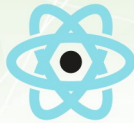


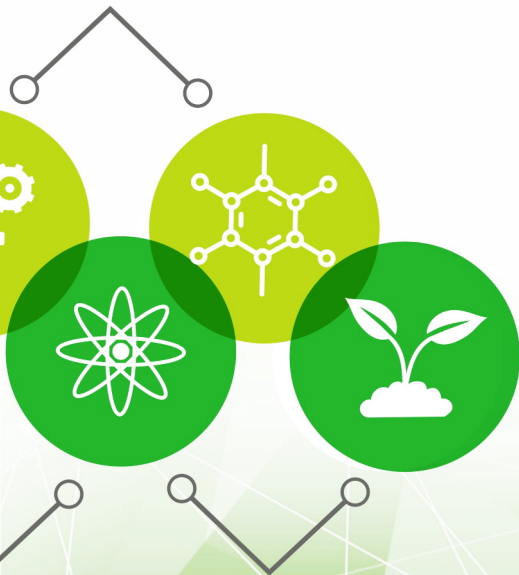
ISSN 2524-0986



iScience™

АКТУАЛЬНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

ЖУРНАЛ



Выпуск 10(42)

Часть 6

**Переяслав-Хмельницкий
2018**



АКТУАЛЬНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

ВЫПУСК 10(42)
Часть 6

Октябрь 2018 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, 2018. - Вып. 10(42), ч. 6 – 159 с.

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

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: МЕДИЦИНСКИЕ НАУКИ

Cazacov Vladimir, Hotineanu Vladimir, Darii Eugeniu, Negari Nadejda (Chişinău, Moldova) MONITORIZAREA ŞI ÎNGRIJIRELE ACORDATE BOLNAVILOR CIROTICI TRATAŢI CHIRURGICAL PENTRU HIPERTENSIUNE PORTALĂ.....	7
Азёма Екатерина Николаевна, Бондаренко Станислав Вячеславович (Гомель, Республика Беларусь) ПРОГРАММА ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ ЗНАНИЙ ПАЦИЕНТОВ С ФИБРИЛЛЯЦИЕЙ ПРЕДСЕРДИЙ НА ОСНОВАНИИ ДИНАМИЧЕСКОГО ОПРОСА.....	14
Бондаренко Станислав Вячеславович, Азёма Екатерина Николаевна (Гомель, Республика Беларусь) СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ДИАМЕТРА ИНФРАРЕНАЛЬНОГО ОТДЕЛА АОРТЫ И ОБЩИХ ВОДВЗДОШНЫХ АРТЕРИЙ ПО ПОЛОВОМУ ПРИЗНАКУ.....	19
Казакow Владимир (Кишинев, Молдова) РЕЗУЛЬТАТЫ КОМБИНИРОВАННОГО МЕТОДА ПРОФИЛАКТИКИ КРОВОТЕЧЕНИЙ ИЗ ВАРИКОЗНО-РАСШИРЕННЫХ ВЕН НА ФОНЕ ЦИРРОЗА ПЕЧЕНИ.....	23
Мошкaлова Гаухар, Асанхан Нурила, Турсынбаева Шахназа, Дукембаева Айнур, Шарипов Мунаждин (Алматы, Казахстан) ПЕРИНАТАЛЬНЫЕ ИСХОДЫ И ПРИЧИНЫ ПРЕЖДЕВРЕМЕННОЙ ОТСЛОЙКИ НОРМАЛЬНО РАСПОЛОЖЕННОЙ ПЛАЦЕНТЫ.....	28
Таганязова Алия Адыловна, Маратова Динара Жумабаевна, Исаева Гульнар Канаткалиевна, Аженова Карлыгаш Измбаевна, Утаргалиева Айнур Жумабаевна, Жумагалиева Нурсаним Урингалиевна, Сисеналиев Айбек Амангельдиевич (Актобе, Казахстан) ПРИНЦИПЫ ДИАГНОСТИКИ ТЯЖЕСТИ И ПРОГНОЗА ТЕЧЕНИЯ ГНОЙНО-СЕПТИЧЕСКОЙ ИНФЕКЦИИ В ЧЕЛЮСТНО-ЛИЦЕВОЙ ОБЛАСТИ.....	32
Хасанжанова Фарида Одыловна, Ташкенбаева Элеонора Негматовна, Абдуллаев Кахрамон Зойир угли (Самарканд, Узбекистан) РАЗЛИЧИЯ В ЧАСТОТЕ РАЗВИТИЯ ОСНОВНЫХ ОСЛОЖНЕНИЙ У БОЛЬНЫХ С ОСТРЫМ ИНФАРКТОМ МИОКАРДА.....	39
Хасанжанова Фарида Одыловна, Ташкенбаева Элеонора Негматовна, Абдуллаев Кахрамон Зойир угли (Самарканд, Узбекистан) РОЛЬ ИЗМЕНЕНИЯ МАРКЕРОВ НЕКРОЗА КАРДИОМИОЦИТОВ У БОЛЬНЫХ ИНФАРКТОМ МИОКАРДА В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВОЗРАСТА.....	42

