

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ

## **ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ**

### **XIV Міжнародної конференції молодих вчених**

### **«МОЛОДЬ ТА ОЛІМПІЙСЬКИЙ РУХ»**

Київ 2021

УДК: 796.032-053.67(063)

ББК 75.4(0)90к.я431

М 78

Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей XIV Міжнародної конференції молодих вчених, 19 травня 2021 року [Електронний ресурс]. – К., 2021. – 287 с.

У збірнику представлені тези з актуальних питань: правові, організаційні, соціальні, екологічні та економічні аспекти сучасного спорту, олімпійська освіта: соціально-філософські, історичні, психологічні та педагогічні аспекти, актуальні проблеми сучасної спортивної підготовки, медико-біологічні аспекти олімпійського спорту, передові практики та інновації сучасної спортивної медицини, фізична терапія та ерготерапія, теорія і практика спорту для всіх.

Матеріали збірника представляють теоретичний і практичний інтерес для докторантів, аспірантів, здобувачів ступенів бакалавра та магістра, тренерів, спортсменів, викладачів, науково-педагогічних працівників, студентів.

***Редакційна колегія:***

Андрєєва О. В., д.фіз.вих. і спорту, професор  
Арехова Т. Ю., спеціаліст відділу сучасних бібліотечних технологій  
Бишевеш Н. Г., к.пед.н., доцент  
Бісмак О. В., д.фіз.вих. і спорту, доцент  
Борисова О. В., д.фіз.вих. і спорту, професор  
Байрачний О. В., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
Воронова В. І., к.пед.н., професор  
Дяченко А. Ю., д.фіз.вих. і спорту, професор  
Єракова Л. А., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
Єременко О. А., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
Жарова І. О., д.фіз.вих. і спорту, професор  
Кашуба В. О., д.фіз.вих. і спорту, професор  
Кормільцев В. В., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
Коробейніков Г. В., д.б.н., професор  
Краснянський К. В., к.фіз.вих. і спорту  
Круцевич Т. Ю., д.фіз.вих. і спорту, професор  
Лазарева О. Б., д.фіз.вих. і спорту, професор  
Матвєєв С. Ф., к.пед.н., професор  
Латишев М. В., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
Максимова Ю. А., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
Марченко О. Ю., д.фіз.вих. і спорту, професор  
Міщенко В. С., к.біол.н.  
Ніканоров О. К., д.фіз.вих. і спорту, професор  
Олешко В. Г., д.фіз.вих. і спорту, професор  
Омельченко Т. Г., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
Омельяничук-Зюркалова О. О., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
Павленко Ю. О., д.фіз.вих. і спорту, професор  
Пастухова В. А., д.мед.н., професор  
Петренко Г. В., к.пед.н.  
Петровська Т. В., к.пед.н., професор  
Радченко Л. О., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
Салямін Ю. М., к.пед.н., доцент  
Сиваш І. С., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
Трачук С. В., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
Футорний С. М., д.фіз.вих. і спорту, професор  
Чопілко Т. Г., к.фіз.вих. і спорту  
Шахліна Л. Я.-Г., д.мед.н., професор  
Шинкарук О. А., д.фіз.вих. і спорту, професор  
Шутова С. Є., к.фіз.вих. і спорту, доцент  
Яковенко О. О., к.фіз.вих. і спорту, доцент

Тези пройшли перевірку з використанням сервісу пошуку плагіату Unicheck.

**Рекомендовано Вченою радою Національного університету фізичного виховання і спорту України, протокол № 14 від 30. 06. 2021 р.**

**ШАО ЧЖИГОН** КОНТРОЛЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ БАСКЕТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ 155

**ШИНКАРУК О., БЛАЖКО Н., АНДРІЄНКО Г.** ВИДИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОК У ЧЕРЛІДЕНГУ 157

**ШЛЬОНСЬКА О., ХАМУДІ М.Ф.К., ВАСІЛЬЄВА А.** ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СПЕЦІАЛЬНИХ ФІЗИЧНИХ ЗДІБНОСТЕЙ КВАЛІФІКОВАНИМИ ВОЛЕЙБОЛІСТКАМИ РІЗНОГО ІГРОВОГО АМПЛУА 159

**ГОНЧАРОВА Н., ШУТОВА С., ПРОКОПЕНКО А.** ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ МОТОРНОЇ АСИМЕТРІЇ В ТЕНІСІ 161

**ЯАНГ ТАНГСУН** ОСОБЛИВОСТІ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВАЖКОАТЛЕТІВ КИТАЮ ЕЛІТНОЇ ГРУПИ 163

**ЯКОВЛЄВ В.** ВДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ БОРЦІВ ГРЕКО-РИМСЬКОГО СТИЛЮ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ 165

