

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБІНСЬКОГО

ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ ТА ЗДОРОВ'Я НАЦІЇ

Збірник наукових праць

Випуск 9 (28)

Вінниця – 2020

Засновники:

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського;

Житомирський державний університет імені Івана Франка.

Редакційна колегія:**Головний редактор – Костюкевич В. М.**, доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).**Відповідальний редактор – Кутек Т. Б.**, доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Житомирський державний університет імені Івана Франка (м. Житомир, Україна).**Відповідальний секретар – Щепотіна Н. Ю.**, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).**Члени редакційної колегії:****Абаласей Беатріче** доктор наук, професор, Ясський університет імені Александру Іоана Кузи (м. Ясси, Румунія).**Ахметов Р. Ф.** доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Житомирський державний університет імені Івана Франка (м. Житомир, Україна).**Воншик Яцек** доктор габілітований, професор Університет гуманістично-природничий імені Яна Длугоша (м. Ченстохове, Польща).**Врублевський С. П.** доктор педагогічних наук, професор, Гомельський державний університет імені Франциска Скорини (м. Гомель, Республіка Білорусь).**Гаврилова Н. В.** кандидат наук з фізичного виховання та спорту, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).**Гакман А. В.** кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича (м. Чернівці, Україна).**Грузевич І. В.** кандидат наук з фізичного виховання і спорту, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).**Драчук А. І.** кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).**Індика С. Я.** кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки (м. Луцьк, Україна).**Онищук В. Є.** кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Вінницький державний педагогічний університет ім. Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).**Собко І. М.** кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди (м. Харків, Україна).**Стасюк І. І.** кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет ім. І. Огієнка (м. Кам'янець-Подільський, Україна).**Фурман Ю. М.** доктор біологічних наук, професор, Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна).**Шепеленко Т. В.** кандидат наук з фізичного виховання і спорту, завідувач кафедри фізичного виховання та спорту, Український державний університет залізничного транспорту (м. Харків, Україна).**Шинкарук О. А.** доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ, Україна).**Збірник рекомендовано до друку:**

вченою радою Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського (протокол № 6 від 21.05.2020 року)

вченою радою Житомирського державного університету імені Івана Франка (протокол № 8 від 26.06.2020 року)

Збірник включено до переліку наукових фахових видань України категорії «Б», у яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів доктора філософії (кандидата наук) і доктора наук (наказ Міністерства освіти і науки України від 11.07.2019 № 975).

У збірнику наукових праць з галузі фізичної культури та спорту висвітлюються теоретичні та прикладні аспекти фізичного виховання різних груп населення, медико-біологічні проблеми фізичного виховання та фізичної реабілітації, розкриваються закономірності спортивного тренування.

Реєстраційний № КВ 22031 – 11931 ПР
від 22.04.2016 р.© Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського
© Житомирський державний університет імені Івана Франка*За достовірність інформації відповідальність несуть автори статей.*

ЗМІСТ

І. НАУКОВИЙ НАПРЯМ НАУКОВО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ТА ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

| | |
|--|----|
| <i>Асаулюк Інна, Дяченко Анна, Маринчук Петро</i> ТЕОРЕТИЧНА СКЛАДОВА ЕФЕКТИВНОСТІ ТЕХНОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ | 7 |
| <i>Глухов Іван, Пітин Мар'ян</i> СИСТЕМА НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ ПЛАВАННЮ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ: ПЕРСПЕКТИВИ ДОСЛІДЖЕННЯ | 14 |
| <i>Єременко Наталія, Ковальова Наталія, Василенко Марина, Назаренко Людмила, Константиновська Наталія</i> ОЗДОРОВЧИЙ ВПЛИВ ЗАНЯТЬ РЕКРЕАЦІЙНИМИ ІГРАМИ НА ФІЗИЧНИЙ СТАН ДІТЕЙ 11-12 РОКІВ | 21 |
| <i>Кириченко Вікторія, Садовський Олексій, Хуртенко Оксана</i> ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ДИТЯЧИМ ФІТНЕСОМ НА ПОКАЗНИКИ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ДІВЧАТОК 7-8 РОКІВ | 28 |
| <i>Кізім Вікторія, Чернишенко Тамара, Дмитренко Світлана</i> ОЦІНКА РІВНЯ КУЛЬТУРИ ХОРЕОГРАФІЧНИХ ТАНЦЮВАЛЬНИХ РУХІВ У СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ | 35 |
| <i>Лежньова Олена, Качан Василь</i> ПЕДАГОГІЧНА ТЕХНОЛОГІЯ ФОРМУВАННЯ РУХОВИХ УМІНЬ І НАВИЧОК З ФУТБОЛУ В СТУДЕНТОК У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ | 42 |
| <i>Мірошніченко Вячеслав, Юшина Олена, Заєць Тетяна, Дубовік Ріма</i> КОМПОНЕНТНИЙ СКЛАД ТІЛА ЖІНОК ПЕРШОГО ПЕРІОДУ ЗРІЛОГО ВІКУ РІЗНИХ СОМАТОТИПІВ | 47 |
| <i>Misjura Alina, Vrublevskiy Eugeniy, Tolstenkov Andrey</i> FORMATION OF HYGIENE KNOWLEDGE OF ELEMENTARY SCHOOL PUPILS | 54 |
| <i>Прокопенко Анастасія, Гончарова Наталія, Назаренко Людмила, Константиновська Наталія</i> АНАЛІЗ ДОСВІДУ ПІДВИЩЕННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В ПРОЦЕСІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАНЯТЬ | 61 |
| <i>Сікорська Лілія</i> ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ, ЯК ЗАСІБ ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ТА ЇХ СПОРТИВНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ..... | 68 |
| <i>Соловей Олександр, Богуславський Віктор, Пожидаєв Микола, Дищенко Дмитро, Петренко Сергій</i> ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ЯК ЧИННИК ОСОБИСТОЇ БЕЗПЕКИ КУРСАНТІВ ПРИ ПІДГОТОВЦІ ДО МАЙБУТНЬОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ | 78 |
| <i>Сулима Алла, Бекас Ольга, Нестерова Світлана, Сулима Ольга</i> ПОКАЗНИКИ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ ВІКОМ 3-6 РОКІВ | 85 |
| <i>Яковлів Володимир, Герасимшин Віктор, Чуйко Юрій</i> МОТИВАЦІЙНІ ПРІОРИТЕТИ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ | 90 |

