

СТРУКТУРА ТА ЗМІСТ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ У ПАНКРАТІОНІ

Томенко Олександр Анатолійович,

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор,
професор кафедри теорії та методики фізичної культури
Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка
<https://orcid.org/0000-0002-1097-965X>

Окопний Андрій Михайлович,

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
директор КЗ Львівської обласної ради «Львівського фахового коледжу спорту»,
професор кафедри теорії та методики фізичної культури
Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського
<https://orcid.org/0000-0001-5277-7952>

Філімонов Ігор Васильович,

аспірант I року навчання
спеціальності А7 Фізична культура і спорт
Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка
<https://orcid.org/0009-0007-2222-459X>

Дослідження присвячене проблемі вивчення структури та змісту підготовки спортсменів на етапі початкової спеціалізації в панкратіоні з урахуванням специфіки їхньої тренувальної діяльності. Виділені теоретичні особливості проведення тренувального процесу в панкратіоні на етапі початкової підготовки, зокрема визначено регламентацію та зміст тренувального процесу в панкратіоні як змішаному виді спортивних єдиноборств, окреслено науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів-початківців у панкратіоні та виокремлено структуру тренувальної діяльності в багаторічному удосконаленні спортсменів у панкратіоні.

У наукових працях проблематика тренувального процесу у панкратіоні вивчена лише фрагментарно. Однак науковці, наголошують на важливості науково-обґрунтованої побудови тренувального процесу. На їхнє переконання, якісна побудова навчально-тренувального процесу повинна передбачати удосконалення спеціальних фізичних якостей, техніки (професійний та прикладний аспекти), розвиток здібностей щодо оволодіння технікою боротьби, ударів руками та ногами, удосконалення морально-вольових якостей, разом із тим, останні зміни правил підсилюють потребу наукового обґрунтування структури і змісту системи підготовки на окремих етапах багаторічного удосконалення в панкратіоні.

Узагальнення результатів наукових досліджень показує, що основним аспектом системи підготовки юних панкратістів є розвиток фізичних якостей з урахуванням вікових особливостей. Виявлено, що для досягнення високих результатів на початковому етапі навчання необхідно приділити увагу основам технічної підготовки, особливо оволодінню технічними навичками та прийомами, необхідними у панкратіоні. Завдання, які стоять перед спортсменом і тренером, визначаються не лише вдосконаленням наявних прийомів, але й освоєнням нових засобів, необхідних для вирішення конкретних техніко-тактичних завдань. Ці висновки підкреслюють важливість систематизованого підходу до підготовки юних панкратістів, що враховує їх вікові та індивідуальні особливості, здійснюючи гармонійний розвиток фізичних, технічних та тактичних навичок.

Ключові слова: панкратіон, фізичні якості, тренувальний процес.

Tomenko Oleksandr, Okopnyy Andriy, Filimonov Ihor. Structure and content of training activities at the initial stage of athlete preparation in pankration

This research is dedicated to the problem of improving the structure and content of athlete preparation at the initial specialization stage in pankration, considering the specifics of their training activities. Theoretical features of conducting the training process in pankration at the initial specialization stage have been highlighted. Specifically, the regulation, structure, and content of the training process in pankration as a mixed martial art have been defined, scientific and methodological support for preparing novice athletes in pankration has been outlined, and the structure and content of training activities in the long-term development of athletes in pankration have been distinguished.

In scientific literature, the issue of the training process in pankration has been studied only fragmentarily. However, researchers emphasize the importance of a scientifically grounded approach to the structuring of the training process. In their view, the effective design of the educational and training process should encompass the improvement of specific physical qualities, technical skills (both professional and applied aspects), the development of the ability to master wrestling techniques and striking skills with hands and feet, as well as the enhancement of moral and volitional qualities. Moreover, recent changes in the competition rules further reinforce the need for scientific justification of the structure and content of the training system at various stages of long-term athletic development in pankration.

A generalization of scientific research results shows that the primary aspect of the system for preparing young wrestlers is the development of physical qualities, taking into account age-specific characteristics. It has been found that to achieve high results at the initial training stage, attention must be paid to the fundamentals of technical preparation, especially mastering the technical skills and techniques necessary in wrestling. The tasks facing the athlete and coach are determined not only by improving existing techniques but also by mastering new means necessary for solving specific technical and tactical problems. These conclusions emphasize the importance of a systematic approach to preparing young wrestlers, considering their age and individual characteristics, and ensuring the harmonious development of physical, technical, and tactical skills.

