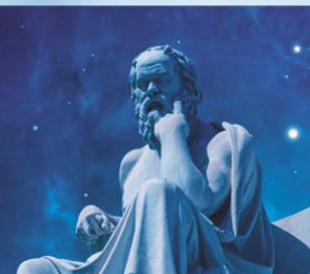




ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«ПЕРЕЯСЛАВ-ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ
ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ»

ГУМАНІТАРНИЙ ПРОСТІР НАУКИ: ДОСВІД І ПЕРСПЕКТИВИ

МАТЕРІАЛИ
МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ



7 жовтня 2019 р.

Переяслав-Хмельницький

№24

ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»

Рада молодих учених університету

Матеріали
XXIV Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції
«Гуманітарний простір науки: досвід та перспективи»

7 жовтня 2019 року

Збірник наукових праць

Переяслав-Хмельницький – 2019

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ВЫСШЕЕ УЧЕБНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ
«Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет
имени Григория Сковороды »

STATE HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENT
«Pereiaslav-Khmelnytskyi Hryhorii Skovoroda State Pedagogical
University»

Совет молодых ученых университета
Council of young scientists of the University

Материалы
XXIV Международной научно-практической интернет-конференции
«Гуманитарное пространство науки: опыт и перспективы»
7 октября 2019 года

Materials
Of the XXIV International scientific and practical Internet-conference
«Humanitarian space of science: experience and prospects»
October 7, 2019

Сборник научных трудов
Collection of the scientific materials

Переяслав-Хмельницкий – 2019
Pereiaslav-Khmelnytskyi – 2019

УДК 001

Г 94

«Гуманітарний простір науки: досвід та перспективи»: зб. Матеріалів ХХІV Міжнарод. наук. практ. інтернет-конф., 7 жовтня 2019 р. – Переяслав-Хмельницький, 2019. – Вип. 24. – 247 с.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Коцур В.П. – доктор історичних наук, професор, академік НАПН України, ректор ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»;

Енсенів К.А. – кандидат історичних наук, старший науковий співробітник Інституту історії держави КН МОН Республіки Казахстан;

Лукашевич О.М. – кандидат історичних наук, доцент кафедри історії та культури України ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди», генеральний директор Національного історико-етнографічного заповідника «Переяслав»;

Рик С.М. – кандидат філософських наук, доцент, проректор з наукової роботи ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»;

Коцур В.В. – кандидат політичних наук, голова Ради молодих учених університету;

Гайдасенко І.В. – кандидат історичних наук, учений секретар Національного історико-етнографічного заповідника «Переяслав», секретар Ради молодих учених університету;

Вовкодав С.М. – завідувачий науково-дослідного сектора «Музей космоса» Національного історико-етнографічного заповідника «Переяслав»;

Лукашевич Ю.Л. – старший викладач кафедри професійної освіти ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»;

Вовкодав В.О. – молодший науковий співробітник науково-методичного відділу охорони культурної спадщини Національного історико-етнографічного заповідника «Переяслав», відповідальний секретар редакційної колегії.

ISSN 2523-4900

© Рада молодих учених університету
© ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький
державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»

«Гуманитарное пространство науки: опыт и перспективы»: сб. материалов 24 Междунар. научн.-практ. интернет-конф., 7 ноября 2019 г. – Переяслав-Хмельницький, 2019. – Вып. 24. – 247 с.

«Humanitarian space of science: experience and prospects»: materials of the 24-nd scientific-practical. Internet Conf., November 7, 2019 – Pereiaslav-Khmelnytskyi, 2019. – Vol. 24 – 247 Pages.

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ:

Коцур В.П. – доктор исторических наук, профессор, академик НАПН Украины, ректор ГВУЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»;

Енсенев К.А. – кандидат исторических наук, старший научный сотрудник Института истории государства КН МОН Республики Казахстан;

Лукашевич О.М. – кандидат исторических наук, доцент кафедры истории и культуры Украины ГВУЗ «Переяслав-Хмельницький ГПУ імені Григорія Сковороди», генеральный директор Национального историко-этнографического заповедника «Переяслав»;

Рык С.Н. – кандидат философских наук, доцент, проректор по научной работе ГВУЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»;

Коцур В.В. – кандидат политических наук, председатель Совета молодых ученых университета;

Гайдаенко И.В. – кандидат исторических наук, ученый секретарь Национального историко-этнографического заповедника «Переяслав», секретарь Совета молодых ученых университета;

Вовкодав С.М. – заведующий научно-исследовательского сектора «Музей космоса» Национального историко-этнографического заповедника «Переяслав»;

Лукашевич Ю.Л. – старший преподаватель кафедры профессионального образования ГВУЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»;

Вовкодав В.А. – младший научный сотрудник научно-методического отдела охраны культурного наследия Национального историко-этнографического заповедника «Переяслав» ответственный секретарь редакционной коллегии.

