

# CERTIFICATE

is awarded to

**Voronina Olesya**

---

for being an active participant in  
V International Scientific and Practical Conference

**“SCIENTIFIC ACHIEVEMENTS OF MODERN SOCIETY”**



**LIVERPOOL**

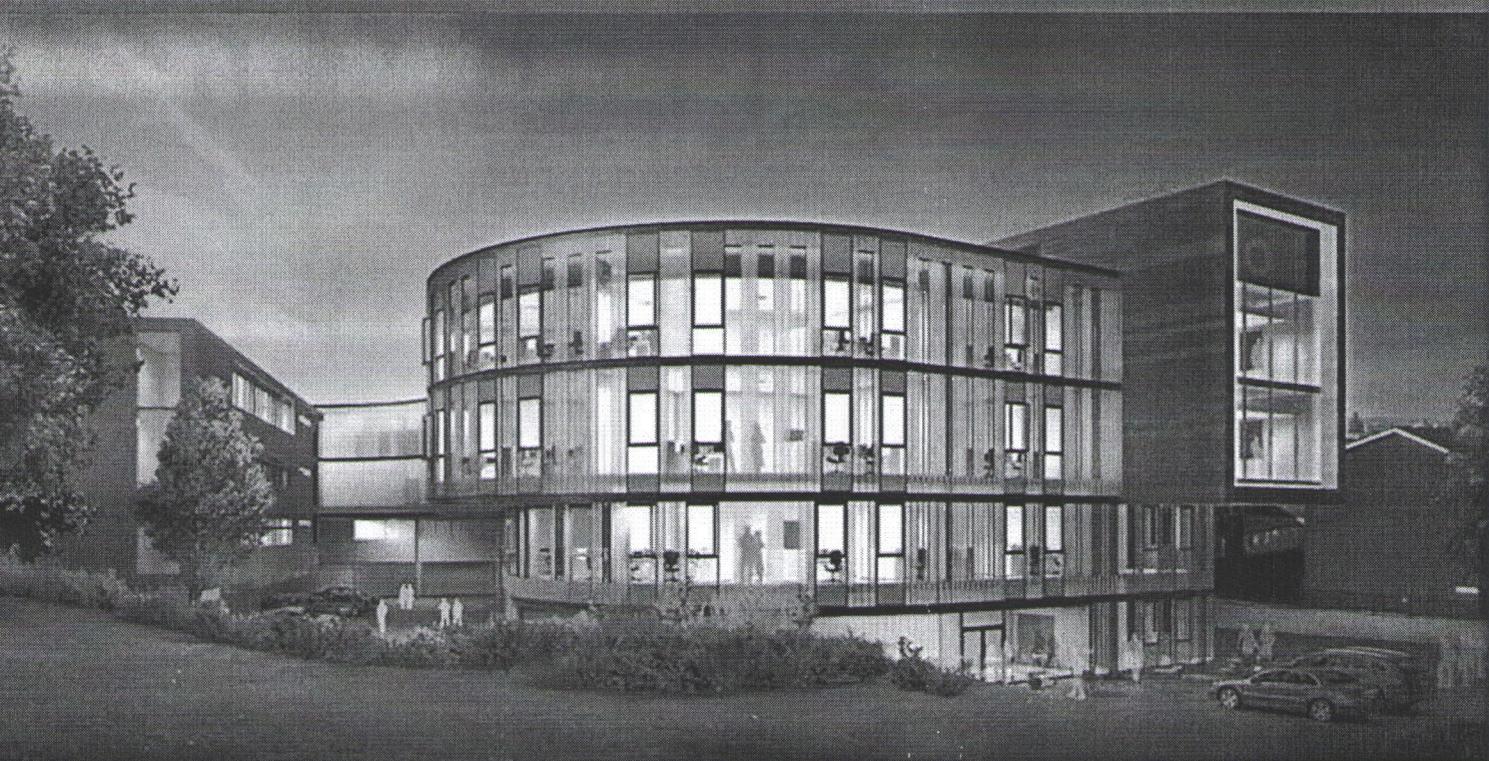
**8-10 January 2020**

**sci-conf.com.ua**



**SCI-CONF.COM.UA**

# **SCIENTIFIC ACHIEVEMENTS OF MODERN SOCIETY**



**ABSTRACTS OF V INTERNATIONAL  
SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE  
JANUARY 8-10, 2020**

**LIVERPOOL  
2020**

# **SCIENTIFIC ACHIEVEMENTS OF MODERN SOCIETY**

Abstracts of V International Scientific and Practical Conference

Liverpool, United Kingdom

8-10 January 2020

**Liverpool, United Kingdom**

**2020**

**UDC 001.1**

**BBK 83**

The 5<sup>th</sup> International scientific and practical conference “Scientific achievements of modern society” (January 8-10, 2020) Cognum Publishing House, Liverpool, United Kingdom. 2020. 1177 p.

**ISBN 978-92-9472-193-8**

The recommended citation for this publication is:

*Ivanov I. Analysis of the phaunistic composition of Ukraine // Scientific achievements of modern society. Abstracts of the 5th International scientific and practical conference. Cognum Publishing House. Liverpool, United Kingdom. 2020. Pp. 21-27. URL: <http://sci-conf.com.ua>.*