Key words: pankration, physical qualities, training process.

Вступ. З кожним роком конкуренція на спортивній арені загострюється, а кількість дітей та молоді, що активно займаються спортом дедалі зменшується. Результати останніх досліджень проблематики дитячо-юнацького спорту таких науковців як М. Латишев [4; 12], Ю. Тропін [10], В. Платонов [7], Romanenko V., Podrigalo L., Iermakov S. [14], В. Голоха [1] актуалізують зростаючу з кожним роком потребу вдосконалення системи підготовки спортсменів, навчально-тренувальних методик та програм у межах, що відповідають кожному етапу багаторічної підготовки у визначеному виді спорту.

Останнім часом панкратіон, як вид єдиноборства, набуває все більшої популярності в Україні. Спортсмени збірної команди України досягають значних успіхів на міжнародних турнірах, чемпіонатах Європи і світу, що свідчить про високий рівень розвитку панкратіону в нашій країні. Відомо, що юнацький спорт висуває суттєві вимоги до методики побудови тренувальних занять у багаторічному процесі підготовки спортсменів. Спортсмени, які спеціалізуються у панкратіоні, потребують постійного вдосконалення тренувального процесу, спеціальної фізичної та техніко-тактичної підготовки. Сучасна тенденція тренувального процесу в панкратіоні спрямована передусім на оптимізацію техніко-тактичних дій та спеціальної фізичної підготовки спортсменів.

У наукових працях проблематика тренувального процесу у панкратіоні вивчена лише фрагментарно. Однак науковці [5; 9], наголошують на важливості науково-обґрунтованої побудови тренувального процесу. На їхнє переконання, якісна побудова навчально-тренувального процесу повинна передбачати удосконалення спеціальних фізичних якостей, техніки (професійний та прикладний аспекти), розвиток здібностей щодо оволодіння технікою боротьби, ударів руками та ногами, удосконалення морально-вольових якостей тощо [9]. Вартами уваги є наукові розвідки І. Наконечного щодо психологічних аспектів та станів спортсменів при заняттях панкратіоном [5]. Загалом автори вказують, що досягнення високого рівня результативності спортсмена у панкратіоні неможливе без саморегуляції, внутрішньої самодисципліни.

Разом із тим, останні зміни правил підсилюють потребу наукового обґрунтування структури і змісту системи підготовки на окремих етапах багаторічного удосконалення в панкратіоні.

Таким чином, виявлено протиріччя у темпах розвитку виду спорту, змінами правил та станом науково-методичного обґрунтування структури і змісту

підготовки спортсменів, зокрема на етапі початкової спеціалізації, що формує актуальне науково-практичне завдання галузі фізичної культури та спорту.

Актуальність нашого дослідження, на теперішній час, є необхідним, адже заняття панкратіоном дають можливість формувати необхідні важливі уміння, навички та знання для підвищення функціональних можливостей організму в подальшому житті. Отже, соціальна значущість та недостатня розробленість науково-практичної проблеми, необхідність подолання виявлених суперечностей зумовили вибір теми статті.

Мета дослідження: на основі аналізу наукових праць дослідити структуру і зміст тренувального процесу юних спортсменів у панкратіоні на етапі початкової підготовки.

Матеріал і методи. Теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел (з метою пошуку інформації та з'ясування обґрунтованості наукової проблематики дослідження).

Результати дослідження. Сучасні підходи до вирішення завдань спорту вищих досягнень постійно підкреслюють важливість вивчення та розвитку дитячого і юнацького спорту [14]. Панкратіон є одним із видів спорту, що здійснює гармонійний розвиток молодого покоління. Зростання спортивних досягнень у панкратіоні певною мірою залежить від побудови ефективної системи підготовки спортсменів, яку можна окреслити як раціонально організований процес навчання, виховання та тренування, організований на врахуванні закономірностей формування рухових якостей і психічних можливостей дітей та підлітків, а також особливостей їх адаптації до фізичних і психічних навантажень [11-13]. Це змушує фахівців постійно винаходити ефективні педагогічні впливи для створення оптимальної системи вдосконалення різних аспектів підготовки.

