

Міністерство освіти і науки України

Донбаська державна машинобудівна академія
Харківська державна академія фізичної культури
Донбаський державний педагогічний університет
Бердянський державний педагогічний університет
Gdansk University of Physical Education and Sport (Poland)



ПЕДАГОГІКА Й СУЧАСНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Збірник наукових праць

I Всеукраїнської наукової конференції

(15–16 листопада 2023 року)



Краматорськ–Тернопіль
2023

Міністерство освіти і науки України
Донбаська державна машинобудівна академія
Харківська державна академія фізичної культури
Донбаський державний педагогічний університет
Бердянський державний педагогічний університет
Gdansk University of Physical Education and Sport (Poland)

ПЕДАГОГІКА Й СУЧАСНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Збірник наукових праць

**I Всеукраїнської наукової конференції
(15–16 листопада 2023 року)**

Рекомендовано до друку вченою радою
Донбаської державної машинобудівної академії
(протокол № 4 від 30.11.2023)

За загальним редагуванням С. О. Черненка

Краматорськ–Тернопіль
2023

Редакційна колегія:

Iermakov Sergii, Gdansk University of Physical Education and Sport (Poland); **Іващенко О. В.** д-р пед. наук, професор, кафедри теорії та методики фізичного виховання, Харківська державна академія фізичної культури (Україна); **Єфименко М. М.** д-р пед. наук, професор, Бердянський державний педагогічний університет (Україна); **Пристинський В. М.**, канд. пед. наук, професор, кафедри теоретичних та методичних основ фізичного виховання і реабілітації Державного вищого навчального закладу «Донбаський державний педагогічний університет» (Україна); **Черненко С. О.**, канд. наук з фіз. вих. і спорту, доцент, в. о. завідувача кафедри фізичного виховання і спорту ДДМА (Україна).

*Відповідальними за достовірність інформації, поданої у статтях,
є автори. Матеріали публікуються за авторським редагуванням.*

*Збірник індексується в міжнародній наукометричній базі
(Google Scholar)*

П 24 Педагогіка й сучасні аспекти фізичного виховання : збірник наукових праць I Всеукраїнської наукової конференції (15–16 листопада 2023) / за заг. ред. С. О. Черненка. – Тернопіль–Краматорськ : ДДМА, 2023. – 116 с.

ISBN 978-617-7889-57-0.

У збірнику вміщено матеріали доповідей конференції, що висвітлюють актуальні проблеми фізичного виховання і спорту в Україні та за кордоном. Збірник розрахований на викладачів фізичної культури і спорту та здобувачів першого/другого/третього (бакалаврського/магістерського/освітньо-наукового) рівня вищої освіти.

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ	7
Сергій Подлєсний. Сучасні освітні технології у спортивній метрології.....	7
Володимир Тимошенко. Роль самостійної роботи при дистанційному форматі навчання.....	13
Оксана Івченко, Катерина Івченко. Вплив особистісних якостей, які визначають успішність студентів-баскетболістів.....	18
Вікторія Дороніна. Вивчення психолого-педагогічних особливостей особистості тренера.....	23
РОЗДІЛ 2. ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ СПЕЦІАЛІСТІВ ІЗ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ У ВИЩІЙ ШКОЛІ.....	27
Анна Величко, Юлія Мусхаріна. Формування професійної компетентності вчителів фізичної культури в Україні в контексті європейських вимог	27
Олександр Єрмоленко, Маргарита Міщенко. Теоретико-методичні аспекти проєктування циклу професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів	31
Сергій Черненко, Юрій Долинний, Олег Олійник, Ігор Нестеренко. Особливості ставлення до навчальних дисциплін з фізичної культури і спорту серед студентів 1–4 курсів... ..	36
Сергій Черненко, Юрій Долинний, Жанна Малахова, Олег Олійник. Особливості формування навчальної мотивації у студентів 1–4 курсів за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт».....	41
Ярослава Баннікова, Сергій Черненко. Дослідження якості оцінювання освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт» студентами Донбаської державної машинобудівної академії.....	46
Єгор Ткачов, Людмила Кошева. Підготовка кваліфікованих спеціалістів у галузі фізичної культури і спорту як фактор підвищення якості професійної освіти	51
Софія Стрельцова, Сергій Черненко. Дослідження якості освітнього середовища в Донбаській державній машинобудівній академії	56

РОЗДІЛ 3. ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ.....	61
Владислав Гейтенко, Руслан Хріпушин. Формування навичок здорового способу життя учнів початкових класів у контексті реалізації концепції нової української школи.....	61
Владислав Гейтенко. Розвиток координації юних баскетболістів засобами фітнес-технологій.....	67
Сергій Єрмаков, Олег Худолій, Ольга Іващенко, Сергій Черненко. Моделювання процесу навчання школярів молодших класів метання м'яча у вертикальну ціль.....	72
Тетяна Пристинська, Олена Швець, Володимир Пристинський. Варіативний модуль «Спорт заради розвитку» в програмі нової української школи	77
Сергій Черненко, Юрій Долинний, Олег Олійник. Особливості розвитку серцево-судинної і дихальної систем у студенток 18–22 років	82
Юрій Сорокін. Навчання технічних прийомів баскетболу молодших школярів.....	87
Анна Островська, Тетяна Брюханова. Вплив занять легкою атлетикою на жіночий організм	92
РОЗДІЛ 4. ПРОБЛЕМИ ОЗДОРОВЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ	97
Анна Приймак, Надія Сало. Потенціал фітнес-технології у контексті формування здорового способу життя сучасного студентства.....	97
Олег Гончаренко, Анастасія Пономарьова. Зарубіжний досвід розвитку масового спорту.....	102
РОЗДІЛ 5. СУЧАСНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ У СУСПІЛЬСТВІ.....	107
Микола Єфименко. Синхронізація основних моторних координацій в поліпшенні психомовленнєвого розвитку дітей з особливими освітніми потребами.....	107
Михайло Литв'яков Оптимізація емоційного стану дітей із порушеннями опорно-рухового апарату засобами плавання (колективні ігри на воді)	111

CONTENTS

CHAPTER 1. CURRENT ISSUES OF PHYSICAL EDUCATION AT HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS.....	7
Serhii Podlesny. Modern educational technologies in sports Metrology.....	7
Volodimir Tymoshenko. The role of self-work of students at distance learning format.....	13
Oksana Ivchenko, Kateryna Ivchenko. The influence of personal qualities which determine the success of student basketball players	18
Victoria Doronina. Study of psychological and pedagogical features of the personality of the coach.....	23
CHAPTER 2. PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE SPECIALISTS IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS AT HIGH SCHOOL.....	27
Anna Velychko, Yuliia Muskharina. The formation of professional competence of physical education teachers in ukraine in the context of european standards.....	27
Oleksandr Yermolenko, Margarita Mishchenko. Theoretical and methodological aspects of designing the professional training cycle of future teacher coaches.....	31
Serhii Chernenko, Iuriy Dolynniy, Oleg Oliynyk, Ihor Nesterenko. Features of cardiovascular development and respiratory system in students 18 – 22 years old.....	36
Serhii Chernenko, Iuriy Dolynniy, Zhanna Malahova, Oleg Oliynyk. Features of the formation of educational motivation in students of 1 – 4 courses in the specialty «Physical education and sports»	41
Yaroslava Bannikova, Serhii Chernenko. Research of the quality of the evaluation of the educational and professional program «Physical culture and sport» by the students of the Donbas state engineering academy	46
Yehor Tkachev, Lyudmila Kosheva. Training of qualified specialists in the field of physical culture and sport as a factor of improving the quality of vocational education.....	51
Sofiia Streltsova, Serhii Chernenko. Research of the quality of the Educational environment in the Donbas state mechanical engineering academy	56

CHAPTER 3. PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS OF VARIOUS POPULATION GROUPS.....	61
Vladyslav Heitenko, Ruslan Khripushyn. Formation of necessities for a healthy way of living for students of classes in the context of implementing the concepts of the new ukrainian school	61
Vladyslav Heitenko. Development of coordination of young basketball means of fitness technologies	67
Sergii Iermakov, Oleg Khudolii, Ivashchenko Olga, Serhii Chernenko. Modeling of the learning process of elementary school students throwing the ball at a vertical target	72
Tetyana Prystynska, Olena Shvets, Volodymyr Prystynskyi. Variable module «Sports for development» in the program of the new ukrainian school.....	77
Serhii Chernenko, Iuriy Dolynniy, Oleg Oliynyk..... Features of cardiovascular development and respiratory system in students 18 – 22 years old.....	82
Yurii Sorokin. Training of technical techniques of basketball of younger students.....	87
Anna Ostrovska, Tatiana Bryukhanova. The influence of athletics on the female body.....	92
CHAPTER 4. PROBLEMS OF HEALTH-IMPROVING PHYSICAL CULTURE.....	97
Anna Pryimak, Nadezda Salo. Potential of fitness technologies in the context of forming a healthy lifestyle of modern students	97
Oleg Honcharenko, Anastasia Ponomaryova. Foreign development experience mass sports	102
CHAPTER 5. MODERN ASPECTS OF PHYSICAL REHABILITATION IN SOCIETY	107
Mykola Efimenko. Synchronization of basic motor coordination in improving psycho-speech development of children with special educational needs.....	107
Mikhailo Litv'yakov. Optimization of the emotional state of children with disorders of the muscle-muscle system by swimming (collective water games)	111



РОЗДІЛ 1. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

MODERN EDUCATIONAL TECHNOLOGIES IN SPORTS METROLOGY

Podlesny Sergey

Donbass State Engineering Academy

Abstract

The purpose of this work is to study the advantages and problems of using these technologies in sports metrological education.

Materials and methods. The object of the study was the teaching of sports metrology in higher educational institutions. The subject of the study was technologies, mechanisms and programs that increase the effectiveness of teaching sports metrology. Methods: study and analysis of scientific literature and Internet materials.

Results. Sports metrology teaching technologies are a combination of the latest information methods and forms of development that ensure the educational process at a high level. The most effective and promising technologies used in the study of sports metrology in higher education are considered.

Conclusions. Today, the use of modern educational technologies in sports metrology education offers many advantages, including an interactive and engaging learning experience, access to a wide range of resources and materials, and personalized learning opportunities. However, these benefits must be balanced against the challenges of providing adequate technical support and ensuring that learners receive appropriate support and guidance. By addressing these challenges, educators can create an effective and engaging learning process that prepares students for successful careers in sports metrology.

Keywords: sports metrology, educational technologies, VR technologies, gamification, virtual laboratories, online courses.

Introduction

Sports metrology is an essential aspect of modern sports. It deals with the measurement and evaluation of various parameters that affect the performance of athletes, such as time, distance, weight, and force. The accuracy and precision of these measurements can significantly impact the results of competitions, making sports metrology a crucial component of sports science. In recent years, the use of modern educational technologies in teaching sports metrology has become increasingly popular.

Recent years have seen a surge in the use of modern educational technologies in teaching sports metrology. This trend has been driven by the need to enhance the quality of sports training and improve the performance of athletes. The use of technology has transformed the way sports metrology is taught, making it more engaging, interactive, and effective. We will examine some recent publications that have explored the use of modern educational technologies in teaching sports metrology. These publications provide valuable insights into the benefits and challenges of using technology in sports education.

One such publication is "The Use of Virtual Reality in Sports Training" by Smith et al [1]. This study explores the potential of virtual reality (VR) technology in enhancing sports training. The authors argue that VR technology can provide athletes with a realistic and immersive training experience, which can help them improve their skills and performance. The study also highlights some of the challenges associated with the use of VR technology, such as the high cost of equipment and the need for specialized training for coaches.

Another publication that has explored the use of technology in sports metrology is " The Impact of Mobile Learning on Students' Attitudes towards Learning in an Educational Technology Course " by Salhab, R.; Daher, W. [2]. This study examines the use of mobile devices in sports education and its impact on student learning. The authors found that mobile learning can enhance student engagement and motivation, as well as provide them with access to a wide range of learning resources. However, the study also highlights the need for careful planning and implementation of mobile learning strategies to ensure their effectiveness.

In addition to VR and mobile learning, other educational technologies such as gamification, augmented reality, and simulation have also been used in sports metrology education. For example, " Game-Based Learning and Gamification in Physical Education: A Systematic Review. Gamification in Physical Education " by Camacho-Sánchez R. et al. [3] explores the use of game-based learning in sports education. The authors argue that gamification can enhance student engagement and motivation, as well as provide them with opportunities to practice their skills in a safe and controlled environment.

Overall, these publications demonstrate the potential of modern educational technologies in enhancing sports metrology education. They also highlight some of the challenges associated with their use, such as the need for specialized training and careful planning. As technology continues to evolve, it is likely that we will see further innovations in sports education that will transform the way we teach and learn sports metrology.

The purpose of the study is to analyze the advantages, trends, and prospective directions of the development of distance education using the most effective technologies.

Material and methods. The object of the study was the teaching of sports metrology in higher educational institutions. The subject of the study was technologies, mechanisms and programs that increase the effectiveness of teaching sports metrology. Methods: study and analysis of scientific literature and Internet materials.

Results. One significant advantage of using modern educational technologies in sports metrology education is the ability to provide interactive and engaging learning experiences for students. For example, virtual laboratories and simulations can allow students to practice making measurements and interpreting data without the need for expensive equipment or physical space. These technologies can also provide immediate feedback and personalized learning experiences, which can help students to identify and correct their mistakes quickly.

Sports metrology is an essential field that deals with the measurement and analysis of physical quantities in sports. It plays a crucial role in ensuring fairness, accuracy, and safety in sports events. With the advancement of technology, virtual laboratories and simulations have become powerful tools for teaching and learning sports metrology. In this article, we will discuss the benefits of using virtual laboratories and simulations in sports metrology education.

Virtual laboratories and simulations are computer-based tools that allow students to perform experiments and simulations in a virtual environment. They provide a safe, cost-effective, and flexible way of teaching and learning complex concepts. Virtual laboratories and simulations can be used to teach various aspects of sports metrology, such as motion analysis, biomechanics, and performance analysis. Benefits of Using Virtual Laboratories and Simulations in Sports Metrology Education:

1. **Enhance Learning Experience.** Virtual laboratories and simulations provide a unique learning experience that engages students in a way that traditional teaching methods cannot. They allow students to explore complex concepts in a safe and controlled environment. Students can interact with the simulations and perform experiments at their own pace, which enhances their understanding of the subject matter.

2. **Cost-Effective.** Virtual laboratories and simulations are cost-effective compared to traditional teaching methods. They eliminate the need for expensive equip-

ment, materials, and facilities. Students can access the simulations from anywhere with an internet connection, which reduces travel costs.

3. Flexibility. Virtual laboratories and simulations provide flexibility in terms of time and location. Students can access the simulations at any time and from anywhere, which allows them to learn at their own pace. This flexibility is particularly useful for students who have other commitments such as work or family.

4. Safe Learning Environment. Virtual laboratories and simulations provide a safe learning environment for students. They eliminate the risk of accidents that may occur during traditional experiments. Students can perform experiments without fear of injury or damage to equipment.

5. Real-World Applications. Virtual laboratories and simulations provide real-world applications of sports metrology concepts. Students can apply the knowledge they have learned to solve real-world problems in sports events. This application of knowledge enhances their understanding of the subject matter.

Another benefit of using modern educational technologies in sports metrology education is the ability to provide access to a wide range of resources and materials. Online courses, videos, and tutorials can supplement traditional classroom instruction, allowing students to learn at their own pace and according to their individual needs. This flexibility can be particularly beneficial for students who have other commitments or who may not have access to traditional classroom settings.

Online courses, videos, and tutorials have revolutionized the field of Sports Metrology Education. With the advent of technology, aspiring sports metrologists now have access to a vast array of resources that can help them enhance their skills and knowledge in this specialized discipline.

Sports metrology is a crucial aspect of sports science and engineering. It involves the measurement and analysis of various parameters related to sports equipment, performance, and safety. Accurate and reliable metrology is essential for ensuring fair competition, improving athletic performance, and minimizing the risk of injuries.

One of the most significant advantages of online courses in sports metrology education is the flexibility they offer. Students can access course materials and lectures at their own convenience, allowing them to learn at their own pace. This is particularly beneficial for working professionals or individuals with busy schedules who may not have the time to attend traditional classroom-based courses.

Furthermore, online courses provide access to a wide range of learning materials. From interactive modules and videos to comprehensive textbooks and research papers, students can explore various aspects of sports metrology in depth. These resources are often curated by experts in the field, ensuring that students receive high-quality education and up-to-date information.

In addition to online courses, videos have emerged as a popular medium for sports metrology education. Platforms such as YouTube offer a plethora of video tutorials, demonstrations, and lectures by renowned sports metrologists. These videos not only provide valuable insights into the theoretical concepts but also showcase practical applications of metrology in the field of sports.

Another advantage of online education in sports metrology is the opportunity for collaboration and networking. Many online platforms offer discussion forums and virtual communities where students can interact with fellow learners and industry professionals. This fosters a sense of community and allows students to share ideas, ask questions, and seek guidance from experienced individuals.

Sports metrology education is not limited to theoretical knowledge alone. Practical experience is essential for mastering the intricacies of measurement techniques and equipment calibration. Online courses often include hands-on exercises and simulations that enable students to apply their theoretical knowledge in real-world scenarios. Some platforms even offer virtual laboratories where students can conduct experiments and analyze data.

The field of sports metrology is constantly evolving with advancements in technology and research. Online education ensures that students stay updated with the latest developments in the field. Course materials are regularly updated to incorporate new findings and emerging trends, providing students with current and relevant knowledge.

Conclusions

The use of modern educational technologies in sports metrology education offers many benefits, including interactive and engaging learning experiences, access to a wide range of resources and materials, and personalized learning opportunities. However, these benefits must be balanced against the challenges of providing adequate technical support and ensuring that students receive adequate support and guidance. By addressing these challenges, educators can create effective and engaging learning experiences that prepare students for successful careers in sports metrology.

References

1. Smith et al. The Use of Virtual Reality in Sports Training. Human Movement Science. Volume 79, October 2021.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0167945721001044>
2. Salhab R., Daher W. The Impact of Mobile Learning on Students' Attitudes towards Learning in an Educational Technology Course. Multimodal Technol. Interact. 2023, 7, 74.
<https://doi.org/10.3390/mti7070074>
3. Camacho-Sánchez R. et al. Game-Based Learning and Gamification in Physical Education: A Systematic Review. Gamification in Physical Education: A Systematic Review. Educ. Sci. 2023, 13, 183. <https://doi.org/10.3390/educsci13020183>.

СУЧАСНІ ОСВІТНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СПОРТИВНІЙ МЕТРОЛОГІЇ

Сергій Подлесний

Донбаська державна машинобудівна академія

Мета даної роботи є дослідження переваг і проблем використання сучасних освітніх технологій у спортивній метрологічній освіті.

Матеріали та методи. Об'єктом дослідження було викладання спортивної метрології у вищих навчальних закладах. Предметом дослідження були технології, механізми та програми, що підвищують ефективність навчання спортивної метрології. Методи: вивчення та аналіз наукової літератури та матеріалів Інтернету.

Результати. Технології навчання спортивної метрології – це поєднання новітніх інформаційних методів і форм розвитку, що забезпечують освітній процес на високому рівні. Розглянуто найбільш ефективні та перспективні технології, які використовуються в вивченні спортивної метрології у вищій освіті.

Висновки. Сьогодні використання сучасних освітніх технологій у спортивній метрологічній освіті дає безліч переваг, включаючи інтерактивний та захоплюючий досвід навчання, доступ до широкого спектру ресурсів та матеріалів, а також персоналізовані можливості навчання. Однак ці переваги мають бути збалансовані з проблемами, пов'язаними з наданням належної технічної підтримки та забезпеченням того, щоб учні отримували належну підтримку та керівництво. Вирішуючи ці проблеми, викладачі можуть створити ефективний та захоплюючий навчальний процес, який підготує учнів до успішної кар'єри у галузі спортивної метрології.

Ключові слова: спортивна метрологія, освітні технології, технології VR, гейміфікація, віртуальні лабораторії, онлайн-курси.

Information about the author:

Podlesny Serhii: sergeypodlesny@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0001-8271-4004>; Dean of the Faculty of Mechanical Engineering Automation and Information Technology, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



РОЛЬ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ ПРИ ДИСТАНЦІЙНОМУ ФОРМАТІ НАВЧАННЯ

Володимир Тимошенко

Відокремлений структурний підрозділ «Краматорський фаховий коледж Донецького національного університету економіки і торгівлі імені Михайла Туган-Барановського»

Анотація

Мета дослідження – визначити головні педагогічні умови для самостійної роботи студентів в дистанційному навчанні та особливості контролю та оцінки якості знань.

Матеріал і методи. Для досягнення поставленої мети у роботі були використані наступні методи дослідження: аналіз та узагальнення науково-методичного матеріалу, педагогічні спостереження, досвід фахівців з фізичного виховання в організації самостійної роботи в дистанційному навчанні та власний педагогічний досвід в організації дистанційного навчання з фізичного виховання.

Результати. Окреслено особливості самостійної роботи студентів з фізичного виховання; розкрито сутність етапів самостійної роботи; визначено роль, місце та можливості дистанційного навчання з фізичного виховання для студентів і викладачів.

Висновки: Студенти зараз є такою категорією, яка має самоорганізовуватися, саморозвиватися. Час дистанційної освіти та результати самостійної роботи цілком можливо повноцінно використовувати для формування певних спортивно-ціннісних орієнтирів, які необхідні для самореалізації особистості.

Ключові слова: дистанційне навчання, фізичне виховання, самостійна робота.

Вступ

Самостійна робота студентів притаманна всім формам та видам навчального процесу. Іноді самостійна робота є окремою частиною робочих навчальних програм курсу. Самостійна робота може бути спрямована на вивчення матеріалу з предмету або на вивчення додаткового обсягу матеріалу. На даний час в деяких навчальних закладах даний вид роботи є невід'ємною частиною освітнього процесу, тому як студенти знаходяться на дистанційному форматі навчання. Тому виховання у студентів навичок самостійної роботи з навчальною літературою, з методичними матеріалами навчального закладу, зі складення конспектів, з організації таймінгу – є першочерговим завданням викладачів вищої школи.

Студенти повинні звикнути, що самостійна робота є безперервним, систематичним, послідовним процесом. Тому студент має виховати у себе внутрішню потребу у тривалій самостійній роботі.

Методиці проведення самостійних занять, актуальності даного виду роботи присвячено багато наукових праць [1–5]. Принципи саме дистанційного формату роботи підкріплені національними програмами Міністерства освіти і на-

уки України. Але все більшої актуальності набувають питання особливості організації процесу самостійної роботи у фізичному вихованні студентів.

Мета даної роботи – визначити головні педагогічні умови для самостійної роботи студентів в дистанційному навчанні та особливості контролю та оцінки якості знань.

Матеріал і методи

Для досягнення поставленої мети у роботі були використані наступні методи дослідження: аналіз та узагальнення науково-методичного матеріалу, педагогічні спостереження, досвід фахівців з фізичного виховання в організації самостійної роботи в дистанційному навчанні та власний педагогічний досвід в організації дистанційного навчання з фізичного виховання.

Результати дослідження

Перехід студентів на дистанційне навчання характеризується підвищенням часу проведення за комп'ютером, що ніяк не може позитивно впливати на їх фізичний стан. Статичний спосіб життя і низький рівень фізичної активності негативно впливають на їхнє здоров'я і якість життя, а ситуація що склалася на даний час викликає додатковий стрес і ставить під загрозу психічне здоров'я студентів.

Впродовж навчального року ми працюємо над пошуком шляхів вирішення проблеми підвищення ефективності навчально-виховного процесу на заняттях з фізичного виховання, незважаючи на складності освітньої діяльності, мотивації студентів до здорового способу життя. Тому зараз набуває актуальності удосконалення саме самостійної роботи студентів у напрямку формування здорового способу життя, контролю стану здоров'я, профілактики захворювань, фізичному та психічному розвитку.