EDITORIAL BOARD:

Kotsur V. – Doctor of History, professor, academician of the NAPS of Ukraine, Rector of the State Higher Educational Establishment «Pereiaslav-Khmelnytskyi Hryhorii Skovoroda State Pedagogical University»;

Ensenov K. – Candidate of History, senior research worked of the Institute of History of State KH MES of the Republic of Kazakhstan;

Lukashevich O. – Candidate of History, assistant professor of the Department of the Ukrainian History and Culture «Pereiaslav-Khmelnytskyi Hryhorii Skovoroda State Pedagogical University», General Director of the National Historical and Ethnographic Reserve «Pereiaslav»;

Ryk S. – Candidate of Philosophy, assistant professor, vice-rector for scientific work «Pereiaslav-Khmelnytskyi Hryhorii Skovoroda State Pedagogical University»;

Kotsur V. – Candidate of Political Sciences, chairman of the Council of Young Scientists of the University;

Gaidaenko I. – Candidate of History, Scientific Secretary of the National Historical and Ethnographic Reserve «Pereiaslav», Secretary of Council of Young Scientists of the University;

Vovkodav S. – Head of the research sector «Space Museum» National Historical and Ethnographic Reserve «Pereiaslav»;

Lukashevich Y. – Senior lecturer of the Professional Education department of the «Pereiaslav-Khmelnytskyi Hryhorii Skovoroda State Pedagogical University»;

Vovkodav V. – Junior research worked of the National Historical and Ethnographic Reserve «Pereiaslav», Executive Secretary.

ISSN 2523-4900

©Совет молодых ученых университета
©ГВУЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»

©Council of young scientists of the University
©STATE HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENT
«Pereiaslav-Khmelnytskyi Hryhorii Skovoroda State Pedagogical University»

ЗМІСТ/СОДЕРЖАНИЕ/CONTENTS:	
СЕКЦІЯ: ГЕОГРАФІЯ І ГЕОЛОГІЯ	
<i>Галина Дорожко, Ірина Дорожко, Вікторія Портня</i> СУЧАСНА ДЕМОГРАФІЧНА СИТУАЦІЯ В ТОКМАЦЬКОМУ РАЙОНІ ЗАПОРІЗЬКОЇ ОБЛАСТІ (НА ПРИКЛАДІ С. НОВЕ)	9
СЕКЦІЯ: ДЕРЖАВНЕ УПРАВЛІННЯ	
<i>Дар'я Бугайова, Олена Грабильнікова</i> ПРОБЛЕМНІ ПИТАННЯ ПРАВОВОГО РЕГУЛЮВАННЯ МІСЦЕВОГО САМОВРЯДУВАННЯ В УКРАЇНІ В УМОВАХ ДЕЦЕНТРАЛІЗАЦІЇ	15
<i>Ганна Ванда</i> СУЧАСНИЙ СТАН ТА ПРОБЛЕМИ ЗДІЙСНЕННЯ КАДРОВОЇ ПОЛІТИКИ В ОРГАНАХ МІСЦЕВОГО САМОВРЯДУВАННЯ	19
<i>Марина Вертелецька</i> ДЕРЖАВНЕ УПРАВЛІННЯ: МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ	25
<i>Світлана Козин, Юлія Борисова</i> ДЕЯКІ АСПЕКТИ ВПРОВАДЖЕННЯ АНТИДИСКРИМІНАЦІЙНИХ НОРМ В СФЕРІ ТРУДОВИХ ВІДНОСИН	31
<i>Аліна Мала</i> ДЕЦЕНТРАЛІЗАЦІЯ ВЛАДИ	36
<i>Аліна Мала</i> ПОДОЛАННЯ БІДНОСТІ	39
<i>Ксенія Третьяк</i> СУЧАСНІ ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ДЕРЖАВНОМУ УПРАВЛІННІ	41
<i>Ксенія Третьяк</i> РОЛЬ КЕРІВНИКА В ПУБЛІЧНОМУ УПРАВЛІННІ	45
<i>Юлія Целуйко</i> ДЕРЖАВНА ПОЛІТИКА ФОРМУВАННЯ ДОХОДІВ НАСЕЛЕННЯ В УКРАЇНІ	50
<i>Вікторія Шеваненкова</i> СТЯГНЕННЯ ПОДАТКОВОГО БОРГУ ТЕРИТОРІАЛЬНИМИ ОРГАНАМИ ДЕРЖАВНОЇ ПОДАТКОВОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ	53
СЕКЦІЯ: ЕКОНОМІКА	
<i>Олена Халабова</i> СУЧАСНИЙ СТАН ТА ОСОБЛИВОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ НЕДЕРЖАВНИХ ПЕНСІЙНИХ ФОНДІВ В УКРАЇНІ	59
СЕКЦІЯ: ІСТОРИЧНІ НАУКИ	
<i>Світлана Зубер</i> ВЕСІЛЛЯ В 47-МУ: СЕЛО ГОРОДИЩЕ НА ПЕРЕЯСЛАВЩИНІ	65
<i>Дилмурод Нормуродов</i> ҚАДИМГИ ЧОЧ ТАРИХИНИНГ ЁЗМА МАНБАЛАРДАГИ ТАЪРИФИ	69
СЕКЦІЯ: МЕДИЦИНА	
<i>Тетяна Процак, Ольга Забродська</i> BASIC ASPECTS OF BONES DEVELOPMENT	77