СЕКЦИЯ: ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ

Ажибаева Салима Джолдасовна, Сирока Лариса Анатольевна, Кондратенко Светлана Анатольевна, Горбунова Тамара Юрьевна, Жамалбеков Улан Сагынбекович, Жаппаров Абдурахман Абдуллаевич (Алматы, Казахстан) КОНТРОЛЬНЫЕ НОРМАТИВЫ, КАК ПОКАЗАТЕЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ КАЗНАУ.....	46
Ажибаева Салима Джолдасовна, Кондратенко Светлана Анатольевна, Келдосов Елдос Ерланович, Джузбаев Ганижан Бидайбекович, Манапов Ядикар Ялкунжанович, Ихсанов Усин Марданович (Алматы, Казахстан) ПРЕЗИДЕНТСКИЕ ТЕСТЫ - ФАКТОР ОЗДОРОВЛЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН.....	51
Біленька Ірина Григорівна (Харків, Україна) ОСОБЛИВОСТІ ХОРЕОГРАФІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У ФІГУРНОМУ КАТАННІ НА КОВЗАНАХ.....	55
Бугаевский Константин Анатольевич (Запорожье, Украина) ЖЕНСКИЙ СПОРТ: КОНТРАЦЕПЦИЯ И ФЕРТИЛЬНОСТЬ.....	60
Вострокнутов Леонид Дмитриевич (Харьков, Украина) ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ БОКС — ПРЕДШЕСТВЕННИК ВЫСТУПЛЕНИЙ НА ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ РИНГЕ (НА МАТЕРИАЛАХ УКРАИНЫ).....	66
Дейнеко Альфія Хамзіївна (Харків, Україна) ХАРАКТЕРИСТИКА ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ТРЕНІНГУ «CROSSFIT» ЯК СИСТЕМИ ЗАГАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У СПОРТІ.....	70
Завадська Наталія Валеріївна (Київ, Україна) ВИКОРИСТАННЯ СУЧАСНИХ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ І СПОРТІ.....	76
Захарова Ирина Юрьевна (Киев, Украина) ИЗУЧЕНИЕ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ, К ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ.....	80
Захаровська Тетяна (Дніпро, Україна) ВИКОРИСТАННЯ МЕДБОЛІВ ДЛЯ ПОКРАЩАННЯ ТЕХНІКИ ФІНАЛЬНОГО ЗУСИЛЛЯ В МЕТАННІ СПИСУ.....	84
Зеніна Ірина Володимирівна, Гаврилова Надія Михайлівна (Київ, Україна) СТАВЛЕННЯ СУЧАСНИХ СТУДЕНТІВ ДО СВОГО ЗДОРОВ'Я.....	90
Зеніна Ірина Володимирівна (Київ, Україна) ХОРЕОГРАФІЧНА ПІДГОТОВКА - НЕВІД'ЄМНА ЧАСТИНА ПІДГОТОВКИ ГІНАСТОК У ВПРАВАХ НА КОЛОДІ.....	94
Іваненко Володимир Віталійович (Мелітополь, Україна) ТИПОЛОГІЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	99
Казаріна Ольга Андріївна (Київ, Україна) ПІДВИЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ШЛЯХОМ ВИКОРИСТАННЯ СИЛОВИХ ТРЕНУВАНЬ.....	105

