛИВОСТЕЙ СТАТЕВОГО ДИМОРФІЗМУ У СПОРТІ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ (НА ПРИКЛАДІ СПОРТСМЕНОК-АКРОБАТОК)	289
Чоботько М. ЗНАЧЕННЯ ПРАВОВОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ В УКРАЇНІ	292
Огороднік Є., Журавель Є. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В СТУДЕНТСЬКОМУ ЖИТТІ	294
Волобуєва Д., Шиян О. СПОРТ ЯК СПОСІБ БОРОТЬБИ ЗІ СТРЕСОМ	297
Бузякова О., Молчанов Є. РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ ДЛЯ ЕКОНОМІКИ	300
Дорош В., Лутасєва Н. СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ СФЕРИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	302
Чорнобай Ю. ВПРОВАДЖЕННЯ ІННОВАЦІЙНИХ ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ	304
Єпіфанцев Д., Малусєв М., Ненша О. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ЗАСІБ ЗДОРОВ'ЯБЕРЕЖЕННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩИХ ОСВІТИ	307
Суханова Г. ВИКОРИСТАННЯ ІГРОВОГО МЕТОДУ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП	310

Вінніченко О., Коваль Д., Ненша О. ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ ТА СПОРТОМ	314
Tokovenko O., Soltysiuk A. PSYCHOLOGICAL, PEDAGOGICAL, AND ETHICAL FOUNDATIONS OF YOUTH MOTIVATION FOR SPORTS ACTIVITY, PRESERVATION OF MENTAL HEALTH IN WAR CONDITIONS.	317
Кравченко А., Скуріхін Ю. КУЛЬТУРА МОВИ ЯК СКЛАДОВА СОЦІОКУЛЬТУРНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ ФАХІВЦІВ ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ	319
Проценко А., Суханова Г. ПЕДАГОГІЧНА ПРАКТИКА ЯК ПЕРЕДУМОВА ЕФЕКТИВНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	322
Мусієнко Н., Котова О. ЗНАЧЕННЯ РУХЛИВИХ ІГОР У РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ	325
Protsenko A., Kyriienko O. METHODS OF TEACHING FOOTBALL TECHNIQUE TO CHILDREN AGED 6-9 YEARS	328
Batirova F. THE COMPLEX APPLICATION OF TEMPERING ACTIVITIES AND PHYSICAL EXERCISES IN PRESCHOOL AGE	331
Sohibnazarov R. NON-ANALYTICAL APPROACHES TO THE PHYSICAL EDUCATION OF PRESCHOOL CHILDREN	333
Tangirov Zoir LEARNING THE ELEMENTS OF SPORTS THROUGH OUTDOOR GAMES	336
Котова О., Скрипченко І. ЗАСТОСУВАННЯ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕСІ ОРГАНІЗАЦІЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	341
Беркут К., Тюєнко І. ІННОВАЦІЙНІ ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ	344
Hakimov S. SOME PROBLEMS OF TEACHING GYMNASTICS IN SCHOOLS	347
Eshnazarova F. PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE FORMATION OF MOVEMENT SKILLS IN ATHLETES	350
Do'stov J. DEVELOPMENT OF SAFETY RULES IN SPORTS TOURISM	352
Kobilov S. THE ROLE OF THE "ALPOMISH" EPISODE IN FORMING THE STUDENTS TO BE PHYSICALLY PERFECT	355
Sysun V. V., Nikitin A. D. HISTORICAL DEVELOPMENT OF WASTE HOCKEY IN UKRAINE	359
Раковська І., Чехович П. ІСТОРИЧНІ ТА СУЧАСНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ОБЛАДНАННЯ, ІНВЕНТАРЮ ТА ЕКІПРУВАННЯ У ВОЛЕЙБОЛІ	362
Решетник С., Нестерова О., Шиян В. ЯКІСТЬ ВОДИ В БАСЕЙНІ: СЕКРЕТ ЕФЕКТИВНОГО СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ	367