Враховуючи викладене, нами проведено аналіз спеціальної науково-методичної літератури, що стосується питань особливостей системи підготовки юних спортсменів як панкратіоні, так і в спортивній боротьбі вцілому.

Система підготовки юних спортсменів є основою «піраміди» спортивного вдосконалення, а сучасний рівень знань і вимоги спортивної практики вимагають розглядати підготовку як цілісний багаторічний процес, який дозволяє спортсмену досягти найвищих результатів упродовж спортивної діяльності та продемонструвати їх на найважливіших змаганнях [5; 6].

Важливий вклад у розробку системи підготовки юних панкратіастів здійснили наукові праці О. Согора [9], в яких розкривається важливість спорту у форму-

ванні світогляду молодого покоління, науково обґрунтовуються основи дитячого спорту, визначаються методи і форми спортивної підготовки резерву, а також ефективні засоби. Дослідження підкреслюють, що цілісність системи підготовки забезпечується завдяки певній структурі, яка складається з відносно стійкого порядку об'єднання компонентів, їх загальної послідовності та закономірних взаємозв'язків. Згідно з фахівцями, система підготовки юних панкратістів характеризується:

а) оптимальним співвідношенням параметрів навантажень (кількісних і якісних характеристик обсягів, інтенсивності, спрямованості тощо);

б) механізмом взаємодії компонентів змісту підготовки (засобів, методів загальної та спеціальної фізичної, тактичної, технічної підготовки);

в) встановленим порядком чергування різних етапів тренувального і змагального процесів (окремих занять та їх частин, етапів, періодів, різних циклів) [9].

Наукові дослідження показують, що початковий етап підготовки юних спортсменів є ключовим у багаторічному процесі спортивного вдосконалення. Основні завдання цього етапу включають формування стійкого інтересу до занять спортом, розвиток широкого спектру рухових навичок та вмінь, зміцнення здоров'я дітей, різнобічну фізичну підготовку, усунення недоліків у рівні фізичного розвитку, оволодіння технікою та освоєння різноманітних допоміжних і спеціально-підготовчих вправ.

Згідно з наявними уявленнями етап початкової підготовки має вагоме значення в системі багаторічної підготовки. Слід вказати, що початкова підготовка передбачає не лише правильне використання засобів, але й створення комфортного психологічного клімату для новачка-спортсмена.

Спеціальна фізична підготовка орієнтована на розвиток фізичних якостей, які є ключовими для спортсменів у панкратіоні, а саме спритність, швидкість, гнучкість, витривалість та сила. Її засобами є загальні вправи, що відповідають усім вимогам змагань, і спеціальні підготовчі вправи, спрямовані на розвиток м'язових груп, які відіграють значну роль під час виконання спортивних вправ.

Загальна фізична підготовка має на меті формування фізичних якостей, що, хоча й не є специфічними для вільної боротьби, важливі для комплексного підвищення функціональних можливостей організму. Цей вид підготовки сприяє всебічному гармонійному розвитку організму, зміцненню м'язової системи, покращенню функціонування органів і систем, а також координації рухів, швидкості, сили, витривалості, спритності та гнучкості юних спортсменів. Вибір конкретних засобів тренування має спиратися на індивідуальні здібності борця, традиції та існуючі можливості спортивного обладнання.

На етапі початкової підготовки тренувальні заняття юних борців не повинні містити значні психічні та фізичні навантаження, що допускає можливість існування монотонного та одноманітного матеріалу [3; 15].

Фахівці підкреслюють, що на початковому етапі більше уваги слід приділяти засвоєнню різноманітних підготовчих вправ, без спроб набути стійкої рухової навички чи стабілізувати техніку рухів, оскільки саме в цей час формується «технічна база» юних борців, тобто навичка оволодіння широким комплексом рухових дій. Цей метод закладає основу для подальшого вдосконалення технічних навичок і має бути врахований на початковому етапі підготовки. Заняття рекомендується проводити 2–3 рази на тиждень, тривалістю 40–60 хв.