<i>Тетяна Процак, Ольга Забродська</i> MORPHOLOGICAL BASIS OF HIP JOINT DYSPLASIA	80
<i>Тетяна Процак, Ольга Забродська</i> PECULIARITIES OF THE HYMENOPHORESIS FORMATION	83
<i>Тетяна Процак, Ольга Забродська</i> МОРФОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЕМБРІОГЕНЕЗУ СУГЛОБІВ ЛЮДИНИ	86
<i>Тетяна Процак, Ольга Забродська</i> ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ДЕЯКИХ СУГЛОБІВ ЛЮДИНИ	89
<i>Тетяна Процак, Ольга Забродська, Крістіна Хованець</i> ANATOMICAL PECULIARITIES OF HYMEN DEVELOPMENT	93
<i>Тетяна Процак, Ольга Забродська, Крістіна Хованець</i> ANOMALIES OF FEMALE GENITAL DEVELOPMENT	96
<i>Тетяна Процак, Ольга Забродська, Крістіна Хованець</i> ЗАКОНОМІРНОСТІ ФОРМУВАННЯ ПЛОСКОСТОПОСТІ В ДІТЕЙ РАНЬОГО ВІКУ	99
<i>Тетяна Процак, Ольга Забродська, Крістіна Хованець</i> ОСОБЛИВОСТІ ВАЛЬГУСНОЇ ДЕФОРМАЦІЇ СТОПИ	102
<i>Тетяна Процак, Ольга Забродська, Крістіна Хованець</i> ПАТОЛОГІЧНІ ВИКРИВЛЕННЯ ХРЕБТА В ДІТЕЙ РАНЬОГО ВІКУ	105
<i>Віталій Руснак</i> ОСОБЛИВОСТІ ЕМБРІОТОПОГРАФІЇ ГЛОТКИ У ПЕРЕДПЛОДІВ 8 ТИЖНЯ ВНУТРІШНЬОУТРОБНОГО РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ	109
СЕКЦІЯ: МИСТЕЦТВО	
<i>Наталія Мендерецька</i> ПЕДАГОГ-НАУКОВЕЦЬ ВОЛОДИМИР ГАГЕНМЕЙСТР ТА ЙОГО ПРАЦЯ «ГУТНЕ ШКЛО ПОДІЛЛЯ»	112
СЕКЦІЯ: ОХОРОНА ПРАЦІ ТА БЕЗПЕКА ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ	
<i>Світлана Горденко</i> ПРОФІЛАКТИЧНІ ЗАХОДИ ЩОДО ЗНИЖЕННЯ ШКІЛЬНОГО ТРАВМАТИЗМУ	117
<i>Петро Саньков, Бежан Гваджаїа, Ольга Штирбу</i> ОСНОВНІ ДЖЕРЕЛА ШУМУ У МІСТАХ	121
СЕКЦІЯ: ПЕДАГОГІКА	
<i>Аккайша Алчагірова</i> ВЛИЯНИЕ НЕКОНТРОЛИРУЕМОГО ПОТОКА ИНФОРМАЦИИ НА ШКОЛЬНИКОВ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ	124
<i>Галина Ватаманюк</i> ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ РУКИ ДИТИНИ ДО КАЛІГРАФІЧНОГО ПИСЬМА В УМОВАХ НАСТУПНОСТІ МІЖ ДОШКІЛЬНОЮ І ПОЧАТКОВОЮ ЛАНКАМИ ОСВІТИ	129
<i>Ірина Гарасим</i> УКРАЇНСЬКА НАРОДНА ПІСНЯ ЯК ОСНОВНА КОМПОНЕНТА МУЗИЧНО-ЕСТЕТИЧНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ НА ЕТАПІ ДОШКІЛЬНОГО І ШКІЛЬНОГО ДИТИНСТВА	133