Шрубенко Д., Ужеловський А., Сердюков А. ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ТА БЕЗПЕКИ УПРАВЛІННЯ СПОРТИВНИМИ СПОРУДАМИ ШЛЯХОМ ЗАСТОСУВАННЯ АВТОМАТИЗОВАНИХ СИСТЕМ	371
Борисов Є. РОЗМИНКА ЯК ЕЛЕМЕНТ ОПЕРАТИВНОГО КОНТРОЛЮ ГОТОВНОСТІ СПОРТСМЕНА ДО ЗАПЛАНОВАНОГО ТРЕНУВАЛЬНОГО НАВАНТАЖЕННЯ	374
Кошелева О., Нагайченко О. БОКС В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІВЧАТ-СТУДЕНТОК	378
Кошелева О., Пісарькова О. ЧЕРЛІДИНГ ЯК ЗАСІБ ПОКРАЩЕННЯ ПСИХОФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТОК ЗВО	381
Останов А., Лунай Ю. ЕФЕКТИВНІСТЬ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ КОМАНДИ ГАНДБОЛІСТОК У ЗАХИСТІ	384
Абдуллаєв А., Нестеров О., Ребар І. ЗАСОБИ УДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ У НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ЮНИХ БОРЦІВ	386
Бойченко Н. АНАЛІЗ ПОКАЗНИКІВ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТСМЕНОК В САМБО ВАГОВОЇ КАТЕГОРІЇ ДО 50 КГ	390
Лазурко Ю. ПРЕДИКТОРИ ЗМІН СИСТЕМИ ПІДГОТОВКИ ЖІНОК У СПОРТИВНИХ ЄДИНОБОРСТВАХ	393
Косяк О., Шавиро Ю. МІЗОГІНІЯ ТА ПРОФЕСІОНАЛІЗМ ЖІНОК В ЄДИНОБОРСТВАХ	396
Лисенко Ю., Йона Т., Коваленко А. ГЕНДЕРНА РІВНІСТЬ ТА ПРОЯВИ ЖІНОЧОГО ПРОФЕСІОНАЛІЗМУ В БІЛЬЯРДІ	398
Соловей Н., Шавиро Ю. ОСОБЛИВОСТІ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ ЖІНОК У ЄДИНОБОРСТВАХ	401
Басараб А. ГЕНДЕРНА РІВНІСТЬ У КІННОМУ СПОРТІ: ІСТОРИЧНИЙ АСПЕКТ	404
Вознюк Н. ПРОБЛЕМИ ТА ІННОВАЦІЇ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖМЕНТУ ТА МАРКЕТИНГУ В СУЧАСНОМУ СВІТІ	406
Керецман І. ПРОБЛЕМИ ТА ІННОВАЦІЇ СПОРТИВНОГО МЕНЕДЖМЕНТУ ТА МАРКЕТИНГУ В СУЧАСНОМУ СВІТІ	409
Дуняшенко О. СПОРТИВНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ ТА МАРКЕТИНГ: ПРОБЛЕМИ ТА ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ	411
Останов А., Кравченко М., Караван Є. АНАТОМО-ФІЗІОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЖІНОЧОГО ОРГАНІЗМУ У ФУТБОЛІ	414
Стахура А. ГЕНДЕРНО ОРІЄНТОВАНИЙ ПІДХІД ДО СЛУЖБОВОЇ ПІДГОТОВКИ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ	416
Пожидяєв М. ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА ЯК ЧАСТИНА СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ ПІДГОТОВКИ	418

Позивай С. ЩОДО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ ЧЕРЕЗ ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВКУ	420
Шебела В. ОСОБЛИВОСТІ ЗМІСТУ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	422
Бессмертна М. ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ЖІНКИ ЯК КЕРІВНОГО ЧИННИКА СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ	425
Козинець А. ЖІНКА-КЕРІВНИК: ПСИХОЛОГІЧНІ МАРКЕРИ ТА ВИКЛИКИ	427
Хижня О. АНАЛІЗ ВПЛИВУ СТЕРЕОТИПІВ НА РОЛЬ ЖІНОК У ПОЛІЦІЇ ТА ЇХНІ МОЖЛИВОСТІ ДЛЯ ПРОФЕСІЙНОГО ТА СПОРТИВНОГО РОЗВИТКУ	429
Чуйко А. АСПЕКТИ ГЕНДЕРНОЇ ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ МОЛОДІ	432
Устименко В. ПЕРЕШКОДИ НА ШЛЯХУ ДО ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ	435
Немонова Л. ЕМАНСИПАЦІЯ, ФЕМІНІЗАЦІЯ ТА РОЛЬ ЖІНКИ У СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ	438
Брусенцева М. ГЕНДЕРНА РІВНІСТЬ У СПОРТІ	440
Сівашева А. ПРОБЛЕМИ ГЕНДЕРНОЇ РІВНОСТІ У СПОРТІ: ПРИЧИНИ ТА ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ	442
Базір В. НАЙБІЛЬШ ВІДОМІ ЖІНКИ-АРБІТРИНИ У ЗМАГАННЯХ З ФУТБОЛУ	444
Шаройко Д. ДОПІНГ В ЖІНОЧОМУ СПОРТІ	447
Силантьєв Д. ДОПІНГОВА КРИЗА: ЕТИЧНІ ДИЛЕМИ У СУЧАСНОМУ СПОРТІ	450
Балачук К. ГЕНДЕРНА НЕРІВНІСТЬ НА РОБОЧОМУ МІСЦІ	453

5. Kuczmarski R J, Carrol M D, Flegal K M, Troiano R P. Varying body mass index cutoff points to describe overweight prevalence among U.S. adults: NHANES III (1988 to 1994). *Obes Res.* 1997;5:542–548.
6. Obesity in Algeria (MSPRH, Publication No.87-195)(2016-2017)
7. Stamler R, Stamler J, Riedlinger W F, Algera G, Roberts R H. Weight and blood pressure. Findings in hypertension screening of 1 million Americans. *JAMA.* 1978; 240:1607–1610.