**II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ
СУЧАСНА СИСТЕМА СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ
ТА ПРОБЛЕМИ ЇЇ ВДОСКОНАЛЕННЯ**

| | |
|--|-----|
| Адамчук Вадим ПРОГРАМУВАННЯ ТРЕНУВАЛЬНОГО ЗАНЯТТЯ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ ДЕСЯТИБОРЦІВ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ НА ЕТАПІ БЕЗПОСЕРЕДНЬОЇ ПІДГОТОВКИ ДО ЗМАГАНЬ | 98 |
| Асаулюк Інна, Буй Ірина ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В РІЗНІ ПЕРІОДИ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ БІАТЛОНІСТІВ | 106 |
| Безмилов Микола, Шинкарук Оксана ТЕНДЕНЦІЇ ТА АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПІДГОТОВКИ БАСКЕТБОЛІСТІВ ВИСОКОГО КЛАСУ В СУЧАСНИХ УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ТА ПОПУЛЯРИЗАЦІЇ БАСКЕТБОЛУ | 112 |
| Богуславська Вікторія УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ВЕСЛУВАЛЬНИКІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ ШЛЯХОМ ЗАСТОСУВАННЯ АВТОРСЬКИХ ІНТЕРАКТИВНИХ ЗАСОБІВ | 132 |
| Bondarenko Konstantin, Primachenko Praskovia, Vrublevskiy Evgeniy BIOMECHANICAL ASSESSMENT OF JAVELIN THROWING TECHNIQUE | 138 |
| Borovaya Valentina, Vrublevskiy Evgeniy, Sevdalev Sergey METHODOLOGY OF OPTIMIZATION OF THE TEMPO-RHYTHMIC STRUCTURE OF THE RUN-UP OF FEMALE POLE VAULTERS OF 14-16 YEARS OLD | 145 |
| Вознюк Тетяна, Галайдюк Микола, Свірщук Наталія ІНТЕГРАЛЬНА ОЦІНКА ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ БАСКЕТБОЛІСТОК ЗА СПЕЦИФІЧНИМИ ПОКАЗНИКАМИ | 153 |
| Драчук Сергій, Дідик Тетяна, Поляк Вадим, Кульчицька Ірина, Порядіна Валерія УДОСКОНАЛЕННЯ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ КВАЛІФІКОВАНИХ ЛЕГКОАТЛЕТІВ ШЛЯХОМ ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДИКИ ЕНЕРГЕТИЧНОГО ДИХАННЯ | 160 |
| Дулібський Андрій ОСОБЛИВОСТІ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ І СПЕЦІАЛІЗОВАНОГО НАВЧАННЯ ГРИ В ФУТБОЛ | 168 |
| Дусь Сергій, Вознюк Тетяна, Перепелиця Максим ХАРАКТЕРИСТИКА ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ СПОРТИВНИХ АРБІТРІВ КОМАНДНИХ ІГРОВИХ ВИДІВ СПОРТУ | 178 |
| Задорожна Ольга, Пітин Мар'ян, Тодорова Валентина, Пасічна Тетяна ТЕНДЕНЦІЇ ЗМІН У ПРАВИЛАХ ЗМАГАНЬ У СУЧАСНИХ ОЛІМПІЙСЬКИХ СПОРТИВНИХ ЄДИНОБОРСТВАХ | 184 |
| Касьян Анатолій АДАПТАЦІЯ ФУТБОЛІСТІВ СТУДЕНТСЬКИХ КОМАНД ДО ТРЕНУВАЛЬНИХ НАВАНТАЖЕНЬ РІЗНОГО ХАРАКТЕРУ | 189 |
| Кондрацька Галина, Проць Роман, Веселовський Анатолій ПРОБЛЕМНІ ПИТАННЯ ПІДГОТОВКИ ФУТЗАЛЬНОГО АРБІТРА | 195 |
| Костюкевич Віктор, Стасюк Вадим, Стасюк Іван, Гудима Степан, Коннова Майя ПОБУДОВА ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ СТУДЕНТСЬКОЇ ФУТБОЛЬНОЇ КОМАНДИ В ПЕРЕДЗМАГАЛЬНОМУ МЕЗОЦИКЛІ РІЧНОГО МАКРОЦИКЛУ | 202 |
| Костюкевич Віктор, Стасюк Іван, Перепелиця Олександр, Межвинський Артем, Коннов Станіслав КОНТРОЛЬ ТРЕНУВАЛЬНОЇ РОБОТИ У ФУТЗАЛІ | 210 |
| Кульчицька Ірина, Дідик Тетяна, Поляк Вадим, Колосова Олена, Квасниця Олег УДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЛЕГКОАТЛЕТІВ-СПРИНТЕРІВ У РІЧНОМУ | 224 |

