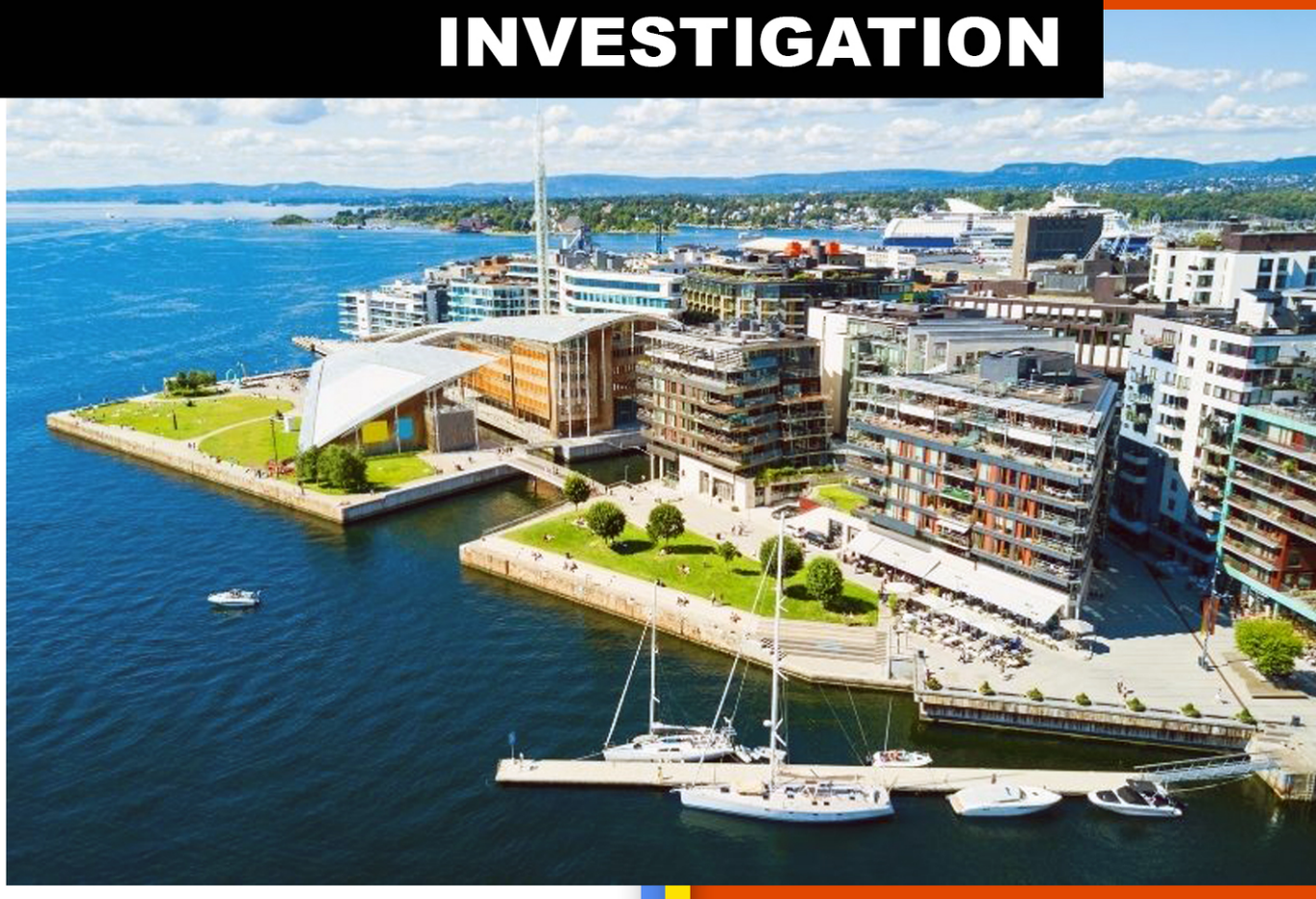
SCIENTIFIC COLLECTION INTERCONF

№ 106
April, 2022

THE ISSUE CONTAINS:

Proceedings of the 5th International Scientific and Practical Conference

RECENT SCIENTIFIC INVESTIGATION



OSLO, NORWAY

26-28.04.2022

InterConf
Scientific Publishing Center

SCIENTIFIC COLLECTION «INTERCONF»

№ 106 | April, 2022

THE ISSUE CONTAINS:

Proceedings of the 5th International Scientific and Practical Conference

RECENT SCIENTIFIC INVESTIGATION

OSLO, NORWAY

26-28.04.2022

NORWAY
2022

UDC 001.1

S 40 *Scientific Collection «InterConf»*, (106): with the Proceedings of the 5th International Scientific and Practical Conference «Recent scientific investigation» (April 26-28, 2022). Oslo, Norway: Dagens næringsliv forlag, 2022. 529 p.

ISBN 978-82-7346-353-1

EDITOR

Anna Svoboda
Doctoral student
University of Economics, Czech Republic
annasvobodaprague@yahoo.com

COORDINATOR

Mariia Granko
Coordination Director in Ukraine
Scientific Publishing Center InterConf
info@interconf.top

EDITORIAL BOARD

Temur Narbaev (PhD)
Tashkent Pediatric Medical Institute,
Republic of Uzbekistan;
temur1972@inbox.ru

Nataliia Mykhalitska (PhD in Public Administration)
Lviv State University of Internal Affairs, Ukraine

Dan Goltsman (Doctoral student)
Riga Stradiņš University, Republic of Latvia;

Katherine Richard (DSc in Law),
Hasselt University, Kingdom of Belgium
katherine.richard@protonmail.com;

Richard Brouillet (LL.B.),
University of Ottawa, Canada;

Stanyslav Novak (DSc in Engineering)
University of Warsaw, Poland
novaks657@gmail.com;

Kanako Tanaka (PhD in Engineering),
Japan Science and Technology Agency, Japan;

Mark Alexandr Wagner (DSc. in Psychology)
University of Vienna, Austria
mw6002832@gmail.com;

Alexander Schieler (PhD in Sociology),
Transilvania University of Brasov, Romania

Svitlana Lykholat (PhD in Economics),
Lviv Polytechnic National University, Ukraine

Dmytro Marchenko (PhD in Engineering)
Mykolayiv National Agrarian University
(MNAU), Ukraine;

Rakhmonov Aziz Bositovich (PhD in Pedagogy)
Uzbek State University of World Languages,
Republic of Uzbekistan;

Mariana Veresklia (PhD in Pedagogy)
Lviv State University of Internal Affairs, Ukraine

Dr. Albena Yaneva (DSc. in Sociology and Antropology),
Manchester School of Architecture, UK;

Vera Gorak (PhD in Economics)
Karlovarská Krajská Nemocnice, Czech Republic
veragorak.assist@gmail.com;

Polina Vuitsik (PhD in Economics)
Jagiellonian University, Poland
p.vuitsik.prof@gmail.com;

Elise Bant (LL.D.),
The University of Sydney, Australia;

George McGrown (PhD in Finance)
University of Florida, USA
mcgrown.geor@gmail.com;

Vagif Sultanly (DSc in Philology)
Baku State University, Republic of Azerbaijan

Kamilə Əliağa qızı Əliyeva (DSc in Biology)
Baku State University, Republic of Azerbaijan

If you have any questions or concerns, please contact a coordinator Mariia Granko.

The recommended styles of citation:

1. Surname N. (2022). Title of article or abstract. *Scientific Collection «InterConf»,* (106): with the Proceedings of the 5th International Scientific and Practical Conference «Recent scientific investigation» (April 26-28, 2022). Oslo, Norway; pp. 21-27. Available at: https://interconf.top/...
2. Surname N. (2022). Title of article or abstract. *InterConf,* (106), 21-27. Retrieved from https://interconf.top/...

