ЗМІСТ 9 (209) 2026

1. *Білько Б.Є.* **ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МІЖ ПСИХОЕМОЦІЙНИМ СТАНОМ ТА РУХОВОЮ ПІДГОТОВЛЕНІСТЮ УЧНІВ СТАРШОЇ ШКОЛИ** 11
2. *Бобровник В.І., Пугачов Д.О., Ткаченко М.Л., Коновал Ю.М.* **СУЧАСНА МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ СИСТЕМИ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ БІГУНІВ НА СЕРЕДНІ ДИСТАНЦІЇ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ** 16
3. *Бондаренко Я. М., Турчинов А.В., Волков М.С.* **ВПЛИВ КРОСФІТ-СИСТЕМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ НА КУРСАНТІВ У ВИЩИХ ВІЙСЬКОВИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ** 28
4. *Василенко М.М., Олійник Д.В., Омельченко Т.Г., Благій В.О., Шиманський Г.М.* **ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАЦІЇ У СИСТЕМІ «ТРЕНЕР-КЛІЄНТ» З УРАХУВАННЯМ ПСИХОТИПУ СУБ'ЄКТІВ ФІТНЕС- ТА ВЕЛНЕС ІНДУСТРІЇ** 35
5. *Гакман А. В., Ткачик С. Р.* **ХАРАКТЕРИСТИКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ 8–10 РОКІВ, ЯКІ ПОСТРАЖДАЛИ ВНАСЛІДОК ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ** 39
6. *Грибан Г.П., Лайчук А.М., Ляшевич А.М., Жуковський Є.І., Цимер А.В., Ніконов О.В.* **ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ УПРОВАДЖЕННЯ ВАРІАТИВНОГО МОДУЛЯ «ВЕСЛУВАННЯ НА БАЙДАРКАХ І КАНОЕ» У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ** 45
7. *Гринько Є.С.* **ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ В УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ВІКУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ** 50
8. *Джуринський П. Б., Сущенко Л. П., Дутчак Ю. В., Ладика П. І., Чустрак А. П., Смолякова І. Д.* **ПРОЄКТНО-ЦИФРОВИЙ ПІДХІД В ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ МАГІСТРІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ: СУЧАСНИЙ ВИМІР НАУКОВОЇ КОМУНІКАЦІЇ ТА АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ** 54
9. *Дичко Д. В.* **АДАПТАЦІЙНІ ЗМІНИ СПЕЦІАЛЬНОЇ, ТЕХНІЧНОЇ ТА КОМПЛЕКСНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЮНИХ ФУТЗАЛІСТІВ 13–16 РОКІВ РІЗНИХ ГРУП КРОВІ ЗА СИСТЕМОЮ АВ0** 60
10. *Дулібський А. В., Каратник І. В., Хоркавий Б. В., Вербіцький С. Ю., Савків Я. В.* **СПОРТИВНИЙ ВІДБІР, СЕЛЕКЦІЯ ТА ІГРОВА ОРІЄНТАЦІЯ ФУТБОЛІСТІВ У НОРВЕГІЇ** 67
11. *Жембровський С. М., Бондар Д. О.* **ЗМІСТ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПІД ЧАС БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ НОВОБРАНЦІВ АРМІЙ ЗАРУБІЖНИХ КРАЇН** 73
12. *Захожа Н. Я.* **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА СИСТЕМНИЙ ПІДХІД ЯК ОСНОВА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ** 79
13. *Країнський І.С.* **СТАН ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З ОСЛАБЛЕНИМ ЗДОРОВ'ЯМ ЯК ПЕРЕДУМОВА ФОРМУВАННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ** 83
14. *Мазур В.С.* **МЕТОДИКА УДОСКОНАЛЕННЯ РУХОВИХ ЯКОСТЕЙ У ЮНАКІВ 14–16 РОКІВ ЗАСОБАМИ ФЛОРБОЛУ** 87
15. *Маняк С.В., Откидач В. С., Золочевський В. В., Ключник В.В.* **ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНЯ ПОКАЗНИКІВ ЗДОРОВ'Я КУРСАНТІВ НА ЕТАПІ ПЕРВИННОЇ ПІДГОТОВКИ** 91
