

АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ТАЙСЬКОГО БОКСУ ДЛЯ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ У СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТТЯХ

Чуйко Олександр

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Анотації:

У статті представлено обґрунтування програми секційних занять з використанням засобів тайського боксу з метою підвищення рівня фізичного здоров'я студентів. У програму занять входили теоретичний, практичний та контрольний розділи. Згідно змісту теоретичного розділу студенти отримували теоретичні відомості про тайський бокс, організацію самостійних занять фізичною культурою і спортом, вивчали особливості контролю та самоконтролю при заняттях фізичними вправами. Практичний розділ передбачав вивчення техніко-тактичних дій тайського боксу, загальну та спеціальну фізичну підготовку. Зміст програми занять та інтенсивність фізичних навантажень були підібрані відповідно до рівня фізичного здоров'я юнаків – низького, нижчого за середній, середнього. Постійно проводився оперативний та поточний контроль фізичного стану студентів.

Система планування програми секційних занять передбачала два періоди – підготовчий та основний, кожен з яких мав свою тривалість та спрямованість. Підготовчий період тривав два місяці, на даному етапі було визначено вихідний рівень фізичного здоров'я студентів та здійснено розподіл юнаків на підгрупи відповідно до отриманих результатів. У основному періоді студенти вивчали техніку і тактику тайського боксу, брали участь у спарингах, умовно-вольних боях, підвищували рівень фізичної підготовленості, функціональних показників, соматичного здоров'я. Тривалість основного періоду склала шість місяців. Результати дослідження підтверджують ефективність розробленої програми секційних занять для покращення стану здоров'я студентів: зменшилася кількість юнаків з низьким рівнем фізичного здоров'я та збільшилася з середнім та вищим за середній. Отримані дані дають підстави зробити висновок про можливість використання засобів тайського боксу у секційних заняттях студентів для підвищення рівня здоров'я.

Ключові слова:

студенти, тайський бокс, секційні заняття, фізичне здоров'я.

Analysis of the effectiveness of using Thai boxing funds to improve the physical condition of students in sectional occupations.

The substantiation of the program of sectional classes with the use of Thai boxing means is presented in the article. The purpose of this program is to increase the level of physical health of students. The training program included theoretical, practical and control sections. In accordance with the content of the theoretical section, students received theoretical information about Thai boxing, organization of separate physical training and sports, studied the features of control and self-control when doing physical exercises. The practical section envisaged the study of technical and tactical actions of Thai boxing, general and special physical training. The content of the training program and the intensity of physical activity were selected in accordance with the level of physical health of young men – low, below average, average. Constantly conducted operational and current monitoring of students' physical condition.

The planning system for the program of sectional studies provided for two periods – preparatory and basic, each of which had its duration and direction. The preparatory period lasted two months, at this stage the initial level of physical health of students was determined and the distribution of boys to subgroups was carried out in accordance with the results obtained. In the main period, students studied the techniques and tactics of Thai boxing, participated in sparring, conditional-free fights, increased the level of physical fitness, functional indicators and physical health. The duration of the main period was six months.

The results of the study confirm the effectiveness of the developed program of sectional classes to improve the health of students: the number of young men with a low level of physical health decreased, and increased with the average and above the average. The obtained data allow to draw a conclusion about the possibility of using the Thai boxing means in the sectional classes of students to improve the level of health.

students, Thai boxing, sectional classes, physical health.

Анализ эффективности использования средств тайского бокса для повышения уровня физического состояния студентов в секционных занятиях.

В статье представлено обоснование программы секционных занятий с использованием средств тайского бокса с целью повышения уровня физического здоровья студентов. В программу занятий входили теоретический, практический и контрольный разделы. В соответствии с содержанием теоретического раздела студенты получали теоретические сведения о тайском боксе, организации самостоятельных занятий физической культурой и спортом, изучали особенности контроля и самоконтроля при занятиях физическими упражнениями. Практический раздел предусматривал изучение технико-тактических действий тайского бокса, общую и специальную физическую подготовку. Содержание программы занятий и интенсивность физических нагрузок были подобраны в соответствии с уровнем физического здоровья юношей – низкого, ниже среднего, среднего. Постоянно проводился оперативный и текущий контроль физического состояния студентов. Система планирования программы секционных занятий предусматривала два периода – подготовительный и основной, каждый из которых имел свою продолжительность и направленность. Подготовительный период длился два месяца, на данном этапе были определены исходный уровень физического здоровья студентов и осуществлено распределение юношей на подгруппы в соответствии с полученными результатами. В основном периоде студенты изучали технику и тактику тайского бокса, участвовали в спаррингах, условно-вольных боях, повышали уровень физической подготовленности, функциональных показателей, соматического здоровья. Продолжительность основного периода составила шесть месяцев. Результаты исследования подтверждают эффективность разработанной программы секционных занятий для улучшения состояния здоровья студентов: уменьшилось количество юношей с низким уровнем физического здоровья, и увеличилась со средним и выше среднего. Полученные данные позволяют сделать вывод о возможности использования средств тайского бокса в секционных занятиях студентов для повышения уровня здоровья.