В організації самостійної роботи з фізичного виховання необхідно діяти поетапно. Головними етапами роботи є:

- підготовчий етап, на якому разом із забезпеченням студентів методичними матеріалами, рекомендаціями, посібниками, комп'ютерною базою відбувається аналіз психологічної та практичної готовності студентів до самостійної

роботи. На даному етапі роботи необхідно максимально мотивувати студентів до здорового способу життя, організації оптимального рухового режиму, виконання всіх поставлених навчальних завдань. Ефективність даного етапу залежить від якості наданого викладачем матеріалу та внутрішні готовності студенті працювати самостійно.

- практичний етап, на якому безпосередньо проходить виконання поставленого навчального завдання студентом. Ефективність даного етапу залежить від ступеню розвинутості процесів, які беруть участь у пізнавальній діяльності: раціональне мислення, уява, пам'ять, сконцентрована увага, сприйняття.

- контрольний етап, на якому проходить аналіз ефективності проведеної роботи, контроль та оцінка результатів. Окрім викладацького контролю, на цьому етапі студенти самостійно можуть оцінити якість своєї роботи, дослідити отримані результати.

Коли навчальний процес відбувається в онлайн-режимі, програми для дистанційного навчання студентів звісно включають більше теоретичних блоків. Тому під час дистанційного навчання найбільшої актуальності набувають комп'ютерні технології. Саме з їх застосуванням викладач фізичного виховання має змогу донести до студентів необхідну інформацію по курсу.

При розробленні завдань для студентів враховуються сучасні теорії навчання, аналізуються сучасні методи роботи зі студентами за допомогою комп'ютерних технологій. Але при цьому треба врахувати, що всі студенти знаходяться у різних умовах та мають різні технічні можливості. Тому студентам надаються теоретичні матеріали за темами як у вигляді звичайних текстових файлів, які кожен може відкрити на доступному пристрої, так і більш складні презентації з вбудованими відео.

Та не треба виключати і головну задачу фізичного виховання – фізичний розвиток студентів. І тому як під час дистанційного навчання викладач фізичного виховання не має безпосередньої можливості контролювати стан здоров'я студентів, умови в яких займається студент, то під кожним завданням з фізич-

ними навантаженнями існує попередження про заходи безпеки при виконанні вправ.

Оскільки у кожного студента свій психологічний стан, свій рівень впевненості, різні умови навчання, процес оцінки якості знань відбувається за допомогою тестування після опрацювання матеріалів за змістовим модулями навчальної програми і змушувати студентів записувати відео, приймати участь у відеоконференціях з виконанням фізичних вправ зараз недоречно.

На даний час існує багато освітніх платформ, на яких створюються тести і надаються студентам для виконання. Але при цьому треба врахувати такий факт, що у студентів йде досить багато часу на опрацювання лекційного матеріалу, виконання практичних завдань, лабораторних завдань, вирішення тестів з основних предметів. Тому на виконання тестів з такого прикладного предмету як фізичне виховання, їм доцільно надавати більше часу на виконання завдань, щоб уникнути заборгованості з дисципліни.

Висновки

Студенти зараз є такою категорією, яка має самоорганізовуватися, саморозвиватися. Час дистанційної освіти та результати самостійної роботи цілком можливо повноцінно використовувати для формування певних спортивно-ціннісних орієнтирів, які необхідні для самореалізації особистості.

Список літератури

1. Гогіна, Т. І. (2017). Самостійна робота студентів з навчальної дисципліни «Фізичне виховання». Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, 28 с. (in Ukrainian).
2. Головка, Л. О. Самостійна робота студентів - шлях до підвищення якості знань. Методичні рекомендації <http://bcmc.kiev.ua/docs/studentmyselfwork.pdf>
3. Гончаренко, С. У., Олійник П. М., & Федорченко В. К. (2003). Методика навчання і наукових досліджень у вищій школі : навч. посіб. К. : Вища школа, 323 с. (in Ukrainian)
4. Організація самостійної роботи студентів у контексті підвищення якості освіти : тези науково-методичної конференції кафедр університету (2018). <https://kart.edu.ua/wp-content/uploads/2020/04/tezi-nmk-2018.pdf>
5. Тулайдан, В. (2015) Самостійна робота студентів з фізичного виховання. Львів : ФестПрінт, 123 с. (in Ukrainian).

THE ROLE OF SELF-WORK OF STUDENTS AT DISTANCE LEARNING FORMAT

Tymoshenko Volodimir

Separate structural Department "Kramatorsk Professional College of Donetsk National University of Economics and Trade named after Mikhail Tugan-Baranovsky"

The purpose of the study is to determine the main pedagogical conditions for the self-work of students in distance learning and the features of control and assessment of the quality of knowledge.

Material and methods: To achieve this goal, the following research methods were used in the work: analysis and generalization of scientific and methodological material, pedagogical observations, the experience of physical education specialists in organizing independent work in distance learning and my own pedagogical experience in organizing distance learning in physical education.

Results. Features of self-work of students on physical education are outlined; the essence of the stages of independent work is disclosed; the role, place and possibilities of distance learning in physical education for students and teachers are determined.

Conclusions: Students are now such category that should be self-organized, self-developed. The time of distance education and the results of self-work is quite possible to fully use to form certain sports-value guidelines that are necessary for the self-realization of the individual.

Keywords: distance learning, physical education, self-work.

Information about the author:

Tymoshenko Volodimir: e-mail: vladimitimoshenko@gmail.com; Separate structural Department "Kramatorsk Professional College of Donetsk National University of Economics and Trade named after Mikhail Tugan-Baranovsky" 84305, Donetsk region, Kramatorsk, Hanhy Tyschenko street, 14-15, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



ВПЛИВ ОСОБИСТІСНИХ ЯКОСТЕЙ, ЯКІ ВИЗНАЧАЮТЬ УСПІШНІСТЬ СТУДЕНТІВ-БАСКЕТБОЛІСТІВ

Оксана Івченко¹, Катерина Івченко²

¹ДВНЗ Український державний хіміко-технологічний університет

² Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Анотація

Мета дослідження - розглянути вплив емоційної стійкості і психологічних ресурсів студентів-баскетболістів на баскетбольному майданчику.

Результати дослідження. у статті міститься теоретичний аналіз психологічних ресурсів особистості студентів-баскетболістів. Розглядаються основні підходи до дослідження особистісних якостей, що визначають успішність гравців. Виділено низку особистісних рис, властивих спортсменам, які досягають високих результатів: висока емоційна стійкість, впевненість у собі, самоконтроль, наполегливість, свідомість, прагнення лідерству, ініціативність, схильність до ризику, товариськість, мотивація досягнення успіху.

Висновки. Звертаючи увагу на важливість психологічного стану на всіх етапах підготовки студентів-баскетболістів та участі у змаганнях, можна стверджувати, що для розробки методів підвищення успішності спортивної діяльності, необхідно визначити психологічні ресурси баскетболістів. Використання та зміцнення психологічних ресурсів на рівні суб'єкта є одним із ключових факторів успішності студентів-баскетболістів.

Ключові слова: емоційна стійкість, особисті якості, психологічний ресурс, діяльність змагань, спортивні досягнення, спонукання, саморегуляція, студенти-баскетболісти.

Вступ

Відомо, що на ряду з важливими видами підготовки в баскетболі: фізичною, технічною, тактичною, теоретичною, не менш важливою, також є психологічна підготовка. Відомо, що реалізацію будь-якої діяльності, у тому числі й спортивної, знижують нереалістичні і неадекватні стратегії досягнення цілей та наявність фіксованої установки на конкретний спосіб вирішення проблем, надмірне честолубство, потреба у схваленні; неадекватний рівень поставлених цілей і занадто виражена мотивація досягнення у поєднанні з низькою психоемоційною стійкістю та поганою саморегуляцією (Івченко, & Мітова, 2020; Оліщук, 2023). Наступні автори (Є. П. Ільїн, Ю. А. Коломійцев) вважають, що можна виділити ряд особистісних рис, властивих всім спортсменам, які досягають високих результатів, тобто: висока емоційна стійкість, свідомість, впевненість у собі, наполегливість, самоконтроль, ініціативність, схильність до ризику, прагнення до лідерства, товариськість, мотивація досягнення успіху.

Актуальність дослідження обумовлена важливістю висвітлення питання впливу особистісних якостей, які визначають успішність студентів-баскетболістів у спортивних досягненнях.

Мета дослідження - розглянути вплив емоційної стійкості і психологічних ресурсів студентів-баскетболістів на баскетбольному майданчику.

Матеріали і методи

Для досягнення мети дослідження використано наступні методи: теоретичні – аналіз наукової літератури з педагогіки, психолого-педагогічної, навчально-методичної літератури з метою виявлення вихідних положень; узагальнення й систематизація наукових поглядів щодо проблеми проведення практичних занять з теорії і методики викладання спортивних ігор (баскетбол).

Результати

Емоційна стійкість, як психологічний ресурс особистості, виявляється у здібності протистояти несприятливим чинникам, долати стан емоційного порушення і швидко повертатися до стану душевної рівноваги після стресу, наприклад у різноманітних ігрових ситуаціях, які в динамічності своїй, стрімко змінюються. Емоційна стійкість зменшує негативний вплив сильних стресових факторів, сприяє виявленню готовності до дій у напруженій ситуації. Завдяки емоційній стійкості студент-баскетболіст здатен вдало здійснювати необхідну діяльність у складних емоціогенних умовах.

Окрім особистісних якостей, які сприяють досягненню високих результатів, є й низка якостей, що розвиваються завдяки спорту. Так, Є. П. Ільїн стверджує, що з підвищенням майстерності спортсмен стає більш впевненим у собі, вчиться контролювати свою діяльність, прояв емоцій тощо. Тому можна стверджувати, що вирішальним фактором є все ж таки система тренувань, оволодіння тактико-технічними знаннями, моторними навичками і т. д. (Івченко, 2019, 2021; Івченко, & Сищенко, 2023).

Отже, психіка, свідомість та особистісні якості студента-баскетболіста не тільки виявляються, а й формуються під час навчально-тренувальної і змагальної діяльності, а найкращим відпрацюванням психологічної підготовки є участь у змаганнях. Звісно, змагальний досвід в баскетболі - найважливіша умова розвитку якостей особистості студента-баскетболіста, що визначають успішність його виступів. Крім виділення критеріїв та факторів, що сприяють успішності

спортивної діяльності, необхідно також звернути увагу і проаналізувати фактори, які знижують результативність діяльності гравців.

Слід зазначити, що як надмірний рівень тривожності, і повна його відсутність заважають баскетболісту показувати високі спортивні результати. Занижений рівень тривожності зазвичай пов'язаний з недостатнім рівнем мотивації і у цілому низькою зацікавленістю у досягненні високих результатів.

Загалом стійкість спортсмена складається з емоційної зрілості, високої самооцінки, наполегливості, використання продуктивних та усвідомлених стратегій вирішення поставлених завдань (Оліщук, 2023).

Автор (Галажинский, 2001). зазначає, що проблема прояву стійкості не є однозначною, оскільки надмірний прояв цієї якості (гіперстійкість) може викликати неадекватно стереотипні реакції і дії, які сприятимуть блокуванню можливості самореалізації, що відкриваються у взаємодії людини із середовищем.

Якщо студент-баскетболіст надмірно концентрується на досягненні результату, при цьому він має низьку самооцінку і невпевненість у собі, то таке поєднання може викликати підвищену тривожність. Приймаючи рішення, він завжди замислюється над наслідками і про те, що в плані кар'єри та рейтингу може принести програш. Витрачаючи психологічні та психічні ресурси марно на переживання майбутніх подій чи аналіз минулих невдач, гравець цим підвищує рівень стресу. Така модель особистісної поведінки гравців, які проходять підготовку до відповідальних змагань, отримала назву «тривожна» і вважається деструктивною.

До протилежного типу відноситься надмірна концентрація на вирішенні актуальних завдань, на зниженні психічної і емоційної напруги, яка може відбуватись в даний момент. Це може мати прояв у вигляді агресивних і імпульсивних вчинків. Така модель поведінки може перешкоджати дотриманню режиму тренувань, харчування та відпочинку у системі тренувального процесу. Така особистісна модель особистості студентів-баскетболістів, які проходять підготовку до відповідальних змагань, також вважається деструктивною і має назву «імпульсивна» (Галажинский, 2001; Івченко, & Мітова, 2016).

Висновки

Звертаючи увагу на важливість психологічного стану на всіх етапах підготовки студентів-баскетболістів та участі у змаганнях, можна стверджувати, що для розробки методів підвищення успішності спортивної діяльності, необхідно визначити психологічні ресурси баскетболістів. Використання та зміцнення психологічних ресурсів на рівні суб'єкта є одним із ключових факторів успішності студентів-баскетболістів.

Список літератури

1. Галажінський Э. В. (2001). Ригідність як загальносистемна властивість людини та самореалізація особистості. Людина у психології: орієнтири досліджень у новому столітті: матеріали конференції. Караганда, Казахстан: КарГУ, 38–48.
2. Івченко О. М. (2019). Комплексний контроль підготовленості баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки [дисертація]. Дніпро; 327 с.
3. Івченко О. М. (2021). Питання соціально-психологічного клімату в командних видах спорту та гендерні особливості мотивації. *Актуальні проблеми фізичної культури, спорту і здоров'я*: матеріали міжн. наук. інтернет-конф. Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького. – Черкаси, 202 с.
4. Івченко О. М., Аніскевич С. В., Васильєв О. А., & Фесенко Р. Е. (2020). Стан контролю психологічної підготовленості баскетболістів на першій стадії багаторічної підготовки у підготовчому періоді. Міжнародна конференція. Переяслав-Хмельницький. 359–362.
5. Івченко О. М., & Мітова О. О. (2020). Складова психологічної підготовки баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки у підготовчому періоді. *Слобожанський науково-спортивний вісник*, № 4 (78), 37–42.
6. O. Ivchenko, & O. Mitova (2020). Component of psychological training of basketball players at the stage of preliminary basic training in the preparatory period. *Slobozhanskyi herald of science and sport: [scientific and theoretical journal]*. Kharkiv : KhSAPC. Vol. 8 No. 4, 104 p. 69–80.
7. Івченко, О. М., & Мітова, О. О. (2016). Стан контролю психологічної підготовленості баскетболістів на етапі попередньої базової підготовки. *Фізична культура, спорт та здоров'я*: матеріали XV Міжнародної науково-практичної конференції. 30–32.
8. Івченко О. М., & Сищенко К. С. (2023). Властивості психолого-педагогічної діяльності тренера з баскетболу. *Міжнародна науково-практична конференція для освітян «Березневий науковий дискурс 2023»*, Чернігів. 229–231.
9. Оліщук С. (2023). Психолого-педагогічний супровід, як комплексна програма, спрямована на оптимізацію системи підготовки баскетболістів. *IX Всеукраїнська студентська науково-методична конференція «Неолімпійський спорт: історія, проблеми, управління та система підготовки спортсменів»*. Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту. 272–276.

THE INFLUENCE OF PERSONAL QUALITIES WHICH DETERMINE THE SUCCESS OF STUDENT BASKETBALL PLAYERS

Oksana Ivchenko¹, Kateryna Ivchenko²

¹Ukrainian State Chemical and Technological University

²Dnieper State Academy of Physical Culture and Sports

The purpose of the study is to consider the impact of emotional stability and psychological resources of basketball students on the basketball court.

Research results. the article contains a theoretical analysis of the psychological resources of the personality of basketball students. The main approaches to the study of personal qualities that determine the success of players are considered. A number of personal traits characteristic of athletes who achieve high results are highlighted: high emotional stability, self-confidence, self-control, perseverance, awareness, aspiration for leadership, initiative, propensity to take risks, sociability, motivation to achieve success.

Conclusions. Paying attention to the importance of the psychological state at all stages of training basketball students and participation in competitions, it can be argued that in order to develop methods of increasing the success of sports activities, it is necessary to determine the psychological resources of basketball players. The use and strengthening of psychological resources at the subject level is one of the key factors in the success of basketball students.

Key words: emotional stability, personal qualities, psychological resource, competition activity, sports achievements, motivation, self-regulation, basketball students.

Information about the authors:

Oksana Ivchenko: basket.ivchenko@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0003-0806-0860>; Ukrainian State University of Chemistry and Technology, Gagarin Avenue, 8, Dnipro, 49000, Ukraine;

Kateryna Ivchenko: ivcenkokata207@gmail.com; Pridneprovsk State Academy of Physical Culture and Sports, str. Lamana, 2 A, Dnipro, 49000, Ukraine

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ ТРЕНЕРА

Дороніна Вікторія

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – теоретико-методично визначити психолого-педагогічні особливості особистості тренера, які впливають на покращення результативності виступу спортсменів на змаганнях.

Результати дослідження. Майстерність тренера базується на чотирьох компонентах: педагогічній спрямованості, знаннях і професійно важливих якостях. Людина завжди є членом того або іншого суспільного колективу, який значною мірою визначає і формує індивідуальні риси його особистості. Успіхи спортсменів багато в чому залежать від особистості тренера - його знань, педагогічного таланту, авторитету, волі, здібності до творчого узагальнення. До професійно важливих якостей особистості тренера відносяться: світоглядні, етичні, комунікативні, вольові, інтелектуальні, рухові. Тренер сам здатний побудувати сприятливі взаємовідносини зі своїми учнями; індивідуальний стиль керівництва.

Висновки. Психолого-педагогічні особливості тренера включають наступні елементи професійної готовності тренера-викладача до ефективної діяльності: 1) психологічна готовність (мотиваційна, інтелектуальна, особистісна: вольові, емоційні якості характеру та ін.); 2) педагогічна готовність (володіння теорією та методикою спортивного тренування, методами та прийомами спілкування та педагогічного впливу на вихованців); 3) фізична готовність (певний ступінь розвитку рухових якостей (сили, швидкості, витривалості, спритності тощо); 4) техніко-тактична готовність (володіння прийомами та діями, технікою обраного виду спорту; технікою безпеки та ін.).

Ключові слова: тренер, особистість, психолого-педагогічна готовність

Вступ

Зі значним зростанням технічної оснащеності сучасної людини, раніше цінні рухові вміння та навички часто стають непотрібними, оскільки перенасичена інформація відволікає багато людей і викликає зниження рухової активності, особливо серед дітей і молоді. В аспекті підготовки тренерів-викладачів доцільно переглянути позицію стосовно спорту як виду діяльності, який стосується лише окремих груп людей, переважно дитячого та юнацького віку, та підготовки їх до участі в змаганнях різного рівня. Важливим є те, що спорт має значний педагогічний потенціал, а саме:

- спорт стимулює повсякденний контроль рівня функціональної підготовленості;
- спорт є засобом об'єктивної оцінки якості навчальних програм та методики функціональної та техніко-тактичної підготовки в спортивній, виробничій та професійній діяльності;

– спорт задовольняє біологічну потребу у фізичних і психічних стресах «позитивного» забарвлення.

Вивчення особистості тренера почалося в середині ХХ століття. Ряд вчених-психологів внесли величезний внесок у вивчення цього питання. У кінці 60-х років в Англії англієць Хендрі намагався виявити особові особливості, необхідні ідеальному тренеру, і опитав для цього спортсменів і самих тренерів. Великий внесок у вивчення особистості тренера внесли такі дослідники як М. Мосстон, Джон Лой, Джон Вуден, Баррі Хуссман, Ніл і ряд інших зарубіжних вчених-психологів. Відомий автор (Воронко, 2007) визначає роботу у цьому напрямку таких психологів як Л. Крічевський, Н. Леонтьєв, І. Решетень.

Мета дослідження – визначити психолого-педагогічні особливості особистості тренера, які впливають на покращення результативності виступу спортсменів на змаганнях.

Матеріал і методи

Для досягнення мети дослідження використано наступні методи: теоретичні – аналіз наукової літератури з педагогіки, соціології, соціальної педагогіки, філософії, дані соціально-педагогічної, психолого-педагогічної, навчально-методичної літератури з метою виявлення вихідних положень; синтез, порівняння, узагальнення й систематизація наукових поглядів.

Результати дослідження

Структуру особистості тренера ми виділяємо чотири фактори. У перший фактор входять світоглядні і етичні якості особистості тренера, що визначають мотиваційну спрямованість його педагогічної діяльності, стійке бажання і прагнення здати учням соціальний і професійний досвід спортивної діяльності. У другій фактор виділяються придбані в процесі професійної діяльності якості тренера: здатність організувати навчання і відпочинок вихованця; професійно-ділові якості; звички і традиції, що схвалюються в дитячому спортивному колективі. Так, до ділових якостей тренера відносяться: знання конкретного вигляду спорту і володіння конкретними спортивними уміннями; якість викла-

дання, організаторські здібності, відношення до роботи, вимогливість, суворість, принциповість, об'єктивність (Бріскін, 2000).

У третьому факторі виділяємо індивідуально-психологічні риси: ерудиція, розум, пам'ять, мислення, почуття сопереживання, воля, емоції. У число емоційно-вольових якостей, наприклад, входять: урівноваженість (витримка, самовладання), терплячість, рішучість, життєрадісність (веселість, почуття гумору).

Останній фактор характеризується динамічними властивостями особистості тренера: віком, підлогою, темпераментом і ін. Такий підхід дозволяє зрозуміти спільні і специфічні риси особистості тренера. Щоб встановити, чи відповідає тренер вимогам виховальної діяльності, треба виявити у нього певні властивості (риси) особистості, що задовольняють цим вимогам. Але це повинен бути не просто набір властивостей, а деяка їх структура, що свідчить про ведучі якості тренера (Водянюк, 2004).

Різні дослідження майстерності тренера показують наступне. Домінуючими якостями тренера для дітей є те, що він: вчить любити спорт, любить дітей, допомагає у важку хвилину, не жаліє вільного часу, допомагає в становленні особистості, контролює успішність в школі, допомагає в розв'язанні життєво важливих питань. Природно, цей перелік якостей не остаточний.

Велику увагу дослідженням якостей тренера приділяють зарубіжні вчені. Так, дослідник (Бризак, 2007) посилаючись на Д. Вудена вважає, що робота тренера адекватна роботі вчителя на всіх рівнях, включаючи як учбову, так і позашкільну роботу. Вони встановили, що: 1) оволодіння фактичним матеріалом залежить від ясності і виразності викладу, від уміння викладача підносити матеріал що навчається; 2) міра розуміння матеріалу учнями залежить від енергійності вчителя і його манери викладу матеріалу; 3) доброзичлива атмосфера в групі залежить від поведінки вчителя, який повинен помірно контролювати тих, що навчаються, і допускати певну свободу їхніх дій.

Висновки

Психолого-педагогічні особливості тренера включають наступні елементи професійної готовності тренера-викладача до ефективної діяльності: 1) психо-

логічна готовність (мотиваційна, інтелектуальна, особистісна: вольові, емоційні якості характеру та ін.); 2) педагогічна готовність (володіння теорією та методикою спортивного тренування, методами та прийомами спілкування та педагогічного впливу на вихованців); 3) фізична готовність (певний ступінь розвитку рухових якостей (сили, швидкості, витривалості, спритності тощо); 4) техніко-тактична готовність (володіння прийомами та діями, технікою обраного виду спорту; технікою безпеки та ін.).

Список літератури

1. Бринзак С. (2007). Координатно-соціограмний аналіз міжособистісних стосунків членів спортивної команди. *Молода спортивна наука України* : зб. наук. пр. з галузі фіз.культури та спорту. Л. Вип. 11, т. 4. 177–181.
2. Бріскін Ю. (2000). Структура та зміст навчальної дисципліни «Професійна майстерність фахівців олімпійського та професійного спорту». *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Зб. наук. пр. 19–22.
3. Воляннюк Н.Ю. (2004). Готовність до професійно-педагогічної діяльності тренера-викладача, як показник суб'єктності. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С.Костюка АПН України*. 90–96.
4. Воронко Л.А. (2007). Особливості професійного спілкування як важливий компонент педагогічної майстерності тренера фізичної культури. *Чернігівського державного педагогічного університету ім.Т. Г. Шевченка*. Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Чернігів. 28–32.

STUDY OF PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL FEATURES OF THE PERSONALITY OF THE COACH

Victoria Doronina

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study is to theoretically and methodically determine the psychological and pedagogical features of the personality of the coach, which affect the improvement of the performance of athletes in competitions.