Tetiana Khrystova

*Doctor of Biological Science, Professor,
Professor of the department of theory and methods of
physical education and sports*

Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University

Vladyslav Pyurko

*a student of the 1st course of the master's degree
specialty 014.11 Middle education (Physical education)
Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University
(Zaporozhye city, Ukraine)*

SPECIFICITY OF THE PROGRAM FOR INCREASE OF PHYSICAL FITNESS OF TEENAGERS WITH DIFFERENT TYPES OF BODY CONSTITUTION

Христова Тетяна, Пюрко Владислав. Специфіка програми підвищення фізичної підготовленості підлітків з різними типами статури.

Ключові слова: диференційоване фізичне виховання, фізичне виховання, підлітки, тип конституції тіла

Key words: differentiated physical education, physical training, teens, type of body constitution

Individual acceleration and retardation of biological maturation is caused by significant variability of the components of morphofunctional development and physical fitness of schoolchildren of the same passport age. Unequal rates of physical development of children during the period create a certain complex of individual quantitative and qualitative features of ontogenesis [3].

Physical education programs for general secondary education institutions are focused on the average student and do not take into account the peculiarities of the biological maturation of adolescents. It is of practical interest to provide a differentiated approach to the organization of the educational process, taking into account the physical development level of schoolchildren based on the determination of biological age and individual rates of morphofunctional and motor state [1, 4]. A differentiated approach to the physical education of adolescents with different types of body constitution is one of the urgent and

socially significant problems of today due to the significant deterioration of the health of the population of Ukraine and the implementation of the concept of the New Ukrainian School [2, 5].

In the scientific literature, it is recognized that the somatotype is a genetic marker that regulates the peculiarities of the development of the organism at various stages of ontogenesis. However, there are very few comprehensive studies of somatotypological features of physical fitness in combination with indicators of physical development of adolescents. This determines the relevance of the work.

The research aim is to theoretically substantiate and experimentally verify the effectiveness of the program for improving the physical fitness of adolescents with different types of body constitution.

The research object is the physical fitness of teenagers.

Research methods: analysis and generalization of scientific and methodical literature; anthropometry; somatotyping method according to Heath-Carter; assessment of physical fitness and physical development of schoolchildren; methods of mathematical statistics.

96 adolescent schoolchildren (48 girls aged 12-15 and 48 boys aged 13-16) participated in the study. The program for improving the physical fitness of adolescents with different somatotypes included a set of ordered elements of school physical culture, means, principles, forms, methods and methodological techniques, pedagogical conditions aimed at increasing the level of development of physical qualities of students and was conducted in three stages: preparatory, basic and supporting.

The program for improving the physical fitness of adolescents with different somatotypes contained a set of ordered elements of school physical culture aimed at increasing the level of development of physical qualities of students: means - general developmental exercises; varieties of walking and running; special exercises for the development of physical qualities; breathing exercises, attention games; principles - conformity to nature; differentiation; consciousness and activity; individualization and independence; forms - physical education lesson; health circles (general physical training, rhythmic, health running); independent classes; methods and methodological techniques – verbal (narration, explanation, counseling); practical (strict load regulation; competitive); heuristic (stimulation, forecasting); pedagogical conditions – redistribution of class time to increase the main part to 32-36 minutes; normalized motor activity in the context of differentiated correctional programs; ensuring satisfaction from classes and conditions for physical self-improvement; instructing; subject-subject interaction between a student and a teacher; control of the level of physical fitness.

Stages of implementation of the program to improve the physical fitness of teenagers with different types of body constitution:

- the preparatory stage provided for the development of the content of the differentiated physical education program for girls aged 12–15 and boys aged 13–16 with different body types; schoolchildren' mastery of the basic elements of

physical exercises;

- the developmental (main) stage included a certain volume of motor activity of the students of the research group in a weekly cycle, the systematicity of developmental loads during the academic year, the implementation of a program to increase the physical fitness of adolescents of various somatotypes;

- the supporting stage provided for the implementation of the proposed movement mode in the daily life of students of different somatotypes, which contributed to the development of physical qualities and the preservation and maintenance of the achieved level of physical fitness..