студенты, тайский бокс, секционные занятия, физическое здоровье.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасний стан здоров'я студентської молоді викликає велике занепокоєння в українському суспільстві. Аналіз стану здоров'я студентів доводить, що майже 90% з них мають відхилення в стані здоров'я, близько 50% – незадовільну фізичну підготовленість. Фахівці зазначають, що

ситуація зі станом здоров'я та фізичною підготовленістю студентів закладів вищої освіти України вважається критичною [4, 7, 11].

У працях багатьох вчених вказується, що в процесі навчальної діяльності на системи організму студентів діє значна кількість негативних факторів, які викликають відхилення в стані здоров'я. Серед них: низька рухова активність, тривалість навчального дня і тижня, нервово-емоційне напруження, розумові перевантаження та стреси, особливо в період сесій, порушення режиму харчування (неякісне, неповноцінне, переїдання, недоїдання), наявність шкідливих звичок (паління, зловживання алкоголем, вживання наркотиків тощо) та інші [1, 3].

Серед чинників, що негативно впливають на здоров'я підростаючого покоління, слід розглядати погіршення соціально-економічних показників, санітарно-епідеміологічної й екологічної ситуації в країні [8].

Система фізичного виховання у ЗВО має бути надійним підґрунтям високого рівня розумової працездатності й інтелектуального розвитку студентів у процесі навчання, залучення їх до систематичних занять фізичними вправами та спортом, формування потреби у фізичному розвитку й удосконаленні для забезпечення високого рівня здоров'я та професійного довголіття [5, 9].

Сучасні соціально-економічні умови життя висувають високі вимоги до рівня фізичного розвитку, працездатності та функціонального стану організму. Тому, питання підбору засобів і методів фізичного виховання, які спрямовані на здобуття максимального оздоровчого ефекту під час занять фізичною культурою, особливо важливі [2, 14].

Сьогодні вчені працюють над пошуком нових підходів до організації фізичного виховання та корекції фізичного стану студентської молоді [6, 13]. В даний час серед широкого спектру засобів фізичної культури великою популярністю користується тайський бокс [10, 12]. Цей вид єдиноборств можна розглядати як засіб збільшення обсягу рухової активності та покращення стану здоров'я. Визначення впливу тайського боксу на показники здоров'я студентів представляє науковий інтерес.

Мета статті – визначити вплив засобів тайського боксу на стан фізичного здоров'я студентської молоді.

Організація та методи дослідження. Дослідження проводилися в ДВНЗ «Придніпровська державна академія будівництва та архітектури». В експерименті взяли участь 57 студентів 17 – 19 років, які були розподілені на експериментальну (ЕГ, n=28) та контрольну (КГ, n=29) групи для організації секційних занять. Студентам ЕГ запропоновано програму секційних занять з тайського боксу, КГ – заняття загальною фізичною підготовкою з вивченням елементів тхеквондо. Заняття в обох групах проводилися тричі на тиждень по 80 хвилин. Тривалість експерименту склала 9 місяців.

У ході дослідження нами було використано такі методи: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, експрес-оцінка фізичного здоров'я за методикою Г.Л. Апанасенка, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Для підвищення рівня здоров'я студентів 17-19 років нами було розроблено програму секційних занять з використанням засобів тайського боксу, яка включала в себе такі розділи: теоретичний, практичний і контроль.

Теоретичний розділ передбачав надання студентам теоретичних відомостей про тайський бокс, особливості фізичного стану організму, знань про організацію самостійних занять фізичними вправами, основи контролю та самоконтролю реакції організму на фізичне навантаження.