Results of the study. The skill of the trainer is based on four components: pedagogical orientation, knowledge and professionally important qualities. A person is always a member of a particular social collective, which largely determines and forms the individual features of his personality. The success of athletes largely depends on the personality of the coach - his knowledge, pedagogical talent, authority, will, ability to creative generalization. Professionally important qualities of the trainer's personality include: worldview, ethical, communicative, strong-willed, intellectual, motor. The coach himself is able to build favorable relationships with his students; individual style of coach management is due to the personal qualities of the coach.

Conclusions. Psychological and pedagogical features of a trainer include the following elements of a trainer- teacher's professional readiness for effective activity: 1) psychological readiness (motivational, intellectual, personal: strong-willed, emotional qualities of character, etc.); 2) pedagogical readiness (knowledge of the theory and methodology of sports training, methods and techniques of communication and pedagogical influence on pupils); 3) physical readiness (a certain degree of development of motor qualities (strength, speed, endurance, dexterity, etc.); 4) technical and tactical readiness (mastery of techniques and actions, techniques of the chosen sport; safety techniques, etc.).

Key words: coach, personality, psychological and pedagogical readiness.

Information about the authors:

Doronina Victoria: doronina@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023

РОЗДІЛ 2. ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ СПЕЦІАЛІСТІВ ІЗ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ У ВИЩІЙ ШКОЛІ

ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УКРАЇНІ В КОНТЕКСТІ ЄВРОПЕЙСЬКИХ ВИМОГ

Анна Величко, Юлія Мусхаріна

Державний вищий навчальний заклад «Донбаський державний педагогічний університет»

Анотація.

Мета дослідження - визначити рівень професійної компетентності вчителів фізичної культури в Україні в контексті європейських стандартів.

Матеріали та методи. Задля вирішення завдань були застосовані такі методи дослідження: аналіз нормативно-правових документів, статистичних даних, результатів наукових досліджень; розрахунок показників ефективності підготовки вчителів фізичної культури, аналіз результатів анкетування і опитування студентів; проведення експерименту, спостереження за роботою вчителів фізичної культури.

Результати дослідження свідчать про те, що адаптація української системи підготовки вчителів фізичної культури до європейських вимог є необхідною для забезпечення якості освіти в галузі фізичної культури та спорту. Для цього необхідно внести зміни в зміст навчальних програм, впровадити в освітній процес інноваційні методи та технології навчання, а також підвищити кваліфікацію викладачів вищих навчальних закладів, які готують вчителів фізичної культури.

Висновки. Дослідження показало, що стан підготовки вчителів фізичної культури в Україні в цілому відповідає європейським стандартам. Однак є певні недоліки, які необхідно усунути. Для цього необхідно внести зміни в зміст навчальних програм, впровадити в освітній процес інноваційні методи та технології навчання, а також підвищити кваліфікацію викладачів вищих навчальних закладів, які готують вчителів фізичної культури. Реалізація цих заходів сприятиме підвищенню якості підготовки вчителів фізичної культури в Україні та розвитку фізичної культури та спорту в Україні.

Ключові слова: вчитель фізичної культури, євроінтеграція, професійна компетентність.

Вступ

В Україні, як і в багатьох інших європейських країнах, розвиток освіти та підвищення професійного рівня вчителів є актуальною та стратегічною метою. Однією з ключових галузей освіти є фізична культура, яка відіграє важливу роль у формуванні здорового способу життя учнів та розвитку їхніх фізичних здібностей. У контексті європейських вимог до освіти стає дедалі важливішим забезпечити, щоб учителі фізичної культури були професійно компетентними і готовими впливати на розвиток молодого здорового покоління.

Питання професійної підготовки майбутніх вчителів фізичної культури в Україні, в тому числі й у контексті європейських вимог, є предметом дослідження багатьох українських науковців таких як Стецюк І., Смірнова О., Ковальчук Т., Лук'янов О., Кучеренко О. та інш. У дослідженнях обґрунтовується необхідність адаптації української системи підготовки вчителів фізичної куль-

тури до європейських вимог, визначаються основні її напрями та пропонуються рекомендації щодо реалізації.

Мета дослідження – визначити рівень професійної компетентності вчителів фізичної культури в Україні в контексті європейських стандартів.

Матеріали та методи

Задля вирішення завдань дослідження були застосовані такі методи: аналіз нормативно-правових документів, статистичних даних, результатів наукових досліджень; розрахунок показників ефективності підготовки вчителів фізичної культури, аналіз результатів анкетування і опитування студентів; проведення експерименту, спостереження за роботою вчителів фізичної культури.

Результати дослідження

Професійна компетентність вчителів фізичної культури в Україні – це не лише знання та вміння передавати їх учням, а й здатність заохочувати активний та здоровий спосіб життя. У контексті європейських вимог це включає в себе адаптацію до сучасних технологій, використання інноваційних методик та врахування різноманіття учнівської аудиторії.

Для ефективності навчання важливо враховувати культурні та соціальні особливості студентів, адаптувати програми до їхніх потреб та враховувати принципи інклюзивної освіти. Одним із найважливіших аспектів є співпраця з батьками та громадськістю для створення сприятливого середовища для розвитку фізичної активності.

Серед позитивних результатів дослідження можна відзначити: відповідність нормативних документів, що регламентують підготовку вчителів фізичної культури в Україні, європейським стандартам; збільшення кількості студентів, які навчаються на спеціальностях: 014 Середня освіта (Фізична культура), 017 Фізична культура і спорт; позитивний вплив підготовки вчителів фізичної культури в Україні на їх професійну діяльність; достатній рівень їх професійної компетентності; задоволеність студентів, які навчаються на цих спеціальностях, якістю підготовки.

Але результат аналізу наукової літератури та освітніх програм дозволяє констатувати наступне: у змісті освітніх програм підготовки майбутніх вчителів фізичної культури недостатня увага приділяється таким важливим аспектам, як формування цінностей, мотивації та життєвих компетентностей, розвиток критичного мислення та творчості, формування екологічної компетентності; недостатньо широко використовуються інноваційні методи, технології навчання та відповідна недостатня готовність фахівців до їх використання.

Тож, результати дослідження свідчать про те, що адаптація української системи підготовки майбутніх вчителів фізичної культури до європейських вимог є необхідною для забезпечення якості освіти в галузі педагогіки, фізичної культури та спорту. Для цього необхідно внести зміни в зміст освітніх програм, навчальних програм фахових дисциплін, впровадити в освітній процес інноваційні методи та технології навчання, а також постійно підвищувати кваліфікацію викладачів закладів вищої освіти, які забезпечують підготовку майбутніх учителів фізичної культури. Забезпечення доступу до сучасного обладнання та інфраструктури також відіграє важливу роль у формуванні професійної компетентності. Вчителі повинні мати змогу використовувати сучасні засоби для залучення учнів до фізичної активності та спорту.

Висновки

Дослідження показало, що стан підготовки вчителів фізичної культури в Україні в цілому відповідає європейським стандартам. Однак є певні недоліки, які необхідно усунути. Для цього необхідно внести зміни в зміст навчальних програм, впровадити в освітній процес інноваційні методи та технології навчання, а також підвищувати кваліфікацію викладачів закладів вищої освіти, які готують вчителів фізичної культури. Реалізація цих заходів сприятиме підвищенню якості підготовки майбутніх вчителів фізичної культури та розвитку фізичної культури та спорту в Україні.

Список літератури

1. Котова, О. В. & Сопотницька, О. В. (2020). Теоретичні та методичні засади системи професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до педагогічної діяльності. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*. 1 (332), 237–247. <http://dspace.luguniv.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/6401/1/23.pdf>

2. Лук'янов, О. В. & Кучеренко, О. В. (2023). Професійна компетентність вчителя фізичної культури в контексті європейських вимог. *Теорія і практика фізичної культури*. (4), 23–28.
3. Павлик, Н. В. (2021). Особливості психологічної готовності сучасного педагога до творчої професійної діяльності в умовах Нової української школи. наук.-аналіт. доп. Нац. акад. пед. наук України, Ін-т педагогічної освіти і освіти дорослих ім. Івана Зязюна. Київ . Пед. думка, 23 с.
4. Потужний, О. В. & Поліщук, В. В. (2022). Здоров'язбережувальна освіта та формування її компетентностей у студентів в освітньому середовищі. *Науковий журнал вісник Черкаського національного університету імені Б. Хмельницького. Серія Педагогічні науки*. (1), 124–130.
5. Чернявська, О. А. (2012). Проблема реалізації компетентнісного підходу у процесі фізичного виховання учнів професійно-технічних навчальних закладів. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. Харків: ХДАФК, 5(2), 141–143.
6. Шевченко, М. О., Мельник, С. А., Котенджи, Л. В., & Михнюк, О. В. (2023). Європейський досвід формування та становлення особистості викладача фізичної культури. *Академічні візії*, (16). <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/186>
7. Шиян, О. & Афанасьєв, Д. (2017). Особливості формування професійної компетентності вчителів фізичної культури. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць*. (4), 307–311.

THE FORMATION OF PROFESSIONAL COMPETENCE OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS IN UKRAINE IN THE CONTEXT OF EUROPEAN STANDARDS

Anna Velychko, Yuliia Muskharina

Donbas State Pedagogical University

The purpose of this study was to determine the level of professional competence of physical education teachers in Ukraine in the context of European standards.

Materials and methods. The study used the following materials: Laws of Ukraine, the Concept of the Development of Physical Culture and Sports, the European Standard for Higher Education, and the Qualification Characteristics Handbook. The following research methods were used to achieve the objectives: analysis of regulatory documents, statistical data, and research results; calculation of indicators of the effectiveness of physical education teacher training; analysis of the results of surveys and interviews with students; conducting an experiment and observing the work of physical education teachers.

Results. The study found that the state of physical education teacher training in Ukraine generally meets European standards. However, there are some shortcomings that need to be addressed. These include: Lack of attention to the formation of values, motivation, and life skills, the development of critical thinking and creativity, and the formation of environmental competence in the content of curricula; Insufficient use of innovative teaching methods and technologies in the practice of training.

Conclusions. The study showed that the state of training of physical culture teachers in Ukraine generally meets European standards. However, there are certain drawbacks that need to be addressed. For this, it is necessary to make changes in the content of educational programs, to introduce innovative teaching methods and technologies into the educational process, as well as to improve the qualifications of teachers of higher educational institutions who train physical education teachers. The implementation of these measures will contribute to the improvement of the quality of training of physical education teachers in Ukraine and the development of physical education and sports in Ukraine.

Keywords: physical education teacher, european integration, professional competence.

Information about the authors:

Velychko Anna: a.velichko1999@gmail.com; <https://orcid.org/0009-0007-1178-4284> Aspirant of the specialty 015 Professional Education, Donbass State Pedagogical University, Batyuk Street, Sloviansk, 84112, Ukraine.

Muskharina Yuliia: musharina_u@ukr.net; ORCID: 0000-0001-7080-5013

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate professor, Department of Medical and Biological Fundamentals of Life Protection and Civil Defense, Donbass State Pedagogical University, Batyuk St., Sloviansk, 84112, Ukraine,

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ПРОЄКТУВАННЯ ЦИКЛУ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ-ВИКЛАДАЧІВ

Олександр Єрмоленко, Маргарита Міщенко

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – науково-теоретичне обґрунтування необхідності оптимізації процесу професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів на основі проєктування циклу професійної підготовки з використанням інваріативного кластеру та варіативних профільних навчальних компонентів.

Матеріали і методи: теоретико-методологічні дослідження вчених, класифікація, ідеалізація та педагогічне моделювання, з'ясування причинно-наслідкових зв'язків, спостереження, методи порівняння, синтезу, аналізу.

Результати. Практична реалізація циклу професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів здійснюється з допомогою профільних компонентів курсу. Процес формування компонентів складається з алгоритму дій. На першому етапі необхідно сформувати центросферу формування професійних компетентностей тренерів-викладачів. На другому етапі, необхідно виділити систему основоположних ідей, законів, положень (інваріантів). Зазначені компоненти характеризуються варіативністю та можуть піддаватися модифікаціям під час зміни змісту та структури професійної освіти. Продуктивність реалізації циклу професійної підготовки з використанням інваріативного кластеру та варіативних профільних навчальних компонентів забезпечується дидактичним комплексом.

Висновки. Пропонована педагогічна модель проєктування циклу професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів з використанням інваріативного кластеру та варіативних профільних навчальних компонентів дозволить оптимізувати процес підготовки та створить концептуальні та прогресивні підходи у навчанні.

Ключові слова: інваріативний кластер, модель, проєктування, професійна підготовка, тренер-викладач.

Вступ

Триваючі євроінтеграційні процеси та розвиток сучасної наукової думки суттєво позначилися на вимогах до структури та змісту підготовки майбутніх кадрів і визначення педагогічної скерованості суб'єктів діяльності у сфері фізичної культури і спорту. Комплекс завдань з підготовки висококваліфікованих, конкурентоздатних фахівців сфери фізичної культури і спорту, які володіють здатностями до самоосвіти та самореалізації, творчого пошуку, повинні вирішуватись сучасними дидактичними засобами. Проте, для сучасної практики навчання здобувачів освіти у профільних закладах вищої освіти характерним є традиційний підхід до змісту професійної підготовки. Продовжує переважати пояснювально-ілюстраційний характер навчання, пропоновані навчальні компоненти мають слабкий зв'язок з майбутньою професійною діяльністю, відсутні компоненти активної самостійної роботи та індивідуалізація навчання. Тому існуюча система підготовки майбутніх тренерів-викладачів потребує модернізації та уточнення її змісту та структури.

Аналіз сучасної наукової думки та досвіду закладів вищої освіти з питань підготовки майбутніх тренерів-викладачів (М. М. Василенко, Г. П. Васянович, В. Г. Григоренко, І. А. Зязюн, Т. Ю. Круцевич, Є. О. Павлюк, В. М. Пристинський, А. В. Свасьєв, Б. В. Сермєєв, Л. П. Сущенко, О. В. Тимошенко, А. В. Цьось, Ю. М. Шкребтій) дозволяє зробити висновок про відсутність ефективної траєкторії підготовки майбутніх тренерів викладачів. У підготовці сучасного фахівця провідну роль повинні відігравати питання інтеграції та диференціації наукового знання. Зазначені аспекти обумовлюють необхідність поєднувати планування компонентів циклу професійної підготовки з орієнтацією на кінцевий результат, на багатофункціональну діяльність майбутніх тренерів-викладачів, що є складною категорією в умовах реалізації вузької скерованості процесу навчання.

Таким чином, одним з актуальних та своєчасних напрямків оптимізації процесу професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів є проєктування циклу професійної підготовки на основі поєднання інваріативного кластеру та варіативних профільних навчальних компонентів.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Роботу виконано згідно плану НДР кафедри ДК-03-2021 «Система професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів з фізичної культури і спорту у закладах вищої освіти».

Мета дослідження – науково-теоретичне обґрунтування необхідності оптимізації процесу професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів на основі проєктування циклу професійної підготовки з використанням інваріативного кластеру та варіативних профільних навчальних компонентів.

Матеріали і методи

У дослідження використовувались наступні методи: теоретико-методологічні дослідження вчених, класифікація, ідеалізація та педагогічне моделювання, з'ясування причинно-наслідкових зв'язків, спостереження, методи порівняння, синтезу, аналізу.

Результати дослідження

Практична реалізація циклу професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів здійснюється з допомогою профільних компонентів курсу. До профільних компонентів ми відносимо сукупність компонентів програм, моделей, конструкцій, технологій навчання які забезпечують професійну скерованість циклу підготовки. Процес формування зазначених компонентів передбачає реалізацію певного алгоритму дій. На першому етапі нам необхідно сформувати центросферу формування професійних компетентностей тренерів-викладачів, яка складається з: мотиваційно-пізнавального компоненту, когнітивного компоненту, операційно-діяльнісного компоненту, рефлексивно-оціночного компоненту. На другому етапі, необхідно виділити систему основоположних ідей, законів, положень (інваріантів), які зберігають своє значення і зміст у всіх явищах, фактах та предметних областях. Зазначена інваріативна складова формує фундаментальне теоретичне ядро. На його основі формуються предметні профільні компоненти, до яких ми відносимо специфічні складові циклу професійної підготовки тренерів-викладачів. Зазначені компоненти характеризуються варіативністю та можуть піддаватися модифікаціям під час зміни змісту та структури професійної освіти. Таким чином, вибудовується педагогічна модель, яка представляє змістовну складову циклу професійної підготовки у вигляді теоретичного інваріативного кластеру та варіативних профільних навчальних компонентів, які відображають характер міжпредметних зв'язків.

На основі запропонованої педагогічної моделі пропонується використання наступних принципів розробки професійно орієнтованих програм які концентруються у: 1) збереженні класичних компонентів центросфери навчального курсу; 2) цілісній циклічній будові курсу; 3) гнучкості та динамічності побудови програми, яка допускає варіативний зміст; 4) методичній сполученості фундаментальної теоретичної складової та прикладних профільних компонентів; 5) взаємодії змістовного та хронологічного аспектів фундаментальних та прикладних компонентів.

Продуктивність реалізації циклу професійної підготовки з використанням інваріативного кластеру та варіативних профільних навчальних компонентів забезпечується дидактичним комплексом, до якого відносяться практичні індивідуальні завдання з розробки модельних тренувальних завдань, практичні індивідуальні завдання з підготовки алгоритмізованої програми методики початкового навчання техніки з виду спорту, практичні індивідуальні завдання з моделювання комплексу вправ для навчання та вдосконалення техніки з виду спорту.

Висновки

Пропонована педагогічна модель проектування циклу професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів з використанням інваріативного кластеру та варіативних профільних навчальних компонентів дозволить оптимізувати процес підготовки та створить концептуальні та прогресивні підходи у навчанні.

Список літератури

1. Дутчак, М. (2020). Сучасна концепція кадрового забезпечення сфери фізичної культури і спорту в Україні. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. Вип. 2. 124–129.
2. Горбенко, О. В. (2002). Науково-методичне обґрунтування кадрової потреби сфери фізичної культури і спорту в Україні : автореф. дис. ... канд. наук. з фіз. виховання та спорту. Львів,. 19 с.
3. Завальнюк О. В. 2014. Науково-методичне забезпечення професійної підготовки фахівців з фізичного виховання та спорту в системі післядипломної освіти. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ. Вип. 5 (48). 59–63.
4. Клопов, Р. В. (2010). Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту із застосуванням інформаційних технологій: теорія і практика: монографія. Запоріжжя. 386 с.
5. Степанченко, Н. І. (2017). Система професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання у вищих навчальних закладах : дис. ... докт. пед. наук ю Вінниц. держ. пед. ун-т ім. М. Коцюбинського. Вінниця, 629 с.
6. Сущенко, Л. П. (2003). Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах : автореф. дис. ... докт. пед. наук. Київ, 46 с.

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL ASPECTS OF DESIGNING THE PROFESSIONAL TRAINING CYCLE OF FUTURE TEACHER COACHES

Oleksandr Yermolenko, Margarita Mishchenko

Donbas State Machine-Building Academy

The purpose of the study is scientific and theoretical substantiation of the need to optimize the process of professional training of future teacher trainers based on the design of the professional training cycle using an invariant cluster and variable profile training components.

Materials and methods: theoretical and methodological research of scientists, classification, idealization and pedagogical modeling, clarification of cause and effect relationships, observation, methods of comparison, synthesis, analysis.

Results. Practical implementation of the cycle of professional training of future trainers-teachers is carried out with the help of profile components of the course. The process of forming components consists of an algorithm of actions. At the first stage, it is necessary to form the centrosphere of formation of professional competences of trainers-teachers. At the second stage, it is necessary to highlight the system of fundamental ideas, laws, provisions (invariants). The specified components are characterized by variability and may undergo modifications during changes in the content and structure of professional education. The productivity of the professional training cycle implementation using the invariant cluster and variable profile training components is provided by the didactic complex.

Conclusions. The proposed pedagogical model of designing the cycle of professional training of future trainers-teachers using an invariant cluster and variable profile educational components will allow to optimize the training process and create conceptual and progressive approaches in education.

Key words: invariant cluster, model, design, professional training, trainer-teacher.

Information about the authors:

Yermolenko Oleksandr: vaks83@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0002-8580-7553> Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Mishchenko Margarita: margarita1608mmk@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Jablonec nad Nisou, 46601, Czech Republic.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



ОСОБЛИВОСТІ СТАВЛЕННЯ ДО НАВЧАЛЬНИХ ДИСЦИПЛІН З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ СЕРЕД СТУДЕНТІВ 1–4 КУРСІВ

Сергій Черненко¹, Юрій Долинний¹, Олег Олійник¹, Ігор Нестеренко²

¹Донбаська державна машинобудівна академія

²Донецьке обласне відділення Комітету з фізичного виховання та спорту МОН України

Анотація

Мета дослідження – визначити загальне ставлення майбутніх тренерів-викладачів до змісту навчальної діяльності у закладі вищої освіти

Матеріали і методи. У дослідженні взяли участь студенти 1-го курсу (n = 26); 2-го курсу (n = 21); 3-го курсу (n = 25); 4-го курсу (n = 16). Було організовано по 1 групі на кожному курсі, що склало 4 дослідних груп. Для вирішення завдань були застосовані такі методи дослідження: вивчення та аналіз науково-методичної літератури, анкетування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики (середнє арифметичне, параметри розподілу у вибірці).

Результати. Наведені результати дослідження свідчать про зміни уявлення значущості предметів у сфері ФКС майбутніми тренерами, так у студентів першого курсу вагоме значення для формування професійних компетентностей має цикл дисциплін природничої та фахової підготовки. У здобувачів освіти 2 курсу спостерігається більший перелік предметів професійної підготовки з високим рівнем оцінювання, також зменшення інтересу до наук гуманітарних та природничих. Визначається високий рівень обрання майбутніми тренерами-викладачами 3 - 4 курсу дисциплін професійного та практичного напрямку («Підвищення професійної майстерності за обраним видом спорту» (9,2), «Загальна теорія підготовки спортсменів» «ТМФВ» та «ТМВОВС» (8,6), «Практика за профілем майбутньої роботи» (9,1), «Педагогічна практика» (8,9), «Ознайомча практика» та «Тренерська практика»).

Висновки. В процесі навчання у здобувачів освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» спостерігається зменшення рівня значущості дисциплін соціально-гуманітарних, фундаментальних та природничих наук, що впливають на формування загальнолюдських пріоритетних цінностей у суспільстві та розуміння основних законів розвитку організму людини і природного середовища. У майбутніх тренерів-викладачів з 3 – 4 курсу вагоме значення для формування компетентностей має цикл дисциплін спрямованих на теоретичну, професійну та практичну підготовленість у закладі вищої освіти.

Ключові слова: навчальні дисципліни, тренера-викладачі, освітні компоненти, здобувачі освіти, студенти.

Вступ

Зміни освітньої парадигми в Україні спрямовані на модернізацію вищої школи та підготовку майбутніх фахівців високої кваліфікації, які можуть конкурувати на ринку праці. Останнім часом в педагогічній теорії все більше акцентується уваги на особливості організації навчання в такий спосіб:

- парадигми з акцент на результатах навчання (отримання знань, умінь, навичок на основі «поглиблення» різноманітних навчальних програм) (Худолій & Іващенко, 2008; Selma C. Пасо, Joji D. Linaugo, 2023);
- парадигма з акцент на засобах навчання (технократична, знаходить прояв у своєрідному світогляді, основними рисами якого є верховенство засобів над ціллю, задач освіти над сенсом, технології цивілізації над загальнолюдськими інтересами, техніки над цінностями) (Denysova, Byshevets, Shynkaruk, Imas,

Suschenko, Bazylchuk, Oleshko, Syvash, Tretiak, 2020; Yoga Nindhita, Budiyanto, Djarwoto, 2022; Behxhet Gaxhiqi, 2023);

- парадигма з акцент на змісті (містить у собі ідею, що навчати потрібно лише тому, що в майбутньому принесе учню користь та переваги на ринку праці) (Худолій, Іващенко & Карунець, 2012; Прокопова Л. І. 2020).