The experimental results showed that in adolescents of the mesomorphic somatotype of the female and male sex, the favorable period for the development of dynamic strength of the shoulder flexors is 13–14 years, as evidenced by the increase in pull-up indicators on the crossbar in 14-year-old girls by 72,9% and in boys by 69,4% relative to the values at 13 years old. In this period, it is advisable for girls of mesomorphic somatotype to also develop speed and strength abilities, which is confirmed by an increase in the long jump from a standing position by 9,7%, in boys - static muscular endurance, which is due to an increase in the results of hanging on bent arms by 50,9%. The period of 14–15 years in boys of the mesomorphic somatotype is favorable for the development of dynamic muscular endurance, as evidenced by the increase in the results of flexion-extension of the arms in the supine position by 21,9% at the 15 age.

In adolescents with an ectomorphic somatotype, favorable periods for the development of speed and strength qualities based on the increase in long jump from a standing position by 9,8% in boys are the age of 13–14 years; for the development of static muscular endurance in girls (by 98,9% increase in the indicators of hanging on bent arms) - 14-15 years. A high intensity of physical development processes (according to indicators of body weight, height, chest circumference, body mass index) was found in adolescents of ectomorphic female somatotype at 13 years and male gender at 14 and 16 years, mesomorphic female somatotype at 13 and 15 years and male at 15 years old.

It has been proven that the ontogenetic features of the body development of adolescents with an ectomorphic somatotype are more favorable in comparison with the groups of mesomorphs and endomorphs.

As a result of the approbation of the developed program for increasing physical fitness, taking into account the established age-specific characteristics of the level of development of physical qualities of adolescents of various somatotypes, a reliable increase in physical fitness was found. It was established that the age of 14–15 years is favorable for the complex development of the investigated physical qualities in girls of endomorphic and mesomorphic somatotypes. In girls with an ectomorphic somatotype, the most favorable positive dynamics in terms of physical fitness was noted at the age of 13–14. The most favorable age for increasing the physical fitness of male adolescents with endomorphic somatotype was 14 years, mesomorphic somatotype – 15 years,

ectomorphic somatotype – 16 years.

Therefore, the introduction of the proposed differentiated approach to the dosage of physical exertion in the practice of physical education of schoolchildren, taking into account the age-specific characteristics of the development of adolescents of different somatotypes, allows increasing the level of physical fitness of children.

References:

1. Арефьев В.Г., Стешиц А.В. Тип тілобудови як спосіб розподілу студентів на однорідні за морфофункціональним станом групи. *Науковий часопис Національного педагогічного ун-ту імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2019. Вип. 8 (116) 19. С. 7-10.

2. Кравчук Я. Теоретико-методичні засади диференційованого підходу до навчання фізичної культури учнів загальноосвітньої школи. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2010. № 1 (9). С. 40-43.

3. Спортивна медицина: підручник для студентів і лікарів / за заг. ред. В.М. Сокрута. Донецьк: Каштан, 2013. 472 с.

4. Христова Т.Є., Фищук В.А. Вдосконалення процесу фізичного виховання школярів з різними типами конституції тіла. *Перспективи, проблеми та наявні здобутки розвитку фізичної культури і спорту в Україні: матеріали IV Всеукр. електронної конф. "COLOR OF SCIENCE"* (м. Вінниця, 29 січня 2021 р.). Вінниця: ВДПУ, 2021. Вип. 4. С. 163-167.

5. Khrystova T. Optimization of health level of senior pupils. *Contemporary Problems of Improve Living Standards in a Globalized World: Volume of Scientific Papers*. Opole, 2018. P. 336-341.

Bikash Kalita

*Department of Physical Education & Sports,
Pondicherry University,
(Puducherry, India)*

HEALTHY GUT IS HEALTHY LIFE: ADDRESSING HOSTEL MESS SCENARIO RELATED TO GUT HEALTH AND PERFORMANCE FOR FEMALE PHYSICAL EDUCATION STUDENTS-ATHLETES IN INDIA

Калита Бікаш. *Здоровий кишківник – це здорове життя: вплив проживання в гуртожитку на роботу ЖКТ студенток-спортсменок факультету фізичного виховання в Індії.*

Ключові слова: *хостел, безлад, спортсменки-студентки, харчування, тренування.*

Abstract. *Food has always been a fundamental aspect of human existence. It is crucial for our physical growth and our psychological well-being. Nutritious food has always been a major nucleus to optimum health, especially for individuals like Physical Education students who play a vital role in fostering holistic national development. Female student-athletes are seen facing issues with gut health frequently and their training schedule is also hampered due to the following reason. An opinionnaire is used to get the responses from the students of physical*