

### ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

- 3 *Heri Wahyudi, Hari Setijono, Edy Mintarto*  
The Evaluation of International Sportsman Special School Coaching Program
- 9 *Ван Вей, Олена Козлова*  
Засоби сполученого вдосконалення техніки відштовхування і спеціальної підготовленості кваліфікованих стрибунів у довжину
- 13 *Людмила Гапонова*  
Особливості змагальної діяльності у маунтинбайку (крос-кантрі)
- 18 *Марія Колчин*  
Ретроспективний аналіз програм початкової підготовки з художньої гімнастики
- 24 *Георгій Коробейніков, Дмитро Штанагей,*  
*Тетяна Ричок, Ольга Костюченко, Василь Костюченко*  
Особливості техніки рухів у жінок-боксерів з різним стилем ведення поєдинку
- 33 *Богдан Корольчук*  
Клубна система з плавання як основна форма організації шкільного спорту
- 39 *Ольга Русанова, Юрій Шкрібтій, Цицизянь Хуан*  
Теоретичні передумови моделювання навантажень різної спрямованості у тренувальному процесі кваліфікованих спортсменів у веслуванні
- 44 *Юрій Салямін, Олег Верняєв, Оксана Омелянчик-Зюркалова*  
Побудова індивідуального навантаження в системі підготовки до Ігор XXXI Олімпіади (на прикладі спортивної гімнастики)
- 50 *Леся Яблонська, Тетяна Кропивницька*  
Зарубіжний досвід функціонування європейської моделі спорту (на прикладі Угорщини)

### ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ, ФІТНЕС І РЕКРЕАЦІЯ. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

- 57 *Олена Андрєєва, Тарас Блистів*  
Організація оздоровчо-рекреаційної діяльності старшокласників у закладах позашкільної освіти туристсько-краєзнавчого напрямку
- 65 *Галина Бутенко, Наталія Гончарова*  
Вплив занять оздоровчим та спортивним туризмом на систему дихання дітей молодшого шкільного віку
- 70 *Наталія Андрєєва, Олександр Жирнов*  
Особливості кінематичної структури техніки кидків і ловіння м'яча в художній гімнастиці на етапі попередньої базової підготовки

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

*Головний редактор*  
**Ю. М. Шкрібтій**, д-р наук з фіз. виховання і спорту

*Заступник головного редактора*  
**Н. М. Гончарова**, канд. наук з фіз. виховання і спорту

#### **Редакційна колегія:**

**О. В. Андрєєва**, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
**О. В. Борисова**, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
**М. М. Булатова**, д-р пед. наук  
**Л. В. Волков**, д-р пед. наук  
**В. І. Воронова**, канд. пед. наук  
**В. В. Гамалій**, канд. пед. наук  
**О. Ю. Геращенко**, д-р пед. наук  
**М. В. Дутчак**, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
**А. Ю. Дяченко**, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
**М. М. Ібрагімов**, д-р філос. наук  
**В. М. Ільїн**, д-р біол. наук  
**В. О. Кашуба**, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
**Ф. А. Керимов**, д-р пед. наук  
**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. Лазарева**, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
**О. М. Макагонов**, д-р пед. наук  
**В. Манолак**, д-р пед. наук  
**Ю. П. Мічуда**, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
**В. В. Ніколаєнко**, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
**Т. Д. Полякова**, д-р пед. наук  
**В. А. Потоп**, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
**С. Савчин**, д-р наук з фіз. виховання і спорту  
**М. М. Філіппов**, д-р біол. наук  
**Л. Я.-Г. Шахліна**, д-р мед. наук  
**О. А. Шинкарук**, д-р наук з фіз. виховання і спорту



- 74 *Дар'я Усенко*  
Діяльність фітнес-консультанта в Україні:  
затребуваність та особливості професії
- 81 *Сергій Федоренко, Марія Балаж, Володимир Вітомський,  
Олена Лазарева, Марина Вітомська*  
Організація ефективної реабілітаційної допомоги та системи  
фізичної терапії як актуальна проблема сьогодення

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

- 87 *Вікторія Ковальчук, Марина Мосьпан*  
Формування професійної компетентності  
майбутніх тренерів з урахуванням саморегуляції психічної  
стійкості
- 92 *Анна Оріховська*  
Особливості психоемоційного стану студентської молоді  
з вадами слуху

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](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», 2019

ВИПУСК ЖУРНАЛУ № 3/2019  
ЗАТВЕРДЖЕНО ВЧЕНОЮ РАДОЮ  
Національного університету фізичного виховання  
і спорту України  
26.11.2019 р., протокол № 3

Журнал включено до Переліку  
наукових фахових видань України згідно з наказом  
Міністерства освіти і науки України № 1081 від 29.09.2014