| | |
|--|-----|
| МАКРОЦИКЛІ | |
| Кутек Тамара, Ахметов Рустам, Шаверський Віктор ПРОГРАМОВАНЕ УПРАВЛІННЯ ТЕХНІЧНОЮ МАЙСТЕРНІСТЮ КВАЛІФІКОВАНИХ СПОРТСМЕНІВ .. | 231 |
| Латишев Николай, Шандригось Виктор, Тропин Юрий, Квасница Олег, Головач Инна ЖЕНСКАЯ БОРЬБА: АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ВИСТУПЛЕНИЯ СБОРНОЙ КОМАНДЫ УКРАИНЫ | 237 |
| Sevdalev Sergey, Vrublevskiy Evgeniy, Kozhedub Marina FEATURES OF CONSTRUCTION OF A TRAINING PROCESS AT THE PRECOMPETITIVE STAGE OF PREPARATION OF QUALIFIED SPORTSWOMEN SPECIALIZING IN THE MODERN PENTATHLON | 244 |
| Согор Олег ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ СТРУКТУРИ ТА ЗМІСТУ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ В ПАНКРАТІОНІ | 253 |
| Соловей Олександр, Овчаренко Сергій, Соловей Дмитро, Яковенко Артем АНАЛІЗ УЧАСТІ ЧОЛОВІЧИХ ГАНДБОЛЬНИХ КЛУБІВ УКРАЇНИ В ЄВРОПЕЙСЬКИХ КУБКОВИХ ТУРНІРАХ | 264 |
| Сушко Руслана, Дорошенко Едуард ПРОБЛЕМНІ ПИТАННЯ РОЗВИТКУ ЖІНОЧОГО СПОРТУ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ В УМОВАХ ГЛОБАЛЬНОЇ КОНКУРЕНЦІЇ | 272 |
| Турлюк Вікторія, Асаулюк Інна, Дмитренко Світлана, Юнаш Вадим, Турлюк Юлія, Ковальчук Андрій ЗМІСТ ЗАСОБІВ ПІДГОТОВКИ ЛЕГКОАТЛЕТОК-БАР'ЄРИСТОК НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ В РІЧНОМУ ЦИКЛІ | 282 |
| Улан Аліна, Іваненко Олена МОТОРНА АСИМЕТРІЯ ЯК КРИТЕРІЙ ВИБОРУ ІГРОВОГО АМПЛУА У ФУТБОЛІ | 290 |
| Фрицюк Валентина, Пуздім'як Микола ОСОБЛИВОСТІ ТАКТИКИ ПОДОЛАННЯ СЕРЕДНІХ ОЛІМПІЙСЬКИХ ДИСТАНЦІЙ У ЧОЛОВІЧОМУ ПЛАВАННІ | 299 |
| Щепотіна Наталя, Поліщук Володимир, Сікорська Лілія, Терещук Олександр УПРАВЛІННЯ ТРЕНУВАЛЬНИМ ПРОЦЕСОМ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ НА ОСНОВІ КОНТРОЛЮ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ..... | 305 |

ІІІ. НАУКОВИЙ НАПРЯМ МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА СПОРТУ

| | |
|---|-----|
| Корчинський Володимир, Пономаренко Микола ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ПРИ ХРОНІЧНІЙ ВЕНОЗНІЙ НЕДОСТАТНОСТІ НИЖНІХ КІНЦІВОК | 313 |
| Куц-Бурдейна Олександра ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ СТУДЕНТІВ З ПОРУШЕННЯМ ТА БЕЗ ПОРУШЕНЬ ПОСТАВИ | 320 |
| Хмельницька Анна, Антонов Сергій, Пітин Мар'ян СТРУКТУРА ПРОФЕСІЙНОЇ ЗАХВОРЮВАНОСТІ СПОРТСМЕНІВ У КУЛЬОВІЙ СТРІЛЬБІ З ГВИНТІВКИ | 328 |

ІV. НАУКОВИЙ НАПРЯМ ФІЛОСОФСЬКІ, ІСТОРИЧНІ, ПСИХОЛОГІЧНІ ТА СОЦІАЛЬНО-ЕКОНОМІЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

| | |
|---|-----|
| Балацька Лариса, Григоришина Тетяна ІСТОРІЯ ОЛІМПІЙСЬКОГО РУХУ НА БУКОВИНІ ЯК СКЛАДОВА ОЛІМПІЙСЬКОЇ ОСВІТИ В УКРАЇНІ | 336 |
| Gusinets Evgeny, Sorvirov Boris, Tolstenkov Andrey CURRENT STATE AND PECULIARITIES OF THE NATIONAL INDUSTRY «PHYSICAL CULTURE AND | |

| | |
|--|-----|
| SPORT» DEVELOPMENT IN THE REPUBLIC OF BELARUS | 343 |
| <i>Коляструк Ольга</i> ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ТА СПОРТ У БІЛЬШОВИЦЬКІЙ ПРОГРАМІ ФОРМУВАННЯ НОВОЇ ЛЮДИНИ | 352 |
| <i>Коннова Майя</i> ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ЗАПОРІЗЬКИХ КОЗАКІВ: ІСТОРИЧНИЙ ВИМІР..... | 359 |
| <i>Prykhodko Volodymyr, Dolbysheva Nina, Koscheyev Alexander, Salenko Galina, Baldzhy Iлона, Kidon Victoria</i> POSITION OF LEADERS' EXPERIENCE IN CREATION OF MODERN SPORTSMEN TRAINING SYSTEM | 365 |