**РОЗДІЛ IV**  
**МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ СПОРТУ. ПЕРЕДОВІ ПРАКТИКИ ТА**  
**ІННОВАЦІЇ СУЧАСНОЇ СПОРТИВНОЇ МЕДИЦИНИ.**  
**ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ТА ЕРГОТЕРАПІЯ**

**CHANTELL G., TAFIREYI C., MILLARD L., BREUKELMAN G.** CHALLENGES IN PROMOTING PHYSICAL EDUCATION AND SPORT ACTIVITIES IN ZIMBABWEAN PRIMARY AND SECONDARY SCHOOLS 168

**KARNAUKH T.** БІОЕЛЕКТРИЧНА АКТИВНІСТЬ МОЗКУ ПРИ ТРИВОЖНИХ РОЗЛАДАХ / BIOELECTRIC ACTIVITY OF THE BRAIN IN ANXIETY DISORDERS 169

**LIYANAGE E., CHELLAPILLAI FMD, KRASILSHCHIKOV O.** TOURETTE SYNDROME: EXERCISE FOR OVERWEIGHT, A CASE REPORT 171

**АНДРЕАСЯН С.** ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ПРИ ПАТЕЛОФЕМОРАЛЬНОМУ БОЛЬОВОМУ СИНДРОМІ У БІГУНІВ 173

**БАКАНОВА А.** ПРЕВЕНТИВНА ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ ЖІНОК З ПОЧАТКОВИМИ ПРОЯВАМИ ДИСФУНКЦІЇ ТАЗОВОГО ДНА 175

**БОРСУКЕВИЧ Т., НІКАНОРОВ О., ЗАЄЦЬ В.** ВПЛИВ НАСЛІДКІВ ПЕРЕЛОМІВ КІСТОК ГОМІЛКОВО-НАДП'ЯТКОВОГО СУГЛОБА ПІСЛЯ ОПЕРАТИВНОГО ВТРУЧАННЯ НА ЯКІСТЬ ЖИТТЯ ПАЦІЄНТІВ 177

**ВЛОВЕНКО Н., РОССОХА Г., ОСИПЕНКО Г., СТАНКЕВИЧ Л.** ВПЛИВ ФІЗИЧНИХ НАВАНТВАЖЕНЬ НА АНТИОКСИДАНТНУ СИСТЕМУ В ОРГАНІЗМІ СПОРТСМЕНІВ 179

## ВИДИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОК У ЧЕРЛІДЕНГУ

Шинкарук О., Блажко Н., Андрієнко Г.

*Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, Україна*

**Вступ.** Черліденг посідає щільне місце як перспективний вид спорту з широкими можливостями для занять цим видом спорту. Черліденг органічно поєднує в собі елементи шоу, видовищні надскладні елементи, містить координаційно складні та інтенсивні рухи, що включають елементи акробатики, спортивної та художньої гімнастики, спортивних танців [6, 7]. Аналіз досліджень, проведених іншими фахівцями, дозволяють стверджувати про збільшення популярності складно координаційних видів спорту, в основі яких технічність, складність та естетичність, серед яких популярності набуває черліденг [3, 4]. Процес підготовки черлідерів можна розглядати як складну динамічну систему. Підготовка в черліденгу здійснюється за всіма видами підготовки, проте акцент зміщується в напрямок технічної складності, хореографії, композиції, музикальної ритмічності.

**Мета дослідження:** визначити значущість видів підготовки спортсменок у черліденгу шляхом експертного опитування.

**Методи дослідження:** аналіз науково-методичної літератури, систематизація, узагальнення, опитування, експертна оцінка, методи статистики.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Урахування компонентів підготовки спортсменів у черліденгу дозволяють спрямувати тренувальний процес відповідно до командної та індивідуальної роботи в його дисциплінах. Широта і різноманітність рухових умінь і навичок, технічної майстерності, розвитку пріоритетних фізичних якостей спортсменів стосовно до вимог змагальної діяльності є запорукою успішної реалізації досягнутого рівня підготовленості у черліденгу [1,2].

Для визначення провідних складових підготовки, необхідних для формування спеціальної підготовленості спортсменок в черліденгу було проведене експертне опитування. У ролі експертів виступали тренери, які працюють з кваліфікованими спортсменками, що спеціалізуються в черліденгу, в індивідуальних і командних вправах.