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

# THEORY AND METHODS

## OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS <sup>3</sup>/2019

### THEORY AND METHODS OF ATHLETES' PREPARATION

- 3 *Heri Wahyudi, Hari Setijono, Edy Mintarto*  
The Evaluation of International Sportsman Special School Coaching Program
- 9 *Wang Wei, Olena Kozlova*  
Means for the associated improvement of the take-off technique and special fitness of skilled long jumpers
- 13 *Liudmyla Haponova*  
Features of competitive activity in a mountain bike (cross-country)
- 18 *Mariia Kolchan*  
Retrospective analysis of initial preparation programs in rhythmic gymnastics
- 24 *Georgiy Korobeynikov, Dmytro Shtanahey, Tanya Rychok, Olha Kostiuchenko, Vasyl Kostiuchenko*  
Peculiarities of motion technique in female boxers with different style of a duel
- 33 *Bohdan Korolchuk*  
Club swimming system as the main form of school sports organization
- 39 *Olha Rusanova, Iurii Shkrebtiy, Zijian Huahg*  
Theoretical pre-conditions for modeling loads of different orientation in training process of skilled rowers
- 44 *Iurii Saliamin, Oleh Verniiaev, Oksana Omelianchyk-Ziurkalova*  
Designing individual load in the system of preparation for the XXXI Olympic Games (On the example of gymnastics)
- 50 *Lesia Yablonska, Tetiana Kropyvnytska*  
Foreign experience of the European model of sport functioning (on the example of Hungary)

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

- 57 *Olena Andreieva, Taras Blystiv*  
Organization of health related and recreational activities of senior schoolchildren in out-of-school educational establishments of tourism and regional direction
- 65 *Halyna Butenko, Natalia Honcharova*  
The impact of health and sports tourism on the respiratory system of children of primary school age
- 70 *Natalia Andreieva, Oleksandr Zhymov*  
Features of the kinematic structure of throwing technique and catching ball in artistic gymnastics at the stage of preliminary basic training
- 74 *Daria Usenko*  
Activity of fitness consultant in Ukraine: demand and features of the profession

### «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*  
Yu. M. Shkrebtiy

*Deputy editor-in-chief*  
N. M. Goncharova

*Editorial board:*  
O. V. Andreieva  
O. V. Borysova  
M. M. Bulatova  
L. V. Volkov  
V. I. Voronova  
V. V. Hamalii  
O. I. Herashchenko  
M. V. Dutchak  
A. I. Diachenko  
M. M. Ibrahimov  
V. M. Ilyin  
V. O. Kashuba  
F. A. Kerymov  
H. V. Korobeynikov  
K. Kokhanovych  
T. I. Krutsevych  
O. B. Lazareva  
O. M. Makahonov  
V. Manolaki  
Yu. P. Michuda  
V. V. Nikolaienko  
T. D. Poliakova  
V. A. Potop  
S. Savchyn  
M. M. Filippov  
L. I.-H. Shakhlina  
O. A. Shynkaruk



- 81 *Serhii Fedorenko, Maria Balazh, Volodymyr Vitomskyi, Olena Lazareva, Maryna Vitomska*  
Organization of effective rehabilitation care and physical therapy system as an actual problem of today

**HISTORY, PSYCHOLOGY, LAW, SOCIOLOGY  
AND PHILOSOPHY IN THE SPHERE  
OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT**

- 87 *Viktoriya Kovalchuk, Maryna Mospan*  
Formation of professional competence of future coaches with account for self-regulation of mental stability
- 92 *Anna Orikhovska*  
Peculiarities of psycho-emotional state of student youth with hearing impairments

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](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», 2019

Issue of journal № 3/2019 was approved by Scientific Council of the National University of Ukraine on Physical Education and Sport on 26.11.2019, protocol N 3

The journal has been included in the List of Scientific Profile Editions of Ukraine according to the Order of the Ministry of Education and Science of Ukraine № 1081 of 29.09.2014

National University of Ukraine  
on Physical Education and Sport

Issued since 1999

Registration No. KB-3828 of 23.11.99  
1, Fizkultury Str., 03150,  
Kyiv-150, Ukraine;  
Tel. (044) 289 40 92  
Fax (044) 287 68 21

---

Усі права захищено.

Це видання, а також його частина можуть бути відтворені тільки з письмового дозволу видавця. Посилання на журнал при цьому обов'язкове. Відповідальність за достовірність фактів, цитат, власних імен, географічних назв та інших відомостей несуть автори публікацій.

За зміст рекламних публікацій відповідає рекламодавець

Надруковано на обладнанні, переданому народом Японії

Редагування — *НАДІЯ ОТРОХ*  
Коректура — *ЛЮБОВ ДИМЕНКО*  
Комп'ютерне верстання — *АЛЛА КОРКІШКО*

Формат 60×84 <sup>1</sup>/<sub>8</sub>. Ум. друк. арк. 11,63. Наклад 140 пр. Зам. №

Національний університет фізичного виховання і спорту України, видавництво «Олімпійська література»  
Україна, 03150, Київ-150, вул. Фізкультури, 1

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4763 від 26.08.2014 р.

---