DOI: https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2026.09(209)

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

УКРАЇНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ імені Михайла ДРАГОМАНОВА



Серія 15

НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

(фізична культура і спорт)

Випуск 9 (209) 26

Київ
Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова
2026

УДК 0.51
Н 34
WEB сторінка електроного видання : http://enpuir.npu.edu.ua; http:// spppc.com.ua
www.ffvs.npu.edu.ua/chasopys-npu-seriia-15.
Національна рада України з питань телебачення і радіомовлення

Витяг з реєстру суб'єктів у сфері медіа-реєстрантів Ідентифікатор медіа R30-01416 від від 28.09.2023
Збірник включено до переліку наукових фахових видань України категорії «Б» за галузями наук: А1 «Освітні науки», А7 «Фізична культура і спорт» – (Наказ Міністерства освіти і науки № 928 від 11.06.2026).

Редакційна рада:

Андрущенко В.П. доктор філософських наук, академік НАПН України, ректор УДУ імені Михайла Драгоманова; (гол.Ред.ради);
Вернидуб Р.М. доктор філософських наук, професор, УДУ імені Михайла Драгоманова;
Євтух В.Б. доктор історичних наук, професор, УДУ імені Михайла Драгоманова;
Дробот І. І. доктор історичних наук, професор, УДУ імені Михайла Драгоманова;
Мацько Л.І. доктор філологічних наук, професор, академік НАПН України, УДУ імені Михайла Драгоманова;
Падалка О.С. доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України, УДУ імені Михайла Драгоманова;.
Торбін Г.М. доктор фізико-математичних наук наук, професор, УДУ імені Михайла Драгоманова;
Шут М.І. доктор фізико-математичних наук, професор, академік НАПН України, УДУ імені Михайла Драгоманова.

Редакційна колегія серії:

Олексій ТИМОШЕНКО Orcid ID: 0000-0002-5310-4941 Scopus Author ID: 57216390841 Researcher ID: AAK-3881-2020
доктор педагогічних наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова (Київ, Україна) **Головний редактор серії.**

Жанна ДЬОМІНА Orcid ID: 0000-0002-8315-6590 Scopus ID: 57216396079 Researcher ID: AAK-3707-2020
кандидат педагогічних наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова (Київ, Україна). Заступник головного редактора серії.

Агіта АБЕЛЕ Orcid ID: 0000-0002-7916-8150 Scopus ID: 57204361423 Researcher ID: CAL-0861-2022
доктор педагогічних наук, професор, Ризький університет Страдіньша (Рига, Латвія)

Олена АНДРЄЄВА Orcid ID: 0000-0002-2893-1224 Scopus ID: 56626526000 ResearcherID: H-1765-2019
доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, завідувач кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації, Національний університет фізичного виховання і спорту України (Київ, Україна)

Валерій АРЕФЬЄВ Orcid ID: 0000-0003-0567-8331 Scopus Author ID: 57216394028 ResearcherID: HGB-9785-2022
доктор педагогічних наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова (Київ, Україна)

Ігор БАКІКО Orcid ID: 0000-0002-8835-8781 Scopus ID: 57215214595 ResearcherID: IAR-8516-2023
доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Луцький національний технічний університет (Луцьк, Україна)

Іванна БОДНАР Orcid ID: 0000-0002-7083-6271 Scopus ID: 57189072316 Researcher ID: ABF-2060-2020
доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського (Львів, Україна)

Юрій ВИХЛЯЄВ Orcid ID: 0000-0001-8446-8070 Scopus ID: 59218895200 Web of Science: GIO-6582-2022
доктор педагогічних наук, професор, Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського» (Київ, Україна)

Григорій ГРИБАН Orcid ID: 0000-0002-9049-1485 Scopus ID: 57200184289 Researcher ID: AAR-4451-2020
доктор педагогічних наук, професор Житомирський державний університет імені Івана Франка (Житомир, Україна)

Олена ОМЕЛЬЧУК Orcid ID: 0000-0003-1771-730X Scopus ID: 58503151200 Researcher ID: PKR-8562-2026
кандидат педагогічних наук, доцент, Український державний університет імені Михайла Драгоманова (Київ, Україна)

Лариса ОНІЩУК Orcid ID: 0000-0002-5411-149X Scopus ID: 57225062440 Researcher ID: HKV-6026-2023
кандидат педагогічних наук, доцент, Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка» (Полтава, Україна)

Костянтин ПРОНТЕНКО Orcid ID:0000-0002-0588-8753 Scopus ID: 57200180679 Researcher ID: DWH-4683-2022
доктор педагогічних наук, професор, Житомирський військовий інститут імені С.П. Корольова

(Житомир, Україна)

Марія РАДЗІЄВСЬКА Orcid ID: 0000-0002-9845-390X Scopus ID: 58690470000 ResearcherID: DXD-8138-2022
доктор біологічних наук, професор, Ченстоховський політехнічний університет (Ченстохова, Польща)