Оксана Куліда	
КЛЮЧОВІ КОМПЕТЕНЦІЇ В ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ЮРИСТІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ	137
Наталія Медведєва	
ВЗАЄМОДІЯ ШКОЛИ ТА СІМ'Ї У ВИХОВАННІ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ	142
Зоряна Островська	
РОБОТА З КНИГОЮ ЯК УМОВА ПІДГОТОВКИ ДИТИНИ ДО ОВОЛОДІННЯ ЧИТАННЯМ	144
Алла Романець	
ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ	149
Віталій Руснак	
ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ МЕТОДИК ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ	154
Святослава Чуприна, Світлана Пасічник	
ЕКСКУРСІЯ ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ СВІТОГЛЯДУ ДОШКІЛЬНИКІВ	156
СЕКЦІЯ: ПСИХОЛОГІЯ	
Анастасія Колісник	
ОСОБЛИВОСТІ СТАНОВЛЕННЯ ДРУЖНІХ ВЗАЄМИН ДОШКІЛЬНИКІВ	159
Олена Сердечна	
КАЗКА ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ	163
СЕКЦІЯ: СІЛЬСЬКЕ ГОСПОДАРСТВО	
R. Turganbaev, A. Plewmuratov, G. Berdisheva	
TSETSARKA SAQLASH TEXNOLOGIYASI	168
R. Turganbaev, A. Plewmuratov, R. Matniyazova	
BONITEROVKA MUDDATLARINING TERI SIFATIGA TASIRI	170
Анна Дерман, Алина Мезяк, Мария Хованская	
СОСТОЯНИЕ И ПРОБЛЕМЫ ЖИВОТНОВОДСТВА В БЕЛАРУСИ	172
СЕКЦІЯ: ТУРИЗМ	
Віталіна Курган, Тамара Поліщук	
ОСНОВНІ ПЕРЕВАГИ ТА НЕДОЛІКИ ЕКОТУРИЗМУ	177
Олеся Топалова, Юрий Костюк, Анетта Любарцева	
ІСТОРІЯ СТАНОВЛЕННЯ СКЕЛЕЛАЗІННЯ В УКРАЇНІ	179
СЕКЦІЯ: ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ	
Оксана Ковальчук, Максим Білич	
МОТИВАЦІЯ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	182
Оксана Ковальчук, Смайїл Мустафасєв	
ЗАСТОСУВАННЯ ТА КЛАСИФІКАЦІЯ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У СУЧАСНОМУ ФУТБОЛІ	187

Оксана Ковальчук, Ігор Попов РЕЖИМИ ТРЕНУВАЛЬНИХ НАВАНТАЖЕНЬ, СПРЯМОВАНІ НА РОЗВИТОК ФУНКЦІОНАЛЬНОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ КОМПОНЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ ЄДИНОБОРЦІВ НА ЕТАПІ БЕЗПОСЕРЕДНЬОЇ ПІДГОТОВКИ ДО ЗМАГАННЯ	192
Оксана Ковальчук, Евгений Протасов СТАДИЯ ПОДГОТОВКИ К СПОРТУ ВИСШИХ ДОСТИЖЕНІЙ	196
Оксана Ковальчук, Віталій Солон МЕТОДИ РОЗВИТКУ СИЛИ ЯК ОСНОВА ПРОГРАМУВАННЯ СИЛОВОЇ ПІДГОТОВКИ ШКОЛЯРІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ	200
Сергій Лебедев ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА ТА ДІЇ ГРАВЦІВ РІЗНОГО ІГРОВОГО АМПЛУА	205
СЕКЦІЯ: ФІЛОЛОГІЯ	
Indira Kalelova, Marzhan Rakhmetkalieva, Kymbat Toktargalieva РОЛЬ ІКТ ДЛЯ ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТОЯТЕЛЬНОЇ РАБОТИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕСЕ ИЗУЧЕНИЯ АНГЛІЙСЬКОГО ЯЗЫКА	209
В. Ермолаев, Н. Петрусенко ОБУЧЕНИЕ СЖАТИЮ ТЕКСТА КАК ОДНОМУ ИЗ КОМПОНЕНТОВ ВЛАДЕНИЯ ИНОСТРАННЫМ ЯЗЫКОМ	212
Ольга Ивановна ВПЛИВ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ НА ДІЛОВЕ СПІЛКУВАННЯ ЕЛЕКТРОННОЮ ПОШТОЮ	214
Юлія Крапива, Ксенія Говорун НЕВЕРБАЛЬНІ КОМПОНЕНТИ ДІЛОВОГО СПІЛКУВАННЯ (НА МАТЕРІАЛІ ЕЛЕКТРОННОГО ЛИСТУВАННЯ)	220
СЕКЦІЯ: ФІЛОСОФІЯ	
Ігор Алексюк ПРОБЛЕМА БУКВАЛЬНОГО ЗНАЧЕННЯ І ПОНЯТТЯ ФОНУ	224
СЕКЦІЯ: ЮРИДИЧНІ НАУКИ	
Лоліта Кійло ЗАГАЛЬНІ ЗАСАДИ ДЕРЖАВНОЇ РЕЄСТРАЦІЇ РЕЧОВИХ ПРАВ НА ЗЕМЕЛЬНІ ДІЛЯНКИ	229
Лоліта Кійло СТАНОВЛЕННЯ СИСТЕМИ ОРГАНІВ ДЕРЖАВНОЇ РЕЄСТРАЦІЇ РЕЧОВИХ ПРАВ У НЕЗАЛЕЖНІЙ УКРАЇНІ	234
Ольга Охотнікова ПЕРЕВАГИ ТА НЕДОЛІКИ МОДЕЛЬНОГО СТАТУТУ ПРИ РЕЄСТРАЦІЇ ТОВАРИСТВ З ОБМЕЖЕНОЮ ВІДПОВІДАЛЬНІСТЮ	238
Ольга Охотнікова ОБОВ'ЯЗКОВІСТЬ ЗАЗНАЧЕННЯ КІНЦЕВОГО БЕНЕФІЦІАРНОГО ВЛАСНИКА (КОНТРОЛЕРА) ЮРИДИЧНОЇ ОСОБИ ПРИ ПРОВЕДЕННІ ДЕРЖАВНОЇ РЕЄСТРАЦІЇ	241
ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ	