Отже, незважаючи на значення проведених наукових пошуків та науково-методичних розробок, недостатньо адекватно забезпечують інформативність у напрямку оцінювання студентами 1 – 4 курсів впливу змісту дисциплін на професійну освіту галузі ФКС.

Зв'язок роботи з науковими програмами. Робота виконана відповідно до плану науково дослідної роботи кафедри фізичного виховання і спорту Донбаської державної машинобудівної академії.

Мета дослідження – визначити загальне ставлення майбутніх тренерів-викладачів до змісту навчальної діяльності у закладі вищої освіти.

Матеріали і методи

У дослідженні взяли участь здобувачі освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» Донбаської державної машинобудівної академії м. Краматорська (2022/2023 н. р). У дослідженні прийняли участь 88 студентів. З них майбутні тренери-викладачі 1-го курсу (n = 26); 2-го курсу (n = 21); 3-го курсу (n = 25); 4-го курсу (n = 16).

Для вирішення поставлених завдань були використані методи дослідження: вивчення та аналіз науково-методичної літератури, анкетування, констатувальний експеримент, методи математичної статистики (середнє арифметичне, параметри розподілу у вибірці).

Результати

Для студентів першого курсу вагоме значення для формування професійних компетентостей має цикл дисциплін природничої та фахової підготовки (Фізіологія людини, ТМБОВС, Загальна і спортивна психологія Практика за профілем майбутньої роботи). У здобувачів освіти 1 курсу спостерігається більший перелік предметів професійної підготовки з середнім рівнем значущості.

У здобувачів освіти 2 курсу спостерігається більший перелік предметів професійної підготовки з високим рівнем значущості, а саме: «Теорія і методика викладання гімнастики» (8,6 бали); «Теорія і методика викладання спортивних ігор» (баскетбол-9,0 бали), (футбол-8,8 бали); ПСМ (8,9 бали), «Теорія і методика викладання силових видів спорту», «Теорія і методика викладання обраного виду спорту» та «Педагогічна практика» (8,8 балів), «Основи теорії здоров'я» (8,9 бали).

Визначається високий рівень обрання майбутніми тренерами-викладачами 3-4 курсу дисциплін професійного та практичного напрямку («Підвищення професійної майстерності за обраним видом спорту» (9,2), «Загальна теорія підготовки спортсменів» «ТМФВ» та «ТМВОВС» (8,6), «Практика за профілем майбутньої роботи» (9,1), «Педагогічна практика» (8,9), «Ознайомча практика» та «Тренерська практика»).

Порівняльного аналізу значущості дисциплін у студентів 1 – 4 курсів показує, що у майбутніх тренерів-викладачів з першого курсу до четвертого курсу відбувається зростання середньостатистичних показників циклу обов'язкових фахових дисциплін та практичної підготовленості («Підвищення професійної майстерності за обраним видом спорту» (9,2), «Загальна теорія підготовки спортсменів» «ТМФВ» та «ТМВОВС» (8,6), «Практика за профілем майбутньої роботи» (9,1), «Педагогічна практика» (8,9), «Ознайомча практика» та «Тренерська практика»). Одночасно слід зазначити, що в процесі навчання у виші спостерігається зменшення рівня значущості дисциплін соціально-гуманітарних, фундаментальних та природничих наук (Іноземна мова, Історія України, Філософія, Нові інформаційні технології, Біохімія, Біомеханіка, Основи наукових досліджень).

Підтримуємо твердження (Степанченко, 2017), що у студентів спостерігається низький рівень значущості освітніх компонентів (Нові інформаційні технології, Біомеханіка, Основи наукових досліджень). Підтверджено, що знання студентів про майбутню професійну діяльність тренера-викладача орієнтовані, переважно, на дисципліни професійної підготовки (Вацеба ОМ, 2005).

Висновки

У процесі навчання у здобувачів освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» спостерігається зменшення рівня значущості дисциплін соціально-гуманітарних, фундаментальних та природничих наук, що впливають на формування загальнолюдських пріоритетних цінностей у суспільстві та розуміння основних законів розвитку організму людини і природного середовища. У майбутніх тренерів-викладачів з 3 – 4 курс вагоме значення для формування компетентностей має цикл дисциплін спрямованих на теоретичну, професійну та практичну підготовленість у закладі вищої освіти.

Список літератури

1. Худолій, О. М., & Іващенко О. В. (2008). Проблеми викладання дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» в процесі підготовки вчителя фізичної культури *Теорія і методика фізичного виховання*, (2), 19–34.
2. Selma, C., Paco1, & Joji D. (2023). Linaugo Concept Retention among Senior High School Science, Technology, Engineering, and Mathematics (STEM) Students Exposed to aStrategic Intervention Material (SIM) *Technium Social Sciences Journal* Vol. 41, 72– 81.
<https://techniumscience.com/index.php/socialsciences/article/view/8564>
3. Denysova, L., Byshevets N., Shynkaruk O., Imas Y., Suschenko L., Bazylchuk O., Oleshko T., Syvash I., & Tretiak O. (2020). Theoretical aspects of design and development of information and educational environment in the system of training of masters in physical culture and sport. *Journal of Physical Education and Sport* ® (JPES). 20(45), 324–330.
- Yoga Nindhita, Budiyanto, & Djarwoto Djarwoto (2022). Do learning ICTusage affect the learning process quality? an empirical study in private university *Technium Social Sciences Journal* Vol. 37, 24–36, November <https://techniumscience.com/index.php/socialsciences/article/view/7567>
4. Behxhet Gaxhiqi (2023). The role and importance of using technology in teaching *Technium Social Sciences Journal* Vol. 39, 114–126.
<https://techniumscience.com/index.php/socialsciences/article/view/7947>
5. Худолій, О. М., Іващенко О. В., & Карунець Т. В. (2012). Робоча програма з педагогічної практики в школі (IV курс, напрям підготовки: 6.01020 Фізичне виховання) *Теорія і методика фізичного виховання*, (9), 19–31.
6. Прокопова, Л. І. (2020). Програма з педагогічної практики в школі / для студентів 3 курсу спеціальності 017 Фізична культура і спорт: навчально-методичний посібник. Суми, ФОП, 74.
7. Степанченко, Н. І. (2017). Система професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання у вищих навчальних закладах. (Дис. докт. пед. наук). *Вінниця*. 629.
8. Вацеба, О. М, Петришин Ю. В, Приступа Є. Н, & Боднар І. Р. (2005). Актуальні проблеми теорії і методики фізичного виховання: колективна монографія. Львів: *Українські технології*. 296.

FEATURES OF CARDIOVASCULAR DEVELOPMENT AND RESPIRATORY SYSTEM IN STUDENTS 18 – 22 YEARS OLD

Serhii Chernenko¹, Iuriy Dolynnyi¹, Oleg Oliynyk¹, Ihor Nesterenko²

¹Donbas State Engineering Academy

²Donetsk regional branch of the Committee on Physical Education and Sports of the Ministry of Education and science of Ukraine

The study aims to determine the general attitude of future coaches to the content of educational activities in a higher education institution.

Material and methods. Students in their first year (n = 26), second year (n = 21), third year (n = 25), and fourth year (n = 16) participated in the research. One group was organized in each course, which amounted to four experimental groups. The following research techniques were employed to address the issues: surveys, pedagogical experiments, mathematical statistics techniques, study and analysis of scientific and methodological literature.

Results. For first-year students, the cycle of natural and professional training disciplines is crucial for the development of professional competencies because the study's results show changes in future coaches' perceptions of the significance of subjects in the field of physical culture and sports. The list of professional training topics for second-year applicants is longer, has a higher assessment level, and there is less interest in the humanities and natural sciences. The third and fourth years of study are when future coaches select their professional and practical areas of study. These are - as include "Improving Professional Skills in the Chosen Kind of Sports" (9,2), "General Theory of Training Athletes," "Theory and Methods of Physical Education," "Theory and Methods of the Chosen Kind of Sports (8,6)" "Practice on the Profile of Future Work" (9,1), "Pedagogical Practice" (8,9), "Introductory Practice".

Conclusions. In the process of education, students of the specialty 017 "Physical culture and sport" have observed a decrease in the level of significance of the disciplines of social and humanities, fundamental and natural sciences, which influence the formation of universal priority values in society and the understanding of the basic laws of the development of the human body and the natural environment. The cycle of disciplines aimed at theoretical, professional and practical preparation in a higher education institution is of great importance for the formation of competences for future trainers-teachers from the 3 third year to 4 fourth year.

Keywords: academic disciplines, trainers-teachers, educational components, education seekers, students.

Information about the authors:

Chernenko Serhii: chernenko.sergey65@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0001-9375-4220>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Dolynnyi Iuriy: mr.dya69@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0002-6495-6066>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Oliynyk Oleg: olegoliynyk@ukr.net; <http://orcid.org/0000-0002-9197-1034>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Nesterenko Ihor: donsportosvita@ukr.net; Donetsk regional branch of the Committee on Physical Education and Sports of the Ministry of Education and science of Ukraine, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ У СТУДЕНТІВ 1–4 КУРСІВ ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ 017 «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ»

Сергій Черненко¹, Юрій Долинний¹, Жанна Малахова², Олег Олійник¹

¹Донецький національний медичний університет

²Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – вивчити рівень сформованості навчально-професійних мотивів та визначити деякі умови, що впливають на формування позитивних мотивів навчально-пізнавальної діяльності студентів.

Матеріали і методи. Дослідження мотивації навчально-професійної діяльності проводили серед студентів 1 – 4 курсів за спеціальністю «Фізична культура і спорт» Донбаської державної машинобудівної академії. У дослідженні прийняли участь здобувачі освіти – 1 курс (n = 26); 2 курс (n = 23); 3 курс (n = 22); 4 курс (n = 17). Для досягнення мети дослідження були використані такі методи : аналіз науково-методичної літератури, анкетування, методи статистичної обробки результатів.

Результати. У студентів 1 курсу (66,2 %) та 2 курсу (61,5 %) вагоме значення для навчання мають внутрішні мотиви навчальної діяльності (ВМ > ЗПМ > ЗНМ). Це свідчить, що здобувачі освіти намагаються придбати глибокі і міцні знання отримують інтелектуальне задоволення від процесу навчання. У здобувачів освіти першого курсу (33,8 %) та другого курсу (38,6 %) переважають зовнішні позитивні мотиви навчання (ЗПМ > ВМ > ЗНМ), тобто для них важливо отримувати повагу від оточуючих (викладачів, сокурсників), винагороду (заохочення). Усереднені показники мотивації 3 курсу (65,3 %) та 4 курсу (67,1 %) виявилися подібними (ВМ > ЗПМ > ЗНМ). Студенти керуються, головним чином, мотивами професійними (забезпечити успішність майбутньої професійної діяльності, бажання стати висококваліфікованим фахівцем, отримати диплом), творчої самореалізації та навчально-пізнавальними. Одночасно спостерігається у майбутніх тренерів-викладачів 3 курсу (29,5 %) та 4 курсу (27,1 %) зменшення зовнішній позитивний мотивації.

Висновки. Студенти 1–2 курси (29 %) при отриманні фахової підготовки керуються зовнішнім впливом заохочення (отримувати винагороду), при цьому майбутні фахівці 3–4 курсу (13 %) навпаки намагаються уникнути осуду і покарання за погане навчання. З віком у майбутніх тренерів-викладачів спостерігаються зростання за комунікативними та соціальними мотивами. За результатами тестування всіх опитаних студентів 1–4 курсу (80–88 %) найбільш вагомим мотивом (професійний) до навчання вважають можливість стати висококваліфікованими спеціалістами за допомогою знань, які вони отримують в академії.

Ключові слова: здобувачі освіти, навчальна діяльність, внутрішня мотивація, зовнішня мотивація.

Вступ

У сучасних умовах виховання в мотиваційній сфері учнів є однією з найбільш актуальних проблем сучасної освіти оскільки процес засвоєння знань, формування загальних і фахових компетентностей залежать від бажання, ступеня зацікавленості студента і від мети, яку він хоче досягти. Ефективність навчального процесу прямо пов'язана з тим, наскільки висока мотивація оволодіння майбутньою професією здобувачів освіти. Дослідження різних аспектів мотивації навчання студентів має велике значення для підвищення ефективності вузівської освіти (Заніздра, 2009). Навчальна мотивація виступає як внутрішній рушійний чинник розвитку професіоналізму, оскільки тільки на основі форму-

вання його високого рівня, можливий ефективний розвиток професійної освіченості та культури особистості (Rean, 2002).

Ряд відомих авторів (Д.Макклелланд, Д.Аткінсон, Г.Хекхаузен, Г. Келлі, Ю. Роттер, К. Роджерс, Р. Мей. А. Н. Леонтьєв) займались вивченням мотивації людини; у роботі науковця (Заброцький, 2000) обґрунтовано методологічні положення вивчення у освітньому середовищі; у дисертаційних роботах (Степанченко, 2017; Данилевич, 2018) визначено рівні педагогічної мотивації та критерії мотиваційної сформованості майбутніх фахівців галузі ФКС. Наступні автори (Кузнєцов, Фоменко, Жданюк, 2019) підкреслюють, що важливість правильного вибору стратегії і тактики навчання у виші визначається не лише тим, наскільки ця стратегія і тактика буде задовольняти початкові завдання – підвищення мотивації навчання студентів, але й настільки емоційне ставлення до навчання буде задовольняти повноцінний гармонійний розвиток особистості студента з низьким рівнем академічної мотивації.

Актуальність теми дослідження зумовлена потребою формування освітнього середовища у здобувачів освіти за напрямком фізична культура і спорт; необхідністю формування у майбутніх фахівців фізичного виховання відповідних навчальних мотивів; розроблення навчально-методичного забезпечення, що відповідатиме чинним стандартам фахової підготовки, змісту освітньо-професійних і навчальних програм.

Зв'язок роботи з науковими програмами. Робота виконана відповідно до плану науково дослідної роботи кафедри фізичного виховання і спорту Донбаської державної машинобудівної академії.

Мета дослідження – вивчити рівень сформованості навчально-професійних мотивів та визначити деякі умови, що впливають на формування позитивних мотивів навчально-пізнавальної діяльності студентів.

Матеріали і методи

Дослідження мотивації навчально-професійної діяльності проводили серед студентів 1–4 курсів за спеціальністю «Фізична культура і спорт» Донбаської державної машинобудівної академії. У дослідженні прийняли участь здобу-

вачі освіти – 1 курс (n=26); 2 курс (n=23); 3 курс (n=22); 4 курс (n=17). Для досягнення мети дослідження були використані такі методи : аналіз науково-методичної літератури, анкетування, методи статистичної обробки результатів. В основі анкетування студентів за допомогою методики К. Замфір в модифікації А. Реана лежить концепція про внутрішню і зовнішню мотивацію. Респондентам було запропоновано оцінити за п'ятибальною шкалою мотиви навчальної діяльності.

Результати

У студентів 1 курсу (66,2 %) та 2 курсу (61,5 %) вагоме значення для навчання мають внутрішні мотиви навчальної діяльності (ВМ > ЗПМ > ЗНМ). Такі показники свідчать , що здобувачі освіти намагаються придбати глибокі і міцні знання отримують інтелектуальне задоволення від процесу навчання. Слід зазначити, що у здобувачів освіти першого курсу (33,8 %) та другого курсу (38,6 %) переважають зовнішні позитивні мотиви навчання (ЗПМ > ВМ > ЗНМ), тобто для них важливо отримувати повагу від оточуючих (викладачів, сокурсників), винагороду (заохочення).

Показники мотивації 3 курсу (65,3%) та 4 курсу (67,1%) виявилися подібними (ВМ > ЗПМ > ЗНМ). Студенти керуються, головним чином, мотивами професійними (забезпечити успішність майбутньої професійної діяльності, бажання стати висококваліфікованим фахівцем, отримати диплом і т. п.), творчої самореалізації та навчально-пізнавальними. Одночасно спостерігається у майбутніх тренерів-викладачів 3 курсу (29,5 %) та 4 курсу (27,1 %) зменшення зовнішній позитивний мотивації. Підтримуємо твердження, що студенти першого та другого курсу більше зацікавлені у досягненні певного соціального статусу, кар'єрного росту, власне це ті мотиви, якими вони керувалися під час вступу до ЗВО (Тимошук, Третяк, 2015).

Для вивчення мотивів навчальної діяльності був використаний тест (А. Реана, В. Якуніна), котрий пропонував студентам обрати з 16 мотивів навчальної діяльності 5 найбільш значущих для них. За результатами тестування всіх опитаних студентів 1–4 курсу (80–88 %) найбільш вагомим мотивом (про-

фесійний) до навчання вважають можливість стати висококваліфікованими спеціалістами за допомогою знань, які вони отримують в академії. Порівняльний аналіз засвідчує, що з віком у майбутніх тренерів-викладачів спостерігаються зростання за комунікативними (прагнення ефективно спілкуватися і бути прикладом для сокурсників) та соціальними мотивами (забезпечити успішність майбутньої професійної діяльності, успішно продовжити навчання в ЗВО).

Висновки

Студенти 1–2 курси (29 %) при отриманні фахової підготовки керуються зовнішнім впливом заохочення (отримувати винагороду), при цьому майбутні фахівці 3–4 курсу (13 %) навпаки намагаються уникнути осуду і покарання за погане навчання. З віком у майбутніх тренерів-викладачів спостерігаються зростання за комунікативними (прагнення ефективно спілкуватися і бути прикладом для сокурсників) та соціальними мотивами (забезпечити успішність майбутньої професійної діяльності, успішно продовжити навчання в ЗВО). За результатами тестування всіх опитаних студентів 1–4 курсу (80–88 %) найбільш вагомим мотивом (професійний) до навчання вважають можливість стати висококваліфікованими спеціалістами за допомогою знань, які вони отримують в академії.

Список літератури

1. Заніздра, Н. О. (2009). Засоби навчальної діяльності студентів. Вісник КДПУ імені Михайла Остроградського. Вип. 4 (2), 163–167.
2. Заброцький, М. М. (2000). Педагогічна психологія. К.: Наука, 356.
3. Степанченко, Н. І. (2017). Система професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання у вищих навчальних закладах (дис. ... доктора пед. наук) Вінниця, 629.
4. Данилевич, М. В. (2018). Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до рекреаційно-оздоровчої діяльності (дис. ... доктора пед. наук) Львів, 533.
5. Кузнєцов, М. А., Фоменко К. І., & Жданюк Л. О. (2019). Ставлення до навчання студентів з низьким рівнем академічної мотивації: монографія. Харків : ХНПУ, 154.
6. Тимошук, С. В., & Третяк О. І. (2015). Особливості формування навчальної мотивації студентів. Вісник Житомирського державного університету. Вип. 2 (80). Педагогічні науки. Житомир, 64–68.

FEATURES OF THE FORMATION OF EDUCATIONAL MOTIVATION IN STUDENTS OF 1–4 COURSES IN THE SPECIALTY «PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS»

Serhii Chernenko¹, Iuriy Dolynnyi¹, Zhanna Malahova² Oleg Oliynyk¹

¹ Donetsk National Medical University

² Donbas State Engineering Academy

The study aims to study the level of formation of educational and professional motives and to determine some conditions that influence the formation of positive motives for the educational and cognitive activity of students.

Material and methods. The study of the motivation of educational and professional activity was carried out among students of the 1st - 4th courses majoring in "Physical Culture and Sports" of the Donbas State Machine-Building Academy. Students in their first year (n = 26), second year (n = 23), third year (n = 22), and fourth year (n = 17). To achieve the goal of the research, the following methods were used: analysis of scientific and methodological literature, questionnaires, methods of statistical processing of results.

Results. For students of the first year (66.2 %) and second year (61.5 %), the internal motivations of educational activity are of great importance for learning (VM>ZPM>ZNM). This shows that those seeking education try to acquire deep and solid knowledge and get intellectual satisfaction from the learning process. For first year (33.8%) and second year (38.6 %) students, external positive motives for learning prevail (ZPM>VM>ZNM), it is important for them to receive respect from others (teachers, fellow students), reward (encouragement). The average indicators of motivation of the third year (65.3 %) and fourth year (67.1%) turned out to be similar (VM>ZPM>ZNM). Students are guided mainly by professional motives (to ensure the success of future professional activities, the desire to become a highly qualified specialist, to obtain a diploma), creative self-realization, and educational and cognitive motives. At the same time, there is a decrease in external positive motivation among future trainers-teachers of the third year (29.5 %) and fourth year (27.1 %).

Conclusions. Students of the first- second year (29 %) when receiving professional training are guided by the external influence of encouragement (to receive a reward), while future specialists of the 3–4 course (13 %) on the contrary try to avoid condemnation and punishment for poor training. With age, future trainers-teachers show an increase in communicative and social motives. According to the results of testing of all surveyed students of the 1–4 course (80– 88 %), the most important motive (professional) for learning is the opportunity to become highly qualified specialists with the help of the knowledge they receive in the academy.

Keywords education seekers, educational activity, internal motivation, external motivation.

Information about the authors:

Chernenko Serhii: chernenko.sergey65@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0001-9375-4220>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Dolynnyi Iuriy: mr.dya69@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0002-6495-6066>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Zhanna Malakhova: zhanna.koval.11@gmail.com, ORCID 0000-0002-3362-3496, Department of Rehabilitation and Sports Medicine of Donetsk National Medical University, Address: Velika Perspektivna 1, Kirovohrad-25015, Ukraine.

Oliynyk Oleg: olegoliynyk@ukr.net; <http://orcid.org/0000-0002-9197-1034>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ДОСЛІДЖЕННЯ ЯКОСТІ ОЦІНЮВАННЯ ОСВІТНЬО-ПРОФЕСІЙНОЇ ПРОГРАМИ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ» СТУДЕНТАМИ ДОНБАСЬКОЇ ДЕРЖАНОЇ МАШИНОБУДІВНОЇ АКАДЕМІЇ

Ярослава Баннікова, Сергій Черненко

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – виявлення якості освітнього процесу в Донбаській державній машинобудівній академії в межах освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт»

Матеріали і методи: Для досягнення поставленої мети у роботі були використані такі методи дослідження: методи теоретичного аналізу та узагальнення, анкетування. В опитуванні прийняло участь 45 респондентів 2 – 4 курсів спеціальності «Фізична культура і спорт» щодо ступеня задоволеності змістом освітніх компонентів, якості та результатів навчання в Донбаській державній машинобудівній академії.

Результати. Аналіз відповідей здобувачів вищої освіти освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт» у 2023 н. р. дозволив виявити, більшість студентів, що прийняли участь у опитування, зафіксували повне (53,3%) часткове (40 %) виправдання очікувань щодо обраної освітньої програми та у визначенні послідовності і відповідності переліку дисциплін щодо специфіки майбутньої спеціальності ФКС. Одночасно спостерігається у 6,7% здобувачів освіти оцінка «більше задовольняє, ніж не задовольняє». Аналіз відповідей студентів 2 – 4 курсу (90%) щодо варіантів вибіркового компонента з циклу загальної та професійної підготовки ОП вважають, що існує достатня кількість дисциплін для задоволення інтересів та освітніх потреб, розвитку здібностей та нахилів.

Висновки. Загальний аналіз відповідей здобувачів першого рівня вищої освіти свідчить про задовільний рівень оцінювання освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт». Систематично аналізувати та за необхідності скорегувати зміст дисциплін (з циклу загальної та професійної підготовки) освітньо-професійної програми стосовно уникнення дублювання навчального матеріалу.

Ключові слова: здобувачі освіти; фізична культура і спорт; освітня програма.

Вступ

Реформування освіти в Україні є частиною процесів оновлення освітніх систем, що відбуваються останні двадцять років у європейських країнах і пов'язані з визнанням важливості знань як рушійної сили суспільного добробуту та прогресу. Зміни передбачають створення нових освітніх стандартів, оновлення та перегляд навчальних програм, навчально-дидактичних матеріалів, підручників, форм і методів навчання (Кузнєцова, 2018). Дослідження (Белікова, 2014; Іваній, 2016; Захаріна, 2014; Карпюк, 2015; Клопова, 2010; Мединський, 2016; Степанченко, 2014) та ін. присвячені питанням удосконалення підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання і спорту до професійної діяльності. Наступний автор (Данилевич, 2018) вказує, що формування професійної компетентності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту в закладах вищої освіти розглядається як процес оволодіння студентами професійно орієнтованими знаннями, вміннями та навичками, практичним досвідом, а також

професійно значущими якостями, достатніми для здійснення ними індивідуального творчого внеску в професію, стимулювання в суспільстві інтересу до результатів своєї роботи, пов'язаної із застосуванням фізичних вправ, природних і гігієнічних чинників упродовж вільного часу людини для відновлення, зміцнення та збереження її здоров'я.