**Editor**

**Komarytsky M.L.**

*Ph.D. in Economics, Associate Professor*

**Editorial board**

prof. Jan Kuchar, CSc.

doc. PhDr. David Novotny, Ph.D.

doc. PhDr. Zdenek Salac, Ph.D.

prof. Ing. Karel Marsalek, M.A., Ph.D.

prof. Ing. Jiri Smolik, M.A., Ph.D.

prof. Karel Hajek, CSc.

prof. Alena Svarcova, CSc.

prof. Marek Jerabek, CSc.

prof. Vaclav Grygar, CSc.

prof. Vaclav Helus, CSc.

prof. Vera Winterova, CSc.

prof. Jiri Cisar, CSc.

prof. Zuzana Syllova, CSc.

prof. Pavel Suchanek, CSc.

prof. Katarzyna Hofmannova, CSc.

prof. Alena Sanderova, CSc.

Collection of scientific articles published is the scientific and practical publication, which contains scientific articles of students, graduate students, Candidates and Doctors of Sciences, research workers and practitioners from Europe, Ukraine, Russia and from neighbouring countries and beyond. The articles contain the study, reflecting the processes and changes in the structure of modern science. The collection of scientific articles is for students, postgraduate students, doctoral candidates, teachers, researchers, practitioners and people interested in the trends of modern science development.