ОСОБЛИВОСТІ ТАКТИКИ ПОДОЛАННЯ СЕРЕДНІХ ОЛІМПІЙСЬКИХ ДИСТАНЦІЙ У ЧОЛОВІЧОМУ ПЛАВАННІ

Фрицюк Валентина¹, Пуздимір Микола²

¹ Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла

² Вінницький торговельно-економічний інститут КНТЕУ

Анотації:

Постановка проблеми. У сучасному олімпійському плаванні, що відрізняється високим рівнем конкуренції, величезне значення набуває вміння спортсмена та тренера рціонально спланувати стратегію підготовки, розробити рціональну тактику виступу під час головних змагальних стартів, вибрати оптимальні варіанти техніко-тактичних дій для проходження змагальної дистанції. У зв'язку з цим, тактичну підготовку плавців вважають важливою складовою тренувального процесу. Слід зазначити, що коли плавець досягає рівня високої кваліфікації та його функціональні й фізичні можливості знаходяться на межі, то спортивний результат багато в чому залежить від тактичної майстерності спортсмена. **Мета роботи** – дослідити особливості тактики додання змагальних дистанцій плавцями високої кваліфікації. Для вирішення поставлених завдань були використані наступні **методи дослідження**: аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури та інформації глобальної світової мережі Internet; аналіз і узагальнення даних протоколів і рейтингів Ігор Олімпіади; ретроспективний метод. **Результати.** У статті висвітлено результати аналізу спеціальної науково-методичної літератури з питань особливостей тактики додання змагальних дистанцій у спортивному плаванні провідними плавцями світу. Досліджено особливості тактики додання змагальних дистанцій елітними плавцями на основі аналізу протоколів Ігор Олімпіад. Визначено ефективність тактичних дій елітних плавців сучасності. **Висновки.** Аналіз протоколів Олімпійських ігор 2000-2016 років показав, що переможці змагань на дистанції 400 м вільним стилем переважно використовують тактику відносно рівномірного пропливання всієї дистанції з оптимальною для її довжини швидкістю, не порушуючи темпу та ритму плавання, із незначним прискоренням у другій половині дистанції (на шостому – сьомому 50-ти метрових відрізках). Встановлено, що найефективнішою тактикою подолання середніх дистанцій у плаванні є тактика рівномірного розподілу резервів аеробних систем енергозабезпечення із включенням анаеробної алактатної й анаеробної лактатної систем на останніх 20% дистанції.

Ключові слова:

плавання, олімпійський спорт, Олімпійські ігри, середні дистанції, тактика

Peculiarities of tactics of overcoming average olympic distances in human swimming. Fritsyuk Valentina, Puzdimir Mikola

Formulation of the problem. In modern Olympic swimming, which is characterized by a high level of competition, the ability of the athlete and coach to rationally plan training strategy, develop rational tactics of performance during the main competitive starts, choose the best options for technical and tactical actions for the competitive distance. In this regard, the tactical training of swimmers is considered an important component of the training process. It should be noted that when a swimmer reaches a high level of qualification and his functional and physical capabilities are at the limit, the sports result largely depends on the tactical skills of the athlete. **The purpose of the work** is to investigate the peculiarities of tactics of overcoming competitive distances by highly qualified swimmers. The following **research methods** were used to solve the set tasks: analysis and generalization of data of scientific and methodical literature and information of the global world network Internet; analysis and generalization of these protocols and ratings of the Olympic Games; retrospective method. **Results.** The article highlights the results of the analysis of special scientific and methodological literature on the peculiarities of the tactics of overcoming competitive distances in swimming by the world's leading swimmers. Peculiarities of tactics of overcoming competitive distances by elite swimmers on the basis of the analysis of protocols of Olympic Games are investigated. The efficiency of tactical actions of modern elite swimmers is determined. **Conclusions.** Analysis of the protocols of the 2000-2016 Olympic Games showed that the winners of the 400 m freestyle mostly use the tactics of relatively even swimming of the entire distance with the optimal speed for its length, without disturbing the pace and rhythm of swimming, with a slight acceleration in the second half. sixth - seventh 50-meter segments). It is established that the most effective tactic of overcoming medium distances in swimming is the tactic of uniform distribution of reserves of aerobic energy supply systems with the inclusion of anaerobic lactate and anaerobic lactate systems on the last 20% of the distance.

swimming, olympic sports, olympics, middle distance, tactics.