16. *Мисишин П.О.* **ЗІСТАВЛЕННЯ ПОКАЗНИКІВ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ БОКСЕРІВ-ПРОФЕСІОНАЛІВ** 96
17. *Мусієнко О. В., Семенів Б. С., Гуртова Т. В., Приставський Т. Г.* **ПЕРЕДСТАРТОВА ТРИВОЖНІСТЬ ТА МОТИВАЦІЯ ЮНИХ БОРЦІВ ВІЛЬНОЇ БОРОТЬБИ U20: АНАЛІЗ В ХОДІ ЧЕМПІОНАТУ УКРАЇНИ** 103
18. *Оніпченко М. С., Вареник О. М.* **СТАН ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОГО СПОРТУ В УКРАЇНІ (РЕЗУЛЬТАТИ СОЦІОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ)** 111
19. *Пічурін В. В.* **ДО ПИТАННЯ ПРО ІННОВАЦІЇ І НОВИЗНУ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ** 118
20. *Пагулич О.Й., Григус І.М., Сивохоп Е.М.* **ВПЛИВ РІЗНИХ РЕЖИМІВ НАВАНТАЖЕННЯ НА ПОКАЗНИКИ БІОІМПЕДАНСОМЕТРІЇ ПІДЛІТКІВ З НАДМІРНОЮ ВАГОЮ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ БОДІБІЛДИНГОМ** 122
21. *Притула О. Л., Зубов В. О., Кризський Ю. Ю.* **ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ КРИКЕТУ В УКРАЇНІ НА СУЧАСНОМУ ІСТОРИЧНОМУ ЕТАПІ** 128
22. *Пронтенко К. В., Пронтенко В. В., Грибан С. П., Дзюба Т. Г., Шанюк О. Б., Трохимчук О. О.* **РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ КУРСАНТІВ, ЯКІ СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ У СИЛОВИХ ВИДАХ СПОРТУ** 132
23. *Родіонов М.О., Савчук В.О., Детинченко С.М., Червонюк А.Ю., Пестерев М.В., Бобчинець О.О.* **РОЛЬ ВИСОКОІНТЕНСИВНИХ ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ У ФОРМУВАННІ ЛІДЕРСЬКИХ ЯКОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ЖІНОК-ОФІЦЕРІВ У ПРОЦЕСІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ** 137
24. *Романова В.І., Рахманов М.М.* **ВПЛИВ ФУТБОЛЬНИХ ТРЕНУВАНЬ НА ФІЗИЧНИЙ І ПСИХОЛОГІЧНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ** 141
25. *Русин Л. П., Задирака А. М., Ванюк Д. В., Матвіїшин Я. І., Хацаюк О. В.* **МЕТОДИКА ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ПРИ ПАРАПРОКТИТІ: ПІДХОДИ ТА ЕФЕКТИВНІСТЬ** 144
26. *Самокиш І. І.,Бондаренко Д.Е., Шандіцева П.М.* **ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНА МОДЕЛЬ СУЧАСНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВОЇНІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ** 152
27. *Слухенська Р.В., Логуш Л.Г., Бражанюк А.О., Назимок Є.В.* **ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПІДХІД ДО ОПТИМІЗАЦІЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ПАЦІЄНТІВ З АМПУТАЦІЄЮ В РЕАБІЛІТАЦІЙНОМУ ПРОЦЕСІ** 157
28. *Солодка О. В., Грицай В. В., Харченко В. М., Петрик Д. П., Стозуб О. О.* **ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ІНТЕГРАЦІЇ СУЧАСНОГО ТРЕНАЖЕРНОГО ОБЛАДНАННЯ В СИСТЕМУ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ** 161
29. *Тимчик А. В.* **ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ВИХОВАННЯ У СТАРШОКЛАСНИКІВ МУЖНОСТІ У ПРОЦЕСІ ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ** 169
30. *Федорченко Т. Є., Линник А.М., Калугін І.Г.* **ВИХОВАННЯ МУЖНОСТІ ТА МОРАЛЬНО-ВОЛЬОВОЇ СТІЙКОСТІ** 173

УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ СИТУАЦІЙНИХ ЗАВДАНЬ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ……..