This issue of Scientific Collection «InterConf» contains the International Scientific and Practical Conference. The conference provides an interdisciplinary forum for researchers, practitioners and scholars to present and discuss the most recent innovations and developments in modern science. The aim of conference is to enable academics, researchers, practitioners and college students to publish their research findings, ideas, developments, and innovations.

©2022 Ühingu Teadus juhatus
©2022 Authors of the abstracts
©2022 Scientific Publishing Center «InterConf»

PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Стрикаленко Є.А.
Шалар О.Г.
Деркач В.М.
ЗАСОБИ ТА МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ДІВЧАТ У ВІЛЬНІЙ БОРОТЬБІ **517**

MILITARY AFFAIRS AND NATIONAL SECURITY

Ярошенко О.В.
ЗАГАЛЬНІ ПІДХОДИ АДАПТАЦІЇ СТРУКТУРИ ЕВАКУАЦІЙНИХ ПІДРОЗДІЛІВ ДО СКЛАДУ І ЗАВДАНЬ ВІЙСЬК, ЯКІ ЗАБЕЗПЕЧУЮТЬСЯ **526**

PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

Стрикаленко Євгеній Андрійович
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри загальноекономічної підготовки
Херсонського державного аграрно-економічного університету,
Україна

Шалар Олег Григорович
кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри загальноекономічної підготовки
Херсонського державного аграрно-економічного університету,
Україна

Деркач Віктор Миколайович
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
доцент кафедри фізичного виховання і спорту,
Миколаївського національного університету кораблебудування
імені адмірала Макарова,
Україна

ЗАСОБИ ТА МЕТОДИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ДІВЧАТ У ВІЛЬНІЙ БОРОТЬБІ

Анотація. *Стаття присвячена визначенню ефективності фізичної підготовки дівчат, що спеціалізуються в вільній боротьбі. Контингент дослідження склали юні борчині, які відносяться до групи початкової підготовки 12-13 років. Встановлено, що правильний підбір та використання засобів та методів фізичної підготовки дозволило суттєво підвищити рівень підготовленості. В експериментальній групі протягом дослідження на 10-40% підвищилась кількість юних борчинь з високим рівнем підготовленості та на 20-30% зменшилась кількість спортсменок з низьким рівнем як загальної так і спеціальної підготовленості. В контрольні групі зміни в рівні підготовленості незначні і коливалися в межах від 10% до 20%.*

Ключові слова: *боротьба, юні спортсменки, фізична підготовка, тести, швидкість, спритність, сила.*

Постановка проблеми. На сьогодні федерація боротьби України посилено працює над підвищенням видовищності, динамічності та інтенсивності змагальних поєдинків. Скорочується час змагальних сутичок, тривалість проведення змагань, значно збільшується щільність ведення боротьби. Внесені зміни інтенсифікують змагальні сутички та напруженість змагальної діяльності загалом. Усе це підвищує вимоги до рівня фізичної, технічної та психологічної підготовленості кваліфікованих борців вільного стилю [4, 5, 7, 9, 11].

Фізична підготовка є основою спортивного тренування. Без достатньо розвинутих силових і швидкісних здібностей, витривалості, гнучкості не можна досягти результатів навіть за хорошої технічної та тактичної підготовленості [8, 10].

Аналіз літературних джерел. А.І. Горюнов стверджує що, гарна фізична підготовка – основа для вдосконалення усіх сторін підготовки борця, і взагалі їй необхідно приділяти багато уваги, як початківцям, так і спортсменам високого класу [2].