Особенности тактики преодоление средних олимпийских дистанции в мужской плавании. Фрицюк Валентина, Пуздимір Микола

Постановка проблеми. В современном олимпийском плавании, отличающемся высоким уровнем конкуренции, огромное значение приобретает умение спортсмена и тренера рационально спланировать стратегию подготовки, разработать рациональную тактику выступления во время главных соревновательных стартов, выбрать оптимальные варианты технико-тактических действий для прохождения соревновательной дистанции. В связи с этим, тактическую подготовку пловцов считают важной составляющей тренировочного процесса. Следует отметить, что когда пловец достигает уровня высокой квалификации и его функциональные и физические возможности находятся на пределе, то спортивный результат во многом зависит от тактического мастерства спортсмена. **Цель работы** – исследовать особенности тактики преодоления соревновательных дистанций пловцами высокой квалификации. Для решения поставленных задач были использованы следующие **методы исследования**: анализ и обобщение данных научно-методической литературы и информации глобальной мировой сети Internet; анализ и обобщение данных протоколов и рейтингов Игр Олимпиады; ретроспективный метод. **Результаты.** В статье отражены результаты анализа специальной научно-методической литературы по вопросам особенностей тактики преодоления соревновательных дистанций в спортивном плавании ведущими пловцами мира. Исследованы особенности тактики преодоления соревновательных дистанций элитными пловцами на основе анализа протоколов Игр Олимпиад. Определена эффективность тактических действий элитных пловцов современности. **Выводы.** Анализ протоколов Олимпийских игр 2000-2016 годов показал, что победители соревнований на дистанции 400 м вольным стилем преимущественно используют тактику относительно равномерного проплывания всей дистанции с оптимальной для ее длины скоростью, не нарушая темпа и ритма плавания, с незначительным ускорением во второй половине дистанции (на шестом - седьмом 50-ти метровых отрезках). Установлено, что наиболее эффективной тактикой преодоления средних дистанций в плавании является тактика равномерного распределения резервов аеробных систем энергообеспечения с включением анаеробной алактатной и анаеробной лактатной систем на последних 20% дистанции.

плавание, олимпийский спорт, Олимпийские игры, средние дистанции, тактика

Постановка проблеми. Проблема дослідження полягає в тому, що в сучасній ситуації спортивного плавання, пов'язаної зі збільшенням конкуренції та зростанням результатів, у тому числі на стаєрських дистанціях, існує суперечність між сучасними тенденціями, спрямованими на диференційований підхід до техніко-тактичних дій плавця та наявними в науково-методичній літературі даними з тактичних варіантів проходження змагальних дистанцій [4, 5].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сьогодні існує декілька моделей удосконалення тактики з урахуванням індивідуальних здібностей спортсменів, у зв'язку з чим, виникає необхідність узагальнення наявної інформації та розробки практичних рекомендацій з побудови техніко-тактичних дій плавців на різних змагальних дистанціях з урахуванням індивідуальних особливостей [5, 7].

Результати участі в Олімпійських іграх цінуються набагато вище, ніж на інших міжнародних змаганнях, так як звання олімпійського чемпіона є довічним, на відміну від звання чемпіона світу. Тому в олімпійських видах спорту підготовка спортсменів планується з урахуванням чотирирічного олімпійського циклу, а під час олімпійських стартів фіксуються і світові й олімпійські рекорди [1, 3].

Статистика свідчить про те, що спортивні результати плавців за підсумками Олімпіад зазвичай виявляються нижчими, ніж на чемпіонатах світу, оскільки часто тактика боротьби орієнтована на перемогу, а не на вищий результат [2, 5].

У зв'язку із цим, тактичну підготовку плавців вважають важливою складовою тренувального процесу [5]. Слід зазначити, що коли спортсмен досягає рівня високої кваліфікації та його функціональні й фізичні можливості знаходяться на межі, то спортивний результат багато в чому залежить від тактичної майстерності спортсмена [8, 10].

Одним з напрямків тактичної діяльності в плаванні є вибір раціональної індивідуальної схеми проходження змагальної дистанції, яка враховує спосіб плавання, довжину дистанції, рівень підготовленості плавця [3]. Тактична діяльність плавців, що спеціалізуються в різних способах плавання, характеризується специфікою, пов'язаною з особливостями техніки рухів у кожному окремому способі плавання, який є найбільш енерговитратним серед усіх спортивних способів [6, 9].

У науково-методичній літературі розглядаються питання тактики [3, 5], але на сьогоднішній день, коли рівень результатів у плаванні значно зріс, вимагають уточнення й подальшого дослідження питання, пов'язані з тактикою подолання дистанції плавцями високої кваліфікації.

Мета дослідження – визначити особливості тактики долаття змагальних дистанцій плавцями високої кваліфікації.

Матеріал і методи дослідження. Відповідно до мети дослідження в роботі були поставлені наступні завдання:

1. Вивчити особливості тактики долаття змагальних дистанцій у спортивному плаванні провідними плавцями світу на основі даних спеціальної науково-методичної літератури.
2. Дослідити особливості тактики долаття змагальних дистанцій елітними плавцями на основі аналізу протоколів Ігор Олімпіад.
3. Визначити ефективність тактичних дій елітних плавців.

Для вирішення поставлених завдань були використані наступні методи дослідження: аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури та інформації глобальної світової мережі Internet; аналіз і узагальнення даних протоколів і рейтингів Ігор Олімпіади; ретроспективний метод.

Результати дослідження. Аналіз протоколів фінальних запливів на Олімпійських іграх з 2000 до 2016 року показав, що часовий діапазон подолання на дистанції 400 м вільним

стилем серед чоловіків у різні роки вірогідно не відрізнявся. Проте, характер тактичних змагальних дій суттєво вплинув на результати спортсменів.

Усі учасники фінальних змагань Олімпійських ігор 2000 року у Сіднеї на дистанції 400 м вільним стилем серед чоловіків виконували швидкий старт, а решта дистанції долалась у відносно рівномірному темпі.