У зміст практичного розділу програми входили:

– загальнофізична підготовка з широким діапазоном засобів всебічного фізичного впливу: вправи для розвитку витривалості, швидкісних, швидкісно-силових і координаційних здібностей, у тому числі, рухливі ігри;

І. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

– підготовчі вправи, які сприяють оволодінню різноманітними техніко-тактичними прийомами;

– вправи для розвитку спеціальних рухових якостей: швидкісно-силових, силових, швидкісних і координаційних, в тому числі вправи на тренажерних пристроях;

– підвідні, основні вправи, які сприяють оволодінню технічними і тактичними прийомами;

– вправи з удосконалення техніко-тактичних прийомів бою в ускладнених умовах, у різних поєднаннях; вправи по освоєнню варіантів тактичних схем бою в нападі та захисті;

– контрольні та навчально-тренувальні спаринги.

Контроль фізичного стану передбачав контрольні випробування з метою оцінки рівня фізичної підготовленості, функціональних показників.

Основний принцип побудови навчально-тренувальних занять – універсальність у постановці завдань, виборі засобів і методів тренування, дотримання вимог індивідуального підходу та поглибленого вивчення особливостей кожного, хто займається.

Основна спрямованість занять – оздоровча. Планування секційних занять з тайського боксу розподілено на два періоди – підготовчий і основний. Підготовчий період тривав 2 місяці (вересень – жовтень 2016 р.), основний – 7 (листопад 2016 р. – травень 2017 р.).

Метою підготовчого періоду є загальна фізична підготовка до навантажень, що застосовуються в основному періоді. На цьому етапі занять було визначено вихідний рівень фізичного здоров'я студентів з метою подальшої його корекції та здійснено розподіл юнаків на підгрупи, залежно від рівня фізичного здоров'я. Студенти експериментальної групи були розподілені на три підгрупи – з низьким, нижчим за середній та середнім рівнем здоров'я (за методикою Г.Л. Апанасенка). До підгрупи з низьким рівнем увійшло 13 юнаків, з нижчим за середній – 12, з середнім – 3. Всі юнаки відносилися до основної медичної групи та не мали медичних протипоказань до занять.

У підготовчому періоді ті, хто займаються, почали розучувати основні положення тайбоксера. В цей розділ підготовки входило вивчення бойового положення кулака, бойової стійки, пересувань, вивчення положень при захопленнях у клінчі, загальне поняття про бойові дистанції.

В основному періоді, в міру оволодіння технікою основних положень тайбоксера, здійснено перехід до вивчення прямих ударів рукою, ногою та захистів від них. Спочатку удари відпрацьовувалися як імітаційні вправи на місці й у пересуванні, виконувалися підвідні вправи до них. Досягнувши в основі правильного виконання ударів на місці й у пересуванні, студенти освоювали удари по підвішеному мішку, в парах з партнером. Паралельно з розучуванням ударів вивчали основні захисти від них. На цьому етапі відпрацьовувалися також удари в спарингу з використанням захисних дій.

Для кожної підгрупи, залежно від рівня фізичного здоров'я, було підібрано навчальний матеріал і здійснювалося диференціювання фізичних навантажень на заняттях.

Підгрупа з низьким рівнем фізичного здоров'я вивчала різновиди стійок і переміщень тайбоксера (право- або лівобічна, фронтальна, переміщення кроком і стрибком), удари кулаком (прямі, бокові, знизу), удари та поштовхи ногами (прямі, бокові, удари-поштовхи зверху, поштовхи вперед, убік, назад), удари колінами (прямі, діагональні, знизу), удари ліктями (прямі, бокові, знизу, зверху), поєднання ударів (2 – 3 у серії), захисти руками та ногами від ударів (блоки, підставки, поштовх), захист тулубом (ухили), захисти переміщенням (відхід і відскок назад, крок убік), поєднання прийомів оборони та нападу, захоплення та захисти від захоплення, тактичні прийоми тайського боксу (тактику обігрування, тактику захисту).

Для підгрупи юнаків з нижчим за середній рівнем фізичного здоров'я передбачено вивчення такого навчального матеріалу: стійки та переміщення (право- або лівобічна, фронтальна, переміщення кроком і стрибком), удари кулаками (прямі, бокові, знизу, з

І. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

розворотом), удари та поштовхи ногами (прямі, бокові, діагональні, удари-поштовхи зверху, поштовхи вперед, убік, назад), удари колінами (прямі, діагональні, колові, знизу), удари ліктями (прямі, рубаючі, бокові, знизу, зверху, діагональні), поєднання ударів (3 – 4 у серії), захисти руками та ногами (блоки, підставки, захвати та підхвати ніг, поштовхи), захист тулубом (ухил, нирок), захист переміщенням (відхід і відскок назад, крок убік), поєднання прийомів оборони та нападу, захоплення та захисти від захоплення, кидки, тактичні прийоми тайського боксу (тактику обігрування, тактику нападу та захисту).