**e-mail:** [liverpool@sci-conf.com.ua](mailto:liverpool@sci-conf.com.ua)

**homepage:** <http://sci-conf.com.ua/>

©2020 Scientific Publishing Center “Sci-conf.com.ua” ®

©2020 Cognum Publishing House ®

©2020 Authors of the articles

46.	АБРАМОВА Е. Ю. АНГЛОЯЗЫЧНЫЙ КОМПЛИМЕНТ КАК ВЕРБАЛИЗАТОР КОНТАКТА.	300
47.	АНИЩЕНКО Л. О., МОЛОЧКО Т. М. ДО ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ СУЇЦИДЕНТІВ.	304
48.	БУРЦЕВ О. В., ГАЙДАШ І. С., ШАБЕЛЬНИК О. І., ГАЙДАШ І. А., ГЛАЗКОВА Н. О. АКТИВНІСТЬ МАТРИКСНИХ МЕТАЛОПРОТЕЇНАЗ В КРОВІ ДОРΟΣЛИХ, ХВОРИХ НА РАДИКУЛЯРНІ КІСТИ ЩЕЛЕП.	314
49.	БІЛАНЕНКО В. Г. ВИЗНАЧЕННЯ ФІЗИЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ОПЕРАЦІЙ ОБРОБЛЕННЯ СВЕРДЛІННЯМ.	321
50.	БЕДЗАЙ А. О. ВПЛИВ КУРІННЯ НА ПОРУШЕННЯ ВУГЛЕВОДНОГО ОБМІНУ ТА ІНШИХ ФАКТОРІВ РИЗИКУ У ЖІНОК.	332
51.	БАЧИНСКАЯ Н. В. В., СЕМЕНЕЦ А. А. РЕЗУЛЬТАТЫ СРАВНИТЕЛЬНЫХ ГЕНДЕРНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ЮНОШЕЙ И ДЕВУШЕК (СПОРТСМЕНОВ И ЛИЦ, НЕ ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ).	337
52.	БУТУЗОВА Л. П., ЗЕЛЕНСЬКИЙ М. В., ШМІДТ Д. П. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ ІНТЕРАКТИВНИХ МЕТОДІВ НАВЧАННЯ ІНОЗЕМНІЙ МОВІ В ЗАГАЛЬНООСВІТНІЙ ШКОЛІ.	343
53.	БАБИЧЕВА А. С. ИЗУЧЕНИЕ ИНФОРМАЦИОННЫХ ПОТОКОВ В ПРОЦЕССЕ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ НАСЕЛЕНИЮ В УКРАИНЕ.	355
54.	ВОРОНИН И. Ю., КУТОМАНОВ С. А., ПОТЕРЯХИН А. А., ВОРОНИНА О. В. ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС И ИТОГИ ВЫСТУПЛЕНИЯ НА КУБКЕ МИРА 2019 ГОДА ПО КИКБОКСИНГУ.	363
55.	ВОВЧАНСЬКА О. М., ІВАНОВА Л. О. НОВІТНІ ТЕНДЕНЦІЇ МАРКЕТИНГУ В ІНДУСТРІЇ ГОСТИННОСТІ.	371
56.	ВАХОВИЧ І. М., САЛВОНЧИК І. М. СТРУКТУРНО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ МОДЕРНІЗАЦІЇ ЕКОНОМІКИ РЕГІОНУ.	380
57.	ВОРОБІЙОВА Н. М. УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСОМ ПЕРЕХОДУ ВІД СТАРШОЇ ПРОФІЛЬНОЇ ШКОЛИ ДО ВИЩОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ.	390
58.	ВАЩЕНКО Л. С. ДОМАШНЯ НАВЧАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ - ВАЖЛИВА СКЛАДОВА ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ УЧНІВ.	397
59.	ГОРБАЧ В. В., МЕЛЬНІЙЧУК М. М. СТАТЕВО-ВІКОВА СТРУКТУРА НАСЕЛЕННЯ ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСТІ ТА ЇЇ ДИНАМІКА.	402

**ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПРОЦЕСС И ИТОГИ ВЫСТУПЛЕНИЯ НА КУБКЕ  
МИРА 2019 ГОДА ПО КИКБОКСИНГУ.**

**Воронин И. Ю.**

Кандидат педагогических наук  
доцент кафедры спортивных дисциплин  
Белгородский государственный национальный  
исследовательский университет  
г. Белгород, Россия

**Кутоманов С. А.**

Кандидат философских наук  
доцент кафедры философии и теологии  
Белгородский государственный национальный  
исследовательский университет  
г. Белгород, Россия

**Потеряхин А. А.**

Магистрант второго курса факультета физической культуры  
Белгородский государственный национальный  
исследовательский университет

Тренер-преподаватель высшей категории по кикбоксингу  
МБУДО ДЮСШ №4  
г. Белгород, Россия

**Воронина О. В.**

Студент второго курса факультета физической культуры,  
Белгородский государственный национальный  
исследовательский университет  
г. Белгород, Россия

**Аннотация:** Целью работы является подготовка кикбоксера на кубок Мира 2019 года. В качестве гипотезы исследования было выдвинуто предположение о том, что увеличение техники и скоростно-силовых данных поможет Арине Кирик успешно выступить на международном турнире. Было проведено два учебно-тренировочных сбора и выявлен результат тренировочного процесса.