31. ***Черненко С.О., Дичко В.В., Олійник О.М., Кошева Л.В.*** **ОСОБЛИВОСТІ СТАВЛЕННЯ ДО ДИСЦИПЛІН ВІЛЬНОГО ВИБОРУ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ СЕРЕД СТУДЕНТІВ 1 – 4 КУРСІВ…….. 176**
32. ***Чернігівська С.А.*** **ПОЛЬСЬКИЙ ПРОЄКТ MOJE BOISKO – ORLIK 2012: УСПІХИ І НЕВИРІШЕНІ ПРОБЛЕМИ……. 183**
33. ***Шевців У.С., Решетило С.Г., Лотоцький І.Р., Андрейчук В.Я., Зелінський О.Р., Чапля Н.М.*** **АНАЛІЗ МОТИВІВ ЗАЛУЧЕННЯ ЖІНОК МОЛОДОГО ВІКУ ДО ЗАНЯТЬ ФІТНЕС-БАРРЕ…… 188**
34. ***Havrylova N., Nazymok V., Kuzmenko N.*** **METHODS FOR INCREASING STRESS RESISTANCE……. 194**
35. ***Putrov S.Yu., Omelchuk O.V.,*** **Khimich I.Yu. THE EFFECTIVENESS OF HEALTH-ORIENTED SWIMMING FOR IMPROVING PSYCHOSOCIAL WELL-BEING IN OVERWEIGHT ADOLESCENTS…… 197**

CONTENT 9 (209) 2026

1. *Bilko B.Ye.* **THE RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHO-EMOTIONAL STATE INDICATORS AND MOTOR FITNESS RESULTS OF HIGH SCHOOL STUDENTS**…… 11
2. *Bobrovnyk V.I., Puhachov D.O., Tkachenko M.L., Konoval Y.M.* **MODERN METHODOLOGY FOR DEVELOPING THE TRAINING PROCESS SYSTEM FOR MIDDLE-DISTANCE RUNNERS AT THE SPECIALIZED BASIC TRAINING STAGE**…. 16
3. *Bondarenko Y. M., Turchynov A. V., Volkov M. S.* **THE IMPACT OF THE CROSSFIT PHYSICAL TRAINING SYSTEM ON CADETS IN HIGHER MILITARY EDUCATIONAL INSTITUTIONS**…… 28
4. *Vasylenko M.M., Oliynyk D.V., Omelchenko T.H., Blagii V.O., Shymanskyi H.M.* **SPECIFICS OF COACH-CLIENT COMMUNICATION BASED ON THE PERSONALITY PROFILES OF FITNESS AND WELLNESS INDUSTRY PARTICIPANTS**…… 35
5. *Hakman A.V., Tkachyk S.R.* **CHARACTERISTICS OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF 8-10 YEAR OLDS WHO SUFFERED AS A RESULT OF MILITARY ACTIONS**…… 39
6. *Griban H.P., Laichuk A.M, Lyashevych A.M, Zhukovskyi Ye.I. Tsymmer A.V., Nikonov O.V.* **THEORETICAL AND METHODOLOGICAL FOUNDATIONS FOR IMPLEMENTING THE "KAYAK AND CANOE PADDLING" ELECTIVE MODULE IN GENERAL SECONDARY EDUCATION INSTITUTIONS**…….. 45
7. *Hrynko Ye. S.* **DEVELOPING HEALTH-PROMOTING COMPETENCE IN MIDDLE-AGED PUPILS DURING PHYSICAL EDUCATION LESSONS**…….. 50
8. *Dzhurynskyi P.B., Sushchenko L.P., Dutchak Yu.V., Ladyka P.I., Chustrak A.P., Smoliakova I.D.* **PROJECT-DIGITAL APPROACH IN THE PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE MASTER'S STUDENTS IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS: A MODERN DIMENSION OF SCIENTIFIC COMMUNICATION AND ACADEMIC INTEGRITY**…… 54