Корольова Олена Анатоліївна, Дембіцька Олена Олександрівна (Київ, Україна) ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ.....	108
Кузьменко Наталія Вікторівна (Київ, Україна) ВІДНОШЕННЯ СТУДЕНТІВ ДО ГОЛОВНИХ КОМПОНЕНТІВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ.....	110
Курбанов Шухрат Шерипжанович, Манапов ЯдыкарЯлкунжанович, Жамалбеков Улан Сагынбекович, Нокишев Мурат Бидайбекович, Жузбаев Ганижан Бидайбекович, Кондратенко Светлана Анатольевна (Алматы, Казахстан) ПИТАНИЕ СПОРСМЕНА - КАК ОДИН ИЗ КЛЮЧЕВЫХ ФАКТОРОВ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ.....	114
Мухиддинов Ергали Мухиддинович, Ажибаева Салима Джолдасовна (Алматы, Казахстан) ВЛИЯНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НА УМСТВЕННЫЕ СПОСОБНОСТИ СТУДЕНТА.....	118
Ногаев Бакытжан Туркenuлы, Шалбарбаев Амра Мухатаевич, Жаппаров Абдурахман Абдуллаевич, Келдосов Елдос Ерланович (Алматы, Казахстан) ЗОНЫ ИНТЕНСИВНОСТИ ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК ПО ЧАСТОТЕ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ.....	124
Шалбарбаев Амра Мухатаевич, Ногаев Бакытжан Туркenuлы, Жаппаров Абдурахман Абдуллаевич, Джузбаев Ганижан Бидайбекович, Манапов Ядикar Ялкунжанович, Кондратенко Светлана Анатольевна (Алматы, Казахстан) РЕФЛЕКТОРНАЯ ПРИРОДА И РЕФЛЕКТОРНЫЕ МЕХАНИЗМЫ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	127
Суріков Володимир Євгенович (Дніпро, Україна) ОПТИМІЗАЦІЯ МОДЕЛІ КАРДИОРЕСПІРАТОРНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ З ВИКОРИСТАННЯМ МЕТОДІВ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ.....	130
Сыроватко Зоя Викторовна (Киев, Украина) УЧЕБНЫЙ ПРОЦЕСС, ЛИЧНОСТНО-ДЕЯТЕЛЬНЫЙ ПОДХОД ПРЕПОДАВАТЕЛЯ К ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ СО СТУДЕНТАМИ.....	133
Сичов Сергій Олександрович, Сиротинська Олена Каленівна (Київ, Україна) ПРЕВЕНТИВНА ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ СПОРТСМЕНІВ СИЛОВИХ ЄДИНОБОРСТВ.....	136
Холодний Олександр Іванович, Сєдова Юлія Сергіївна (Слов'янськ, Україна) РОЛЬ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ПРОЦЕСІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ЗНАНЬ ШКОЛЯРІВ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ.....	141
Чиченьова Оксана Миколаївна (Київ, Україна) ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАННЯ ТАКТИЧНИЙ ПІДГОТОВЦІ У ГРІ В НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС ДЛЯ СТУДЕНТІВ-ПОЧАТКІВЦІВ.....	147

**Чекеренда Марія Володимирівна, Балаж Марія Степанівна
(Київ, Україна)**

СЕРЕДОВИЩЕ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ДЛЯ ЛЮДЕЙ З
ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ, ЯКІ КОРИСТУЮТЬСЯ ВІЗКАМИ.... 152

**Павлишина Катерина Ігорівна, Самоленко Тетяна Володимирівна,
Гамов В'ячеслав Георгійович (Київ, Україна)**

ЗНАЧНІ ДОСЯГНЕННЯ СТУДЕНТІВ-ЛЕГКОАТЛЕТІВ УНІВЕРСИТЕТУ.... 155

ИНФОРМАЦИЯ О СЛЕДУЮЩЕЙ КОНФЕРЕНЦИИ..... 158

УДК 37.016:796.011.1 (477)