Найкращими у фінальному запливі 2000 р. в Сіднеї виявилися результати плавців у діапазоні 03 хв 40,6 с (Ian Thorpe) – 03 хв 48,5 с (Ryk Neethling), а середня величина часу подолання дистанції становила 03 хв 46,2 с. При цьому середня тривалість подолання спортсменами 50-метрових відрізків дистанції коливалась від 27,6 с до 28,6 с.

Рівень результатів пропливання дистанції 400 м вільним стилем у чоловічому плаванні на Олімпійських іграх 2004 р. в Афінах вірогідно не відрізнявся від попередніх змагань. Разом із тим, час подолання дистанції переможця збільшився до 03 хв 43,0 с (Ian Thorpe), а найгірший час фінальної вісімки – до 03 хв 49,0 с (Takeshi Matsuda). Слід зауважити, що середній час подолання цієї дистанції зменшився і становив 03 хв 45,9 с. Середня тривалість подолання дистанції учасниками фінального Олімпійського запливу 2004 р. на дистанції 400 м коливалась від 27,9 с до 28,6 с, а тактика плавання була подібна до тактики плавців фіналістів Олімпійських ігор 2000 р.

Результати фінальних змагань Олімпійських ігор 2008 р. у Пекіні на дистанції 400 м вільним стилем підтверджують теорію про доцільність використання анаеробного потенціалу можливостей плавців під час подолання середньої дистанції в заключній його частині. Так, недостатнє прискорення в другій частині змагальної дистанції українським спортсменом Н. Лобінцевим негативно вплинуло на загальний результат плавця.

Аналіз результатів на дистанції 400 м у фіналістів Олімпійських ігор 2008 р. у Пекіні показав, що середній показник часу проходження усієї дистанції в порівнянні з попередніми змаганнями скоротився до 03 хв 43,7 с. Найкращий результат цього року показав Taehwan Park із часом 03 хв 41,9 с. Час подолання змагальної дистанції восьмим фіналістом у порівнянні із аналогічними показниками змагань цього класу в 2004 р. зменшився до 03 хв 48,3 с (Nikita Lobintsev). Зменшення середньої величини показника часу пропливання дистанції 400 м у цілому свідчить про зростання середньої величини швидкості плавання у чоловіків – фіналістів Олімпійських ігор 2008 року в Пекіні в порівнянні зі змаганнями 2000 та 2004 років. При цьому середня тривалість подолання спортсменами 50-метрових відрізків дистанції коливалась від 27,7 с до 28,5 с, а середня величина часу подолання окремих 50-метрових відрізків усіма фіналістами цих змагань становила 28,0 с.

За підсумками Олімпійських ігор 2012 р. в Лондоні на дистанції 400 м середній показник часу проходження усієї дистанції вісімкаю фіналістів виявився дещо гіршим у порівнянні зі змаганнями в Пекіні, але перевищив результати змагань 2000 та 2004 рр. і становив 03 хв 45,5 с. Найкращим у подоланні цієї олімпійської дистанції в чоловічому плаванні виявився результат, який показав спортсмен китайської команди Yang Sun – 03 хв 40,1с. Тактична схема подолання змагальної дистанції цього спортсмена відрізняється від загальної схеми інших фіналістів прискоренням на п'ятому та значним прискоренням на сьомому й восьмому 50-метрових відрізках дистанції.

Восьмий у рейтингу фіналістів плавець австрійської команди Ryan Napoleon показав результат 03 хв 49,2 с. Середній показник часу подолання спортсменами 50-метрових відрізків 400-метрової дистанції коливався в діапазоні 27,5 – 28,7 с, а середня тривалість подолання окремих 50-метрових відрізків усіма фіналістами цих змагань становила 28,2 с.

Згідно протоколів змагань на дистанції 400 м вільним стилем у чоловічому плаванні на Олімпійських іграх 2016 р. в Бразилії (Ріо-де-Жанейро) переможець Horton подолав вказану змагальну дистанцію за 03 хв 41,6 с, а восьмий на фініш прийшов французький плавець Rothain із результатом 03 хв 49,1 с. Середній час подолання цієї дистанції становив 03 хв

44,2 с. Середня тривалість подолання дистанції учасниками фінального Олімпійського запливу 2004 р. на дистанції 400 м коливалася від 27,7 с до 28,6 с.

Дискусія. Узагальнені результати фінальних змагань Олімпійських ігор 2000-2016 років на дистанції 400 м вільним стилем у чоловічому плаванні показали, що найменший показник середньої величини часу подолання цієї дистанції (03 хв 43,7 с) і найменша тривалість подолання 50-метрових відрізків (28,0 с) зареєстровано в 2008 р. в Пекіні. При цьому найбільша різниця між першим і восьмим результатом фінальних змагань на вказаній дистанції виявлена під час Олімпійських ігор у 2012 р. в Лондоні (9,1 с), а найменша – в 2004 р. в Афінах.

Як це видно з рисунку 1, переможці Олімпійських ігор із плавання 2000-2016 років на дистанції 400 м вільним стилем переважно використовують тактику відносно рівномірного пропливання всієї дистанції з оптимальною для її довжини швидкістю, не порушуючи темпу та ритму плавання, із незначним прискоренням у другій половині дистанції (на шостому – сьомому 50-ти метрових відрізках).



Рис. 1. Час пропливання 50-ти метрових відрізків на дистанції 400 м переможцями Олімпійських ігор серед чоловіків:

- - 2000 р. Сідней;
- - - - 2004 р. Афіни;
- — — - 2008 р. Пекін;
- - 2012 р. Лондон;
- . - . - 2016 р. Ріо-де-Жанейро.