пошуки, проблеми, перспективи розвитку: збірник тез. Том 2. – Бердянськ: БДПУ, 2018. – С. 108–109.

16. Філатова З.І. Ціннісні орієнтації та відношення студентів до занять з фізичного виховання в умовах спеціальних медичних груп / З.І. Філатова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2008. – №8. – С. 153.

17. Чаплінський Р.Б. Фізична активність і серцево-судинна система / Р.Б. Чаплінський // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. – Вип. 8: У 4-х т. – Львів: НВФ «Українські технології». – 2004. – Т. 2. – С. 383.

УДК 796

*Оксана Ковальчук, Смайл Мустафаєв
(Мелітополь, Україна)*

ЗАСТОСУВАННЯ ТА КЛАСИФІКАЦІЯ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ У СУЧАСНОМУ ФУТБОЛІ

Фізична підготовка футболіста передбачає здебільшого вправи, які використовують під час гри, і які необхідні для якісного виконання певних завдань. Всебічно підготовлений спортсмен під час гри зуміє використати всі свої фізичні здатності.

Ключові слова: засоби фізичної підготовки, футбол, навчально-тренувальний процес, фізичні якості, фізична підготовленість.

The physical training of a football player involves mostly the exercises that are used during the game and which are necessary for the qualitative performance of certain tasks. A well-trained athlete will be able to use all his physical abilities during the game.

Key words: physical training, football, educational process, physical qualities, physical fitness.

На сучасному етапі розвитку спортивне тренування характеризується зростанням фізичних і нервових навантажень, обсяг і інтенсивність тренувальної роботи досягли критичних величин, подальше зростання яких лімітується і біологічними можливостями організму людини, і соціальними чинниками [1, с. 40; 7, с. 321]. Це повною мірою стосується і футболу, де постійне збільшення напруженості змагальної діяльності футбольних команд спричиняє зниження обсягів базової підготовки [10; 13]. Ці обставини обумовлюють необхідність розробки ефективних методів тренування при комплексній оптимізації всіх її основних компонентів на основі залучення до побудови навчально-тренувального процесу інноваційних технологій.

Фізична підготовленість характеризується можливостями функціональних систем організму спортсмена, які забезпечують ефективну змагальну діяльність, і рівнем розвитку основних фізичних якостей – швидкості, сили, витривалості, спритності (координаційних здібностей) та гнучкості [9, с. 303]. Основним резервом удосконалення методики спортивного тренування є наукове обґрунтування процесу його керуванням, а саме: способів оптимізації

різних компонентів тренування з позицій створення необхідних умов для забезпечення рівня фізичної підготовленості, визначеного відповідно до планованої структури змагальної діяльності і заданого рівня спортивного результату. При такому підході напрямки підвищення ефективності тренування можуть бути пов'язані в єдину систему, зорієнтовану на досягнення кінцевої мети [5, с. 142; 6, с. 49].