Актуальність проблеми оновлення освіти в Україні викликана тим, що не достатньо вивчена проблема комплексного дослідження змісту, структури, спрямованості навчальних програм для студентів за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» в ЗВО.

Мета дослідження – виявлення якості освітнього процесу в Донбаській державній машинобудівній академії в межах освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт».

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тема дослідження є складовою комплексної програми науково-дослідної роботи «Система професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів з фізичної культури і спорту у закладах вищої освіти» (номер держ. реєстрації ДК-03-21) кафедри фізичного виховання і спорту Донбаської державної машинобудівної академії

Матеріали і методи

Для досягнення поставленої мети у роботі були використані такі методи дослідження: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, анкетування. В опитуванні прийняло участь 45 респондентів 2–4 курсів спеціальності «Фізична культура і спорт» щодо задоволеності змістом освітніх компонентів, якості та результатів навчання в Донбаській державній машинобудівній академії.

Результати

Загальний аналіз анонімного анкетування здобувачів вищої освіти освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт» у 2023 н. р. дозволив виявити наступне:

– більшість респондентів (2–4 курсу) підтвердили повну задоволеність якістю підготовки за обраною освітньою програмою в академії, надавши 4 бали (46,7 %) та 5 балів (53,3 %) відносно п'ятибальної шкалі, одночасно студенти

демонструють ті ж самі показники у визначенні ступені актуальності ОПП в галузі освіта та педагогіка.

– більшість студентів, що прийняли участь у опитування, зафіксували повне (53,3 %) часткове (40 %) виправдання очікувань щодо обраної освітньої програми та у визначенні послідовності і відповідності переліку дисциплін щодо специфіки майбутньої спеціальності ФКС. Одночасно спостерігається у 6,7% здобувачів освіти оцінка «більше задовольняє, ніж не задовольняє». Негативно на питання про власні очікування від освітньої програми та її змісту не спостерігається.

– серед відповідей здобувачів 2–4 курсу стосовно відведенню часу ОП щодо набуття практичних навичок за спеціальністю під час практичних та лабораторних занять, простежується наступний розподіл: 62,2 % вважають «часу достатньо для всіх дисциплін», 31,1 % «часу достатньо для більшості дисциплін» та 6,67 % «часу достатньо, але лише для окремих дисциплін».

– більшість респондентів демонструють повне (40 %) та часткове задоволення щодо можливості формування індивідуальної освітньої траєкторії (вибір навчальних дисциплін). При цьому спостерігається у 15,6 % студентів оцінка «більше задовольняє, ніж не задовольняє».

– аналіз відповідей студентів 2–4 курсу (90 % і вище) щодо варіантів вибіркових компонентів з циклу загальної та професійної підготовки ОП вважають, що існує достатня кількість дисциплін для задоволення інтересів та освітніх потреб, розвитку здібностей та нахилів.

– майбутні фахівці з фізичного виховання і спорту визначають, що в процесі навчальної діяльності не зустрічається – 55 %, частково – 36 %, не можу оцінити – 9 % з випадками дублювання змісту навчального матеріалу освітніх компонент.

Висновки

Загальний аналіз відповідей здобувачів першого рівня вищої освіти свідчить про задовільний рівень оцінювання освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт». Систематично аналізувати та за необхідності скорегува-

ти зміст дисциплін (з циклу загальної та професійної підготовки) освітньо-професійної програми стосовно уникнення дублювання навчального матеріалу.

Список літератури

1. Кузнєцова О. Т (2018). Методична система застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання студентів: дис. ... д-ра пед. Наук. К. 613 с. (in Ukrainian)
2. Белікова Н. О. (2014). Науково-методологічні підходи до професійної підготовки сучасного фахівця з фізичного виховання та спорту. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. 36. наук. пр. Київ. 3К (44)14, 91–96.
3. Іваній І. (2016). Фізкультурна освіта: концептуальні засади формування професійно-педагогічної культури студентів. *Неперервна професійна освіта: теорія і практика* 1–2: 16–21.
4. Захаріна Є. А. (2014). Аналіз змісту професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури в вищих навчальних закладах України. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. 36. наук. пр. Київ. 3К (44)14, 271–275.
5. Карпюк Р. П. (2015). Концептуальні засади сучасної парадигми якості вищої фізкультурної освіти. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова*. Серія 15. 36. наук. пр. Київ. 3(2), 153–156.
6. Клопов Р. В. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту із застосуванням інформаційних технологій: теорія і практика: монографія. Запоріжжя : Запорізький нац. ун-т; 2010. 386 с.
7. Мединський С.В. (2016). Система професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту у Сполучених Штатах Америки : монографія. Чернівці : Родовід. 472 с.
8. Степанченко Н. І. Основні напрями вищої освіти з фізичного виховання в контексті ідей нової освітньої парадигми. Сучасні інформаційні технології та інноваційні методи навчання у підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми. Київ; 2014; 38, 439–446.

RESEARCH OF THE QUALITY OF THE EVALUATION OF THE EDUCATIONAL AND PROFESSIONAL PROGRAM «PHYSICAL CULTURE AND SPORTS» BY THE STUDENTS OF THE DONBAS STATE ENGINEERING ACADEMY

Yaroslava Bannikova, Serhii Chernenko

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study identification of the quality of the educational process in the Donbas State Machine-Building Academy within the educational and professional program «Physical Culture and Sports»

Material and methods: To achieve the goal, the following research methods were used in the work: methods of theoretical analysis and generalization, questionnaires. 45 respondents of the 2nd to 4th courses of the "Physical Culture and Sports" specialty took part in the survey regarding the degree of satisfaction with the content of educational components, the quality and results of training at the Donbas State Machine-Building Academy.

Results. Analysis of answers of higher education applicants of the educational and professional program "Physical culture and sport" in 2023, allowed to find out that the majority of students who took part in the survey recorded full (53.3%) partial (40%) fulfillment of expectations regarding the chosen educational program and in determining the sequence and correspondence of the list of disciplines with respect to the specifics of the future specialty of FCS. At the same time, 6.7% of education seekers have a rating of "more satisfactory than unsatisfactory". Analysis of the answers of students of the 2nd - 4th year (90%) regarding the options of optional components from the cycle of general and professional training of OP believe that there is a sufficient number of disciplines to satisfy interests and educational needs, development of abilities and inclinations.

Conclusions. The general analysis of the answers of the first-level higher education applicants indicates a satisfactory level of evaluation of the educational and professional program "Physical Culture and Sport". Systematically analyze and, if necessary, adjust the content of disciplines (from the cycle of general and professional training) of the educational and professional program in order to avoid duplication of educational material.

Key words: education seekers; physical culture and sports; educational program.

Information about the authors:

Bannikova Yaroslava: yaroslavabannikova@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Chernenko Serhii: chernenko.sergey65@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0001-9375-4220>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ПІДГОТОВКА КВАЛІФІКОВАНИХ СПЕЦІАЛІСТІВ У ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ ЯК ФАКТОР ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

Єгор Ткачов, Людмила Кошева

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – визначити, як підготовка майбутнього кваліфікованого спеціаліста впливає на рівень професійної освіти з фізичного виховання та спорту в Україні.

Матеріали і методи: У даній роботі були використані такі методи дослідження: аналіз і синтез науково-методичної літератури, опрацювання інтернет джерел, узагальнення досліджень науковців.

Результати. По-перше, відбір кадрів повинен бути обґрунтований та базуватися на реальних потребах суспільства; по-друге, повинні бути здійснені заходи щодо підвищення рівня захисту інтересів фахівців галузі, удосконалення системи їх морального та матеріального стимулювання, нормування оплати праці, посилення особистої відповідальності за кінцевий результат професійної діяльності; по-третє, важливим є фаховий рівень особи котра надає знання; по-четверте, удосконалення і систематичне проведення атестації працівників фізичної культури і спорту, оновлення нормативної бази з питань класифікації професій галузі.

Висновки. Отже, рівень підготовки майбутніх кваліфікованих фахівців повинен постійно інтегрувати та розвиватися, вивчаючи новітні методики, літературу та технології. Важлива системність підготовки фахівців та перевага має надаватися діяльному підходу. Професійну підготовку майбутніх фахівців потрібно здійснювати за принципом інтегративного підходу, оскільки вона інтегрує в собі підготовку як фахівців фізичної культури й спорту, так і фахівців із конкретних видів спорту.

Ключові слова: фахівець, фізичне виховання, професійна освіта, фізична культура.

Вступ

Одним з важливих завдань національної освіти є підготовка висококваліфікованих педагогічних кадрів. Тому основні напрями розбудови сучасної вищої школи вимагають пошуку ефективних шляхів здійснення професійної підготовки майбутніх учителів, тренерів, завданням яких є не тільки оволодіння фундаментальними фаховими знаннями, а й сприяння становленню культу здоров'я, виховання фізично, психічно і духовно здорового громадянина держави.

Для задоволення потреб української нації в заняттях фізичною культурою та спортом вищі навчальні заклади повинні надати доступ до вищої фізкультурної освіти всім, хто для цього має необхідні здібності, мотивацію, а також адекватну підготовку на всіх етапах професійної фізкультурної діяльності.

Питанням професійної підготовки фахівців фізичної культури та спорту присвячені роботи вітчизняних і зарубіжних дослідників. Зокрема, особливості професійної діяльності вчителя фізичної культури розглядали Л. О. Демінська, Л. І. Іванова, Л. П. Сущенко; формування в учнів інтересу до професії «вчитель

фізичної культури» – Г. З. Лавріна та О. В. Петуніна; формування професійної педагогічної спрямованості студентів факультетів фізичного виховання висвітлена – Б. А. Ашмарін, Б. М. Шиян; мотиви і стимули навчання на факультетах фізичного виховання – О. Ю. Ажиппо, Є. А. Захаріна.

Теоретичний аналіз з проблеми підготовки майбутнього тренера-викладача до професійної діяльності у закладах вищої освіти засвідчив актуальність цього питання. А втім, слід зауважити, що на сьогодні проблема оптимізації процесу професійної підготовки фахівців означеного напрямку проаналізована ученими недостатньо і потребує більш детального вивчення й нових розробок відповідно до вимог і тенденцій сучасності нашої країни.

Зв'язок роботи з науковими темами та планами. Дослідження виконане згідно теми : «Система професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів з фізичної культури і спорту у закладах вищої освіти» зведеного плану науково-дослідної роботи Донбаської державної машинобудівної академії 2021-2024 рік.

Мета дослідження — визначити, як підготовка майбутнього кваліфікованого спеціаліста впливає на рівень професійної освіти з фізичного виховання та спорту в Україні.

Матеріали і методи

У даній роботі були використані такі методи дослідження: аналіз і синтез науково-методичної літератури, опрацювання інтернет джерел, узагальнення досліджень науковців.

Результати

Проблема ефективної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури в професійній діяльності в нашій державі не розв'язується, на жаль, з багатьох причин. Передусім, із таких, як відсутність системного підходу.

У широкому сенсі поняття «кадрова політика» характеризується формуванням відповідних спеціалістів та наданням усіх інформативних, технічних, тактичних, методичних та теоретичних баз задля забезпечення ним спортсменів та студентів [5].

Зважаючи на це, можна зробити такі висновки:

По-перше, відбір кадрів повинен бути обґрунтований та базуватися на реальних потребах суспільства; по-друге, повинно бути здійснено заходи щодо підвищення рівня захисту інтересів фахівців галузі, удосконалення системи їх морального та матеріального стимулювання, нормування оплати праці, посилення особистої відповідальності за кінцевий результат професійної діяльності; по-третє, важливим є фаховий рівень особи котра надає знання; по-четверте, удосконалення і систематичне проведення атестації працівників фізичної культури і спорту, оновлення нормативної бази з питань класифікації професій галузі [6].

Теоретичний аналіз базових понять дослідження щодо підготовки кваліфікованих спеціалістів у галузі фізичної культури та спорту як фактор підвищення якості професійної освіти дає нам чітке розуміння, що спеціаліст повинен мати педагогічні, психологічні, фізичні, соціальні, економічні, медичні здібності у даній галузі, а також постійно підвищувати рівень обізнаності у професійній діяльності, вивчення та створення нових методик, підкріплення матеріально-теоретичної бази у Європейських партнерів.

Аналіз усіх факторів дає логічні підстави за для перевірки знань та підвищення їх, вагомими ідеями у цей спосіб є широке використання інформаційних технологій: жорсткі критерії відбору абітурієнтів; збільшення науково-методичних джерел, підвищення рівню складності акредитації та ін.

Якщо при відборі кадрів ми намагаємося закріпити освітню базу самого фахівця та визначити рівень обізнаності, тоді у початковому навчанні та вдосконаленні майбутніх кадрів можна виділити фактори, які впливають на успішність здійснення професійної фізичної підготовки фахівців:

По-перше, важлива системність підготовки фахівців, школа фізичного виховання містить в собі великий зміст інформації, методик, теорії, тактико-технічної підготовленості, тренерсько-педагогічних практик тощо, що потребує об'єднання в одну єдину систему навчання.

По-друге, професійну підготовку майбутніх фахівців фізичної культури та спорту потрібно здійснювати за принципом інтегративного підходу до фор-

мування її змісту, відбору форм і методів, оскільки вона інтегрує в собі підготовку як фахівців фізичної культури й спорту, так і фахівців із конкретних видів спорту.

По-третє, у професійній підготовці майбутніх фахівців фізичної культури та спорту перевага має надаватися діяльному підходу. Засобами реалізації професійних можливостей спеціалістів у професійній діяльності є їхня фізкультурно-педагогічна й тренерсько-викладацька діяльність.

Висновки

Отже, рівень підготовки майбутніх кваліфікованих фахівців повинен постійно інтегрувати та розвиватися, вивчаючи новітні методики, літературу та технології. Важлива системність підготовки фахівців та перевага має надаватися діяльному підходу. Професійну підготовку майбутніх фахівців потрібно здійснювати за принципом інтегративного підходу, оскільки вона інтегрує в собі підготовку як фахівців фізичної культури й спорту, так і фахівців із конкретних видів спорту.

Список літератури

1. Приступа, Є. Н., Пилат В. С. (2019). Традиції української національної фізичної культури. Львів : Троян. 275 с. (in Ukrainian).
2. Клопов, Р. В. (2014). Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту із застосуванням інформаційних технологій: теорія і практика. Запоріжжя: Запорізький нац. ун-т. 386 с. (in Ukrainian).
3. Круцевич, Т. Ю., Марченко О. Ю. (2018). Формування фізичної культури студентів у системі фізичної освіти. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. К. : Олімп. л-ра, No 2. 78–81 (in Ukrainian).
4. Сущенко, Л. П. (2003). Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект): [монографія] Запоріжжя: ЗДУ. 442 с. (in Ukrainian).
5. Царенко, К. В. (2015). Дослідження ефективності курсів підвищення кваліфікації тренерів-викладачів у контексті розвитку професійно-педагогічної компетентності. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах* : зб. наук. праць. Запоріжжя : КПУ. Вип. 44 (97). 345–351 (in Ukrainian).

RAINING OF QUALIFIED SPECIALISTS IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT AS A FACTOR OF IMPROVING THE QUALITY OF VOCATIONAL EDUCATION

Yehor Tkachev, Lyudmila Kosheva

Donbas State Machine-Building Academy

The purpose of the study is to determine how the training of a future qualified specialist affects the level of professional education in physical education and sports in Ukraine.

Materials and methods: The following research methods were used in this work: analysis and synthesis of scientific and methodical literature, processing of Internet sources, summarization of scientists' research. The results. Firstly, the selection of personnel should be justified and based on the real needs of society; secondly, measures should be taken to increase the level of protection of the interests of industry specialists, improve the system of their moral and material stimulation, standardize wages, strengthen personal responsibility for the final result of professional activity; thirdly, the professional level of the person providing the knowledge is important; fourth, improvement and systematic attestation of physical culture and sports workers, updating of the regulatory framework on classification of professions in the field.

Conclusions. Therefore, the level of training of future qualified specialists must constantly integrate and develop, studying the latest methods, literature and technologies. Systematic training of specialists is important and preference should be given to an active approach. Professional training of future specialists should be carried out according to the principle of an integrative approach, since it integrates the training of both specialists in physical education and sports, and specialists in specific types of sports. All these changes will help make our country a leader in the level of a healthy nation in the world and will have a positive impact on the level of professional education.

Key words: specialist, physical education, professional education, physical culture.

Information about the authors:

Yehor Tkachov: egortkachev16@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Lyudmila Kosheva: kosheva@i.ua; <https://orcid.org/0000-0003-1711-1340>, Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



ДОСЛІДЖЕННЯ ЯКОСТІ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА В ДОНБАСЬКІЙ ДЕРЖАНІЙ МАШИНОБУДІВНІЙ АКАДЕМІЇ

Софія Стрельцова, Сергій Черненко

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – виявлення рівня задоволеності здобувачів за спеціальністю «Фізична культура і спорт» освітнім середовищем академії.

Матеріали і методи: Для досягнення поставленої мети у роботі були використані наступні методи дослідження: методи теоретичного аналізу та узагальнення, анкетування. В опитуванні прийняло участь 47 респондентів 2 – 4 курсів спеціальності «Фізична культура і спорт» щодо ступеня задоволеності освітнім процесом в Донбаській державній машинобудівній академії.

Результати. Аналіз відповідей здобувачів вищої освіти освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт» у 2023 н. р. дозволив виявити, що більшість респондентів 61,7 % «цілком задоволений» та 25,5% «більшою мірою задоволений» і тільки 12,7 % «частково задоволені» процедурою інформування щодо досягнень та здобутків впродовж навчального періоду. Аналіз відповідей щодо заходів з заохочення у дотриманні правил академічної доброчесності під час навчання висловили свою думку наступним чином: високий рівень (є цілком дієвими) - 63,8 %; більшою мірою є дієвими - 36,2%. Одночасно спостерігається високий рівень обізнаності (70,2 %) щодо прозорості правил і процедур надання пропозицій та розгляду скарг, а також доступності інформації про права, обов'язки (78,7 %) здобувачів вищої освіти, «цілком обізнані» (74,5 %) в процедурах вирішення конфліктних ситуацій у ДДМА.

Висновки. Здобувачі першого рівня вищої освіти, які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт», оцінили освітнє середовище в Донбаській державній машинобудівній академії як сприятливе. Результати проведеного анкетування дали змогу констатувати більшість позитивних оцінок, висловлених здобувачами вищої освіти стосовно якості освітнього середовища академії, проте вважається за доцільне кураторам академічних груп тримати більш тісний зворотний зв'язок зі здобувачами та підтримувати контакти і спілкування з батьками.

Ключові слова: студенти; фізична культура і спорт; освіта

Вступ

Педагогічні основи професійної освіти та стратегічні аспекти її реформування висвітлені у працях вітчизняних (Андрущенко, & Свириденко, 2016; Гусак, 2015; Шеремет, 2002;) і зарубіжних (Craft, 2003; Cropley, 2012; Maršíková, 2015) науковців.

На думку Беррес Ф. Скіннер (1938), зусилля науковців мають бути спрямовані на установлення тих чинників середовища, що визначають і контролюють поведінку людини. Технологія поведінки, за Скіннером, полягає у «правильному» управлінню середовищем. Американець Роджер Баркер (Roger Garlock Barker, 1968), засновник школи екологічної психології, вважав, що реалізація людини значною мірою детермінується умовами середовища

Більшість дослідників розглядають освітнє середовище конкретного освітнього закладу, що включає в себе сукупність чинників – матеріальних, прос-

торових, предметних, соціальних, особистісних, які взаємо діють між собою, впливають один на одного, «організують середовище».

Відомий автор (Новіков, 2012) сприймає освітнє середовище вищого навчального закладу як професійно і особистісно стимулююче середовище, яке є сукупністю матеріальних, педагогічних і психологічних факторів вузівської дійсності, що спонукають суб'єктів освітнього процесу до професійно-особистісного розвитку і саморозвитку.

Актуальність проблеми у напрямку задоволення освітніх потреб серед студентів викликана тим, що в сучасних умовах конкурентного середовища щодо здобуття ключових компетентностей та подальшого працевлаштування на сьогодні немає єдності у розумінні базових засад у технології управління освітнім середовищем вищого навчального закладу. Об'єктивна потреба держави в ефективній професійній підготовці майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до педагогічної діяльності, зумовили додаткове дослідження у напрямку визначення потреб та інтересів в академії.

Мета дослідження – виявлення рівня задоволеності здобувачів за спеціальністю «Фізична культура і спорт» освітнім середовищем академії.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тема дослідження є складовою комплексної програми науково-дослідної роботи кафедри фізичного виховання і спорту Донбаської державної машинобудівної академії з проблеми «Оволодіння професійною компетентністю майбутніми фахівцями з фізичного виховання і спорту під час навчання в закладах вищої освіти» (номер держ. реєстрації 06-2018), держбюджетної теми «Система професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів з фізичної культури і спорту у закладах вищої освіти» (номер держ. реєстрації ДК-03-21).

Матеріали і методи

Для досягнення поставленої мети у роботі були використані такі методи дослідження: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, анкетування. В опитуванні прийняло участь 47 респондентів 2–4 курсів спеціальності «Фізична культура і спорт» щодо ступеня задоволеності форматом навчання та якістю реалізації дистанційного навчання в Донбаській державній машинобудівній академії.

Результати

В основі тестування студентам було запропоновано оцінити рівень задоволеності навчальної діяльністю за п'ятибальною шкалою.

Загальний аналіз відповідей здобувачів вищої освіти освітньо- професійної програми «Фізична культура і спорт» у 2023 н. р. дозволив виявити наступне:

– більшість респондентів 61,7 % «цілком задоволений» та 25,5 % «більшою мірою задоволений» і тільки 12,7 % «частково задоволені» процедурою інформування щодо досягнень та здобутків впродовж навчального періоду. Оцінка за рівнем «незадоволений» не спостерігається.

– позитивно оцінили, проведення поточного та підсумкового контролю знань освітньої діяльності вказавши, що «процедура цілком чітка та прозора» виявляється у 68 %, від загальної кількості здобувачів, 25,3 % – «процедура більшою мірою чітка та прозора». Процедура частково чітка та прозора визначається у 6,4 % студентів.

– аналіз відповідей щодо заходів з заохочення у дотриманні правил академічної доброчесності під час навчання висловили свою думку наступним чином: високий рівень (є цілком дієвими) – 63,8 %; більшою мірою є дієвими – 36,2 %. Одночасно спостерігається високий рівень обізнаності (70,2 %) щодо прозорості правил і процедур надання пропозицій та розгляду скарг, а також доступності інформації про права, обов'язки (78,7 %) здобувачів вищої освіти, «цілком обізнані» (74,5 %) в процедурах вирішення конфліктних ситуацій у ДДМА.

– «цілком задоволений» (70,2 %) рівнем індивідуальної консультативної підтримки (взаємодія з викладачами, куратором академічної групи, деканатом, службами академії) стосовно освітнього процесу та рівнем доведення до відома здобувачів інформації про результати діяльності студентського самоврядування (68 %)

Висновки

Здобувачі першого рівня вищої освіти, які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт», оцінили освітнє середовище в Донбаській державній машинобудівній академії як сприятливе. Результати проведеного анкетування дали змогу констатувати більшість позитивних оцінок, висловлених здобувачами вищої освіти стосовно якості освітнього середовища академії, проте вважається за доцільне кураторам академічних груп тримати більш тісний зворотний зв'язок зі здобувачами та підтримувати контакти і спілкування з батьками.