9. *Dychko D.V.* **ADAPTATION-RELATED CHANGES IN SPECIAL PHYSICAL, TECHNICAL, AND COMPLEX PHYSICAL FITNESS OF 13–16-YEAR-OLD YOUTH FUTSAL PLAYERS WITH DIFFERENT ABO BLOOD GROUPS**…….. 60
10. *Dulibskyy A.V., Karatnyk I.V., Khorkavyy B.V., Verbitskyi S.Yu, Savkiv Ya.V.* **SPORTS SELECTION AND GAME ORIENTATION OF FOOTBALLERS IN NORWAY**…… 67
11. *Zhembrovskyi S. M., Bondar D. O.* **CONTENT OF PHYSICAL TRAINING DURING BASIC TRAINING FOR ARMY RECRUITS IN FOREIGN COUNTRIES**…… 73
12. *Zahozhaya N.Ya.* **HEALTH PROTECTING TECHNOLOGIES AND SYSTEMIC APPROACH AS THE BASIS OF HEALTH PROTECTING FUTURE TEACHERS**…… 79
13. *Krainskyi I. S.* **PHYSICAL DEVELOPMENT STATUS OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN WITH WEAKENED HEALTH AS A PREREQUISITE FOR STRESS RESISTANCE FORMATION IN PHYSICAL EDUCATION**…… 83
14. *Maziar V.S.* **A METHODOLOGY FOR IMPROVING MOTOR SKILLS IN BOYS AGED 14–16 THROUGH FLOORBALL**…….. 87
15. *Maniak S.V., Otkydach V.S., Zolochevskyi V. V., Kliuchnyk V.V.* **RESEARCH ON THE LEVEL OF HEALTH INDICATORS OF CADETS AT THE STAGE OF PRIMARY TRAINING**…….. 91
16. *Mysyshyn P.O* **COMPARISON OF TECHNICAL-TACTICAL ACTION INDICATORS OF PROFESSIONAL BOXERS**…….. 96
17. *Musiyenko O.V., Semeniv B.S., Hurtova T.V., Prystavsky T.H.* **PRE-COMPETITION ANXIETY AND MOTIVATION AMONG YOUNG U20 FREESTYLE WRESTLERS: AN ANALYSIS DURING THE UKRAINIAN CHAMPIONSHIPS**……. 103
18. *Onipchenko M.S., Varenyk O.M.* **THE CURRENT STATE AND DEVELOPMENT PROSPECTS OF YOUTH SPORTS IN UKRAINE (FINDING OF A SOCIOLOGICAL SURVEY)**…… 111
19. *Pichurin V.V.***ON THE QUESTION OF INNOVATION AND NOVELTY IN PHYSICAL EDUCATION**…….. 118
20. *Pahulych O.Y., Grygus I.M., Syvokhop E.M.* **THE EFFECT OF DIFFERENT TRAINING REGIMENS ON BIOIMPEDANCE MEASUREMENTS IN OVERWEIGHT ADOLESCENTS DURING BODYBUILDING TRAINING**…….. 122
21. *Prytula O.L., Zubov V.O., Kryzhskyi Yu. Yu.* **PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF CRICKET IN UKRAINE AT THE CURRENT STAGE**…… 128
22. *Prontenko K. V., Prontenko V. V., Hryban S. P., Dziuba T. H., Shaniuk O. B., Trokhymchuk O. O.* **PHYSICAL FITNESS LEVEL OF CADETS SPECIALIZING IN POWER SPORTS**…… 132