В своїх роботах Л.В. Волков, В.М. Платонов, М.М. Булатова вказують, що загальна фізична підготовка передбачає різнобічний розвиток фізичних якостей, функціональних можливостей та систем організму спортсмена, злагодженість їх прояву у процесі м'язової діяльності [1, 3]. У сучасному спортивному тренуванні загальна фізична підготовленість пов'язується не з різнобічною фізичною досконалістю взагалі, і з рівнем розвитку якостей і здібностей, які надають опосередкований вплив на спортивні досягнення. Засобами загальної фізичної підготовки є вправи, які надають загальний вплив на організм, і особистість спортсмена. Загальна фізична підготовка повинна проводитись протягом річного циклу тренування [14, 15, 16].

Тому у зв'язку з постійним збільшенням навантаження в вільній боротьбі для досягнення високого спортивного результату необхідно значну увагу приділяти фізичній підготовці борців. Саме тому дослідження даної теми безперечно є актуальним.

Мета статті полягає в визначенні ефективності фізичної підготовки

дівчат, що спеціалізуються в вільній боротьбі.

Виклад основного матеріалу дослідження. Контингент дослідження склали юні борчині, які відносяться до групи початкової підготовки 12-13 років. Дві групи дівчат займалися вільною боротьбою в дитячо-юнацькій спортивній школі № 3 м. Херсону. Тренування в кожній групі відбувалось тричі на тиждень протягом листопада-грудня 2021 року. Матеріально-технічна база, обладнання та інвентар був однаковим. Після проведення першого тестування, яке проводилось у відповідності до нормативів навчальної програми для дитячо-юнацьких спортивних шкіл та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю, ми розділили дівчат на дві групи. До складу першої групи увійшли юні борчині, які на момент початку дослідження мали дещо нижчий рівень фізичної підготовленості (експериментальна група), другу групу, навпаки склали юні спортсменки в яких фізична підготовленість була дещо вищою (контрольна група). В ході дослідження спортсменки контрольної групи тренувались за стандартним планом без акценту уваги саме на показники фізичної підготовленості, а в експериментальній групі тренер наприкінці основної частини заняття давав юним борчиням додаткові комплекси вправ спрямовані на підвищення показників, як загальної так і спеціальної фізичної підготовленості юних спортсменок. Окрім додаткових вправ зміст та методика їх використання в обох групах відрізнявся.

Оцінка результатів тестування відбувалась згідно встановлених нормативних вимог програми з вільної боротьби для дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю.

Протягом дослідження були визначені показники фізичної підготовленості борчинь, де використовувалися наступні тести: - біг 10 м, (швидкість); човниковий біг 4х9 м, (спритність); підтягування на перекладині (сила); стрибок у довжину з місця (швидкісно-силові здібності). Відповідно до нормативів програми всі отримані в ході дослідження результати ми розподілили за п’ятьма різними рівнями підготовленості: високий, вище

середнього, середній, нижче середнього та низький. Зміни в показниках загальної та спеціальної фізичної підготовленості протягом експерименту визначались за відсотками спортсменів з певними рівнями підготовленості.

Результати загальної фізичної підготовленості в обох групах дослідження представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

Рівень фізичної підготовленості юних борчинь на початку дослідження (%)

Тести / **Рівні**	**Біг 10 м**		**Човниковий біг 4х9 м**		**Стрибок у довжину з місця**		**Підтягування на перекладині**	
	К.Г.	**Е.Г.**	**К.Г.**	**Е.Г.**	**К.Г.**	**Е.Г.**	**К.Г.**	**Е.Г.**
Високий	10	–	10	10	30	10	50	40
Вище середнього	10	10	40	10	20	–	10	10
Середній	30	–	10	20	10	10	30	–
Нижче середнього	30	40	20	30	40	10	10	–
Низький	20	50	20	30	–	70	–	50

Аналізуючи отримані результати встановлено, що кількість юних спортсменок, що мають високий рівень фізичної підготовленості більша в контрольній групі борчинь. Також видно, що у юних борчинь з контрольної групи також на 10 - 20 % більше показників, що відповідають вище середнього та середнім рівнем підготовленості ніж у представників експериментальної групи. Проте в цілому розходження не значні і не перевершують 10 – 20 %.