Павло РАДЗІЄВСЬКИЙ Orcid ID: 0000-0001-8232-2705 Scopus ID: 57218589856
доктор біологічних наук, професор, Вища школа освіти та терапії імені професора Казимири Міллановської (Познань, Польща)

Марек САВЧУК Orcid ID: 0000-0002-5730-5249 Scopus ID: 8960402700 ResearcherID: S-3609-2017
доктор біологічних наук, професор, Щецинський університет (Щецин, Польща)

Наталія ТЕРЕНТЬЄВА Orcid ID: 0000-0002-3238-1608 Scopus ID: 57216845991 Researcher ID: P-7024-2019
доктор педагогічних наук, професор, Національний університет біоресурсів і природокористування України (Київ, Україна)

Давід ЧАРНЕЦЬКІ Orcid ID: 0000-0002-6953-3951 Scopus ID: 58917634100
PhD (соціальні науки), Поморська Школа Вища (Старогард Гданський, Польща)

Станіслав ЮР'ЄВ Orcid ID: 0000-0002-9498-4316 Scopus ID: 57222992155 Researcher ID: EGX-0157-2022
кандидат педагогічних наук, доцент, Військовий інститут танкових військ Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут» (Харків, Україна)

Валерія МАСОЛ PhD (педагогіка), Український державний університет імені Михайла Драгоманова; Відповідальний секретар серії (Київ, Україна)

ISSN 2311-2220

Схвалено рішенням Вченої ради УДУ імені Михайла Драгоманова

Н 34 **Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково- педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)**: зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. – Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2026. – Випуск 9 (209). – 205 с.

У статтях розглядаються результати теоретичних та науково-експериментальних досліджень у галузі педагогічної науки, фізичного виховання та спорту, висвітлюються педагогічні, медико-біологічні, психологічні і соціальні аспекти, інноваційні технології навчання фізичної культури, практики підготовки спортсменів. Збірник розрахований на аспірантів, докторантів, наукових, педагогічних та науково-педагогічних працівників . Статті друкуються в авторській редакції.

© Автори статей, 2026;
© Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2026;
© Редакційна колегія серії, 2026

MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE

NAUKOWYI CHASOPYS

Drahomanov Ukrainian State University



Series 15

SCIENTIFIC AND
PEDAGOGICAL PROBLEMS OF
PHYSICAL CULTURE
(physical culture and sports)

Issue 9 (209) 26

Kyiv
Publishers of State Mykhailo Drahomanov
University2026

UDC 0.51
N 34
WEB page of electronic edition: http://enpuir.npu.edu.ua; http:// spppc.com.ua
www.ffvs.npu.edu.ua/chasopys-npu-seriia-15

National Council of Ukraine on Television and Radio Broadcasting
Extract from the register of subjects in the field of media registrars Media identifier R30-01416 dated 09/28/2023
The collection is included in the list of scientific professional publications of Ukraine of category "B" by branches of science: A1 "Educational sciences", A7 "Physical Culture and sports" - (Order of the Ministry of Education and Science № 928 from 11.06.2026).

Editorial Board:

Andrushchenko V.	Doctor of Philosophy, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, rector of theState Mykhailo Drahomanov University (head of the board);
Vernidub R.	Doctor of Philosophy Sciences, Professor, State Mykhailo Drahomanov University;
Yevtukh V.	Doctor of History Sciences, Professor, State Mykhailo Drahomanov University;
Drobot I.	Doctor of Historical Sciences, Professor, State Mykhailo Drahomanov University;
Matsko L.	Doctor of Philology Sciences, Professor, Academician of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, State Mykhailo Drahomanov University;
Padalka O.	Doctor of Pedagogical. Sciences, Professor, Corresponding Member of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, State Mykhailo Drahomanov University;
Torbin G.	Doctor of Physical and Mathematical Sciences, Professor, State Mykhailo Drahomanov University;
Shut M.	Doctor of Sciences (Physics and Mathematics), Professor, Academician of the Academy ofPedagogical Sciences of Ukraine, State Mykhailo Drahomanov University.

Editorial board:

Oleksii TYMOSHENKO	Orcid ID: 0000-0002-5310-4941 Scopus Author ID: 57216390841 Researcher ID: AAK-3881-2020 Doctor of Sciences (Pedagogy), Professor, Ukrainian State Drahomanov University (Kyiv, Ukraine)Editor in Chief Series
Zhanna DOMINA	Orcid ID: 0000-0002-8315-6590 Scopus ID: 57216396079 Researcher ID: AAK-3707-2020 PhD (Pedagogy), Professor, Ukrainian State Drahomanov University (Kyiv, Ukraine) Deputy editor Series
Agita ĀBELE	Orcid ID: 0000-0002-7916-8150 Scopus ID: 57204361423 Researcher ID: CAL-0861-2022 Doctor of Sciences (Pedagogy), Professor, Riga Stradins University (Riga, Latvia)
Olena ANDRIEIEVA	Orcid ID: 0000-0002-2893-1224 Scopus ID: 56626526000 ResearcherID: H-1765-2019 Doctor of Science (Physical Education and Sport), Professor, National University of Physical Education and Sports of Ukraine (Kyiv, Ukraine)
Valerii AREFIEV	Orcid ID: 0000-0003-0567-8331 Scopus Author ID: 57216394028 ResearcherID: HGB-9785-2022 Doctor of Sciences (Pedagogy), Professor, Ukrainian State Drahomanov University (Kyiv, Ukraine)
Ihor BAKIKO	Orcid ID: 0000-0002-8835-8781 Scopus ID: 57215214595 ResearcherID: IAR-8516-2023 Doctor of Science (Physical Education and Sport), Professor, Lutsk National Technical University(Lutsk, Ukraine)
Ivanna BODNAR	Orcid ID: 0000-0002-7083-6271 Scopus ID: 57189072316 Researcher ID: ABF-2060-2020 Doctor of Sciences (Physical Education and Sport), Professor, Ivan Bobersky Lviv State University of Physical Culture (Lviv, Ukraine)
Yurii VYKHLIAIEV	Orcid ID: 0000-0001-8446-8070 Scopus ID: 59218895200 Web of Science: GIO-6582-2022 Doctor of Sciences (Pedagogy) , Professor, National Technical University of Ukraine "Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute" (Kyiv, Ukraine)
Hryhorii HRYBAN	Orcid ID: 0000-0002-9049-1485 Scopus ID: 57200184289 Researcher ID: AAR-4451-2020 Doctor of Sciences (Pedagogy), Professor, Ivan Franko Zhytomyr State University (Zhytomyr, Ukraine)
Olena OMELCHUK	Orcid ID: 0000-0003-1771-730X Scopus ID: 58503151200 Researcher ID: PKR-8562-2026 PhD (Pedagogy), Associate Professor, Drahomanov Ukrainian State University (Kyiv, Ukraine)
Larysa ONISHCHUK	Orcid ID: 0000-0002-5411-149X Scopus ID: 57225062440 Researcher ID: HKV-6026-2023 PhD (Pedagogy), Associate Professor, Yurii Kondratiuk Poltava Polytechnic National University (Poltava, Ukraine)
Kostiantyn PRONTENKO	Orcid ID:0000-0002-0588-8753 Scopus ID: 57200180679 ResearcherID: DWH-4683-2022 Doctor of Sciences (Pedagogy), Professor, S. P. Korolov Zhytomyr Military Institute (Zhytomyr, Ukraine).
Maria	Orcid ID: 0000-0002-9845-390X Scopus ID: 58690470000 ResearcherID: DXD-8138-2022

RADZIEJOWSKA Paweł Doctor Hab. (Biology), Profesor, Częstochowa University of Technology (Częstochowa, Poland)
Orcid ID: 0000-0001-8232-2705 Scopus ID: 57218589856
RADZIEJOWSKI Marek Doctor of Sciences (Biology), Professor, Kazimiera Milanowska College of Education and Therapy (Poznan, Poland)
Orcid ID: 0000-0002-5730-5249 Scopus ID: 8960402700 ResearcherID:S-3609-2017
SAWCZUK Nataliia Doctor of Sciences (Biology), Professor, University of Szczecin (Szczecin, Poland)
Orcid ID: 0000-0002-3238-1608 Scopus ID: 57216845991 Researcher ID: P-7024-2019
TERENTIEVA Stanislav Doctor of Sciences (Pedagogy), Professor, National University of Life Resources and Environmental Sciences of Ukraine (Kyiv, Ukraine)
Orcid ID: 0000-0002-9498-4316 Scopus ID: 57222992155 ResearcherID: EGX-0157-2022
YURIEV David PhD (Pedagogy), Associate Professor, Military Institute of Tank Troops of the National Technical University "Kharkiv Polytechnic Institute" (Kharkiv, Ukraine)
Orcid ID: 0000-0002-6953-3951 Scopus ID: 58917634100
CZARNETSKI Valeriia PhD (Pedagogy), Lerturer at the Department of Theory and Methods of Physical Education, Faculty of Physical Education, Sports and Health, State Mykhailo Drahomanov University; Responsible secretary. **MASOL Series**

ISSN 2311-2220 *Approved by the decision of the Academic Council of the State Mykhailo Drahomanov University*

***Scientific journal of the Dragomanov Ukrainian State University. Series № 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports): Sb. scientific works / Ed. O. V. Tymoshenko. - K.: Publishing house of State Mykhailo Drahomanov University,* 2026 - Issue 9 (209). –205 s.**

The article deals with the results of theoretical and scientific-experimental research in the field of pedagogical science, physical education and sports, highlights pedagogical, medical and biological, psychological and social aspects, innovative technologies of training physical culture, training practices of athletes. The collection is intended for graduate students, doctoral students, scientific, pedagogical and scientific and pedagogical workers. Articles are printed in the author's wording.

© Authors of articles, 2026 ©
State Mykhailo Drahomanov University, 2026 ©
Editorial board, 2026