Фізична підготовка є педагогічним процесом, спрямованим на розвиток фізичних якостей і функціональних можливостей органів і систем організму спортсменів, які створюють сприятливі умови для досконалого оволодіння навичками гри, складається із загальної та спеціальної.

Завданнями загальної фізичної підготовки є зміцнення здоров'я, сприяння правильному фізичному розвитку, формування постави, розвиток основних рухових якостей (загальної, швидкісної та силової витривалості, швидкості, силових якостей, спритності та гнучкості), удосконалення життєво важливих рухових навичок і вмінь (у бігу, стрибках, плаванні тощо), зміцнення основних ланок опорно-рухового апарату і груп м'язів, на які припадає головне навантаження в спортивній грі при виконанні спеціальних завдань на тренуванні і в змаганнях. Засоби, які використовують для вирішення завдань загальної фізичної підготовки, можна розділити на загально-розвивальні вправи і заняття іншими видами спорту (відносно обраного).

Окремим сегментом загальної структури підготовленості вдосконалення майстерності можна вважати вправи на нестабільних структурах, що мають також превентивний зміст, слугують формуванню правильної постави та здатності втримувати рівновагу в ускладнювальних умовах зовнішнього середовища.

Завдання спеціальної фізичної підготовки: розвиток фізичних здатностей, специфічних для спортивної гри та розвиток якостей, які забезпечують успішне виконання тактичних дій спортсмена.

Основними засобами спеціальної фізичної підготовки є спеціальні підготовчі вправи, які дозволяють розвивати фізичні здібності, специфічні для конкретної спортивної гри. До них належать вправи для розвитку швидкості рухової реакції та орієнтування, спостережливості, швидкості дій, швидкості переміщення (робота ніг), стрибучості, вміння швидко переходити зі статичного положення в рух і зупинитися після швидкого переміщення, сили і швидкості скорочення м'язів, які беруть участь у виконанні основних технічних прийомів гри, координаційних здібностей (спритності), гнучкості, необхідних для оволодіння раціональною технікою гри; спеціальної витривалості (стрибкової, швидкісної, силової); акробатичні вправи, вправи з техніки і тактики гри; двостороння гра [2, с. 26; 4, с. 54].

2011 року ФІФА запропонувала інноваційний комплекс вправ для розминки футболістів «Система 11+», що об'єднує в своїй структурі три блоки. Два з них – бігові вправи та комплекс спеціальних вправ у положеннях в упорі лежачи на передпліччях та інших, при наявності зовнішньої протидії – передбачають залучення м'язів, що сприяють утриманню певної пози та статичної рівноваги.

Успішність вирішення завдань фізичної підготовки залежить також від правильного вибору й умілого застосування методів. Незважаючи на те, що гра в футбол всебічно впливає на організм спортсменів [8, с. 59], її вплив на деякі

прояви фізичних якостей і здатностей футболістів виявляється недостатнім. Наприклад, гра або ігрова вправа мають обмежений вплив на розвиток деяких проявів силових якостей та координаційних здатностей гравців [17, с.34]. Тому крім спеціалізованих вправ тренери використовують ще й такі: швидкий біг, різні види стрибкових вправ, біг на підйом, під ухил, ритмічну гімнастику [11, с. 148], координаційні вправи, вправи для розвитку гнучкості та на механічних тренажерах. До цієї групи також зараховують вправи на нестабільних структурах і комбіновані вправи із застосуванням різноманітних форм нестабільних структур (напівсфер, спеціальних платформ тощо), які передбачають різну спрямованість амплітуди коливання [16]. Розвиток силових якостей, а також загальної та силовой витривалості з використанням нестабільних структур формує у гравця властивість якісно протидіяти дестабілізуювальним зовнішнім чинникам, робить його гру швидкою, маневровою, виховує здатність вигравати в протиборствах і втримувати рівновагу в умовах зовнішніх чинників, які дезорганізують положення тіла. Не можна вкотре не підкреслити значення гри для фізичного тренування в усьому різноманітті її форм. Багато авторів розглядають футбол як єдиний цілісний вид спорту, що складається з різноманітних рухів. Його специфічна особливість полягає в тому, що рухові дії, які входять до його складу, і ті різноманітні вправи, які використовують при підготовці до ігор, перебувають у складній взаємодії один з одним, при яких зміна досягнень в одному вигляді рухів зумовлює певні зрушення в іншому [14].