Детальний аналіз результатів по окремим фізичним якостям довів, що в обох групах спостерігається більш низький рівень швидкісної підготовленості за показниками тесту (біг 10 м). Також необхідно зазначити, що в експериментальній групі значно нижчі показники в тестах стрибок у довжину з місця (70% юних борчинь мали низький рівень підготовленості) та підтягування (50% знаходилися на низькому рівні). Такі показники обумовлені, насамперед, тим, що в експериментальній групі знаходилося більше спортсменів важкої вагової категорії, а також, що в цілому небагато часу приділялось розвитку швидкості. Також необхідно відмітити, що в

тестовому випробуванні підтягування на перекладині у представників експериментальної групи чітко прослідкується розбіжність між високим і низьким рівнем підготовленості. В групі відсутні спортсмени, які відповідали б середньому та нижче середнього рівню підготовленості.

Підсумовуючи отримані результати зазначимо, що на початку експерименту рівень фізичної підготовленості суттєво вищий у представників контрольної групи.

Відповідно до поставленої мети після визначення вихідних показників рівня фізичної підготовленості, у співпраці із тренерами спортивної школи, протягом двох місяців впроваджували в тренувальний процес експериментальної групи спеціальні комплекси фізичної підготовки. Дані комплекси виконувались наприкінці основної частини тренування. В більшості випадків ці вправи виконувались в ігровій та змагальній формі і дівчата з задоволенням виконували комплекси не зважаючи на певну втомленість після виконання основних завдань тренування.

По завершенню експерименту ми за допомогою тестів з програми по вільній боротьбі повторно дослідили рівень фізичної підготовленості та згрупували отримані результати відповідно за рівнями підготовленості.

Результати повторного тестування рівня загальної фізичної підготовленості в обох групах дослідження представлені в таблиці 2.

Таблиця 2

Рівень фізичної підготовленості юних борчинь по завершенню експериментальної частини роботи (%)

Тести **Рівні**	**Біг 10 м**		**Човниковий біг 4х9 м**		**Стрибок у довжину з місця**		**Підтягування на перекладині**	
	К.Г.	**Е.Г.**	**К.Г.**	**Е.Г.**	**К.Г.**	**Е.Г.**	**К.Г.**	**Е.Г.**
Високий	10	30	20	50	30	30	40	40
Вище середнього	20	40	30	10	30	30	20	20
Середній	30	20	20	30	30	20	20	20
Нижче середнього	30	10	20	10	20	20	20	10
Низький	10	–	10	10	–	–	–	10

Досліджуючи показники повторного тестування видно, що природно результати в обох групах змінились на кращі. Так в обох групах практично відсутні спортсмени з низьким рівнем підготовленості і не значна група юних борчинь мали нижче середнього рівня підготовленості. Проте в більшості випадків відсоток борчинь з високим та вище середнього рівнем підготовленості, на відміну від першого тестування, значно підвищився в експериментальній групі. Виходячи з вищевикладеного можемо зробити припущення, що використання комплексу вправ в експериментальній групі дозволило значно підвищити рівень загальної фізичної підготовленості юних борчинь.

Стосовно результатів по кожному окремому тесту зазначимо, що за тестами «біг на 10 м» та «човниковий біг 4 х 9 м» в експериментальній групі відсоток дітей з високим рівнем фізичної підготовленості вдвічі перевищує показники контрольної групи (10% проти 30% та 20% проти 50% відповідно). Показники ж тестів «стрибок у довжину з місця» та «підтягування на перекладині» вказують на практично однаковий рівень розвитку швидкісно-силових здібностей нижніх кінцівок та сили м’язів верхнього плечового поясу відповідно. Більшість юних борчинь (70 – 80 %) в обох групах характеризуються високим, вище середнього та середнім рівнем підготовленості.