І. В. Пономарьов у своїх дослідженнях підкреслює, що на початкових стадіях тренування загальнорозвивальні вправи можуть займати до 85–90% від загального обсягу фізичної підготовки, тоді як спеціальні фізичні вправи становлять лише 10–15%. Обсяг вправ високої інтенсивності збільшується поступово, хоча загальний обсяг вправ може швидко зрости. Особливо важливо ретельно контролювати величину та інтенсивність навантажень під час активного росту і розвитку дітей [8].

Щодо підходів до тренувань молодих борців на початкових етапах, існують різні точки зору серед експертів. Деякі вчені вважають, що найкраще використовувати рухливі ігри та вправи, які підвищують емоційну складову занять і сприяють розвитку фізичних якостей. Інші ж стверджують, що комплексний метод тренувань, який включає рухливі ігри, ігрові вправи та спеціалізовані підготовчі комплекси, є більш ефективним для розвитку фізичних здібностей, необхідних юним борцям [1].

Слід окреслити, що для досягнення найвищих результатів на початковому етапі необхідно значну увагу приділити основам технічної підготовки, а саме оволодінню технічними навичками та прийомами, необхідними у боротьбі, та вмінню правильно будувати поєдинок із будь-яким суперником під час тренувань і змагань.

Нами виявлено, що методика навчання на початковому етапі майже не враховує вікові особливості юних панкратістів та значною мірою повторює методику, яка застосовується в інших ежиноборствах. Наразі недостатньо досліджені питання, що стосуються прийомів, захистів і контрприймів, яким необхідно навчати протягом року. Також залишаються малодослідженими питання щодо кількості повторень певного прийому на одному занятті та його застосування не лише в процесі навчально-тренувального заняття, але й у змагальних умовах [1].

Основні прийоми і стійки, їхні варіації, складні техніко-тактичні та базові дії є невід'ємними компонентами техніки панкратіону. Формування процесу технічної підготовки юних борців обґрунтоване тим, що недоліки в цій сфері можуть бути непомітними у молодому віці через компенсуючий вплив високого рівня фізичної підготовки. Покращення якості навчально-тренувального процесу потребує вивчення змагальної діяльності.

Дослідження показують, що у процесі навчання необхідно виділити основні та додаткові рухи. Основні рухи і дії є основою техніки панкратіону, оволодіння

якими є обов'язковим завданням. Додаткові рухи і дії додають індивідуальності техніці конкретного спортсмена, формуючи його унікальний стиль.

На початковому етапі підготовки основна техніка включає комбінації базових прийомів, що сприяє формуванню комбінаційного стилю панкратіону. Ефективність таких комбінацій обумовлена втратою стійкості суперника після першої атаки. Комбінації зазвичай розробляються так, щоб у кінцевому результаті зберегти стабільність у певному напрямку.

Вирішуючи завдання технічної підготовки, слід брати на увагу, що вивчення руху на невеликій швидкості формує правильну техніку, але учень не може потім здійснювати її на максимальній швидкості. Якщо ж прийом виконується на максимальній швидкості, юний борець не здатний водночас досягти максимальних швидкісних показників та правильного виконання прийому. Вихід із цього протиріччя полягає у чергуванні обох методичних підходів і виконанні руху на близькій до максимальної, але контрольованій швидкості.

На думку численних фахівців, технічна підготовленість у спорті прямо пов'язана з координаційною підготовленістю спортсмена, особливо в контексті освоєння техніки панкратіону, що є складнокоординаційним видом спортивної діяльності. Ю. М. Тропін зі співавторами підкреслює, що на ефективність і результативність техніки юних борців у змагальній діяльності впливає рівень розвитку координаційних здібностей [2; 10]. Для вдосконалення координаційних здібностей борців прийнято використовувати вправи різної складності: від відносно простих, які стимулюють діяльність аналізаторів і нервово-м'язового апарату, до тих, що вимагають повної мобілізації координаційних ресурсів [10].