Підгрупа студентів з середнім рівнем фізичного здоров'я вивчала: стійки та переміщення (право- або лівобічна, фронтальна, переміщення кроком і стрибком), удари кулаками (прямі, бокові, знизу, з розворотом), удари та поштовхи ногами (прямі, бокові, діагональні, з розворотом, удари-поштовхи зверху, поштовхи вперед, убік, назад), удари колінами (прямі, діагональні, колові, знизу, в стрибку), удари ліктями (прямі, рубаючі, бокові, знизу, зверху, діагональні, з розворотом), поєднання ударів (4 – 5 у серії), захисти руками та ногами (блоки, підставки, відбивання, захвати та підхвати ніг, поштовхи), захист тулубом (ухил, нирок), захист переміщенням (відхід і відскок назад, крок убік, відведення ноги назад), поєднання прийомів оборони та нападу, захоплення та захисти від захоплення, кидки, тактичні прийоми тайського боксу (тактику темпу, тактику нападу та захисту).

При застосуванні розробленої нами програми занять тайським боксом особлива увага приділялася фізичній підготовці та підвищенню функціональних можливостей студентів.

Студенти контрольної групи займалися загальною фізичною підготовкою з вивченням окремих елементів тхеквондо. В контрольній групі не було передбачено розподілу юнаків на підгрупи за рівнями фізичного стану.

Результати досліджень свідчать про позитивний вплив розробленої програми секційних занять на стан фізичного здоров'я студентів 17 – 19 років. До експерименту більшість юнаків ЕГ (рис. 1) мали низький рівень соматичного здоров'я (46,43%), після експерименту кількість студентів з низьким рівнем значно зменшилася та склала 14,29%. Нижчий за середній рівень фізичного здоров'я після експерименту мають 50% студентів, а до експерименту таких юнаків було менше – 42,86%. Після експерименту на 17,86% збільшилася кількість юнаків із середнім рівнем здоров'я та склала 28,57%. Також наприкінці нашого дослідження з'явилися 7,14% студентів з вищим за середній рівнем здоров'я, в той час як до експерименту таких студентів визначено не було.

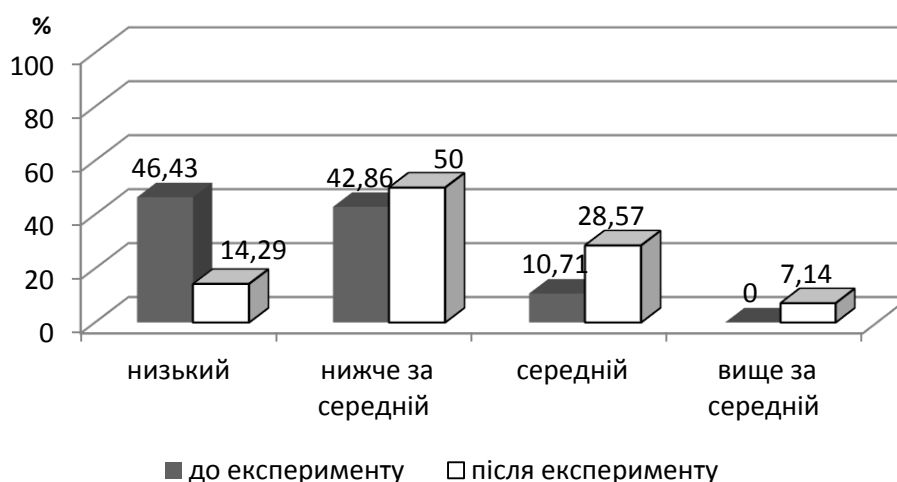


Рис. 1. Відсотковий розподіл рівнів фізичного здоров'я студентів експериментальної групи ($n=28$) за методикою Г.Л. Апанасенка до та після експерименту, %

У студентів контрольної групи відсотковий розподіл рівнів фізичного здоров'я за методикою Г.Л. Апанасенка змінився незначно (рис. 2). На низькому рівні здоров'я до

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

експерименту знаходилися 41,38% студентів, а після – 37,93%. Нижчий за середній рівень до експерименту мали 51,73% юнаків, а після – 55,18%. Кількість студентів із середнім рівнем не змінилася – до та після експерименту цей рівень мають 6,89% юнаків.