Всього в опитуванні взяло участь 5 експертів, тренерів вищої і першої категорії. В анкету було включено види підготовки, що застосовуються на практиці. В ході експертного опитування респондентам було запропоновано проранжувати види підготовки в залежності від їх значимості для спортсменок: найбільш значущому показнику відповідав найменший бал, найменш значущому фактору найбільший бал. Коефіцієнт конкордації становив  $W=0,84$ , значення критерію  $\chi^2$  становить 16,8, критичне значення  $\chi^2$  на рівні значущості  $p<0,05$  становить 11,07, зв'язок між факторними та результативними ознаками статистично значимий, рівень значущості  $p> 0,05$ .

До основних видів підготовки було віднесено технічну, силову (як основну з фізичної підготовки), естетичну, музикально-ритмічну та психологічну.

Таблиця 1.

**Значущість видів підготовки в дисциплінах черліденгу**

№ п/п	Види підготовки	x	Сума	Ранг
1.	Силова підготовка	2,8	14	4
2.	Технічна підготовка	1,4	7	1
3.	Естетична підготовка	3,2	16	5
4.	Музикально-ритмічна та координаційна підготовка	2,6	13	3

5.	Психологічна підготовка	1,8	9	2
----	-------------------------	-----	---	---

Найбільш значущими серед визначених видів підготовки, експерти визначили технічну підготовку (середній бал 1,4), на другому місці психологічна підготовка (середній бал 1,8), третьому - музичально-ритмічна та координаційна підготовка (середній бал 2,6) Силова (середній бал 2,8) і естетична підготовка (середній бал 3,2) є найменш значущими видами і відповідно оцінки експертів посіли 4 та 5 місця.

Необхідно зазначити, що значущість технічної підготовки пов'язана зі змагальною композицією черліденгу, яка включає в себе виконання різноманітних рухів як самим предметом (кидки і ловля, відбиви, маніпуляції), так і їх поєднання з рухами програми: рівновагами, поворотами, стрибками, нахилами, елементами полуакробатики [4, 5]. Як зазначає Зінченко І., відносно простими за технікою виконання є махи, і рух предмета в формі вісімки, які виконуються в постійному контакті черлідерів з предметом, їх виконання залежать від рухів самих спортсменів. Найбільш технічно складною структурною групою є кидки і ловля помпонів. Це підтверджується результатами спостережень їх виконання на змаганнях різними авторами [3].

Основними параметрами в черліденгу є рухи, що лежать в основі кидка. Рух змінюється в залежності від горизонтальної відстані, часу знаходження в повітрі, точності або швидкості руху. На результат і якість виконання кидкових дій впливають початкові параметри вильоту помпонів. Вони особливо важливі, так як в інтервалі між кидком і ловлею спортсмени виконують різні за структурою і координаційної складності руху. При цьому необхідно зберегти синхронно-групову роботу, динамічність, композиційні перешикування та взаємодії. Тому вибір спортсменом висоти кидка і форми його траєкторії залежить від складу елементів, які виконуються під час польоту предмета, способу його ловлі і композиційного задуму вправи.

**Висновки.** В різних дисциплінах черліденгу підготовка спортсменів базується на техніці виконання рухів та їхнього вдосконалення, силових якостей, музичально-ритмічної, координаційної та естетичної складових. Особливе місце в підготовці спортсменів посідає психологічна, як основа стабільності виступів як в індивідуальних та командних номерах програми.

#### Література.

1. Блажко Н, Шинкарук О. Особливості виконання змагальної програми в командних дисциплінах черліденгу. Матеріали ІІ Всеукраїнської електронної конференції з міжнародною участю «Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії», 18 квітня 2019 року. К.:НУФВСУ; 14-6.
2. Блажко НА, Шинкарук ОА. Компоненти підготовки кваліфікованих спортсменок у черліденгу. Молодь та олімпійський рух: Збірник тез доповідей XIII Міжнародної конференції молодих вчених, 16 травня 2020 року [Електронний ресурс]. К., 2020; 56-7.
3. Зінченко ІА. Побудова тренувального процесу спортсменів у черліденгу на етапі спеціалізованої базової підготовки : автореф. дис. ...канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.01 «Олімпійський і професійний спорт». Харків; 2013, 22.
4. Крикун. Ю. Характеристика змагальної діяльності спортсменів черлідінгу / Ю. Ю. Крикун / Слобожанський науково-спортивний вісник. Харьков: ХДАФК, 2009: 2; 30-5
5. Шинкарук О, Блажко Н. Особливості підготовки спортсменок в індивідуальних та командних змаганнях з черліденгу. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*: зб. наук. праць. Випуск №.6. Житомир. 2018, 185–91.