Взаємозв'язок спеціальної фізичної підготовленості юних борців та ефективності й результативності техніко-тактичної підготовленості відзначили Г. О. Огарь та В. Д. Середа [6]. У навчально-тренувальному процесі юних спортсменів на початковому етапі спортивної спеціалізації для якісного освоєння техніки боротьби велике значення має рівень розвитку не лише координа-

ційних здібностей, а й силових здібностей. Наприклад, для освоєння більшості прийомів з проходами в ноги юному спортсмену необхідно мати достатньо високий рівень розвитку силових здібностей м'язів ніг та спини. Розвиток силових якостей повинен бути поєднаний з розвитком інших фізичних якостей, таких як швидкість і гнучкість. Інакше може утворитися скутість у рухах та втрата швидкісних характеристик. Тому, разом із силовими тренуваннями, необхідно включати вправи на розтягування та вибухову силу.

Висновки:

1. Підготовка юних панкратістів характеризується: оптимальним співвідношенням кількісних і якісних характеристик обсягів, інтенсивності, спрямованості тощо); механізмом взаємодії засобів, методів загальної та спеціальної фізичної, тактичної, технічної підготовки; встановленим порядком чергування окремих занять та їх частин, етапів, періодів, різних циклів).

2. Етап початкової підготовки має вагоме значення в системі багаторічної підготовки і складається з багатьох факторів. Початкова підготовка передбачає не лише правильне використання засобів, але й створення комфортного психологічного клімату для новачка-спортсмена. На початковому етапі рекомендовано більше уваги слід приділяти засвоєнню різноманітних підготовчих вправ, без спроб набути стійкої рухової навички чи стабілізувати техніку рухів, оскільки саме в цей час формується «технічна база» юних борців, тобто навичка оволодіння широким комплексом рухових дій.

3. На початкових стадіях тренування загальноорозвивальні вправи можуть займати до 85–90% від загального обсягу фізичної підготовки, тоді як спеціальні фізичні вправи становлять лише 10–15%. Обсяг вправ високої інтенсивності збільшується поступово, хоча загальний обсяг вправ може швидко зрости. Особливо важливо ретельно контролювати величину та інтенсивність навантажень під час активного росту і розвитку дітей. Найкраще використовувати рухливі ігри та вправи, які підвищують емоційну складову занять і сприяють розвитку фізичних якостей.

Література:

1. Голоха, В. Л. Проблеми підвищення спеціальної витривалості дзюдоїстів. *Єдиноборства*. 2017. № 4. С. 56-61.
2. Ермаков, С. С., Тропин, Ю. Н., Павлив, А. Н. Ловкість як основа формування техніки боротьби. *Єдиноборства*. 2017. № 3. С. 36-39.
3. Камаєв, О. І., Тропін, Ю. М. Вплив спеціальних силових якостей на техніко-тактичну підготовленість у боротьбі. *Проблеми та перспективи розвитку спортивних ігор та єдиноборств*. 2013. С. 149-152.
4. Латишев, С. В., Шандригось, В. І. Особливості організації навчально-тренувального процесу жінок у спортивній боротьбі. *Вісник Чернігівського нац. Ун-ту ім. Т. Г. Шевченка*. Вип. 98, Том 4. 2012. С. 235-239.
5. Наконечний, І. Ю. Взаємозв'язок спеціальної фізичної підготовки та психологічного супроводу в багаторічній підготовці висококваліфікованих спортсменів з панкратіону. *Молодий вчений*, 3.1 (43.1). 2017. 221–226.
6. Огарь, Г. О., Середа, В. Д. Дослідження інтенсивності змагальних поєдинків юних борців вільного стилю. *Єдиноборства*. 2019. № 4(14). С. 62-71.
7. Платонов, В. Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. *Загальна теорія та її практичні застосування*. К.: Олімп. літ., 2004. 808 с.
8. Пономарьов, І. В., Добейко, Н. І. Особливості тренувального процесу у вільній боротьбі. *Студентський вісник*. 2022. № 2-1(194). С. 68-70.
9. Согор, О. Ю. Удосконалення структури та змісту підготовки спортсменів на етапі спеціалізованої базової підготовки в панкратіоні (дис. ... PhD). Львів. 2021. 20 с.
10. Тропін, Ю. Н. Динаміка фізичної підготовленості у юних борців греко-римського стилю. *Єдиноборства*. 2018. № 2(8). С. 84-92.