Іваненко Володимир Віталійович
Мелітопольський державний педагогічний університет
ім. Б. Хмельницького
(Мелітополь, Україна)

ТИПОЛОГІЯ ПРОЦЕСУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ

Анотація. Неабиякої уваги в дослідженнях багатьох учених відведено такій функції, як типології процесу фізичного виховання і спортивної підготовки. Фізичне виховання і спортивна підготовка об'єднують ці поняття їх соціальна суть з конкретним педагогічним змістом, який обумовлюється необхідністю підтримування й удосконалення фізичного стану людини як біологічної істоти. У зв'язку з цим біологічний аспект повинен відігравати провідну роль у виборі спрямованості та змісту педагогічних впливів.

Ключові слова: фізичне виховання, спортивна підготовка, фізична підготовленість, рухові здібності.

Иваненко Владимир Витальевич
Мелитопольский государственный педагогический университет
им. Б. Хмельницкого
(Мелитополь, Украина)

ТИПОЛОГИЯ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

Аннотация. Большое внимание в исследованиях многих ученых уделяется такой функции, как типология процесса физического воспитания и спортивной подготовки. Физическое воспитание и спортивная подготовка объединяют эти понятия их социальное значение с конкретным педагогическим содержанием, которое обусловлено необходимостью поддержания и совершенствования физического состояния человека как биологического существа. В связи с этим, биологический аспект должен играть весомую роль в выборе направленности и содержания педагогических воздействий.

Ключевые слова: физическое воспитание, спортивная подготовка, физическая подготовленность, двигательные способности.

Ivanenko Vladimir V.
Melitopol State Pedagogical University named after B. Khmelnytsky
(Melitopol, Ukraine)

TYPOLOGY OF THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS PREPARATION

Abstract. Particular attention in researches of many scientists is given to such function as the typology of the process of physical education and sports

training. Physical education and sports training. Their social essence with a specific pedagogical content combines these two notions, which is conditioned by the need to maintain and improve the physical state of a man as a biological being. In this regard, the biological aspect must play a leading role in choosing the direction and content of pedagogical influences.

Key words: *physical education, sports training, physical training, motor ability.*

У даній час організація і зміст фізичного виховання в країні фактично себе не виправдовують. Надмірний акцент на навчання руховим діям не дозволяє в рамках існуючої системи фізичного виховання компенсувати недостатність рухової активності учнів. В такій ситуації єдино правильним ми вважаємо положення, висловлене В.К.Бальсевичем, про те, що в основу методики організації фізичного виховання повинна бути покладена концепція тренування [2]. У зв'язку з цим принципів підхід до побудови багаторічного процесу фізичного виховання і спортивної підготовки повинен бути загальним.

Відомо, що ефективність тренувального процесу значно вища, якщо акценти навчальних впливів будуть збігатися за характером з природним біологічним ритмом вікового розвитку людини [1, 2, 4, 5]. Етапність онтогенетичного розвитку була покладена А.А. Гужаловським [5] в основу запропонованої ним хронології періодів, що відрізняються підвищеною чутливістю до спеціально вибраного виховання різних фізичних якостей, у дітей шкільного віку ці уявлення узгоджуються із змістом принципу адекватності педагогічних впливів індивідуальному станові людини [2]. На нашу думку, саме індивідуальні особливості вікового розвитку повинні бути покладені в основу побудови багаторічного процесу фізичного виховання і спортивного тренування. Уданий час орієнтир на «середнього школяра» можна вважати недостатнім, тому що у межах одного вікового періоду простежуються значні відмінності у темпах фізичного розвитку, рівні біологічної зрілості і у проявах рухових можливостей. Розходження між біологічним і паспортним віком в окремих випадках досягають 4-5 років [3].