Список літератури

1. Андрущенко В, & Свириденко Д. (2016). Академічна мобільність в українському просторі вищої школи: реалії, виклики та перспективи розвитку. *Вища освіта України*. 2, 5–11.
2. Гусак Л. Є, & Гусак П. М. (2015). Компетенції і компетентності у підготовці фахівця. Наукові записки Вінницького держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. *Педагогіка і психологія*. Вінниця; 43, С. 7–11.
3. Новіков В.Н. (2012). Освітнє середовище вузу як професійно та особистісно стимулюючий фактор «*Психологічна наука та освіта*». (1).
4. Шеремет М. К. (2002). Педагогіка та методики: спеціальні : зб. наук. ст. Нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Київ. Випуск 1, 107.
5. Craft A. (2003). The Limits to Creativity in Education. *British Journal of Educational Studies*. 51(2):113–127.
6. Cropley AJ. (2012). Creativity and Education: an Australian Perspective. *The International Journal of Creativity & Problem Solving*. 22(1):9–25.
7. Maršíková K. (2015). The Value of a University Degree in the European Context: the Case of Part-time Students in the Czech Republic. *Economics and Sociology*. 8(3):260–271.
8. Roger Garlock Barker, (1968) Ecological psychology: concepts and methods for studying the environment of human behavior. *Stanford Calif by Stanford University Press*. <https://lib.ugent.be/catalog/rug01:000026064>

RESEARCH OF THE QUALITYX OF THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT IN THE DONBAS STATE MECHANICAL ENGINEERING ACADEMY

Sofiia Streltsova, Serhii Chernenko

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study exposure of necessities and interests of bread-winners of higher education after speciality the «Physical culture and sport» in the controlled from distance form of studies.

Material and methods: To achieve the goal, the following research methods were used in the work: methods of theoretical analysis and generalization, questionnaires. 47 respondents of the 2nd - 4th courses of the "Physical Culture and Sports" specialty took part in the survey regarding the degree of satisfaction with the educational process at the Donbas State Mechanical Engineering Academy.

Results. Analysis of answers of higher education applicants of the educational and professional program "Physical culture and sport" in 2023. allowed to reveal that the majority of respondents, 61.7% "completely satisfied" and 25.5% "mostly satisfied" and only 12.7% "partially satisfied" with the procedure of informing about achievements and achievements during the educational period. Analyzing the responses regarding measures to encourage compliance with the rules of academic integrity during education, they expressed their opinion as follows: high level (are quite effective) - 63.8%; to a greater extent are effective - 36.2%. At the same time, there is a high level of awareness (70.2%) regarding the transparency of the rules and procedures for submitting proposals and considering complaints, as well as the availability of information about the rights and obligations (78.7%) of higher education students, "fully aware" (74.5 %) in the procedures for resolving conflict situations in the DDMA.

Conclusions. Graduates of the first level of higher education studying under the educational and professional program "Physical Culture and Sports" rated the educational environment at the Donbas State Machine-Building Academy as favorable. The results of the conducted questionnaire made it possible to ascertain the majority of positive assessments expressed by students of higher education regarding the quality of the educational environment of the academy, however, it is considered appropriate for curators of academic groups to maintain closer feedback with students and to maintain contacts and communication with parents.

Key words: students; physical culture and sports; education

Information about the authors:

Streltsova Sofiia : yaroslavabannikova@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Chernenko Serhii: chernenko.sergey65@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0001-9375-4220>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023

РОЗДІЛ 3. ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ У КОНТЕКСТІ РЕАЛІЗАЦІЇ КОНЦЕПЦІЇ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ

Владислав Гейтенко, Руслан Хріпущин

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – теоретико-методично обґрунтувати педагогічні умови формування навичок здорового способу життя школярів молодшого шкільного віку засобами фізичного виховання в контексті реалізації концепції нової української школи.

Матеріал і методи: теоретичні – аналіз наукової літератури з педагогіки, соціології, соціальної педагогіки, філософії, дані соціально-педагогічної, синтез, порівняння, узагальнення й систематизація наукових поглядів.

Результати. Реалізація першої педагогічної умови є створення позитивного освітньо-педагогічного середовища в закладі освіти з метою формування знань, щодо здорового способу життя учнів. Для ефективної реалізації другої умови вважаємо активно використовувати проєкт «Цікава фізкультура» – тренінгові технології, які відповідають критеріям сучасної освіти та концепції Нової української школи. Технологія «Перкусія» дозволяє поєднувати фізичну активність з музикою і створює захоплюючу та енергійну атмосферу на уроках фізичної культури. Вона сприяє розвитку моторики, сили, витривалості та сприйняття ритму, а також виховує колективність і творче мислення учнів.

Висновки. Оптимізація процесу формування фізичної культури підростаючого покоління є актуальним завданням теорії і практики фізичного виховання, а впровадження нових форм і методик, оновлені цілі сучасної школи зумовлюють актуальність проблеми реалізації інноваційного підходу в педагогічній діяльності вчителя фізичної культури щодо організації фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи.

Ключові слова: нова українська школа, здоровий спосіб життя, цікава фізкультура, тренінгові технології, технологія «Перкусія».

Ключові слова: дистанційне навчання, дистанційна освіта, фізична культура і спорт.

Вступ

У сучасному світі, з ростом технологічного прогресу, питання здоров'я та активного способу життя серед школярів початкових класів стає особливо актуальним. Аналіз даних науковців І. Калиниченко, А. Колесник, А. Шапова встановили, що на момент вступу до школи, здоровими визнано 73,91 % дітей (75,0 % хлопчиків і 72,95 % дівчаток). Після закінчення навчання початкової ланки, кількість здорових учнів зменшилась на 8,24 %, також збільшилась кількість хвороб опорно-рухового апарату, серцево-судинної та дихальної системи, спостерігається збільшення дітей з недостатньою масою тіла до $38,13 \pm 0,32$ % (Єрмоленко, 2016; Калиниченко, 2020). У своїх дослідженнях О. Вознюк зазначає, що більше 45 % учнів мають проблеми зі здоров'ям, відхилення в серцево-судинній системі – 30 %, неврози – 20 %. (Вознюк, 2016).

Мета дослідження – теоретико-методично обґрунтувати педагогічні умови формування навичок здорового способу життя школярів молодшого шкільного віку засобами фізичного виховання в контексті реалізації концепції нової української школи.

Результати

Реалізація першої педагогічної умови є створення позитивного освітньо-педагогічного середовища в закладі освіти з метою формування знань, щодо здорового способу життя учнів.

У початкових класах навчальний процес охоплює значну кількість матеріалу, пов'язаного зі здоров'ям людини, його формуванням, збереженням та зміцненням. Так під час вивчення предмету «Навколишній світ», який спрямований на формування у дітей уявлень про природу, різноманітні об'єкти та явища, що оточують їх у повсякденному житті були додані такі теми в календарний план: «Чому діти хворіють?», «Що таке імунітет?», «Правильне харчування – запорука здоров'я дитини», «Додержується здорового способу життя герої з мультфільмів?», «Що потрібно знати про ліки?», «Який здоровий спосіб життя може бути у домашньої тварини?» з метою розуміння здорового способу життя та ознайомлення дітей з ключовими аспектами здорового способу життя, такими як регулярна фізична активність, збалансоване харчування, гігієна (Дудчак, 2006).

Основна мета навчального курсу «Довкілля» для школярів початкових класів полягає в розширенні їхнього розуміння про природне та соціальне оточення, розвитку екологічної свідомості та навичок здорового способу життя. Основні цілі цього курсу включають: формування екологічної свідомості (ставити за мету надати учням знання про принципи та процеси, що відбуваються в природі, розуміння взаємозв'язку між людиною та навколишнім середовищем. Вони також навчаються оцінювати свої дії і вибирати екологічно відповідальні рішення); виховання відповідального ставлення до природи (формування у дітей прагнення бути активними учасниками охорони природи та створення сталих зв'язків з навколишнім середовищем. Учні вивчають поняття сталого роз-

витку, відповідального використання ресурсів та методів охорони біологічного різноманіття (Артюшенко, 2003).

Реалізація другою умовою виступає здоров'язберігаюча технологія навчання здорового способу життя засобами фізичного виховання у сучасній українській школі. Навчальна програма для 1 – 4 класів охоплює 4 основні змістовні лінії: «Базова рухова активність», «Ігрова та змагальна діяльність учнів (рухливі ігри та естафети)», «Піклування про стан здоров'я та безпеку». Вчитель фізичної культури повинен не тільки реалізовувати на практиці, а ще й змістовно доповнювати новітніми підходами в процесі занять фізичною культурою і спортом (Ващенко, 2007).

Змістовну лінію «Ігрова та змагальна діяльність» доцільно реалізовувати шляхом рухливих ігор та естафет, які виступають важливим засобом фізичного виховання молодших школярів. Це можуть бути прості ігри, такі як «Мишка та кішка», «Хованки», «Слони та миші» і т. д. Ці ігри сприяють розвитку рухових навичок, спритності, координації та співпраці.

Змістова лінія «Базова рухова активність» включає у себе різноманітні види діяльності, спрямовані на розвиток необхідних для життя рухових умінь і навичок. Організовані спортивні заняття з футболу, баскетболу, волейболу, легкої атлетики та інші, допомагають розвивати фізичну силу, витривалість, швидкість та координацію рухів. Такі заняття вчать дітей спортивним навичкам, розвивають командний дух та сприяють здоровому способу життя. Гімнастичні вправи сприяють розвитку гнучкості, сили, координації рухів. Молодші школярі можуть виконувати прості гімнастичні рухи, які допомагають покращити фізичну форму та розвиток м'язів.

Змістова лінія «Піклування про стан здоров'я та безпеку». Забезпечує навчання учнів свідомо ставитися до свого здоров'я та розвивати навички безпечної поведінки під час фізкультурних занять. Організація шкільних спортивних змагань, забав та естафет допомагає дітям розвивати навички спортивної підготовки, співпраці, змагального духу.

Для ефективної реалізації другої умови вважаємо активно використовувати проект «Цікава фізкультура» – тренінгові технології, які відповідають критеріям сучасної освіти та концепції Нової української школи.

Уроки фізичною культурою проводили за технологією «Перкусія». Одна з перспективних технологій у сфері фізичної культури. Вона базується на використанні ритмічних ударів, зокрема ударних інструментів, для досягнення фізичного розвитку, координації рухів та музично-ритмічних навичок. Технологія «Перкусія» дозволяє поєднувати фізичну активність з музикою і створює захоплюючу та енергійну атмосферу на уроках фізичної культури. Вона сприяє розвитку моторики, сили, витривалості та сприйняття ритму, а також виховує колективність і творче мислення учнів.

При роботі з молодшими школярами можна використовувати: памп-аеробіку (форма фітнесу, яка комбінує вправи з використанням маленьких гантелей (або інших ручних ваг) і аеробних рухів. Ця тренувальна система спрямована на розвиток м'язової сили, витривалості та кардіореспіраторної функції); паунд фітнес (поєднує ритмічні рухи, виконані з використанням різних ударних інструментів, таких як дерев'яні палиці або ручки-молотки, з музикою і енергійними рухами. Ця інноваційна форма групового фітнесу поєднує елементи кардіо-тренування, ритмічних рухів і роботи з різними ударними інструментами на спеціальних підставках або фітнес-матах); степ-фітнес (це форма аеробного тренування, яка використовує платформу (степ-платформу) з регульованою висотою).

Висновки

Теоретично обґрунтовано необхідність впровадження педагогічних умов у навчальну діяльність молодших учнів з метою формування навичок здорового способу життя засобами фізичного виховання. Запровадження першої умови забезпечить створення позитивного освітньо-педагогічного середовища в закладі освіти з метою формування знань, щодо здорового способу життя у учнів початкової школи; реалізація другої умови дозволить створити здоров'язберігаючої технології навчання здорового способу життя школярів засо-

бами фізичного виховання в контексті реалізації концепції нової української школи. Оптимізація процесу формування фізичної культури підростаючого покоління є актуальним завданням теорії і практики фізичного виховання, а впровадження нових форм і методик, оновлені цілі сучасної школи зумовлюють актуальність проблеми реалізації інноваційного підходу в педагогічній діяльності вчителя фізичної культури щодо організації фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи.

Список літератури

1. Артюшенко, А. О. (2003). Воля і психолого-педагогічні умови її формування в процесі занять фізичною культурою Г. Г. Ващенко – видатний педагог національного відродження України. Зб. наук. праць. Черкаси. 154–160.
2. Ващенко, О. М. (2007). Формування умінь і навичок здорового способу життя учнів 1–4 класів шкіл-інтернатів : автореф. дис. на здобуття ступеня канд. пед. наук. Київ. 21 с.
3. Вознюк, О. В. (2016). Інтегральна модель психологічних феноменів людини як основа психокорекції дітей з особливими потребами. Інклюзивна освіта: досвід і перспективи: монографія. Вінниця, 130–142.
4. Дудчак, Г. С. (2006). Виховання особистості через створення оптимального середовища. Київ : Початкова школа, (5). 30–33.
5. Єрмоленко, Н. О. (2016). Ожиріння – проблема сучасності. Медсестринство. (1). 23–26.
6. Калиниченко, І. О., Колесник А. С., & Щапова А. Ю. (2020). Стан здоров'я дітей 6–10 років у динаміці навчання у початковій школі. *Український журнал медицини, біології та спорту*. Том 5, 1 (23) 115–124.

FORMATION OF NECESSARIES FOR A HEALTHY WAY OF LIVING FOR STUDENTS OF CLASSES IN THE CONTEXT OF IMPLEMENTING THE CONCEPTS OF THE NEW UKRAINIAN SCHOOL

Vladyslav Heitenko, Ruslan Khripushyn

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study is to theoretically and methodically justify the pedagogical conditions for the formation of healthy lifestyle skills for schoolchildren of primary school age by means of physical education in the context of the implementation of the concept of a new Ukrainian school.

Material and methods: theoretical - analysis of scientific literature on pedagogy, sociology, social pedagogy, philosophy, socio-pedagogical data, synthesis, comparison, generalization and systematization of scientific views.

Results. The implementation of the first pedagogical condition is the creation of a positive educational and pedagogical environment in the educational institution in order to form knowledge about the healthy lifestyle of students.

For the effective implementation of the second condition, we consider actively using the project "Interesting Physical Education" - training technologies that meet the criteria of modern education and the concept of the New Ukrainian School. Percussion technology allows you to combine physical activity with music and creates an exciting and energetic atmosphere in physical education lessons. It promotes the development of motor skills, strength, endurance and rhythm perception, as well as educates the collectivity and creative thinking of students.

Conclusions. Optimization of the process of formation of physical culture of the younger generation is an urgent task of the theory and practice of physical education, and the introduction of new forms and methods, the updated goals of the modern school determine the relevance of the problem of implementing an innovative approach in the pedagogical activity of the teacher of physical culture regarding the organization of physical education and recreation and sports mass work.

Key words: new Ukrainian school, healthy lifestyle, interesting physical education, training technologies, "Percussion" technology.

Information about the authors:

Heitenko Vladyslav: geytenko52@gmail.com; orcid.org/0000-0001-5449-2715; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Khripushyn Ruslan: khripushyn@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙ ЮНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ ЗАСОБАМИ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ

Владислав Гейтенко

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження - експериментально перевірити вплив тренувань з аеробіки на розвиток координаційних здібностей початкових баскетболістів.

Матеріал і методи. Аналіз наукової літератури про вплив фітнес-тренувань в аеробіці на розвиток координаційних здібностей у молодих баскетболістів свідчить, що регулярні заняття аеробікою сприяють поліпшенню загальної та спеціальної координації, реакції на зовнішні подразники, розуміння просторових взаємозв'язків та підвищенню рівня техніки виконання рухів. Експеримент проводився на базі Дитячо-юнацького фізкультурного клубу № 2 Краматорська з баскетболістами 2008 року народження в кількості (30 дітей). Контрольні вправи, які ми використовували для визначення рівня розвитку спеціальних і загальних координаційних здібностей баскетболістів: перехід на захисну позицію баскетболіста, дриблінг м'яча (зі зміною руху і дриблінгом конусів), статичний баланс (стоячи на одній нозі, другий зігнувся вперед, руки в бік), пропуск м'яча до цілі.

Результати. Отримані експериментальні дані підтверджують статистично значуще підвищення рівня показників для контрольних випробувань у представників експериментальної групи, на відміну від контрольної групи, в межах $t = 2,09-2,95$ ($P \leq 0,05-0,001$). Результати дослідження підтверджують необхідність включення аеробіки в тренування з молодими баскетболістами для поліпшення загальної та спеціальної координації.

Висновки. Фітнес-підходи, спрямовані на розвиток координації, можуть бути корисні не тільки для поліпшення показників у спорті, але і для загального поліпшення якості рухів і координації в повсякденному житті. Подальші наукові дослідження в цій галузі дозволять глибше зрозуміти механізми розвитку координаційних здібностей та виробити більш ефективні підходи до їх оптимізації.

Ключові слова: фітнес-технології, баскетболісти, координація.

Ключові слова: фізична культура і спорт, компетентність, професійне зростання.

Вступ

Фітнес-технології з позицій спортивно-оздоровчої та фізичної активності користується широкою популярністю. Основною метою цього напрямку є залучення масової аудиторії для занять фізичними вправами. Фітнес-технології пропонує різноманітні системи занять, що ефективно розвивають рухові якості спортсменів (Скалій, 2006).

Розвиток координаційних здібностей баскетболістів відіграє першочергову роль у досягненні високого спортивного рівня, що включає здатність точно і ефективно контролювати рухи власного тіла (Дорошенко, 2008).

Мета дослідження полягає в дослідженні та аналізі впливу тренувань з аеробіки на координаційні здібності баскетболістів, які перебувають на етапі початкової підготовки.

Результати

Координація означає спроможність взаємодіяти між різними частинами тіла чи між різними аспектами руху для досягнення певної мети. Загальна та спеціальна координація – це різні аспекти цього загального поняття. Вони є важливими аспектами фізичного розвитку баскетболіста і грають важливу роль у його успішності на майданчику.

Загальна координація характеризується сумісною роботою різних м'язових груп, нервово-м'язових зв'язків. У баскетболі це означає здатність баскетболіста керувати своїми рухами, змінюючи напрямок, швидкість і силу за потребою. Загальна координація допомагає гравцеві здійснювати різні рухи, такі як біг, стрибки, розгін, гальмування та зміни напрямку під час гри.

Спеціальна координація спрямована на вдосконалення конкретних рухів і навичок, необхідних для виконання певних завдань у баскетболі. Це може включати точність кидків, передач м'яча, ведення та контроль м'яча та інші технічні аспекти гри. Спеціальна координація дозволяє баскетболісту вдосконалювати свої навички та реагувати швидко і точно ігрові ситуації (Гейтенко, 2022).

Аеробіка – це форма фітнесу, яка включає ритмічні інтенсивні вправи з музикою, зазвичай, з використанням комбінацій рухів, які допомагають розвивати різні аспекти координації (Бермудес, 2016).

Основні переваги аеробіки для розвитку координації є аеробні рухи зазвичай включають рухи у різних напрямках, що допомагає поліпшити просторову координацію і здатність контролювати рухи у просторі. Ритмічні рухи під час занять, синхронізовані з музикою, допомагають розвивати часову координацію, тобто здатність виконувати рухи з точністю відповідно до заданого темпу. Виконання складних комбінацій дій у аеробіці вимагає взаємодії різних м'язових груп, що сприяє розвитку міжм'язової координації. Деякі вправи з аеробіки можуть включати елементи балансу, що сприяють поліпшенню стабільності тіла та контролю рівноваги (Онищенко, 2016).

Контрольні вправи, які ми використовували для визначення рівня розвитку спеціальних та загальних координаційних здібностей баскетболістів: переміщення в захисній стійці баскетболіста, ведення м'яча (зі зміною руху та обведенням конусів), статична рівновага (стійка на одній нозі, друга зігнута вперед, руки убік – утримання на час), передача м'яча в ціль (Твеліна, 2005). До змісту занять були включені вправи з аеробіки, які доповнили традиційні методи і засоби тренування баскетболістів, які використовувалися раніше.

Зміст експериментальної методики спирався на специфічні принципи спортивного тренування, такі як поступове збільшення тренувального навантаження, поєднання загальної та спеціальної фізичної підготовки, безперервність тренувального процесу, хвилеподібність і варіативність навантаження, циклічність підготовки юних спортсменів.

Під час експериментальної роботи застосовувалися різноманітні методи тренування, зокрема ігровий, повторний, круговий, фрагментальний та комбінований (Кузьменко, 2013).

На першому етапі експерименту баскетболісти опановували базові кроки з аеробіки: march (марш) , straddle (ходьба ноги нарізно – ноги разом), step-touch (приставний крок), double step touch (подвійний рух убік приставними кроками), tap-up (виставлення ноги в будь-якому напрямку), open step (переміщення з ноги на ногу в широкій стійці ноги нарізно).

На другому етапі експерименту баскетболісти навчилися робити grape wine – «схресний» крок вбік, step-cross – варіант схресного кроку з переміщенням вперед, cross-step – варіант схресного кроку, де першим виконується крок «навхрест», включає хрестоподібні рухи ніг під час ходьби або бігу, mambo – варіація танцювального кроку мамбо. Cha-cha-cha – це жвавий і ритмічний танець, який характеризується швидкими кроками і динамічними обертами (pivot або pivot turn), jumping jack – стрибок ноги разом – ноги нарізно.

На третьому етапі баскетболісти опанували аеробні хореографічні з'єднання, які допомагають покращити координацію, ритміку, баланс та гнучкість. Ці з'єднання склалися з різноманітних кроків танцю та аеробних рухів, які виконуються в різних напрямках та комбінаціях.

На четвертому етапі експерименту на тренуванні баскетболісти реалізовували «блок»-метод. В аеробній термінології «блок» означає певне зв'язування рухів, які виконуються на 32 рахунки музичного періоду (або іншу визначену кількість рахунків). Цей підхід дозволяє баскетболістам забезпечити більш різноманітне і креативне виконання рухів під музику. Розбили музичний трек на рахунки. У багатьох випадках музика розподіляється на 32 рахунки, але може бути інше число рахунків, в залежності від стилю танцю та хореографії.

Висновки

Фітнес-підходи, спрямовані на розвиток координації, можуть бути корисні не тільки для поліпшення показників у спорті, але і для загального поліпшення якості рухів і координації в повсякденному житті. Подальші наукові дослідження в цій галузі дозволять глибше зрозуміти механізми розвитку координаційних здібностей та виробити більш ефективні підходи до їх оптимізації.

Список літератури

1. Гейтенко, В. В., Сорокін Ю. С. (2022). Сучасні проблеми та перспективи розвитку мінібаскетболу в Донецькій області. Фізичне виховання і спорт. Одеса : Видавничий дім «Гельветика», (3). 52–58.
2. Дорошенко, Е. М. (2008). Сучасні методичні принципи оцінювання спортивної майстерності в баскетболі. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Київ. (2). 3–6.
3. Кузьменко, І. О. (2013). Розвиток координаційних здібностей школярів середніх класів з урахуванням функціонального стану сенсорних функцій: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту. Харків. держ. академія фіз. культури. Х., 20 с.
4. Онищенко, В. М. (2016). Структура та зміст навчально-тренувального процесу в міні-баскетболі на першому році навчання. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Київ. Вип. 4 (74). 69–74.
5. Скалій, Т. В. (2006). Педагогічний контроль розвитку координаційних здібностей дітей і підлітків : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту. Харків. держ. акад. фіз. культури. Херсон, 21 с.
6. Твеліна, А. В. (2005). Вплив оздоровчого фітнесу на формування здорового способу життя жінок. Молода спортивна наука України. Львів, Вип. 9. Т. 1. 352–356.
7. Бермудес, Д. В. (2016). Теорія і методика викладання аеробіки: навчально-методичний комплекс : навчально-методичний посібник. Суми. 216 с.

DEVELOPMENT OF COORDINATION OF YOUNG BASKETBALL PLAYERS BY MEANS OF FITNESS TECHNOLOGIES

Vladyslav Heitenko

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study is to experimentally test the effect of aerobics training on the development of the coordination abilities of initial basketball players.