Узагальнюючи отримані в ході дослідження результати зазначимо, що за показниками фізичної підготовленості юних борчинь відбулись наступні зрушення: за тестом «біг на 10 м» в К.Г. відсоток дітей з високим рівнем підготовленості не змінився проте на 10% зменшилась кількість дівчат з низьким рівнем підготовленості, в Е.Г. навпаки після першого тестування взагалі жоден з борчинь не відрізнявся високим рівнем підготовленості та 50 % мали низький рівень, а після експерименту 30 % показали високий рівень підготовленості та взагалі не виявлено спортсменів з низьким рівнем.

Зміни в показниках тесту «човниковий біг 4 х 9 метри» були наступні: в К.Г. на 10% збільшилась кількість юних борчинь з високим рівнем підготовленості і на 10% зменшилась кількість спортсменів з низьким рівнем. Результати Е.Г. змінились значно більше – на 40% збільшилась кількість юних борчинь з високим рівнем підготовленості та на 20% зменшилась кількість

спортсменів з низьким.

Рівень розвитку швидкісно-силових здібностей за тестом «стрибок у довжину з місця» в К.Г. практично не змінився (виключенням є відсутність борчинь з низьким рівнем підготовленості). Показники ж Е.Г. змінились більш суттєво: на початку лише 10% борчинь мали високий рівень, по завершенню відсоток змінився до 30% та 70% юних спортсмененок мали низький рівень, а по завершенню таких спортсменів взагалі не встановлено.

Нарешті стосовно змін в показниках тесту «підтягуванні на перекладині» видно, що в К.Г. змін практично не визначено, а в Е.Г. відсоток юних борчинь з високим рівнем силової підготовленості не змінився проте значно зменшилась кількість спортсменів з низьким рівнем підготовленості з 50% до 10% відповідно.

Висновки. Експериментально встановлено, що правильний підбір та використання засобів та методів фізичної підготовки дозволило суттєво підвищити рівень підготовленості. В експериментальній групі протягом дослідження на 10 – 40% підвищилась кількість юних борчинь з високим рівнем підготовленості та на 20 – 30% зменшилась кількість спортсменок з низьким рівнем як загальної так і спеціальної підготовленості. В контрольні групі зміни в рівні підготовленості незначні і коливалися в межах від 10% до 20%.

Таким чином за результатами проведеного дослідження нами визначено, що використання в тренувальному процесі експериментальної групи спеціальних комплексів вправ спрямованих на підвищення фізичної підготовленості дозволяє значно покращити рівень майстерності та психологічну впевненість власних дій.

Перспективою подальших досліджень є вивчення інноваційних методик для покращення рівня техніко-тактичної підготовленості борчинь вільного стилю на різних етапах підготовки.

Список джерел:

1. Волков Л.В. (2002). *Теория и методика детского и юношеского спорта*. Олимпийська литература, 294. Киев.