Узявши за методологічну основу еволюційний підхід у дослідженні феномену фізичної активності людини [2] ми припустили, що існують типи вікового розвитку моторики людини і її адаптації до фізичних навантажень. Виділення типів вікового розвитку дітей, підлітків і юнаків, визначення етапності формування їх рухових проявів дозволило вибрати для представників різних типологічних груп відповідну спрямованість педагогічних впливів. У даній роботі показані результати експериментального обґрунтування типології процесу спортивної підготовки на прикладі одного з найдоступніших видів спортивної діяльності - бігу на швидкість.

Критеріями для оцінки індивідуальних особливостей вікового розвитку ми збиралися використовувати зовнішні анатомічні ознаки, які були б не тільки найбільш сприятливі з точки зору біомеханіки, але й відображали б певний темп онтогенезу [8]. Було проаналізовано 60 показників фізичного розвитку, фізичної і технічної підготовленості у бігові на швидкість у юних легкоатлетів та у школярів, що не займались спортом. Нами було обстежено 500 хлопчиків 7-15 років, а також 115 юних легкоатлетів, зорієнтованих на заняття спринтерським бігом. Кореляційний аналіз виявив, що деякі ознаки фізичного

розвитку у всіх вікових групах мають достовірний зв'язок із результатом у бігові на швидкість і з основними показниками швидкісно-силової і технічної підготовленості. При цьому виразно виділяються вага тіла і довжина ніг, достовірний ступінь впливу цих показників статури на рухові прояви підтверджують і результати проведеного нами двофакторного дисперсійного аналізу (за І. А. Плохінським). Оскільки вага тіла і довжина ніг, з одного боку, тісно взаємопов'язані з біомеханічною структурою спринтерського бігу і з його результативністю, а з іншого боку, мають суттєве значення для оцінки рівня і темпів фізичного розвитку дітей, підлітків і юнаків, то саме за цими двома показниками, ураховуючи також простоту їх реєстрації, ми спробували провести розподіл учнів на типологічні групи у кожному віковому періоді. Розподіл піддослідних за типологічними групами ґрунтувався на принципі виділення градацій у двофакторному дисперсійному аналізі. Усіх піддослідних у кожному віковому періоді поділили спочатку на дві групи за вагою тіла: в першу увійшли піддослідні з вагою тіла нижче середнього значення, а в другу – вище середнього. Потім кожна з цих груп поділили ще на дві підгрупи, але вже за довжиною ніг – нижче середнього і вище (середнього значення).

Таким чином, було виділено чотири типологічні групи табл.1: 1-а - вага тіла і довжина ніг нижчі середнього значення у своїй віковій групі; 2-а - вага тіла нижча, довжина ніг вища середнього; 3-я - вага тіла вища, довжина ніг нижча середнього; 4-а - вага тіла і довжина ніг вищі середнього.

Таблиця І
Показники ваги тіла (кг) і довжини ніг (см) у представників різних типологічних груп

Вік років	1-а		2-а		3-я		4-а	
	вага тіла	довж. ніг	вага тіла	довж. ніг	вага тіла	довж. ніг	вага тіла	довж. ніг
7	23,9	63,0	22,9	63,0	22,9	66,5	22,9	66,5
8	26,6	64,5	26,6	64,5	26,6	67,0	26,6	67,0
9	28,0	67,2	28,0	67,2	28,0	70,5	28,0	70,5
10	29,8	68,4	29,8	68,4	29,8	70,7	29,8	70,7
11	34,3	71,9	34,3	71,9	34,3	78,1	34,3	78,1
12	38,7	74,7	38,7	74,7	38,7	81,0	38,7	81,0
13	41,6	78,6	41,6	78,6	41,6	84,4	41,6	84,4
14	48,5	81,5	48,5	81,5	48,5	88,0	48,5	88,0
15	54,5	85,0	54,5	85,0	54,5	91,0	54,5	91,0

Як і передбачалося, представники різних типологічних груп помітно відрізняються один від одного за основними показниками фізичного розвитку.