11. Demirkan, E., Koz, M., Kutlu, M., Favre, M. (2015). Comparison of physical and physiological profiles in elite and amateur young wrestlers. *J. Strength Cond. Res.*, 29, 1876–83.
12. Latyshev, S., Korobeynikov, G., Korobeinikova, L. Individualization of Training in Wrestlers. 2014. T. 4, № 2. C. 28-32.
13. Rabadi, M. H., Birrer, R. B., Jordan, B. D. (2000). Head and spine injuries in martial arts. In: Cantu RC, eds. *Neurologic athletic head and spine injuries*. New York: WB Saunders Company; p. 297–303.
14. Romanenko, V., Podrigalo, L., Iermakov, S., Rovnaya, O., Tolstoplet, E., Tropin, Y., Goloha, V. (2018). Functional state of martial arts athletes during implementation process of controlled activity – comparative analysis. *Physical Activity Review*, 6, 87-93.
15. Zhumakulov, Z. P. Education Technology of Primary Training Sport Wrestling. *Eastern European Scientific Journal*. 2017. № 5. C. 29-35.

References:

1. Goloha, V. L. Problems of Increasing Special Endurance of Judokas. *Martial Arts*. 2017. No. 4. pp. 56-61. [in Ukrainian].
2. Ermakov, S. S., Tropin, Yu. N., Pavliv, A. N. Agility as the Basis for Forming Wrestling Technique. *Martial Arts*. 2017. No. 3. pp. 36-39. [in Ukrainian].
3. Kamaev, O. I., Tropin, Yu. M. Influence of Special Strength Qualities on Technical-Tactical Preparedness in Wrestling. *Problems and Prospects of Development of Sports Games and Martial Arts*. 2013. pp. 149-152. [in Ukrainian].
4. Latishev, S. V., Shandrigos, V. I. Features of the Organization of the Educational-Training Process of Women in Sports Wrestling. *References: Issue 98, Vol. 4*. 2012. pp. 235-239. [in Ukrainian].
5. Nakonechnyi, I. Y. The linkage between special physical training and psychological support in the long-term training of highly qualified pankration athletes. *Young scientist*, 3.1 (43.1). 2017. 221–226. [in Ukrainian].
6. Ogar, G. O., Sereda, V. D. Study of the Intensity of Competitive Matches of Young Freestyle Wrestlers. *Martial Arts*. 2019. No. 4(14). pp. 62-71. [in Ukrainian].
7. Platonov, V. N. System of Athlete Preparation in Olympic Sports. *General Theory and Its Practical Applications*. Kyiv: Olympic Literature, 2004. 808 p. [in Ukrainian].
8. Ponomarev, I. V., Dobeiko, N. I. Features of the Training Process in Freestyle Wrestling. *Student Bulletin*. 2022. No. 2-1(194). pp. 68-70. [in Ukrainian].
9. Sohor, O. Y. (2021). *Improving the structure and content of athletes' training at the stage of specialized basic training in pankration* (thesis. ... PhD). Lviv. 20 p. [in Ukrainian].
10. Tropin, Yu. N. Dynamics of Physical Fitness in Young Greco-Roman Style Wrestlers. *Martial Arts*. 2018. No. 2(8). pp. 84-92. [in Ukrainian].
11. Demirkan, E., Koz, M., Kutlu, M., Favre, M. (2015). Comparison of physical and physiological profiles in elite and amateur young wrestlers. *J. Strength Cond. Res.*, 29, 1876–83.
12. Latyshev, S., Korobeynikov, G., Korobeinikova, L. Individualization of Training in Wrestlers. 2014. Vol. 4, No. 2. pp. 28-32.
13. Rabadi, M. H., Birrer, R. B., Jordan, B. D. (2000). Head and spine injuries in martial arts. In: Cantu RC, eds. *Neurologic athletic head and spine injuries*. New York: WB Saunders Company; p. 297–303.
14. Romanenko, V., Podrigalo, L., Iermakov, S., Rovnaya, O., Tolstoplet, E., Tropin, Y., Goloha, V. (2018). Functional state of martial arts athletes during implementation process of controlled activity – comparative analysis. *Physical Activity Review*, 6, 87-93.
15. Zhumakulov, Z. P. Education Technology of Primary Training in Sport Wrestling. *Eastern European Scientific Journal*. 2017. No. 5. pp. 29-35.

Дата першого надходження рукопису до видання: 16.06.2025

Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 23.07.2025

Дата публікації: 02.09.2025