**Ключевые слова:** Кикбоксинг, техническая подготовка, скоростно-силовая подготовка.

**Введение.** Современный кикбоксинг представляет собой такой вид спорта, где используется боксерская техника рук и ударная техника ног тхэквондо [6, с. 43; 7, с. 15]. В настоящее время в нем выделяют следующие разделы: поинтфайтинг, лайт-контакт, кик-лайт, фулл-контакт, фулл-контакт с лоу-киком, К-1, музыкальные формы [10, с. 26; 11, с. 34]. В кикбоксинге могут органически сочетаться занятия в группах спортивного мастерства и группах здоровья [5, с. 22; 8, с. 63]. На уровне спорта высших достижений кикбоксерам необходимо комплексно использовать физическую, технико-тактическую и психологическую подготовку [1, с.4; 2, с. 4; 3, с. 2; 4, с. 6].

Специалисты отмечают, что современный кикбоксинг характеризуется значительной вариативностью действий технико-тактического мастерства и комплексным развитием основных физических качеств, которые имеют выраженный скоростно-силовой характер [9, с.]. Таким образом, исследование физической и технико-тактической подготовки кикбоксеров различной квалификации является актуальной проблемой.

**Цель.** Подготовка кикбоксера к кубку Мира 2019 года.

**Методы и организация исследования.** В исследовании были использованы следующие методы: анализ литературных источников и педагогический эксперимент. Для оценки динамики изменений в процессе педагогического эксперимента было выступление на кубке Мира с 13 по 16 июня 2019 года в г. Римини, Италия.

Исследование проводилось на базе СОШ № 21 г. Белгород в спортивном зале кикбоксинга. В качестве испытуемой выступала А. Кирик – победитель Кубка России (2017), Кубка Европы (2017), Кубка мира (2015), Мирового турнира (2018), победитель первенства России (2016, 2018, 2019).

Тренировочный процесс проводился два раза за весну-лето 2019 года при подготовке к кубку Мира.

Первые учебно-тренировочные сборы прошли на улучшение техники ударов с 22 апреля по 12 мая по одной тренировки в день (таблице 1).

**Таблица 1**

**Тренировочный процесс технической подготовки**

<b>22.04.19</b>	<b>23.04.19</b>	<b>24.04.19</b>	<b>25.04.19</b>	<b>26.04.19</b>	<b>27.04.19</b>	<b>28.04.19</b>
Статика	Резина	Гантели	Работа по лапам	Работа в парах	Выходной	Работа на боксерском мешке
<b>29.04.19</b>	<b>30.04.19</b>	<b>01.05.19</b>	<b>02.05.19</b>	<b>03.05.19</b>	<b>04.05.19</b>	<b>05.05.19</b>
Статика	Резина	Выходной	Работа по лапам	Работа в парах	Работа на боксерском мешке	Выходной
<b>06.05.19</b>	<b>07.05.19</b>	<b>08.05.19</b>	<b>09.05.19</b>	<b>10.05.19</b>	<b>11.05.19</b>	<b>12.05.19</b>
Статика	Резина	Гантели	Выходной	Работа в парах	Работа на боксерском мешке	Гантели

Для повышения эффективности технической подготовки спортсмена, использовался спортивный инвентарь: эспандер лыжника с 4 резинами на ноги и руки, гантели 2 кг, утяжелители на ноги 500 грамм [5].

Все упражнения на статику проводились на протяжении одного и того же времени: 10 сек, 15 сек, 20 сек, 30 сек с перерывом.

Все упражнения с эспандером лыжника с 4 резинами на ноги и руки, гантели, работа на лапах и в парах проводились на протяжении одного и того же времени: 1 минута, 1,5 минуты, 2 минуты, 3 минуты с перерывом.

Вторые учебно-тренировочные сборы прошли на увеличение скорости и силы ударов с 20 мая по 9 июня по две тренировки в день (таблице 2).