1-а група в усіх вікових періодах від 7 до 15 років включає в основному осіб з низьким рівнем фізичного розвитку і фізичної підготовленості, які помітно відстають від своїх однолітків за всіма показниками. Прискорений характер вікового розвитку відмічений у представників 4-ї групи, які значно

перевершували своїх однолітків практично в усіх відношеннях, 2-у та 3-ю групи складають в основному особи з середнім рівнем фізичного розвитку, що займають проміжну позицію за рівнем рухових проявів. Відмічені також суттєві відмінності представників різних типологічних груп за ступенем біологічного дозрівання. Уже в 9 років хлопчики 1-ї групи відстають за ним показником від своїх однолітків з 4-ї групи на два роки, а в 13-15 років ця різниця помітно збільшується. Так, рівень біологічного дозрівання кількість постійних зубів у хлопчиків 9 років за методикою В.І. Кардашенко, складав у 1-й групі- $12 \pm 0,3$; у 2-й - $14 \pm 0,3$; у 3-й - $17 \pm 0,3$; у 4-й- $18 \pm 0,4/M \pm$.

Хлопчики з прискореним темпом розвитку (4-а і частково 3-я групи) демонструють значні темпи приросту силових і швидкісно-силових показників у більш ранні терміни в порівнянні з однолітками інших типологічних груп. Міжгрупові достовірні відмінності у дітей і підлітків одного хронологічного віку, але різної статури за показниками фізичної підготовленості виражені значною мірою, особливо в пубертатний період. Перевагу над своїми однолітками у виявленні сили, швидкості бігу, швидкісно-силових якостей, довжині бігового кроку мають хлопчики 4-ї групи, а найбільш низький рівень їх розвитку відмічений у хлопчиків 1-ї групи. Наприклад, у 14 і 15 років ця перевага за динамометрів кисті і піддослідних 4-ї групи у порівнянні з показниками в 1-й групі досягає в середньому 15 кг. У той же час хлопчики 1-ї групи в порівнянні з іншими групами мають перевагу в темпі швидкісного бігу та гнучкості.

Результати наших досліджень свідчать, що віковий ритм розвитку рухових проявів не змінюється навіть під впливом багаторічних тренувальних навантажень. Юні спортсмени відрізняються від своїх однолітків, які не займаються спортом, лише за рівнем показників фізичної підготовленості.

Для визначення чутливих (сенситивних) періодів ми використовували метод, запропонований Д.А. Гужаловським.

Таблиця 2

Рівень біологічного дозрівання /за вторинними статевими ознаками, в балах (у хлопчиків 13-15 років) за методикою Р.Е. Мотиланської

Вік	Типологічні групи			
	1-а	2-а	3-я	4-а
13	0,4+0,02	0,8+ 0,02	2,5±0,03	3,6+0,05
14	2,0±0,07	3,8± 0,09	4,8+0,12	6,0±0,20
15	4,0±0,12	5,5±0,15	8,5+0,25	10,0+0,30

На думку Р.Е.Мотиланської [7], 16-річні хлопчики, які набрали 10-12 балів - акселерати, менше 10 балів - середні, менше 6 балів-відстаючі у розвитку.

За умовну одиницю темпів розвитку конкретних показників приймалось середньоарифметичне значення їх річних приростів за весь період, тобто у нашому випадку з 7 до 15 років. Вікові періоди, де природне збільшення складало півтори і більше умовних одиниць, характеризувалися як сприятливі для розвитку конкретної рухової якості. Наприклад, сприятливі (сенситивні)

періоди для розвитку швидкості бігу відмічаються у представників 1-ї групи у віці 8 і 14 років, а у 2-й 9 і 13 років (табл.3).

Одержані дані свідчать про те, що діти, підлітки і юнаки з різних типологічних груп суттєво відрізняються між собою не тільки за рівнем біологічного дозрівання і розвитку рухових якостей, але й за часом зміни періодів відносно прискореного і уповільненого природного приросту показників, що вивчалися. В той же час усе це фактично підтверджує наявність типів вікового розвитку моторики людини, що і обумовлює необхідність типологізації процесу багаторічної спортивної підготовки.

Вік 7 років ми визначали у межах від 6 років і 6 місяців до 7 років і 6 місяців і т.д. кожен віковий період.

Таблиця 3.