Серед якостей, залучених до спеціалізованих тренувальних занять, залежно від їх ролі у здійсненні рухової діяльності, можна виділити загальні та спеціальні. Тренувальні заняття проводять *роздільним, потоковим, прохідним та коловим* способом [15].

Роздільний спосіб передбачає паузу, необхідну для пояснення між окремими вправами комплексу, використовується на стадії засвоєння комплексу при заняттях потоковим способом.

Потоковий спосіб передбачає безперервність виконання комплексу вправ, що значно підвищує щільність заняття, активізує діяльність ЦНС та увагу спортсменів; його використовують під час спеціально-підготовчого етапу підготовчого періоду.

Прохідний спосіб вирізняється тим, що вправи виконуються зі значним переміщенням у центрі залу колоною або шеренгами.

При проведенні заняття *коловим* способом визначають певну однакову кількість станцій і груп, динаміка роботи яких регламентована зміною дій, що виконуються [15].

Визначальними особливостями сучасного футболу є інтенсивність гри і жорстка атлетична боротьба по всьому полю, яка передбачає пріоритет розвитку в тренувальних заняттях силових компонентів [15; 16; 17]. Ці особливості є наслідком не тільки раціоналізації техніки і тактики, але передусім більш високого рівня фізичної праездатності футболістів. Спеціальна фізична підготовка будується на основі розробки і застосування комплексу тренувальних засобів. Згідно з принципом «моторно-специфічності» [15] спеціальні вправи повинні відображати переважний руховий режим ігрової діяльності на футбольному полі і максимально відповідати йому в залученні відповідної групи м'язів, що робить акцент на

ділянці робочої амплітуди руху, максимуму робочого зусилля, швидкості розвитку максимуму зусиль, режиму м'язового скорочення.

Не слід переоцінювати просторові, часові й векторні силові характеристики: головною умовою має бути схожість режиму роботи м'язів при грі в футбол, однак при доборі спеціальних засобів фізичної підготовки футболістів необхідно враховувати біомеханічні засади технічних прийомів з м'ячем, а також індивідуальних особливостей гравця і рівня його працездатності [10; 14].

Необхідно зазначити, що показники спеціальної працездатності спортсмена залежать від здатності м'язів долати зовнішні чинники, що перешкоджають виконанню рухів. Найбільш значущі з таких сил є гравітація, сила тертя і фізична сила опору руху тіл у воді й у повітрі. У сучасному футболі раціональне використання цих сил може сприяти поліпшенню спортивної працездатності. Тому в структурі навчально-тренувального процесу кваліфікованих футболістів пріоритетом постають спеціальні засоби вправи з наявністю зовнішніх дестабілізуювальних компонентів (гумова стрічка, батут та інші нестабільні структури); при використанні різних вихідних положень основним чинником зовнішнього впливу в таких вправах буде сила гравітації. Недостатня фізична підготовленість певних груп м'язів передбачає певні обмеження якісного технічного виконання певних елементів гри. На думку фахівців, високий рівень фізичної підготовленості футболістів дозволяє їм, відповідно до вимог сучасного футболу, якісно підвищувати рівень техніко-тактичної майстерності [10; 12, с. 209].

СПИСОК ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ

1. Абдураман А.Ш. Особливості проведення навчально-тренувального процесу легкоатлетів-спринтерів дитячо-юнацьких спортивних шкіл / А.Ш. Абдураман, О.В. Непша // Фізична культура, спорт та здоров'я: стан, проблеми та перспективи: матеріали XVIII Міжнар. наук.-практ. конф.(Харків, 14 грудня 2018 р.). – Харків: ХДАФК, 2018. – С. 40–42.
2. Височин Ю.В. Об оптимизации учебно-тренировочного процесса квалифицированных футболистов / Ю.В. Височин, Ю.П. Денисенко, Н.В. Денисенко // Вопросы современного футбола: тез. докл. Всерос. науч.-практ. конф. – Волгоград, 1995. – С. 26–28.
3. Годик М.А. Факторная структура специальной подготовленности футболистов / М.А. Годик, Е.В. Скоморохов // Теория и практика физической культуры. – 2007. – №7. – С. 14–16.
4. Зеленцов А.С. К вопросу об управлении развитием физических качеств футболиста в подготовительном периоде / А.С. Зеленцов, О.П. Базилевич, В.В. Лобановский // Управление спортивной тренировкой. – К., 1974. – С. 54–58.
5. Іваненко В.В. Особливості навчально-тренувального процесу в жіночому баскетболі / В.В. Іваненко, М.В. Купрєєнко, О.В. Непша // Роль освіти у формуванні життєвих цінностей молоді: матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів і молодих учених. – Мелітополь: Видавництво МДПУ імені Богдана Хмельницького, 2017. – С. 142–144.
6. Ковальчук О.В. Сучасні підходи до побудови тренувального процесу бігунів на середня дистанції / О.В. Ковальчук, Р. Сердяєв // Проблеми та

перспективи розвитку сучасної науки в країнах Європи та Азії: матеріали XVIII Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. – Переяслав-Хмельницький, 2019. – С. 48–51.