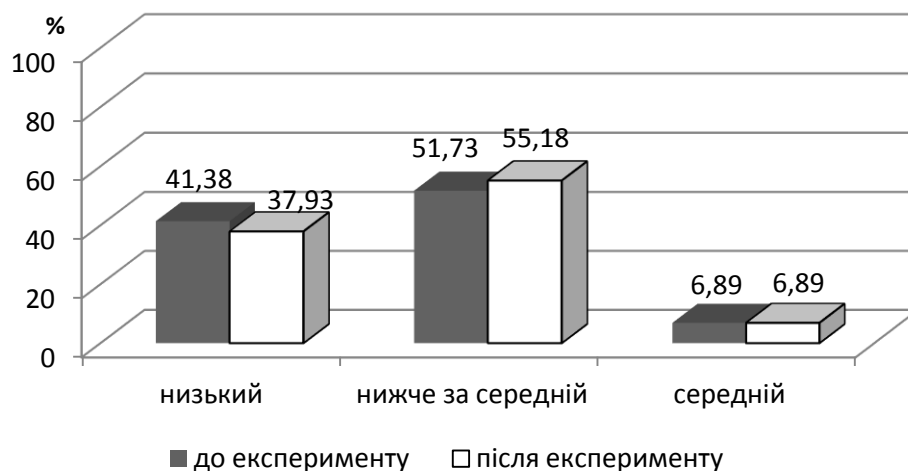


Рис. 2. Відсотковий розподіл рівнів фізичного здоров'я студентів контрольної групи (n=29) за методикою Г.Л. Апанасенка до та після експерименту, %

Отже, отримані дані дозволяють зробити **висновок** про ефективність запропонованої програми секційних занять з використанням засобів тайського боксу для підвищення рівня фізичного здоров'я та можливість її застосування у фізичному вихованні студентів.

Перспективи подальших досліджень з даного напрямку полягають у визначенні впливу засобів тайського боксу на функціональні показники студентської молоді.

Список літературних джерел:

References:

1. Бойко Д.В. Сучасний стан та перспективні напрямки вдосконалення фізичного виховання студентів ВНЗ України III-IV рівнів акредитації. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2012. №1. С. 22 – 25.

2. Бугайчук Н. Способи оптимізації фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів на сучасному етапі. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2015. №4 (55). С. 56 – 59.

3. Грибан Г.П. Особливості фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів України. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 2014. Вип. 118 (1). С. 88-92. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2014_118\(1\)_22](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2014_118(1)_22).

4. Драчук А., Романенко В., Гудима С. Порівняльна характеристика показників фізичного стану студентів 1-4 курсів ВНЗ України. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2014. Вип. 18 (1). С. 76-83.

5. Король С.А. Шляхи вдосконалення організації фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів. Збірник матеріалів XI Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю "Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України". 28-29 квітня 2011 року. Сумський державний педагогічний університет ім. А.С.Макаренка. 2011. С.81-84.

1. Boiko D.V. Current state and perspective directions of improvement of physical education of students of higher educational institutions of Ukraine of III-IV accreditation levels. Pedagogy, psychology and medical-biological problems of physical education and sports. 2012. №1. Pp. 22-25.

2. Buhaichuk N. Methods of optimization of physical education of students of higher educational institutions at the present stage. Physical education, sports and health culture in modern society. 2015. No. 4 (55). Pp. 56-59.

3. Hryban H.P. Features of Physical Preparedness of Students of Higher Educational Institutions of Ukraine. Bulletin of Chernihiv National Pedagogical University. Pedagogical Sciences. Physical education and sports. 2014. Ed. 118 (1). Pp. 88-92. Access: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2014_118\(1\)22](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2014_118(1)22).

4. Drachuk A. Romanenko V., Hudyma S. Comparative characteristics in physical state university students 1-4 courses Ukraine. Physical culture, sports and health of the nation. 2014. Ed. 18 (1). Pp. 76-83.

5. Korol S. A. Ways of perfection of organization of physical education of students of higher educational establishments. Proceedings of the XI All-Ukrainian scientific conference with international participation "Modern problems of physical education and sport students and students of Ukraine", 28-29 April 2011, Sumy State Pedagogical University.. 2011. p.81-84.