Розподіл сприятливих періодів для підвищення рівня основних показників фізичної підготовленості і становлення основ техніки бігу на швидкість у дітей і підлітків

Показники	Вік, років			
	1 група	2 група	3 група	4 група
Швидкість /біг на 10 м з ходу	8, 14	9,13	8,13	7,8, 12
Темп бігу на швидкість	8, 12	9, 12	8, 11	7, 11
Довжина кроку у бігові на швидкість	10, 14	9,13	9, 10, 13	8, 12
Техніка бігу /взаємозв'язок елементів/	9, 14	8, 11,	7,10,12	7,9, 12
Швидкісно-силові якості /стрибки вгору і у довжину з	14	9,13	11, 13	8, 12
Сила /динамометрія кисті, станова/	14, 15	13- 15	12- 15	11 - 15
Гнучкість /рухливість у кульшових суглобах/	7,9, 10	7,9, 10	7,9, 10	7,9, 10

Внаслідок педагогічних спостережень нами встановлено, що з 9 до 15 років (за 6 років) 80% дітей і підлітків не відхиляються від свого типу вікового розвитку (зостаються у своїх типологічних групах).

Показники табл. 1 можуть бути використані як орієнтир при розподілові дітей, підлітків і юнаків за типологічними групами. Матеріали табл.3 являють собою основу для раціонального вибору педагогічних акцентів у багаторічному тренувальному процесі юних легкоатлетів з урахуванням їх віку і типологічних особливостей. Суть педагогічних акцентів полягає у збільшенні на 15-20% обсягу спеціальних тренувальних впливів, спрямованих на підвищення рівня конкретних рухових якостей саме у сприятливі вікові періоди.

Ефективність запропонованого підходу до організації тренувального процесу підтверджують результати серії організованих нами педагогічних експериментів. Наприклад, у представників 2-ї типологічної групи сприятливий період для розвитку швидкості бігу відмічений у 9-річному віці. Саме у цьому віці хлопчики 2-ї групи за приростом швидкості бігу помітно випереджають

своїх однолітків з інших груп. Зроблений нами під час педагогічного експерименту акцент на швидкісну підготовку у цій групі сприяв ще більшому приросту результату з бігу. Так, якщо у хлопчиків 2-ї групи, які займалися за звичайною програмою, приріст швидкості у середньому вищий на 5,5 %, ніж у однолітків з інших груп, то в експериментальній групі він став за цей час вищим на 11,2%. У наступному віковому періоді - з 10 до 11 років-хлопчики 2-ї групи вже не мають переваг над своїми однолітками і акцент на швидкісну роботу не веде до помітного приросту результату.

Таким чином, визначений нами підхід до розробки типології процесу багаторічної підготовки юних легкоатлетів ґрунтується на вивченні типів вікового розвитку дітей, підлітків та юнаків і може розглядатися як один із перших варіантів прикладної типології.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Артюшенко А. Ф. Критерии анатомо-антропологического контроля в спорте / А. Ф.Артюшенко, Л.К. Солоха. – М., 1982. – С. 26-27.
2. Бальсевич В.К. Физическая подготовка в системе воспитания культуры здорового образа жизни/В.К. Бальсевич//Теория и практика физической культуры / В.К. Бальсевич. –1990, – № 1. – С. 22-26.
3. Зластовский З.Г. Акселерация роста и развития детей / З.Г. Зластовский. – М., 1976. – С. 216.4.
4. Волков Л.В. Фізичні здібності дітей і підлітків / Л.В. Волков. - Київ: Здоров'я, 2001. – 146 с.
5. Гужалозский А.А. Периодизация развития физических качеств у детей школьного возраста/ А.А. Гужалозский//Теория и практика физической культуры. – 2009. – №9. – С.21-23.
6. Кардашенко З.Н. Гигиена детей и подростков/З.Н. Кардашенко. – М.: Медицина, 2000. – 67 с.
7. Мотилянская Р.Е. Врачебно-физиологический раздел спортивного отбора и ориентации: Методические рекомендации / Р.Е. Мотилянская. – М., 1977. – 98 с.
8. Полежаева Т.В. Антропогенетика, антропология и спорт /Т.В. Полежаева. – Вінниця, 1980. – С. 46-47.