Таблица 2

## Тренировочный процесс скоростно-силовой подготовки

<b>20.05.19</b> Утро	<b>21.05.19</b> Утро	<b>22.05.19</b> Утро	<b>23.05.19</b> Утро	<b>24.05.19</b> Утро	<b>25.05.19</b> Утро	<b>26.05.19</b> Утро
Фехтование: 1 минуту на каждую связку	Резина: 1 минуту на каждую связку	Гантели: 1 минуту на каждую связку	Работа на лапах с утяжели телями: 1 минуту на каждую связку	Работа в парах: 1 минута по заданию	Бег: 10 минут + ОФП	Выходной
<b>20.05.19</b> Вечер	<b>21.05.19</b> Вечер	<b>22.05.19</b> Вечер	<b>23.05.19</b> Вечер	<b>24.05.19</b> Вечер	<b>25.05.19</b> Вечер	<b>26.05.19</b> Вечер
Ускорения: 10 сек * 12 раундов + ОФП	Ускорен ия: 10 сек * 12 раундов + ОФП	Ускорен ия: 10 сек * 12 раундов + ОФП	Ускорен ия: 10 сек * 12 раундов + ОФП	Ускорен ия: 10 сек * 12 раундов + ОФП	Выходн ой	Выходной
<b>27.05.19</b> Утро	<b>28.05.19</b> Утро	<b>29.05.19</b> Утро	<b>30.05.19</b> Утро	<b>31.05.19</b> Утро	<b>01.06.19</b> Утро	<b>02.06.19</b> Утро
Фехтование: 2 минуты на каждую связку	Резина: 2 минуты на каждую связку	Гантели: 2 минуты на каждую связку	Работа на лапах с утяжели телями: 2 минуты на каждую связку	Работа в парах: 2 минуты по заданию	Бег: 20 минут + ОФП	Выходной
<b>27.05.19</b> Вечер	<b>28.05.19</b> Вечер	<b>29.05.19</b> Вечер	<b>30.05.19</b> Вечер	<b>31.05.19</b> Вечер	<b>01.06.19</b> Вечер	<b>02.06.19</b> Вечер
Ускорения: 15 сек * 12 раундов + ОФП	Ускорен ия: 15 сек * 12 раундов + ОФП	Ускорен ия: 15 сек * 12 раундов + ОФП	Ускорен ия: 15 сек * 12 раундов + ОФП	Ускорен ия: 15 сек * 12 раундов + ОФП	Выходн ой	Выходной
<b>03.06.19</b>	<b>04.06.19</b>	<b>05.06.19</b>	<b>06.06.19</b>	<b>07.06.19</b>	<b>08.06.19</b>	<b>09.06.19</b>

Утро	Утро	Утро	Утро	Утро	Утро	Утро
Фехтование: 3 минуты на каждую связку	Резина: 3 минуты на каждую связку	Гантели: 3 минуты на каждую связку	Работа на лапах с утяжели телями: 3 минуты на каждую связку	Работа в парах: 3 минуты по заданию	Бег: 30 минут + ОФП	Выходной
<b>03.06.19</b> <b>Вечер</b>	<b>04.06.19</b> <b>Вечер</b>	<b>05.06.19</b> <b>Вечер</b>	<b>06.06.19</b> <b>Вечер</b>	<b>07.06.19</b> <b>Вечер</b>	<b>08.06.19</b> <b>Вечер</b>	<b>09.06.19</b> <b>Вечер</b>
Ускорения: 20 сек * 12 раундов + ОФП	Ускорен ия: 20 сек * 12 раундов + ОФП	Ускорен ия: 20 сек * 12 раундов + ОФП	Ускорен ия: 20 сек * 12 раундов + ОФП	Ускорен ия: 20 сек * 12 раундов + ОФП	Выходн ой	Выходной

Все упражнения на комбинирование связок руками и ногами проводились на протяжении одного и того же времени: 1 минута, 2 минуты, 3 минуты с перерывом.