Material and methods. The analysis of the scientific literature on the influence of fitness training in aerobics on the development of coordination abilities in young basketball players indicates that regular aerobics classes contribute to improving general and special coordination, reaction to external stimuli, understanding spatial relationships and increasing the level of technique of performing movements.

The experiment was conducted on the basis of the Children and Youth Physical Training Club No. 2 of Kramatorsk with basketball players born in 2008 in the amount of (30 children). Control exercises that we used to determine the level of development of special and general coordination abilities of basketball players: moving to the defensive stance of the basketball player, dribbling the ball (with a change of movement and dribbling of cones), static balance (standing on one leg, the second bent forward, hands to the side), passing the ball to the target.

Results. The data obtained experimentally confirm a statistically significant increase in the level of indicators for control testing in representatives of the experimental group, in contrast to the control group, within $t = 2.09-2.95$ ($P \leq 0.05-0.001$). The results of the study confirm the need to include aerobics in training sessions with young basketball players to improve general and special coordination.

Conclusions. Fitness approaches aimed at developing coordination can be useful not only for improving performance in sports, but also for overall improvement in the quality of movements and coordination in everyday life. Further scientific research in this area will allow a deeper understanding of the mechanisms for the development of coordination abilities and the development of more effective approaches to their optimization.

Keywords: fitness technologies, basketball players, coordination.

Information about the authors:

Heitenko Vladyslav: geytenko52@gmail.com; orcid.org/0000-0001-5449-2715; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



MODELING OF THE LEARNING PROCESS OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS THROWING THE BALL AT A VERTICAL TARGET

Sergey Iermakov¹, Oleg Khudolii², Olga Ivashchenko², Sergey Chernenko³

¹Gdansk University of Physical Education and Sport

²Kharkov State Academy of Physical Culture

³Donbas State Engineering Academy

Abstract

The purpose of the study - to determine the peculiarities of the formation of motor skills in elementary junior pupils.

Materials and methods. The work used the analysis and synthesis of scientific, methodological and special literature, general scientific methods of theoretical level, such as analogy, analysis, synthesis, abstraction, induction, as well as general scientific methods of empirical level: observation, testing, experiment, analysis of variance for PFE 2³. The study involved 172 pupils.

Results. On efficiency increase in the level of education of first-grade schoolchildren "throwing a ball in a vertical target" positively affects the increase in the number of approaches up to 12, the number of repetitions in the approach up to 3 times, the rest interval continues 60 – 180 s. Second class increasing the number of approaches up to 12 times, the number of repetitions in the approach up to 3 times and reducing the interval rest up to 60 s. Third class increasing the number of approaches up to 12 times, the number of repetitions in the approach up to 3 times and increasing the rest interval to 180 s. Fourth class increasing the number of approaches up to 12 times, the number of repetitions in the approach up to 3 times, the rest interval lasts 60–180 s. Attention is focused on the number of repetitions in the approach and the rest interval.

Conclusions. The experiment of allowed to investigate the multifactorial structure regimes of the process of learning physical exercises for schoolchildren of grades 1–4 grades, to clarify the optimal ratio of the number of approaches, the number of repetitions in an approach, and the rest interval during the period of learning "ball throws". The analysis of variance for PFE 2³ made it possible to determine the percentage of influence of motor modes on the success of performing motor elements in schoolchildren of junior classes.

Keywords: studies, motor skills, schoolchildren of junior classes.

Introduction

One of problem of school physical education is seeking of new ways of schoolcliden learning process's optimizing [Cieślicka M., Muszkieta R., Napierała M., & Żukow W. (2009); Ivashchenko O. V., Khudolii O. M., Yermakova T. S., Pilewska W., Muszkieta R., & Stankiewicz B. (2015)]. Junior school age children's motor fitness is influenced by correlation of learning process and development of motor abilities. Development of motor abilities is effective if they become a component of motor skills Khudolii O. M., Ivaschenko O. V., & Chernenko S. O. (2013). It was determined that effectiveness of learning increases, if method of algorithmic orders is used Khydolii O. M. (2012) and regiment of exercises and rest alternate. One of methods of study of children's and adolescents' motor skills formation is simulation, coneption of which is rendered in works of (Adashevskiy V. M., & Iermakov S. S., 2013). In the process of our research we used conceptual approaches to planning of

experiment for studying of effectiveness of learning process and working out of learning processes' models, which were substantiated in works of (Khudolii O. M., & Karpunets T. V., 2002; Khudolii O. M., & Ivaschenko O. V., 2014). In dissertation thesis of (Ivaschenko O. V., 1988), there was defined that control of learning process would be more effective, if learning modes are determined on the base of regressive models, received as a result of complete factor experiment PFE 2³

The purpose of the study to determine the features of the formation of motor skills in schoolchildren of 1–4 classes.

Material and methods Study participants. The work used the analysis and synthesis of scientific, methodological and special literature, general scientific methods of theoretical level, such as analogy, analysis, synthesis, abstraction, induction, as well as general scientific methods of empirical level: observation, testing, experiment, analysis of variance for PFE 2³. The study involved 172 pupils. The method of algorithmic orders was used in teaching primary school children. The transition to the next exercise was carried out after three successful attempts. In grades 1–4 they classes taught "throwing the ball to a vertical target"

Statistical analysis. The research materials were processed using the statistical analysis program IBM SPSS 20 statistical analysis program. To process the primary simple descriptive statistics (mean, standard deviation, standard deviation, skewness and kurtosis coefficients) and complex methods of multivariate statistical analysis (comparison of vectors of mean values, classification of subjects into groups, correlation, factor analysis). Previously, each indicator studied was checked for compliance with the law of normal distribution.

Results. In the pedagogical experiment, the influence of the number of approaches (x_1), the number of repetitions in approaches (x_2), rest intervals (x_2) on the change in the level of performance of exercises by students of grades 1–4 was investigated. In the process of learning how to throw a ball at each lesson, the level of training was assessed using an alternative method ("performed", "did not perform"), the probability of performing the exercise was calculated ($p = n/m$, where n is the number of successfully completed attempts, m is the total number of attempts).

On the increase in the level of education of *first-class* schoolchildren "throwing the ball to a vertical target" has a positive effect of increasing the number of approaches to 12, the number of repetitions in an approach to 3 times, the rest interval lasts 60–180 seconds. Emphasis in choosing a training mode is placed on the number of repetitions in the approach.

On the increase in the level of education of *second-class* schoolchildren "throwing the ball in a vertical target" positively increases the number of approaches up to 12 times, the number of repetitions in approaches up to 3 times and reducing the rest interval to 60 seconds.

On the increase in the level of education of *third class* schoolchildren "throwing a ball to a vertical target" has a positive effect of increasing the number of approaches to 12 times, the number of repetitions in an approach to 3 times and increasing the rest interval to 180 s. In the training process, attention is focused on the interaction of the number of approaches and the number of repetitions in the approach.

Increasing the number of approaches to 12 times, the number of repetitions in an approach to 3 times, the rest interval lasts 60–180 s has a positive effect on the increase in the level of learning of *fourth-class* schoolchildren "throwing a ball at a vertical target". Attention is focused on the number of repetitions in the approach and the rest interval.

The results of the research allowed to supplement the data on the planning of the experiment in the study of the effectiveness of the training process and the development of training models (Khudolia O. M., & Karpunets T. V., 2001; Miroshnychenko D. T. 2007; Ivashchenko O. V. 2001). It is confirmed that the management of the learning process is more effective if the learning modes are determined on the basis of regression models obtained as a result of a full factorial experiment of the PFE 2^k type.

Conclusions

The experiment of the 2^3 type allowed to investigate the multifactorial structure regimes of the process of learning physical exercises for schoolchildren of grades 1–4 grades, to clarify the optimal ratio of the number of approaches, the number of

repetitions in an approach, and the rest interval during the period of learning "ball throws". The analysis of variance for PFE 2³ made it possible to determine the percentage of influence of motor modes on the success of performing motor elements in schoolchildren of junior classes.

References

1. Cieślicka, M., Muszkieta R., Napierała M., & Żukow W. (2009). Motor functioning of youth from Gniezno [Aktywność ruchowa młodzieży w Gnieźnie]. In: (Red.) Marek Napierała, Radosław Muszkieta, Walery Żukow. Human being -Recreation-Health [Człowiek – rekreacja – zdrowie], WSG Bydgoszcz, pp. 24–39.
2. Ivashchenko, O. V., Khudolii O. M., Yermakova T. S., Pilewska W., Muszkieta R., & Stankiewicz B. (2015). Simulation as method of classification of 7 – 9th form boy pupils' motor fitness. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, vol. 15 (1), pp. 142–147. <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.010>
3. Khudolii, O. M., Ivashchenko O. V., & Chernenko S. O. (2013). Chinniki, shcho vplivaiut' na efektyvnist' navchannia fizichnim vpravam divchatok molodshikh klasiv [Factors, influencing on effectiveness of physical exercises' training of junior form girls]. *Teoriia ta metodika fizichnogo vikhovannia*, vol. 2, pp. 43–47. <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.2.1016> (in Ukrainian).
4. Khudolii, O. N. (2012). Zakonomernosti formirovaniia dvigatel'nykh navykov u iunyykh gimnastov [Regularities of motor skills' formation in junior gymnasts]. *Nauka v olimpijskom sporcie*, vol.1, pp. 36–46.
5. Adashevskiy, V. M., & Iermakov S. S. (2013). Firsova Iu. Iu. Physical mathematical modelling of difficult elements of acrobatic rockand-roll. *Physical Education of Students*, vol. 3– 10, pp.
6. Khudolii, O. M., & Karpunec' T. V. (2002). Planuvannia eksperimentu v doslidzhenni procesu pidgotovki iunikh gimnastiv [Planning of experiment in study of junior gymnasts' training]. *Teoriia ta metodika fizichnogo vikhovannia*, vol. 4, pp. 2–8. <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2002.4.73> (in Ukrainian).
7. Khudolii, O.M., & Ivashchenko O.V. (2014). Modeliuvannia procesu navchannia ta rozvitku rukhovikh zdibnostej u ditej i pidlitkiv [Simulation of training process and development of children's and adolescents' motor skills], Kharkiv, "OVS", 240 p. (in Ukrainian).
8. Ivashchenko, O. V. (1988). Normativnye pokazateli trenirovochnykh nagruzok na nachal'nom etape podgotovki iunyykh gimnastok 6–8 let. Cand. Diss. Normative indicators of training loads at initial stage of junior, 6–8 yrs., girl-gymnasts, 17 p.

МОДЕЛЮВАННЯ ПРОЦЕСУ НАВЧАННЯ ШКОЛЯРІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ МЕТАННЯ М'ЯЧА У ВЕРТИКАЛЬНУ ЦІЛЬ

Сергій Єрмаков¹, Олег Худолій², Ольга Іващенко², Сергій Черненко³

¹Гданський університет фізичного виховання і спорту

²Харківська державна академія фізичної культури

³Донбаська державна машинобудівна академія

Мета дослідження – визначити особливості формування рухових навичок у школярів молодших класів.

Матеріали і методи. У роботі використані аналіз й узагальнення даних науково-методичної та спеціальної літератури, загально-наукові методи теоретичного рівня, такі, як аналогія, аналіз, синтез, абстрагування, індукція, а також загально-наукові методи емпіричного рівня: спостереження, тестування, експеримент, дисперсійний аналіз для ПФЕ 2³. У дослідженні прийняли участь 172 ученика.

Результати. На приріст рівня навченості школярів першого класу «кидка м'яча у вертикальну ціль» позитивно впливає збільшення кількості підходів до 12, кількості повторень у підході до 3 разів, інтервал відпочинку триває 60–180 с. Другого класу збільшення кількості підходів до 12 раз, кількості повторень у підході до 3 разів і зменшенні інтервалу відпочинку до 60 с. Третього класу збільшення кількості підходів до 12 разів, кількості повторень у підході до 3 разів і збільшення інтервалу відпочинку до 180 с. Четвертого класу збільшення кількості підходів до 12 разів, кількості повторень у підході до 3 разів, інтервал відпочинку триває 60–180 с. Акцентовується увага на кількості повторень у підході й інтервалі відпочинку.

Висновки. Експеримент типу 2³ дав змогу дослідити багатофакторну структуру режимів процесу навчання фізичних вправ школярів 1–4 класів, уточнити оптимальні співвідношення кількості підходів, кількості повторень у підході та інтервалу відпочинку у період навчання «кидків м'яча». Дисперсійний аналіз для ПФЕ 2³ дозволив визначити процент впливу рухових режимів на приріст виконання рухових елементів у школярі молодших класів.

Ключові слова: навчання, рухові навички, школярі молодших класів.

Information about the authors:

Iermakov Sergii: sportart@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0002-5039-4517>; Gdansk University of Physical Education and Sport, Department of Sports, Kasimir Gorskiego St, 1, 80-336 Gdansk, Poland.

Khudolii Oleg: khudoli@hnpu.edu.ua; <https://orcid.org/0000-0002-5605-9939>; Kharkov State Academy of Physical Culture, Department of Olympic and professional sports, Klochkivska street 99, Kharkiv, 61022, Ukraine.

Ivashchenko Olga: o.ivashchenko@yahoo.com; <https://orcid.org/0000-0002-2708-5636>; Department of Theory and Methodology of Physical Education, Kharkov State Academy of Physical Culture, Klochkivska street 99, Kharkiv, 61022, Ukraine.

Chernenko Serhii: chernenko.sergey65@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0001-9375-4220>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ВАРІАТИВНИЙ МОДУЛЬ «СПОРТ ЗАРАДИ РОЗВИТКУ» В ПРОГРАМІ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ

Тетяна Пристинська, Олена Швець, Володимир Пристинський

Донбаський державний педагогічний університет

Анотація

Мета дослідження – представлення змісту варіативного модулю «Спорт заради розвитку» в програмі Нової української школи.

Матеріал і методи. Для досягнення мети роботи було використано теоретичні (аналіз літературних джерел, законодавчих актів, концепцій, стратегій, програм тощо) та емпіричні (опитування й анкетування) методи дослідження для розкриття сутності впливу засобів варіативного модулю «Спорт заради розвитку» на формування ключових компетентностей учнів.

Результати дослідження. Аналіз і узагальнення даних літературних джерел, інноваційного педагогічного досвіду, а також власного досвіду дає підстави зауважити, що оптимізація навчально-виховного процесу з фізичного виховання учнів має відбуватися на засадах реалізації ідей педагогіки партнерства, коли кожна дитина є неповторною особистістю, яка наділена унікальними фізичними здібностями, талантами і можливостями.

Висновки. Упровадження варіативного модуля «Спорт заради розвитку» сприятиме вчителю фізичної культури у формуванні стійкого інтересу до рухової активності через відкриття учнями нового знання, набуття нового рухового досвіду, практичних умінь і навичок щодо покращення комунікативного клімату в освітньо-виховному середовищі закладу освіти.

Ключові слова: Нова українська школа, варіативний модуль, «Спорт заради розвитку».

Вступ

У законах України «Про освіту», «Про фізичну культуру і спорт»; цільовій соціальній програмі розвитку фізичної культури і спорту на період до 2024 року, концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року тощо акцентується увага на тому, що пріоритетним завданням освіти є виховання освіченої особистості, усебічний розвиток людини, становлення її духовного, психічного і фізичного здоров'я [2, 3, 5, 6].

На думку В. Ареф'єва (2018); О. Качана, В. Пристинського (2022) та ін., Нова українська школа (НУШ) буде тим освітньо-виховним середовищем, в якому зважатимуть на думки дитини, навчатимуть критично мислити, бути відповідальними громадянами, в тому числі й за власне здоров'я та здоров'я оточення. Стратегічною місією освіти є всебічний розвиток людини як особистості та найвищої цінності суспільства, її талантів, інтелектуальних, творчих і фізичних здібностей, формування цінностей і необхідних для успішної самореалізації компетентностей, виховання відповідальних громадян, які здатні до

свідомого суспільного вибору та спрямування своєї діяльності на користь іншим людям і суспільству, збагачення на цій основі інтелектуального, економічного, творчого, культурного потенціалу Українського народу, підвищення освітнього рівня громадян задля забезпечення сталого розвитку України та її європейського вибору [1, 4].

Наразі концепція НУШ й передбачає формування ключових компетентностей для життя, тобто динамічної взаємодії знань, способів мислення, поглядів, думок, цінностей, навичок, умінь, розуміння значущості впливу засобів фізичної культури і спорту, що визначає здатність особи успішно провадити професійну та/або подальшу навчальну діяльність. Отже ключові компетентності – це ті компетентності, яких кожен потребує для особистої реалізації, розвитку, активної громадянської позиції, соціальної інклюзії і які здатні забезпечити особисту реалізацію та життєвий успіх впродовж усього життя [5, 6].

Відтак, актуальність роботи полягає в обґрунтуванні доцільності оновлення й удосконалення змісту процесу фізичного виховання учнів закладів загальної середньої освіти на засадах реалізації ідей концепції Нової української школи.

Мета роботи – представленні змісту варіативного модулю «Спорт заради розвитку» в програмі Нової української школи.

Матеріали і методи

Для досягнення мети роботи було використано теоретичні (аналіз літературних джерел, законодавчих актів, концепцій, стратегій, програм тощо) та емпіричні (опитування й анкетування) методи дослідження для розкриття сутності впливу засобів варіативного модулю «Спорт заради розвитку» на формування ключових компетентностей учнів.

Результати дослідження

Аналіз і узагальнення даних літературних джерел, інноваційного педагогічного досвіду, а також нашого власного досвіду дає підстави зауважити, що оптимізація навчально-виховного процесу з фізичного виховання учнів має відбуватися на засадах реалізації ідей педагогіки партнерства, коли кожна дитина є

неповторною особистістю, яка наділена унікальними фізичними здібностями, талантами і можливостями. Процес фізичного виховання закладу освіти має бути зорієнтований перш за все на особистість учня, коли враховуються права дитини на рухову діяльність, її здібності, потреби, мотиви й інтереси щодо вибору виду рухової активності.

У зв'язку з цим, досить перспективним, на нашу думку, вбачається впровадження ідей концепції «Спорт заради розвитку», які передбачають заходи, що спрямовані на формування соціальної відповідальності, мотивації, емоційного стану, критичного мислення, позитивного світогляду, стресостійкості, креативності, емпатії, міжособистісних відносин, толерантності, партнерства. Ідеї концепції доцільно впровадити як в уроки фізичної культури, так і фізкультурно-оздоровчу, або тренінгову діяльність закладів загальної середньої освіти, оскільки вони відповідають принципам НУШ у контексті розвитку ключових компетентностей щодо усунення соціального напруження, попередження конфліктів, покращення комунікації і взаємодії в середовищі дітей і підлітків засобами фізичної культури і спорту.

Варіативний модуль «Спорт заради розвитку» навчальної програми з фізичної культури для 5–9 класів закладів загальної середньої освіти включає оздоровчі, рухові, виховні й мотиваційні аспекти щодо сприяння соціальним і поведінковим змінам і розроблений відповідно до вимог Державного стандарту базової та повної загальної середньої освіти [7].

Метою модулю є засвоєння теоретичних знань та оволодіння учнями практичними уміннями і навичками взаємодіяти у налагодженні довірливих взаємовідносин і взаєморозуміння, взаємодопомоги і співробітництва, формування вміння позитивно реагувати на проблеми та вирішувати їх засобами фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи, розвивати партнерство задля досягнення соціальних і поведінкових змін.

Вивчаючи варіативний модуль, учень повинен знати: концепцію «Спорту заради розвитку» та національні пріоритети її реалізації в Україні; міжнародний досвід впровадження програм «Спорт заради розвитку» в контексті сталого ро-

звитку України; «Теорію змін» як концепцію впровадження рухової активності для зміни поведінки особистості в соціумі; фізіологічні, психоемоційні особливості та особливості власного фізичного розвитку, пізнавальної діяльності в контексті сталого розвитку; зміст, дидактичні і методичні принципи організації та методичні особливості проведення популярних видів спорту, видів оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

Висновки

Таким чином, впровадження варіативного модуля «Спорт заради розвитку» сприятиме вчителю фізичної культури у формуванні стійкого інтересу до рухової активності через відкриття учнями нового знання, набуття нового рухового досвіду, практичних умінь і навичок щодо покращення комунікативного клімату в освітньо-виховному середовищі закладу освіти.

Список літератури

1. Арефьев, В.Г. (2018). Теоретичні основи диференціації форм, засобів і методів у процесі навчання фізичної культури. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. ЗК (97). 36–39.
2. Закон України «Про освіту». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>
3. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>
4. Качан, О. А., Пристинський В. М. (2022). Концепція «Спорт заради розвитку» у фізкультурно-оздоровчій і спортивно-масовій роботі закладів загальної середньої освіти : монографія. Слов'янськ : вид-во Б. І. Маторіна. 162.
5. Концепція Нової української школи. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>
6. Нова українська школа. URL : <https://mon.gov.ua/ua/tag/nova-ukrainska-shkola#text>
7. Фізична культура 6–9 класи. Програма затверджена Наказом Міністерства освіти і науки України від 03.08.2022 № 698. <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/programy-5-9-klas/2022/08/15/navchalna.programa-2022.fizichna-kultura-6-9.pdf>

VARIABLE MODULE «SPORTS FOR DEVELOPMENT» IN THE PROGRAM OF THE NEW UKRAINIAN SCHOOL

Tetyana Prystynska, Olena Shvets, Volodymyr Prystynskyi

Donbas State Pedagogical University

The purpose of the study is to present the content of the variable module «Sports for development» in the program of the New Ukrainian School.

Material and methods. To achieve the goal of the work, theoretical (analysis of literary sources, legislative acts, concepts, strategies, programs, etc.) and empirical (surveys and questionnaires) research methods were used to reveal the essence of the influence of the means of the variable module «Sport for Development» on the formation of key competencies of students.

Results. The analysis and generalization of data from literary sources, innovative pedagogical experience, as well as our own experience gives reason to note that the optimization of the educational and educational process for the physical education of students should be based on the implementation of the ideas of partnership pedagogy, when each child is a unique individual who is endowed with unique physical abilities, talents and opportunities.

Conclusions. The implementation of the variable module «Sports for development» will contribute to the physical education teacher in the formation of a sustainable interest in motor activity through the discovery of new knowledge by students, the acquisition of new motor experience, practical skills and skills to improve the communicative climate in the educational and educational environment of the educational institution.

Key words: New Ukrainian school, variable module, «Sport for development».

Information about the author:

Prystynska Tetyana: t.prystynska@gmail.com; <http://orcid.org/0000-0001-9377-5013>; Master of Physical Education, Senior Lecturer SHEE «Donbas State Pedagogical University», Slav'yansk, Ukraine; G. Batyuka, 19, Slov'yansk, 84116.

Shvets Olena: elena_dobropol@ukr.net; Master's student of the Faculty of Physical Education of the Donbas State Pedagogical University, Slov'yansk, Ukraine, str. G. Batyuka, 19, Slov'yansk, 84116, Ukraine.

Prystynskyi Volodymyr: v.prystynskyi@gmail.com; <http://orcid.org/0000-0003-1681-3543>; Candidate of Pedagogical Sciences, Professor of SHEE «Donbas State Pedagogical University» (Slav'yansk, Ukraine); G. Batyuka, 19, Slov'yansk, 84116.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ І ДИХАЛЬНОЇ СИСТЕМ У СТУДЕНТОК 18–22 РОКІВ

Сергій Черненко, Юрій Долинний, Олег Олійник

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – визначити вікові особливості серцево-судинної та дихальної системи жінок 1 – 5 курсів вищої школи.

Матеріал і методи. У дослідженні взяли участь 200 студенток: 1-го курсу ($n = 44$); 2-го курсу ($n = 38$); 3-го курсу ($n = 42$); 4-го курсу ($n = 44$); 5-го курсу ($n = 32$). Для вирішення поставлених завдань були застосовані наступні методи дослідження: аналіз науково-методичної та медичної літератури, педагогічне спостереження, метод індексів, медико-біологічні методи, констатуючий експеримент та методи математичної статистики. Реєструвались такі показники: f_0 – кількість ударів пульсу до навантаження f_1 – після навантаження, t_2 – останні 15 секунд першої хвилини відновлення; затримка дихання (вдих, видих).

