



4/2023

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

«Теорія і методика фізичного виховання і спорту» – науково-теоретичний журнал для фахівців у сфері фізичної культури і спорту – наукових працівників, викладачів ЗВО, тренерів, докторантів, аспірантів, студентів, спортсменів

ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР

О. В. Борисова, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

ЗАСТУПНИК ГОЛОВНОГО РЕДАКТОРА

Н. М. Гончарова, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

О. В. Андрєєва, д-р наук
фіз. виховання і спорту

Ю. А. Бріскін, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

М. М. Булатова, д-р пед. наук

Я. Вонцік, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

В. І. Воронова, канд. пед. наук

В. В. Гамалій, канд. пед. наук

М. В. Дутчак, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

А. Ю. Дяченко, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

В. О. Кашуба, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

І. О. Когут, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

Г. В. Коробейніков, д-р біол. наук

К. Коханович, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

Т. Ю. Круцевич, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

О. Б. Лазарєва, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

В. Манолакі, д-р пед. наук

Ю. П. Мічуда, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

В. В. Ніколаско, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

Л. В. Подрігало, д-р мед. наук

Д. В. Попович, д-р мед. наук

В. А. Потоп, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

С. Савчин, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

С. М. Футорний, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

А. В. Цьось, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

Л. Я.-Г. Шахліна, д-р мед. наук

О. А. Шинкарук, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

Ю. М. Шкретій, д-р наук
з фіз. виховання і спорту

Т. Янчева, д-р психол. наук

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

- 3 *Володимир Бобровник, Дмитро Пугачов, Михайло Ткаченко*
Тренувальні засоби різної спрямованості для удосконалення фізичних якостей бігунів на середні дистанції на етапі спеціалізованої базової підготовки
- 13 *Катерина Герасимчук*
Технологія профілюючої підготовки команди з черліденгу в номінації «чер» з урахуванням індивідуальних особливостей спортсменів
- 20 *Ірина Козак, Олександр Жирнов*
Сучасні тренди біомеханічних технологій у спорті
- 27 *Ірина Колеснік, Світлана Федорчук, Тетяна Куценко, Ірина Когут, Юрій Салямін*
Динамічна м'язова витривалість юних гімнастів за показниками тепінг-тесту у зв'язку з рівнем фізичної і технічної підготовленості
- 33 *Костянтин Савченко*
Характеристика факторів, що визначають ефективність змагальної діяльності кваліфікованих спортсменів у вітрильному спорті

ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ, ФІТНЕС І РЕКРЕАЦІЯ. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ. ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ, ЕРГОТЕРАПІЯ

- 41 *Наталія Бишевець, Олена Андрєєва*
Оцінювання рівня стресу студентів з недостатнім рівнем рухової активності в умовах дистанційного навчання
- 48 *Дмитро Анісімов*
Використання системи кросфіт під час фізичної підготовки правоохоронців у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання
- 53 *Олександр Петрачков, Олена Ярмач*
Вплив фізичних навантажень на показники функціонального стану кардіореспіраторної системи офіцерів оперативного рівня
- 60 *Сергій Трачук, Віктор Голуб, Василь Довгаль, Сергій Сиротюк*
Складники рухової активності хлопців 8–9-х класів в освітньому просторі школи

ІСТОРІЯ, ПЕДАГОГІКА, ПСИХОЛОГІЯ, ПРАВО, СОЦІОЛОГІЯ І ФІЛОСОФІЯ У СФЕРІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

- 66 *Лілія Арнаутова, Тетяна Петровська, Світлана Федорчук, Євген Петрушевський*
Мотивація досягнення успіху в структурі особистісного профілю стресостійкості кваліфікованих гандболісток
- 72 *Тетяна Кропивницька*
Зарубіжний досвід функціонування неолімпійського спорту (на прикладі Італії)
- 78 *Вікторія Маринич, Ірина Когут*
Моніторингова діяльність з інклюзивності у спорті Європейського Союзу та України
- 84 *Олеся Шевчук, Ірина Когут, Вікторія Маринич*
Компендіум належних прикладів організаційно-методичного забезпечення інклюзивності у спорті: досвід Австралії

Журнал включено до бази даних:
IndexCopernicus
<http://journals.indexcopernicus.com>
Національна бібліотека України імені
В. І. Вернадського
http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/TMFVS/index.html
ISSN 1992–7908
<http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/>

© «Теорія і методика фізичного виховання і спорту», 2023

ВИПУСК ЖУРНАЛУ № 4/2023
ЗАТВЕРДЖЕНО ВЧЕНОЮ РАДОЮ
Національного університету фізичного виховання
і спорту України
29.09.2023 р., протокол № 1

Статті пройшли перевірку
з використанням сервісу Unicheck

Згідно з наказом Міністерства освіти і науки України
від 17.03.2020 № 409 журнал «Теорія і методика
фізичного виховання і спорту» включено до Переліку
наукових фахових видань України за спеціальністю
017 Фізична культура і спорт, та 02.07.2020 р. № 886
за спеціальністю 014 Середня освіта (014.11 – Середня
освіта. Фізична культура)

Видання Національного університету
фізичного виховання і спорту України
Видається з 1999 р.