7. Ковальчук О. Особливості та основні завдання етапу спеціалізованої базової підготовки в спортивних єдиноборствах / О. Ковальчук, І. Панайотов // Гуманітарний простір науки: досвід та перспективи: зб. Матеріалів XXII Міжнарод. наук. практ. інтернет-конф., 30 квітня 2019 р. – Переяслав-Хмельницький, 2019. – Вип. 22. – С. 321–324.

8. Костюкевич В. М. Адаптация футболистов к физическим нагрузкам / В.М. Костюкевич // Наука в олимпийском спорте. – 2007. – №1. – С. 59–65.

9. Мерзлікін А.Є. Особливості розвитку загальної витривалості легкоатлетів / А.Є. Мерзлікін, О.В. Непша, А.С. Жгір // Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку: матеріали I Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції (20-21 квітня 2017 року): збірник тез. – Бердянськ:БДПУ, 2017. – С. 303–305.

10. Монаков Г.В. Технічна підготовка футболістів / Г.В. Монаков. – Київ: Отчизна, 2000. – 123 с.

11. Проценко А.А. Развитие технико-тактических действий юных футболистов средствами фитнесу / А.А. Проценко // Актуальные научные исследования в современном мире // Журнал. – Переяслав- Хмельницький, 2019. – Вип. 3(47), ч. 3. – С. 148–152.

12. Проценко А. Основні положення підготовки юних футболістів на початковому етапі підготовки / А. Проценко, П. Данченко // Розвиток сучасної освіти і науки: результати, проблеми, перспективи. Інтердисциплінарні виміри. – Конін – Ужгород – Херсон – Кривий Ріг: Посвіт, 2019. – С. 209–210.

13. Ріпак І.М. Футбол: навч. посіб. / Ріпак І.М. – Львів: Ліга-Прес, 2010. – 224 с.

14. Сиренко П.А. Специальные и превентивные упражнения в профессиональном футболе / П.А. Сиренко. – Х.: Нове слово, 2012. – 244 с.

15. Соломонко В.В. Футбол / В.В. Соломонко, Г.А. Лисенчук, О.В. Соломонко. – Київ: Олімпійська література, 2005. – 136 с.

16. Тюленьков С.Ю. Теоретико-методические аспекты управления подготовкой высококвалифицированных футболистов: автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Тюленьков С.Ю. – М., 1996. – 54 с.

17. Фалес Й.Г. Ігри та ігрові вправи техніко-тактичного характеру в підготовці футболістів. Методичний посібник / Й.Г. Фалес, О.Ф. Огарчук, О.В. Колобич, А.В. Дулібський. – Львів, 1998. – 112 с.

Збірник наукових праць

«Гуманітарний простір науки: досвід та перспективи»: зб. Матеріалів XXIV Міжнарод. наук. практи. інтернет-конф., 7 жовтня 2019 р. – Переяслав-Хмельницький, 2019. – Вип. 24. – 247 с.

ВИПУСК 24

Враховуючи свободу наукової творчості, редколегія приймає до друку публікації та статті тих авторів, думки яких не в усьому розділяє.

Відповідальність за грамотність, автентичність цитат, правильність фактів і посилань, достовірність матеріалів несуть автори публікацій.

Передрук і відтворення опублікованих матеріалів будь-яким способом дозволяється тільки при посиланні на «Гуманітарний простір науки: досвід та перспективи».

Редакційна колегія залишає за собою право редагувати і скорочувати текст.

Адреса оргкомітету:

08401, Київська обл., м. Переяслав-Хмельницький,

вул. Сухолинського, 30, (к. 221)

Тел.: +38(050) 0440-342

humanitarica@gmail.com

Матеріали конференції розміщені на сайті:

<http://humanitarica.webnode.com.ua/>

Укладачі: В.О. Вовкодав, І.В. Гайдаєнко

Дизайн обкладинки: А.М. Вовкодав

Підписано до друку 14.10.2019 р. Формат 60x84 1/16.

Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman.

Наклад 100. Зам. №143. Ум. друк. арк. 16,5.

Виробник: ФОП Домбровська Я.М.

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру видавців ДК №6366 від 22.08.2018 р.

08055, Київська обл., Макарівський р-он., с. Вільне,

e-mail: kalian_print@ukr.net