В отличие от первенства России 2019 года тренировочный процесс Арины Кирик к кубку Мира был больше на технику работы ног и скоростно-силовую работу рук.

**Результаты и их обсуждение.** Результаты выступления Арины Кирик на кубке Мира 2019 года в г. Римини (Италия) представлены на рисунке 1:

1/4: Kirik Arina (RUS) vs El Hayek Somay (ITA);

1/2: Kirik Arina (RUS) vs Samin Bigle (GER);

Final: Kirik Ariha (RUS) vs Buononato Elena (ITA).

Результаты, представленные на рисунке 1, указывают, что спортсменка Арина Кирик увеличила технику ударов ног и физические данные ударов рук, что отражается на стабильном результате международных соревнований в течении 3 лет, где кикбоксер уверенно одержала победу у действующих победителей кубков Европы и Мира.

Таким образом, увеличение технического и скоростно-силового потенциала кикбоксера позволило с успехом выступить на кубке Мира 2019 года в г. Римини (Италия) и завоевать золотую медаль.

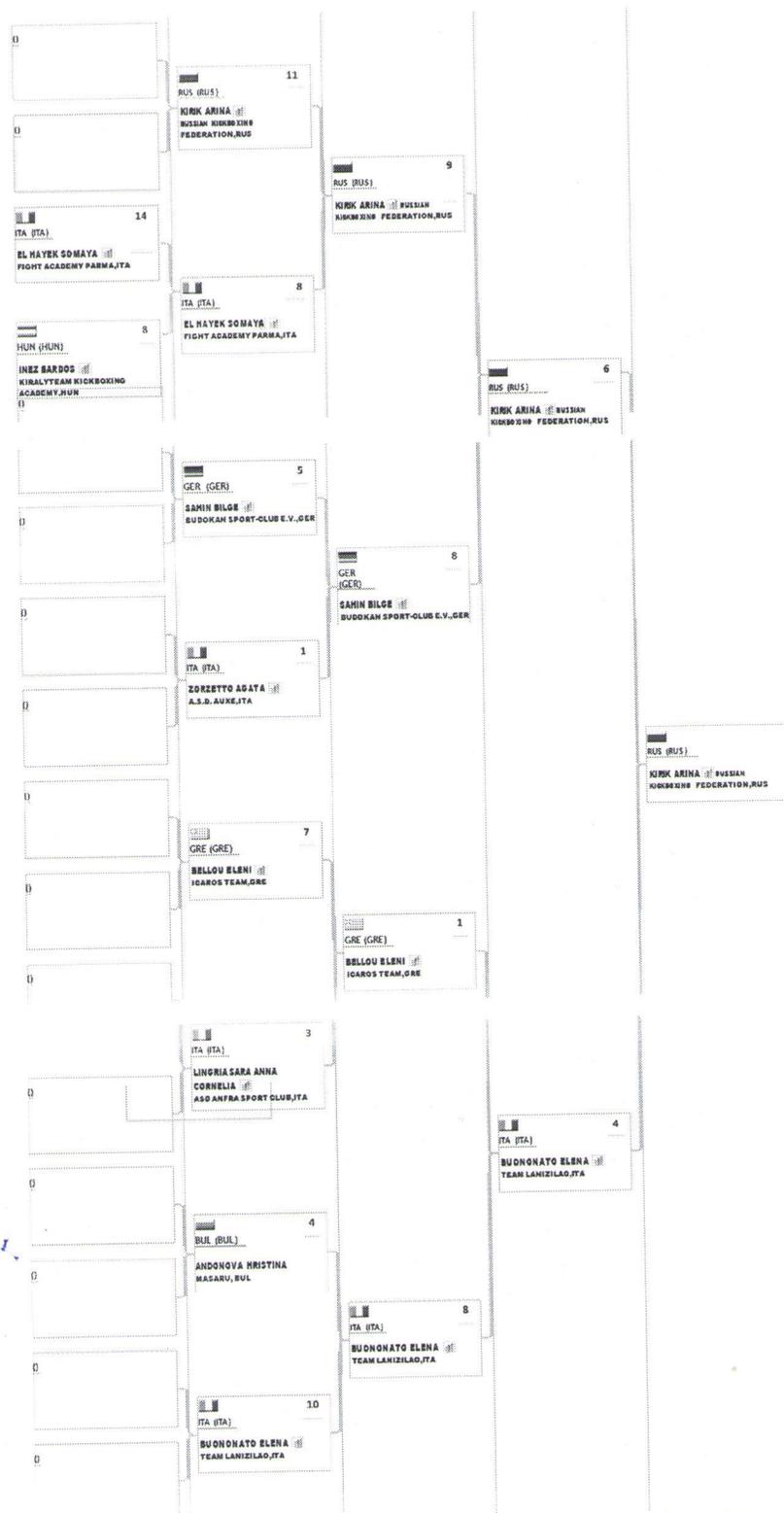


Рис. 1. Результат выставления Арины Кирик на кубке Мира в г. Римини, Италия с 13 по 16 июня 2019 года

## **Заключение**

Физическая и техническая подготовка в тренировке спортсменов высокого класса имеет приоритетное направление в учебно-тренировочном процессе. Одним из основных, в этой связи, является выявление «проблемных» зон подготовки кикбоксера и целенаправленное воздействие на них, позволяет не только улучшить его функциональное состояние, но и значительно повысить результативность соревновательной деятельности.