Реєстраційний № КВ-3828 від 23.11.99 р.
Україна, 03150, Київ-150,
вул. Фізкультури, 1

Тел. (044) 289 40 92
Факс (044) 287 68 21



4/2023

THEORY AND METHODS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

«Theory and Methods of Physical Education and Sports» —

scientific-theoretical journal
for specialists in Physical
Education and Sports —
researchers, lecturers, coaches,
doctorate students, graduate
students, students, athletes

EDITOR-IN-CHIEF:

O.V. Borysova

DEPUTY EDITORS-IN-CHIEF:

N. M. Goncharova

EDITORIAL BOARD:

O. V. Andriieva

Yu. A. Briskin

M. M. Bulatova

J. Wąsik

V. I. Voronova

V. V. Gamalii

M. V. Dutchak

A. Yu. Diachenko

V. O. Kashuba

I. O. Kogut

H. V. Korobeynikov

K. Kochanowicz

T. Yu. Krutsevich

O. B. Lazarieva

V. Manolaki

Yu. P. Michuda

L. M. Podrigalo

D. V. Popovych

V. A. Potop

S. Savchyn

S. M. Futornyi

A. V. Tsos

L. I.-H. Shakhliina

O. A. Shynkaruk

Yu. M. Shkrebtii

T. Iancheva

THEORY AND METHODS OF ATHLETES' PREPARATION

- 3 *Volodymyr Bobrovnyk, Dmytro Puhachov, Mykhailo Tkachenko*
Training means of different focus for improving physical qualities of middle-distance runners at the stage of specific basic training
- 13 *Kateryna Herasymchuk*
Technology of profiling training of a cheerleading team in the cheer event taking into account individual characteristics of athletes
- 20 *Iryna Kozak, Oleksandr Zhyrnov*
Modern trends in biomechanical technologies in sports
- 27 *Iryna Kolesnik, Svitlana Fedorchuk, Tetiana Kutsenko, Iryna Kogut, Yurii Salyamin*
Dynamic muscle endurance of young gymnasts according to the indicators of the tapping test in relationship with the levels of physical and technical preparedness
- 33 *Kostiantyn Savchenko*
Characteristics of factors that determine the effectiveness of competitive activity of skilled athletes in sailing sports

HUMAN HEALTH, FITNESS AND RECREATION. PHYSICAL EDUCATION OF DIFFERENT POPULATION GROUPS. PHYSICAL REHABILITATION, ERGOTHERAPY

- 41 *Natalia Byshevets, Olena Andriieva*
Assessment of the level of stress among students with insufficient physical activity under distance education conditions
- 48 *Dmytro Anisimov*
The use of the CrossFit system in physical training of law enforcement officers in higher education institutions with specific learning conditions
- 53 *Oleksandr Petrachkov, Olena Yarmak*
Influence of physical exercise on the indicators of functional state of the cardiorespiratory system in operational level officers
- 60 *Serhiy Trachuk, Viktor Holub, Vasyl Dovhal, Serhiy Syrotiuk*
Components of physical activity of 8-9th grade boys in the educational space of the school

HISTORY, PEDAGOGICS, PSYCHOLOGY, LAW, SOCIOLOGY AND PHILOSOPHY IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT SPHERE

- 66 *Liliya Arnautova, Tetiana Petrovska, Svitlana Fedorchuk, Yevhen Petrushevskiy*
Motivation for success in the structure of personal profile of stress tolerance of skilled female handball players
- 72 *Tetiana Kropyvnytska*
Foreign experience in functioning of non-Olympic sports (by the case of Italy)
- 78 *Viktorii Marynych, Iryna Kogut*
Monitoring activities on inclusiveness in sports in the European Union and Ukraine
- 84 *Olesia Shevchuk, Iryna Kogut, Viktorii Marynych*
A compendium of good examples of organizational and methodological support or inclusiveness in sport: the experience of Australia

The journal is referenced in databases:
IndexCopernicus
<http://journals.indexcopernicus.com>
The Vernadsky National Library of Ukraine
http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/TMFVS/index.html
ISSN 1992-7908
<http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/>

© «Theory and methods of physical education», 2023

Issue of journal № 4/2023 was approved by Scientific Council of the National University of Physical Education and Sport of Ukraine on 29.09.2023 protocol N 1

According to the orders of the Ministry of Education and Science of Ukraine the journal "Theory and Methods of Physical Education and Sports" was included in the List of scientific professional publications of Ukraine in specialty 017 - Physical culture and sports (the order No. 409 of March 17, 2020) and 014 - Secondary education (014.11- Secondary education. Physical education) (the order No. 886 of July 2, 2020)