23. *Rodionov M. O., Savchuk V. O., Detynchenko S. M., Chervoniuk A. Y., Pesterev M. V., Bobchynets O. O.* **THE ROLE OF HIGH-INTENSITY PHYSICAL ACTIVITY IN THE FORMATION OF LEADERSHIP QUALITIES OF FUTURE FEMALE OFFICERS IN THE PROCESS OF SPECIAL TRAINING**…….. 137
24. *Romanova V.I., Rakhmanov M.M.* **THE IMPACT OF FOOTBALL TRAINING ON THE PHYSICAL AND PSYCHOLOGICAL DEVELOPMENT OF CHILDREN**…… 141
25. *Rusyn L. P., Zadyraka A. M., Vaniuk D. V., Matviishyn Ya. I., Khatsaiuk O. V. A Physical* **REHABILITATION METHODOLOGY FOR PATIENTS WITH PARAPROCTITIS: APPROACHES AND EFFECTIVENESS**…… 144
26. *Samokysh I. I., Bondarenko D.Ye., Shanditseva P.M.* **ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL MODEL OF MODERN PHYSICAL TRAINING OF SERVICEMEN OF THE ARMED FORCES OF UKRAINE**…… 152
27. *Slukhenska R.V., Lohush L.H., Brazhaniuk A.O., Nazymok Ye.V.* **AN INDIVIDUALIZED APPROACH TO OPTIMIZING PHYSICAL ACTIVITY IN AMPUTEE PATIENTS DURING THE REHABILITATION PROCESS**…….. 157
28. *Solodka O.V., Hrytsai V.V., Kharchenko V.M., Petryk D.P., Stozub O.O.* **PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR THE INTEGRATION OF MODERN TRAINING EQUIPMENT INTO THE PHYSICAL TRAINING SYSTEM OF FUTURE OFFICERS** 161
29. *Tymchyk A.V.* **ORGANIZATIONAL AND PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR FOSTERING COURAGE IN UPPER SECONDARY SCHOOL STUDENTS THROUGH APPLIED PHYSICAL TRAINING**…… 169
30. *Fedorchenko T Ye., Lynnyk A.M., Kaluhin I.H.* **FOSTERING COURAGE AND MORAL-VOLITIONAL RESILIENCE IN SCHOOL STUDENTS THROUGH SITUATIONAL TASKS IN PHYSICAL EDUCATION**…… 173

31. ***Chernenko S.O., Dychko V.V., Oliynyk O.M., Kosheva L.V.*** **FEATURES OF ATTITUDE TOWARDS ELECTORY DISCIPLINES IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS AMONG STUDENTS OF 1–4 COURSES**…… 176
32. ***Chernihivska S. A.*** **POLISH PROJECT MOJE BOISKO – ORLIK 2012: SUCCESSIONS AND UNSOLVED PROBLEMS**…… 183
33. ***Shevtsiv U.S., Reshetylo S. H., Lototskyi I.R., Andreychuk V. Ya., Zelinskiy O.R., Chaplya N.M.*** **ANALYSIS OF MOTIVATIONAL FACTORS FOR ENGAGING YOUNG WOMEN IN FITNESS BARRE CLASSES**…… 188
34. ***Havrylova N., Nazymok V., Kuzmenko N.*** **METHODS FOR INCREASING STRESS RESISTANCE**…… 194
35. ***Putrov S.Yu., Omelchuk O.V.,*** **Khimich I.Yu. THE EFFECTIVENESS OF HEALTH-ORIENTED SWIMMING FOR IMPROVING PSYCHOSOCIAL WELL-BEING IN OVERWEIGHT ADOLESCENTS**…… 197