Определение недостаточной функциональной подготовки при нанесении прямых ударов предопределило необходимость использования в индивидуализированном тренировочном процессе кикбоксера гантелей, эспандера лыжника с 4 резинами и утяжелителей, которые применялись постоянно в тренировочном процессе, за исключением трехнедельного цикла перед началом ответственных соревнований.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Воронин, И.Ю., Потеряхин А.А. Кикбоксинг. Ближний бой и физическая подготовка: учеб.-метод. пособие [Текст] / Белгород: ООО «Эпицентр», 2018. – 64 с.
2. Воронин, И.Ю., Потеряхин А.А. Кикбоксинг. Лайт-контакт: учеб.-метод. пособие [Текст] / Белгород: ООО «Эпицентр», 2018. – 56 с.
3. Воронин, И.Ю., Потеряхин А.А. Кикбоксинг. Поинтфайтинг: учеб.-метод. пособие [Текст] / Белгород: ООО «Эпицентр», 2018. – 56 с.
4. Воронин, И.Ю., Потеряхин А.А. Кикбоксинг. Техника для начинающих спортсменов: учеб.-метод. пособие [Текст] / Белгород: ООО «Эпицентр», 2018. – 56 с.
5. Воронин, И.Ю. Физическая подготовка кикбоксера в годовом цикле [Текст] / И.Ю. Воронин, А.А. Потеряхин. - Научный журнал «Дискурс» - 2017 - 11 (13). - 21-26 с.
6. Воронин, И.Ю., Потеряхин А.А. Эффективность обучения основным ударам начинающих кикбоксеров в разделе лайт-контакт [Текст] // Актуальные

проблемы организации массового спорта в регионах РФ на современном этапе. – 2018. – С. 43–52.

7. Воронин, И.Ю., Потеряхин А.А. Эффективность обучения основным ударам начинающих кикбоксеров в разделе поинтфайтинг [Текст] // Научный журнал «Дискурс». – 2017. – 12 (14). – С. 15–27.

8. Иванов, А.Л Кикбоксинг [Текст] / Киев: Книга-Сервис, Перун, 1995. – 312 с.

9. Клещев, В.Н. Кикбоксинг. Учебник для вузов [Текст] / М.: Академический проект, 2006. –228 с.

10. Ashley, S. Kickboxing [Текст] / England: Lumina Press, 2011. – 139 p.

11. Falsoni, E. Kickboxing the phenomenology of a sport [Текст] / Milan: miolagrafiche s.r.l., 2011. – 205 p.