2. Горюнов А.И. (2006). *Особенности становления спортивного мастерства в спортивных единоборствах*. Прометей, 285. Киев.
3. Платонов В.Н., Булатова М.М. (1995). *Физическая подготовка спортсмена*. Олимпийская литература, 320. Киев.
4. Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г., Гузар В.Н. (2019). Використання інтегральних вправ у фізичній підготовці спортсменів-айкідістів. *Здоров'я, спорт, реабілітація. Науковий журнал*, 1, 126-131. DOI: https://doi.org/10.34142/ZSR.2019.05.01.14
5. Стрикаленко Є.А., Гузар В.М., Шалар О.Г. (2019). Вплив інтегральних вправ на фізичну підготовленість спортсменів, що займаються айкідо. *Единоборства. Научный журнал*, *3 (13),* 65-73. DOI:10.15391/ed.2019.08
6. Шалар О.Г., Гузар В.М., Дніщенко М.В. (2019). Властивості особистості та їх залежність від підготовленості юних каратистів. *XIX Всеукраїнська науково-практична конференція «Медико-біологічні проблеми фізичної культури, спорту та здоров'я людини». Збірник наукових праць,* 19, 91-94.
7. Шалар Олег, Марущак Юрій, Гузар Віктор (2018). Методика формування індивідуального стилю змагальної діяльності юних тайських боксерів. *Фізичне виховання і спорт в навчальних закладах України на сучасному етапі: стан, напрямки та перспективи розвитку*, 276-281
8. Шалар О.Г., Савченко-Марущак М.С., Стрикаленко Є.А. (2018). Взаємозв'язок стилів діяльності юних каратистів із спортивною та психологічною підготовленістю. *Единоборства. Научный журнал*, *№3 (9),* 77-85. DOI:10.5281/zenodo.1255702
9. Шалар О.Г., Стрикаленко Є.А., Савченко-Марущак М.С. (2018). Психологія тактичного двобою юних каратистів. *Единоборства. Научный журнал*, *№2 (8),* 104-115
10. Шалар О., Кедровський Б., Іздебський І. (2015). Взаємозв'язок між фізичною та технічною підготовленістю юних борців. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. *Збірник наукових праць*, 3 (31), 239-242.
11. Шалар О.Г., Гузар В.М., Савченко-Марущак М.С. (2016). Вплив фізичної підготовленості на властивості особистості юних каратистів. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*, 139 (1), 45-48.
12. Шалар О.Г., Стрикаленко Є.А., Гузар В.М. (2016). Проблема травматизму в кіокушин карате. *Здоровье, спорт, реабилитация*, 4, 73-77
13. Strykalenko Yevhenii, Shalar Oleh, Huzar Viktor, & Yuskiv Serhii, Silvestrova Hanna, Holenco Nina. (2020). The correlation between intelligence and competitive activities of elite female handball players. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(1), 63-70, DOI:10.7752/jpes.2020.01008
14. Strykalenko Yevhenii, Shalar Oleh, Huzar Viktor, Voloshynov Serhii, Homenko Vladislav,

Bazylyev Serhiy. (2020). Efficient passage of competitive distances in academic rowing by taking into account the maximum strength indicators. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol.20 (6), Art 474, pp. 3512 - 3520, online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 DOI:10.7752/jpes.2020.06474

15. Shalar Oleh, Strykalenko Yevhenii, Huzar Viktor, & Homenko Yladislav, Popovich Tatyna. (2019) Psychological readiness of handball players for the competition. *Sport science international scientific journal of kinesiology*, 12, issue 1, 95-102.
16. Shalar, O., Huzar, V., Strykalenko, Y., Yuskiv S., Homenko, Y., & Novokshanova, A. (2019). Psycho-pedagogical aspects of interaction between personality traits and physical qualities of the young gymnasts of the variety and circus studio. *Journal of Physical Education and Sport*, 19(Supplement issue 6), 2283-2288. http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2019.s6344

Адаптація РВО підрозділів здійснюється за рахунок змінного (адаптивного) компоненту ремонтного органу частини, який створюється завчасно в мирний час. Змінний компонент містить визначену кількість евакомодулів для евакуації ОВТ i-го виду $M_i^{ГМЧ}$ і $M_i^{КМЧ}$, які підлягають розподілу між підрозділами відповідно до їх складу і завдань.

Необхідно додати, що запропонований підхід адаптації, може бути застосований і для існуючої системи РВО, але у цьому випадку замість $M_i^{ГМЧ}$ і $M_i^{КМЧ}$ використовується кількість евакозасобів, яка може бути виділена для адаптації реморганів підрозділів зі складу реморгану частини.

Список джерел:

1. Дачковський В.О. Ярошенко О.В., Овчаренко І.В., Сампір О.М. (2020) Методика проектування ремонтно-відновлювальних органів. *Збірник наукових праць військової академії (м. Одеса), № 13(1), 210–222.*
2. Дачковський В.О. Овчаренко І.В. Ярошенко О.В.(2017) *Основи евакуації озброєння та військової техніки*. Київ: Національний університет оборони України імені Івана Черняховського