6. Kryventsova I. V., Dymar O. A., Klymenchenko V. H. New ways of organizing classes on physical

6. Кривенцова І.В., Димар О.А., Клименченко В.Г. Нові способи організації занять з фізичного виховання студентів педагогічного ВНЗ. Здоров'є, спорт, реабілітація. 2015. №1. С. 57 – 59.
7. Круцевич Т., Пангелова Н. Сучасні тенденції щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. Спортивний вісник Придніпров'я. 2016. № 3. С. 109–114.
8. Малахова Ж.В. Здоров'яформуючі технології в процесі фізичного виховання студентів спеціальних медичних груп: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» К., 2013. 20 с.
9. Петренко І.Г., Гончар В.І. Аналіз напрямів модернізації фізичного виховання студентів ВНЗ. Молодий вчений. Серія «Фізичне виховання та спорт». 2015. № 2 (17). С. 497 – 500.
10. Письменний К. Особливості методики підготовки спортсменів у тайському боксі. Збірник наукових праць студентів, аспірантів і молодих вчених «Молода наука-2015»: у 5 т. Запоріжжя: ЗНУ, 2015. Т.4. С. 91 – 92.
11. Темченко В.А. Спортивно-ориентированное физическое воспитание в высших учебных заведениях с применением информационных технологий: дисс. ... канд. наук по физическому воспитанию и спорту: 24.00.02. Харьков, 2015. 307 с.
12. Тигунцев С. А. Возможность использования элементов восточных единоборств на занятиях физической культурой в вузе. Физическая культура, спорт как социальные феномены общества: ретроспектива, реальность и будущее: Материалы Всероссийской с международным участием электронной студенческой научной конференции. Иркутск: ФГБОУ НИ ИргТУ, 2013. Том 2. С. 466 – 470.
13. Спирин В.К., Болдышев Д.Н., Риссамакина И.А., Мавренкова Е.А. Физическое воспитание на основе вида спорта – новый вектор организации физкультурной активности детей, подростков, молодежи. Теория и практика физической культуры. 2013. № 5. С. 19-22.
14. Сутула В.О., Луценко Л.С., Булгаков О. І., Дейнеко А.Х., Сутула А.В., Шутеев В.В. Щодо сучасних організаційних інновацій у системі фізичного виховання студентської молоді. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2016. №1 (51). С. 99-106.
- education of students at a pedagogical university. Health, sports, rehabilitation. 2015. No. 1. Pp. 57-59.
7. Krutsevych T., Panhelova N. Modern tendencies in the organization of physical education in higher educational establishments. Sport Newspaper Prydniprov'ia. 2016. No. 3. Pp. 109-114.
8. Malakhova Zh. V. Healthforming technologies in the process of physical education of students of special medical groups: author's abstract. dis ... Candidate Sciences of Phys. education and sports: specials. 24.00.02 "Physical Culture, Physical Education of Different Populations" K., 2013. 20 p.
9. Petrenko I. H., Honchar V. I. Analysis of directions of modernization of physical education of students of higher educational institutions. Young scientist The series "Physical education and sports". 2015. No. 2 (17). 497-500 p.
10. pysmennyi K. Features of the technique of training athletes in Thai Boxing. Collection of scientific works of students, postgraduates and young scientists "Young science-2015": 5 tons Zaporizhzhya: ZNU, 2015. Vol.4. Pp. 91 - 92.
11. Temchenko V. A. Sport-oriented physical education in higher educational institutions with the use of information technologies: diss. ... Candidate Sciences in Physical Education and Sports: 24.00.02. Kharkiv, 2015. 307 p.
12. Tyhuntshev S. A. Possibility to use the elements of the martial arts in the physical culture classes in the university. Physical culture, sports as social phenomena of society: retrospective, reality and future: Materials of the All-Russian with the international participation of an e-student scientific conference. Irkutsk: FGBOOU NI Irkut State University, 2013. Volume 2. pp. 466 - 470.
13. Spirin V.K., Boldyshev D.N., Rissamakina I.A., Mavrenkova E.A. Physical education based on the type of sport is a new vector of the organization of physical activity of children, adolescents and young people. Theory and practice of physical culture. 2013. No. 5. Pp. 19-22.
14. Sutula V. O., Lutsenko L. S., Bulgakov O. I., Deineko A.H., Sutula AV, Shutiev V. V. Regarding modern organizational innovations in the system of physical education of student youth. Slobozhansk scientific and sports newsletter. 2016 No. 1 (51). Pp. 99-106.

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.1293666>

Відомості про авторів:

Чуйко О. О.; orcid.org/0000-0001-8500-7305; elenka2016a@gmail.com; Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, вул. Ламана, 2А, Дніпро, 49000, Україна.