Разом із тим, застосування тактики пропливання дистанції з декількома прискореннями на окремих відрізках, яке застосували під час подолання змагальної олімпійської дистанції Thorpe Ian у 2004 р. в Афінах і Taehwan Park у 2008 р. в Пекіні негативно позначилося на загальному результаті.

Висновки. Найефективнішою тактикою подолання середніх дистанцій у плаванні є тактика рівномірного розподілу резервів аеробних систем енергозабезпечення із включенням анаеробної алактатної й анаеробної лактатної систем на останніх 20% дистанції. Крім того, в залежності від кваліфікації спортсменів і рівня змагань, позитивний результат можна отримати, використовуючи тактику швидкого старту зі застосуванням у другій частині дистанції ефекту «рваного плавання», а саме – періодичне прискорення.

Для успішного подолання середніх і довгих дистанцій у системній підготовці плавців доцільно застосовувати засоби та методи, які сприяють удосконаленню як аеробних, так і анаеробних систем енергозабезпечення, а також ефективному їх використанню в змагальному періоді річного макроциклу.

На середніх дистанціях доцільно використовувати техніку швидкого старту з

рівномірним подоланням першої половини дистанції, незначним прискоренням у другій половині дистанції та потужним прискоренням на останніх 20% дистанції. Для плавців високої кваліфікації на другій половині змагальної дистанції можливо використовувати тактику «рваного» плавання із потужним прискоренням на останніх 15% дистанції.

Перспективи подальших досліджень. З метою розробки комплексної схеми тренувального процесу юних плавців наступне дослідження буде спрямоване на вивчення тактичних схем подолання довгих і естафетних дистанцій провідними плавцями світу.

Список використаних джерел:

1. Пуздимір МІ, Митурич В, Романенко В, Присяжнюк Д. Система підготовки фінських бігунів. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць*. Вінниця: ТОВ «Планер», 2015;19(2):323-328.
2. Bohuslavskaya V, Furman Y, Pityn M, Galan Y, Nakonechnyi I. (2017). Improvement of the physical preparedness of canoe oarsmen by applying different modes of training loads. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(2), 797-803. doi:10.7752/jpes.2017.02121
3. Furman YM, Holovkina V, Salnykova S, Sulyma A, Brezdeniuk O, Korolchuk A, Nesterova S. Effect of swimming with the use of aqua fitness elements and interval hypoxic training on the physical fitness of boys aged 11-12 years. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*. 2018;22(4):184-8. <https://doi.org/10.15561/18189172.2018.0403>
4. Iryna Hruzevych, Viktoriia Bohuslavskaya, Ruslan Kropta, Yaroslav Galan, Ihor Nakonechnyi, Maryan Pityn. The effectiveness of the endogenous-hypoxic breathing in the physical training of skilled swimmers. *Journal of Physical Education and Sport ® (JPES)*, 17 Supplement issue 3, Art 155, pp. 1009 -1016, 2017 online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES
5. Ruslan Kropta, Iryna Hruzevych, Oleksandr Zhyrnov, Alla Sulyma, Svitlana Salnykova, Volodymyr Kormiltsev, Vadym Poliak. Mechanisms of formation the training effects in athletes with application of swimmer's snorkel devise during the aerobic loads. *Journal of Physical Education and Sport ® (JPES)*, Vol 20 (Supplement issue 1), Art 59 pp 413 – 419, 2020 online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES
6. Salnykova S, Furman Y, Sulyma A, Hruzevych I, Gavrylova N, Onyschuk V, Brezdeniuk O. Peculiarities of aqua fitness exercises influence on the physical preparedness of women 30-49 years old using endogenous-hypoxic breathing method. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*. 2018;22(4):210-5. <https://doi.org/10.15561/18189172.2018.0407>
7. Sergiy Drachuk, Viktoriia Bohuslavskaya, Maryan Pityn, Yuriy Furman, Viktor Kostiukevych, Nataliia Gavrylova, Svitlana Salnykova, Tetiana Didyk. Energy supply capacity when using different exercise modes for young 17–19- year-old men. *Journal of Physical Education and Sport ® (JPES)*, 18(1), Art 33, pp. 246 - 254. online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 c JPES DOI: [10.7752/jpes.2018.01033](https://doi.org/10.7752/jpes.2018.01033)
8. Viacheslav Miroshnichenko, Svitlana Salnykova, Viktoriia Bohuslavskaya, Maryan Pityn, Yuriy Furman, Volodymyr Iakovliv, Zoryana Semeryak. Enhancement of physical health in girls of 17-19 years by adoption of physical loads taking their somatotype into account.

References:

1. Puzdymir, M.I. (2015), "Training system for Finnish runners", *Physical education, sports and health of the nation: a collection of scientific papers*, Vol. 19, no. 2, pp. 323-328
2. Bohuslavskaya V, Furman Y, Pityn M, Galan Y, Nakonechnyi I. (2017). Improvement of the physical preparedness of canoe oarsmen by applying different modes of training loads. *Journal of Physical Education and Sport*, 17(2), 797-803. doi:10.7752/jpes.2017.02121
3. Furman YM, Holovkina V, Salnykova S, Sulyma A, Brezdeniuk O, Korolchuk A, Nesterova S. (2018) Effect of swimming with the use of aqua fitness elements and interval hypoxic training on the physical fitness of boys aged 11-12 years. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*; 22(4):184-8. <https://doi.org/10.15561/18189172.2018.0403>
4. Iryna Hruzevych, Viktoriia Bohuslavskaya, Ruslan Kropta, Yaroslav Galan, Ihor Nakonechnyi, Maryan Pityn (2017) The effectiveness of the endogenous-hypoxic breathing in the physical training of skilled swimmers. *Journal of Physical Education and Sport ® (JPES)*, 17 Supplement issue 3, Art 155, pp. 1009 -1016, online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES
5. Ruslan Kropta, Iryna Hruzevych, Oleksandr Zhyrnov, Alla Sulyma, Svitlana Salnykova, Volodymyr Kormiltsev, Vadym Poliak (2020). Mechanisms of formation the training effects in athletes with application of swimmer's snorkel devise during the aerobic loads. *Journal of Physical Education and Sport ® (JPES)*, Vol 20 (Supplement issue 1), Art 59 pp 413 – 419, online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES
6. Salnykova S, Furman Y, Sulyma A, Hruzevych I, Gavrylova N, Onyschuk V, Brezdeniuk O. (2018) Peculiarities of aqua fitness exercises influence on the physical preparedness of women 30-49 years old using endogenous-hypoxic breathing method. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*; 22(4):210-5. <https://doi.org/10.15561/18189172.2018.0407>
7. Sergiy Drachuk, Viktoriia Bohuslavskaya, Maryan Pityn, Yuriy Furman, Viktor Kostiukevych, Nataliia Gavrylova, Svitlana Salnykova, Tetiana Didyk (2018). Energy supply capacity when using different exercise modes for young 17–19- year-old men. *Journal of Physical Education and Sport ® (JPES)*, 18(1), Art 33, pp. 246 - 254. online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 c JPES DOI: [10.7752/jpes.2018.01033](https://doi.org/10.7752/jpes.2018.01033)
8. Viacheslav Miroshnichenko, Svitlana Salnykova, Viktoriia Bohuslavskaya, Maryan Pityn, Yuriy Furman, Volodymyr Iakovliv, Zoryana Semeryak (2019). Enhancement of physical health in girls of 17-19 years by adoption of physical loads taking their somatotype into account. *Journal of Physical Education and Sport ®*

Journal of Physical Education and Sport® (JPES), Vol 19 (Supplement issue 2), Art 58, pp 387 - 392, 2019 online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 - 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES

9. Victoria Golovkina, Svetlana Salnukova. Comparative Characteristics of Functional Capability of 11–12 year-old Swimmers Connected with Their Gender and Possibilities of Its Improvement. *Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie Kultura Fizyczna*. 2018; 1(XVII); 79-85. <http://dx.doi.org/10.16926/kf.2018.17.05>

10. Volodymyr Vitomskiy, Iryna Hruzevych, Svitlana Salnykova, Alla Sulyma, Volodymyr Kormiltsev, Yuriy Kyrychenko, Larysa Sarafinjuk. The physical development of children who have a functionally single heart ventricle as a basis for working physical rehabilitation technology after a hemodynamic correction. *Journal of Physical Education and Sport*® (JPES). 2018. Volume 89. Issue No 18(2). pp. 614 – 617. online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES DOI:10.7752/jpes.2018.02089

(JPES), Vol 19 (Supplement issue 2), Art 58, pp 387 - 392, online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES

9. Victoria Golovkina, Svetlana Salnukova (2018). Comparative Characteristics of Functional Capability of 11–12 year-old Swimmers Connected with Their Gender and Possibilities of Its Improvement. *Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie Kultura Fizyczna*.; 1(XVII); 79-85. <http://dx.doi.org/10.16926/kf.2018.17.05>

10. Volodymyr Vitomskiy, Iryna Hruzevych, Svitlana Salnykova, Alla Sulyma, Volodymyr Kormiltsev, Yuriy Kyrychenko, Larysa Sarafinjuk (2018). The physical development of children who have a functionally single heart ventricle as a basis for working physical rehabilitation technology after a hemodynamic correction. *Journal of Physical Education and Sport*® (JPES). Volume 89. Issue No 18(2). pp. 614 – 617. online ISSN: 2247 - 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN - L = 2247 - 8051 © JPES DOI:10.7752/jpes.2018.02089

DOI: 10.31652/2071-5285-2020-9(28)-299-304

Відомості про авторів:

Фрицюк В.А.; orcid.org/0000-0001-6133-2656; sveta.parfilova@ukr.net; Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, вул. Острозького, 32, Вінниця, 21000, Україна

Пуздимір М.І.; orcid.org/0000-0003-1350-231X; sveta.parfilova@ukr.net; Вінницький торговельно-економічний інститут Київського національного торговельно-економічного університету, вулиця Соборна, 87, Вінниця, 21000, Україна

Адреса редакційної колегії:

21100, вул. Острозького, 32, м. Вінниця, Україна
Тел.: (0432) 26-52-40
Факс: (0432) 27-57-48

Надруковано з оригінал-макета замовника

Рекомендовано до друку 21.05.2020; 26.06.2020.
Формат 60x84/8. Ум. друк. арк. 18,75.

Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman.
Друк різнографічний.

Наклад 300 прим. Замовлення №

Видавництво Житомирського державного університету імені Івана Франка

м. Житомир, вул. Велика Бердичівська, 40

Свідоцтво про державну реєстрацію:

серія ЖТ № 10 від 07.12.2004 р.

електронна пошта (e-mail): zu@zu.edu.ua