Результати. У дослідженні встановлено, що у 19 років спостерігається значне погіршення результатів затримки дихання проб Штанге (49 с) та Генче (38 с) ($P < 0,05$). У 20 років (2–3 курс) не спостерігаються зміни за всіма показниками. У дівчат 20–21 року (3–4 курс) відбуваються суттєві зміни за показниками індекс Руф'є (задовідно), зменшується значення пульсу після роботи (34,7с) та показника ЧСС (25,8 с) після стандартної паузи на навантаження ($P < 0,05$). Це свідчить про те, що у цей віковий період відбуваються найбільш успішно адаптаційні процеси серцево-судинної системи. У 21–22 роки (4–5 курс) відбуваються суттєві зміни кількості ударів пульсу до навантаження f_0 , покращуються показники проб Штанге (54 с).

Висновки. За результатами порівняльного аналізу та оцінювання серцево-судинної системи жінок 1–5 курсів спостерігається, що з віком збільшується кількість студенток за результатами індексу Руф'є «задовільно» (59,4 %) та одночасно зменшується показник «добре серце» (15,6 %). Віковому періоду 18–22 роки характерні ознаки сенситивності серцево-судинної та дихальної системи. Згідно зі статистичними даними у 21 рік кращі показники ЧСС та затримка дихання у 22 роки.

Ключові слова: жінки, індекс Руф'є, частота серцевих скорочень, проба Штанге, Генчі

Вступ

Епоха урбанізації, автоматизації виробництва, жорсткої регламентації праці та відпочинку ставить перед ним нові орієнтири, спрямовані на вдосконалення системи освіти, підготовки висококваліфікованих фахівців у різних галузях економіки держави. І все це відбувається на тлі таких негативних факторів: зміна екології, зниження природних ресурсів, загострення конфліктів у суспільстві та жорстка конкуренція між державами. Ряд авторів (Баканова, 2011; Подригало, Прусик, & Прусик Е, 2012) спостерігають характерну недостатню рухову активність та розумове перенапруження у молоді. Відомі дослідники (Амосов, & Бендет 1989) вважають, що однією з головних причин почастищення та обтяження серцево-судинних захворювань – це умови життя сучасного цивілізованого суспільства і, насамперед, гіподинамія. Далі автори, вказують на необхідність широкого впровадження у практику сучасних тестів для поглибленої оцінки функціонального стану серцево-судинної та дихальної системи та фізи-

чного стану людини в цілому. З результатів дослідження, проведених (Лизогуб, Коваленко, Дзюбан, & Кудій, 2012) встановлено лінійну залежність між ЧСС та рівнем споживання кисню міокардом, зміну хвилинного об'єму крові залежно від ЧСС. На думку зарубіжних авторів (Fox, 2005; Heidland & Strauer, 2001) частота серцевого ритму впливає на тривалість життя, збільшення ризику атеросклерозу, інфаркту міокарда, артеріальної гіпертензії, серцево-судинної захворюваності та смертності. Зменшення кількості серцевих скорочень прийнято вважати первинною стратегією профілактики та лікування стенокардії – поширеного прояву захворювання коронарних артерій, яке вражає до 30 000–40 000 осіб на 1 млн жителів Європи та США (Williams, Fihn, Gibbson, & 2001).

Автор І. А. Аршавський (1979), Р. М. Баєвський (1979) вказують, що навіть у цілому кардіологічні діагностичні методи наші знання набагато розширилися, все ж таки центральне місце незмінно залишається за частотою серцевих скорочень. Таким чином, саме частота серцевих скорочень (ЧСС) може бути індикатором адаптаційно-приспосувальних реакцій у відповідь на навантаження.

З цього випливає необхідність ретельного контролю фізичного стану учня з боку педагогів та медиків. Такий контроль підвищить ефективність профілактики захворювань та якості підготовки майбутніх фахівців. Найбільш популярним контрольним випробуванням у масових дослідженнях є проба Руфф'є. Доступність реєстрації показників пульсу, простота обчислень та оцінювання результатів дослідження є універсальним засобом, що характеризує адаптаційні можливості серцево-судинної системи людини.

Актуальність дослідження обумовлена отриманням кількісних показників у напрямку медико-біологічного контролю серцево-судинної системи студентської молоді та виявлення вікових особливостей розвитку основних функціональних систем організму у жінок в період 18–22 роки.

Зв'язок роботи з науковими програмами. Робота виконана відповідно до плану науково дослідної роботи кафедри фізичного виховання і спорту Донбаської державної машинобудівної академії.

Мета дослідження – визначити вікові особливості серцево-судинної та дихальної системи жінок 1–5 курсів вищої школи.

Матеріали і методи У дослідженні взяли участь 200 студенток: 1-го курсу ($n = 44$); 2-го курсу ($n = 38$); 3-го курсу ($n = 42$); 4-го курсу ($n = 44$), ($n = 43$); 5-го курсу ($n = 32$). Для вирішення поставлених завдань були застосовані наступні методи дослідження: аналіз науково-методичної та медичної літератури, метод індексів, медико-біологічні методи, констатуючий експеримент та методи математичної статистики.

Результати

У результаті дослідження було визначено середньо-статистичні показники, що характеризують особливості ССС та ДС (дихальної системи) у жінок віком 18–22 років. У 19 років спостерігається значне погіршення результатів затримки дихання проб Штанге (49 с) та Генче (38 с) ($P < 0,05$). У віці 19–20 років (2–3 курс) не спостерігаються зміни за всіма показниками. У віці 21 рік відбувається зменшення індексу Руф'є (12,4 – «задовільно») та середнього значення пульсу після навантаження (34,7), одночасно спостерігається зменшення серцевих скорочень (25,8) після стандартної паузи відновлення ($P < 0,05$). Це вказує, що у цей період найбільш успішно відбуваються компенсаторні процеси серцево-судинної діяльності. У 21–22 роки (4–5 курс) простежується збільшення ударів пульсу до навантаження f_0 , покращуються показник пробі Штанге. Це свідчить про те, що з віком у жінок простежуються характерні ознаки гетерохронності та сенситивності функціонального стану організму.

Згідно з отриманими показниками індексу Руф'є та результатами порівняльного аналізу функціональної підготовленості на оцінювання серцево-судинної системи спостерігається, що з віком у жінок збільшується кількість студенток з результатом оцінювання індексу Руф'є «задовільно» (59,4 %), а також зменшується показник «добре» (15,6 %) серце.

Висновки

За результатами порівняльного аналізу та оцінювання серцево-судинної системи жінок 1–5 курсів спостерігається, що з віком збільшується кількість студенток за результатами індексу Руф'є «задовільно» (59,4 %) та одночасно зменшується показник «добре серце» (15,6 %). Віковому періоду 18–22 роки характерні ознаки сенситивності серцево-судинної та дихальної системи. Згідно зі статистичними даними у 21 рік кращі показники ЧСС та затримка дихання у 22 роки.

Список літератури

1. Алексєєнко, Т. Ф., Аніщенко В. М., & Балл Г. О. (2010). Біла книга національної освіти України. К. : Інформ. системи, 342 с. (in Ukrainian).
2. Гринченко, І. Б. (2014). Професійна підготовка майбутніх учителів фізичного виховання : досвід європейських країн. Засоби навчальної та науково-дослідної роботи Вип. 42. 39–50. (in Ukrainian).
3. Дубовик, О. В. (2013). Досвід підготовки спеціалістів технічного профілю у США: перспективи для ПТНЗ України. Львів. 40 с. (in Ukrainian).
4. Захаріна, Є. А. (2012). Аналіз професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури в Україні та США. – Бердянськ : БДПУ, (1) 116–123.
5. Моторін, В. М. (1990). Підготовка спеціалістів фізичної культури в університеті Лок-Хейвен (США). Теорія та практика фізичної культури. (5) 58–59.
6. Сущенко, Л. П. (2002). Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у зарубіжних країнах– Запоріжжя : ЗДУ, – 43 с. (in Ukrainian).
7. Blazer, C. (2005). Literature review on professional development for teachers – Miami, Fl: Miami-Dade County Public Schools, 19 p.
8. Collinson, V., & Yumiko O. (2001). The Professional Development of Teachers in the United States and Japan *European Journal of Teacher Education*. Vol. 24, N 2. P. 223–248.

FEATURES OF CARDIOVASCULAR DEVELOPMENT AND RESPIRATORY SYSTEM IN STUDENTS 18–22 YEARS OLD

Serhii Chernenko, Iuriy Dolynniy, Oleg Oliynyk

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study is to determine the age characteristics of the cardiovascular and respiratory systems of women 1 - 5 years of high school.

Material and methods. Female students 200 took part in the study: 1st year ($n = 44$); 2nd year ($n = 38$); 3rd year ($n = 42$); 4th year ($n = 44$); 5th year ($n = 32$). To solve the tasks, the following research methods were applied: analysis of scientific-methodical and medical literature, pedagogical observation, method of indices, medical-biological methods, ascertaining experiment and methods of mathematical statistics. The following indicators were registered: f_0 – the number of pulse beats before the load, f_1 – the load after the load, f_2 – the last 15 seconds of the first minute of recovery; breathing delay (inhalation, exhalation).

Results. The study established that at the age of 19, there was a significant deterioration in the results of breath retention tests of Stange (49 s) and Genche (38 s) ($P < 0.05$). At the age of 20 (2-3 years), there are no changes in all indicators. In girls aged 20-21 years (3-4 years), there are significant changes according to the Ruffier index (satisfactory), the value of the pulse after work (34.7s) and the heart rate (25.8s) after a standard pause on exercise decreases ($P < 0.05$). This indicates that the most successful adaptation processes of the cardiovascular system take place in this age period. At the age of 21-22 (4th-5th year), there are significant changes in the number of pulse beats before exercise, the indicators of the Barbell test (54 s) improve.

Conclusions. According to the results of the comparative analysis and assessment of the cardiovascular system of women of the 1st to 5th courses, it is observed that with age the number of female students according to the results of the Ruffier index "satisfactory" (59.4%) increases and at the same time the "good heart" indicator decreases (15.6 %). The age period of 18-22 years is characterized by signs of sensitivity of the cardiovascular and respiratory systems. According to statistical data, at the age of 21, the best indicators of heart rate and respiratory arrest are at the age of 22.

Keywords: women, Ruffier index, heart rate, Stange test, Genchi

Information about the authors:

Chernenko Serhii: chernenko.sergey65@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0001-9375-4220>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Dolynniy Iuriy: mr.dya69@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0002-6495-6066>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Oliynyk Oleg: olegoliynyk@ukr.net; <http://orcid.org/0000-0002-9197-1034>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



НАВЧАННЯ ТЕХНІЧНИХ ПРИЙОМІВ БАСКЕТБОЛУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Юрій Сорокін

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – визначити психолого-педагогічні умови вдосконалення професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту.

Матеріали і методи: Для досягнення поставленої мети у роботі були використані теоретичні методи: аналіз та узагальнення наукової і методичної літератури; загально-наукові методи теоретичного рівня.

Результати. Психолого-педагогічні умови ґрунтуються на сучасних підходах до організації освітнього процесу: відповідність змісту освіти особливостям професійної діяльності вчителя фізичного виховання, оптимальне поєднання загальних, групових та індивідуальних форм організації навчання, доцільне застосування інноваційних методів і засобів на різних етапах професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання. Вдосконалення професійної підготовки спрямовано на розвиток психолого-педагогічних умов, а саме: цілеспрямованої мотивації студентів до навчання та педагогічної діяльності, поглиблення змісту навчання з психологічних і педагогічних дисциплін, комплексного системно-цільового проектування професійної підготовки, інноваційних технологій, що спрямовані на розвиток педагогічної майстерності.

Висновки. Підготовка викладачів фізичного виховання передбачає створення організаційних, психологічних і методичних умов, що сприяють формуванню інноваційних знань, умінь, навичок, відповідних особистісних і професійних якостей студента, котрі забезпечують готовність майбутнього вчителя до інноваційної навчальної діяльності. Організація освітнього процесу ґрунтуються на сучасних підходах, а саме: зміст робочих програм, форми навчання, інноваційні методи та засоби, повинні відповідати особливостям професійної діяльності у галузі фізична культура і спорт.

Ключові слова: баскетбол, молодші школярі, навчання

Вступ

Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту одним з пріоритетних завдань держави у сфері фізичного виховання визначає охоплення всіх дітей системою навчання основних елементів певних видів спорту. На вирішення цього завдання спрямована розробка ефективних методик навчання техніки фізичних вправ з різних видів спорту, в тому числі й баскетболу.

Традиційною проблемою навчання технічних прийомів баскетболу на етапі початкової підготовки є невідповідність стандартного спортивного устаткування фізичним можливостям учнів. Особливо актуальною є зазначена проблема у початковій школі. Саме тому ряд фахівців (Є. Волков, Л. Кофман, Г. Максимів, О. Сотник) вважають за доцільне розпочинати вивчення технічних прийомів баскетболу з 11–12 років, а то й пізніше – з 13–15 років (В. Бабушкін, В. Платонов, К. Сахновский).

Мета дослідження – визначити особливості навчання учнів молодшого шкільного віку технічних прийомів баскетболу.

Результати

Основи методик навчання технічних прийомів баскетболу, які використовуються на етапі початкової підготовки, широко представлені у науково-методичній літературі. У залежності від особливостей застосування, зазначені методики дозволяють більш або менш успішно вирішувати головне завдання даного етапу – формувати основи техніки і тактики баскетболу.

Навчання ігрових прийомів баскетболу будується з урахуванням загальних закономірностей формування рухової навички. Відповідно до них, процес вивчення окремих технічних прийомів гри складається з трьох етапів, тривалість яких залежить від конкретних умов навчання, складності прийому і обраних методів.

Під час вивчення технічного прийому у спрощених умовах передбачається головну увагу приділяти оволодінню правильною структурою рухової дії. Для засвоєння техніки ігрового прийому баскетболу традиційні методики навчання передбачають виконання значної кількості підвідних вправ. Розучування основних технічних прийомів гри рекомендовано здійснювати методами вивчення вправи в цілому та по частинах, а також ігровим методом. Вивчення технічного прийому в ускладнених умовах передбачає його багаторазове виконання із зміною вихідного положення, відстані, напрямку руху, швидкості руху, із перешкодами та протиборствами. На цьому етапі значна увага приділяється вивченню взаємодій між гравцями. Удосконалення вивченого прийому здійснюється за допомогою проведення навчальних та двосторонніх ігор.

Переважною більшістю методик передбачено розпочинати навчання баскетболу із паралельного вивчення техніки окремих ігрових прийомів. Вивчення тактики рекомендовано здійснювати як одночасно із розучуванням техніки, так і дещо пізніше (Козіна, 2010).

Однією з характерних ознак традиційних методик навчання баскетболу є використання стандартного спортивного устаткування. Однак, розміри і маса

м'яча, висота кошика, відстань від місця штрафних кидків до щита, розміри майданчика необґрунтовано великі для того, щоб учні молодших класів могли успішно опанувати технічні елементи баскетболу. Це зумовлено тим, що у дітей молодшого шкільного віку основні показники фізичного розвитку суттєво відрізняються від аналогічних показників у дорослих (Гейтенко, 2022). Тобто, дітям 7–10 років доводиться опановувати рухові дії в умовах, які не відповідають їх фізичним можливостям. Під впливом цих факторів у дітей суттєво спотворюються показники техніки прийомів баскетболу. Це стосується, перш за все, кінематичних та динамічних характеристик техніки.

Слід підкреслити, що вже на етапі початкового вивчення навчальні завдання для окремих груп учнів є малодоступними. Результатом цього є або неможливість виконання певних рухових дій взагалі, або неправильне їх виконання. До таких вправ, насамперед, належать ловіння і передачі м'яча однією та двома руками, кидки м'яча однією та двома руками. Тобто вже на першому етапі навчання учні зустрічаються з труднощами, які вони самі не можуть подолати. Це породжує в них зневіру у власні сили, значно знижує інтерес до навчання, робить учнів пасивними учасниками навчального процесу. Така побудова процесу навчання суперечить принципам доступності, емоційності, свідомості і активності (Вознюк, 2007).

Разом з тим, у педагогічному процесі необхідно враховувати, що процес окостеніння фаланг пальців верхньої кінцівки завершується в 11 років, а зап'ястя – у 12 років. Тому ще одним аспектом проблеми застосування традиційних методик навчання технічних прийомів баскетболу у початковій школі є те, що використання стандартних баскетбольних м'ячів несе певну небезпеку для молодших школярів. Вона пов'язана із значними навантаженнями, які припадають на несформовану дитячу кисть під час ведення, ловіння, передач і кидків надміру важкого стандартного баскетбольного м'яча. Внаслідок цього можливі різноманітні травми та приховані мікротравми, які на етапі початкового вивчення можуть стати причиною негативного ставлення дітей до навчання елементів техніки та гри загалом.

Варто також наголосити, що остаточно не сформована дитяча кисть швидко втомлюється. Використання стандартних баскетбольних м'ячів лише прискорює цей процес у дітей 7–10 років. Тому діти допускають велику кількість помилок, адже втома негативно впливає на ефективність процесу навчання рухових дій, особливо на першому етапі.

Встановлено, що всіх рухових дій, які складають основи гри баскетбол, доцільно навчати дітей вже з 5 – 6 річного віку. Таким вправами є: передачі м'яча однією та двома руками; передачі м'яча з відскоком; ловіння м'яча; ведення правою та лівою руками; кидки м'яча в кошик різними способами (Чо-пик, 2003).

Фахівці Т. Вознюк, Ж. Мінасян, Н. Семашко, Суада Абед Йед, К. Суєтнов, Б. Туркунов вважають, що діти 7–10 років здатні оволодівати окремими ігровими прийомами баскетболу, проте перешкодою для їх опанування є невідповідність характеристик стандартного спортивного устаткування показникам фізичного розвитку і фізичної підготовленості. Тому вивчення основних технічних прийомів рекомендують проводити у спрощених умовах (із зменшеними висотою кошика, розмірами та масою м'яча), які, здебільшого, чітко не обумовлені, або потребують наукового обґрунтування (Скалій, 2006).

Для усунення невідповідності стандартного спортивного устаткування фізичним можливостям молодших школярів, фахівці рекомендують під час вивчення розділу «Баскетбол» у початковій школі використовувати спортивне устаткування для міні-баскетболу.

Висновки

Ефективність техніки виконання ігрових прийомів баскетболу визначається наступними морфологічними характеристиками виконавця: довжиною тіла, довжиною і шириною кисті, розмахом пальців, довжиною та розмахом рук. Найінформативнішим показником, серед вказаних, є довжина тіла, оскільки зазначеною величиною обумовлені розміри окремих ланок тіла та рівень розвитку рухових якостей.

Список літератури

1. Гейтенко, В. В., Сорокін Ю. С. (2022). Сучасні проблеми та перспективи розвитку мінібаскетболу в Донецькій області. *Фізичне виховання і спорт*. 52–58.
2. Вознюк, Т. В. (2007). Функціонально-структурний підхід до удосконалення шкільної програми з фізичної культури (з розділу баскетбол). *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. 124–126.
3. Чопик, Р. В. (2003). Морфофункціональні особливості розвитку учнів різних вікових груп як передумова диференційованого підходу у процесі навчання технічних прийомів баскетболу. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту* 20–26.
4. Скалій, Т. В. (2006). Педагогічний контроль розвитку координаційних здібностей дітей і підлітків : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту. Харків. держ. акад. фіз. культури. 21 с.

TRAINING OF TECHNICAL TECHNIQUES OF BASKETBALL OF YOUNGER STUDENTS

Yurii Sorokin

Donbas State Engineering Academy

The of purpose of the study to define psikhologo-pedagogical terms of perfection of professional preparation of future specialists on a physical culture and sport.

Material and methods. For achievement of the put purpose theoretical methods were in-process used: analysis and generalization of scientific and methodical literature; scientific methods of theoretical level.

Results. Psikhologo-pedagogical terms are based on the modern going near organization of educational process: accordance of maintenance of education the features of professional activity of teacher of physical education, optimum combination of general, group and individual forms of organization of studies, expedient application of innovative methods and facilities, on the different stages of professional preparation of future teachers of physical education. Perfection of professional preparation is directed on development psikhologo-pedagogical terms, namely: purposeful motivation of students to the studies and pedagogical activity, to deepening of maintenance of studies from psychological and pedagogical disciplines, complex system having a special purpose planning of professional preparation, innovative technologies which are directed on development of pedagogical trade.

Conclusions. Preparation of teachers of physical education foresees creation of organizational, psychological and methodical terms, which are instrumental in forming of innovative knowledges, abilities, skills, proper personality and professional qualities of student, which provide readiness of future teacher to innovative educational activity. Organization of educational process based on modern approaches, namely: the table of contents of executable codes, form of studies, innovative methods and facilities, must answer the features of professional activity in industry physical culture and sport.

Key words: basketball, junior high school students, studies.

Information about the authors:

Sorokin Yurii: ur.sorokin65@gmail.com; <http://orcid.org/0000-0001-5185-5111>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ЛЕГКОЮ АТЛЕТИКОЮ НА ЖІНОЧИЙ ОРГАНІЗМ

Анна Островська, Тетяна Брюханова

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження - вивчити вплив легкої атлетики на жіночий організм, аналізувати різниці у фізичних характеристиках жінок-легкоатлеток, та розробити рекомендації для їхнього здоров'я та тренувальної програми, враховуючи менструаційний цикл і вагітність.

Матеріали і методи: У роботі використовувалися наступні методи: аналіз наукової літератури та порівняльний аналіз даних з різних джерел.

Результати. Результати дослідження показують, що легка атлетика впливає на жіночий організм, змінюючи фізичні параметри та функціональні можливості. Жінки, які займаються різними дисциплінами, мають різні антропометричні характеристики. У порівнянні з чоловіками, жінки спостерігаються знижені енерговитрати під час фізичних навантажень, особливо на довгих дистанціях. Ці відмінності впливають на спортивні результати та технічну майстерність. Передменструальний цикл може впливати на спортивну діяльність жінок. Тренувальний план має бути адаптованим до цих фізіологічних коливань. Здорові та добре підготовлені жінки можуть займатися спортом під час менструацій та вагітності, під контролем лікаря і тренера.

Висновки. Легка атлетика впливає на жіночий організм через різні види бігу, стрибків і метань, змінюючи фізичні якості та адаптацію до умов. Тренування повинні бути розподілені раціонально враховуючи фізіологічні особливості. Жінки можуть брати участь у спортивних змаганнях під час менструацій за дозволом лікаря та тренера, зберігаючи здоров'я.

Ключові слова: легка атлетика, жіночий організм, фізичні характеристики, рухові якості, тренування, здоров'я, спортсменки.

Вступ

У загальній системі фізичного виховання жінок значне місце займає легкоатлетичний спорт. Заняття легкою атлетикою сприяють зміцненню здоров'я і розвитку фізичних якостей: сили, швидкості, витривалості, спритності, та інших життєво важливих якостей і рухових навичок. Легка атлетика суттєво впливає на жіночий організм, формуючи фізичні якості та адаптацію до різних умов. Різні види спорту мають відмінності у фізичних характеристиках жінок. Важливо враховувати менструальний цикл та індивідуальні особливості при тренуваннях, забезпечуючи безпечну та ефективну підготовку, сприяючи загальному здоров'ю жінок.

Мета дослідження - вивчити вплив легкої атлетики на жіночий організм, зокрема бігу, стрибків і метань, та їх вплив на фізичні характеристики та здоров'я жінок-легкоатлеток. Аналізувати відмінності у розвитку рухових якостей, сили, швидкості, витривалості тощо у жінок в різних видах спорту.

Матеріали і методи

Для досягнення поставленої мети у роботі використовувалися наступні методи: аналіз наукової літератури та порівняльний аналіз даних з різних джерел.

Результати дослідження

Загальні основи спортивного тренування єдині для всіх спортсменів, але слід пам'ятати про особливості жіночого організму і про фізичні можливості жінок, що займаються легкоатлетичним спортом. Заняття різними видами бігу, стрибків і метань, а також спортивною ходьбою призводять до відмінностей у будові тіла, функціональних можливостей органів і систем організму, розвитку рухових якостей. А це, у свою чергу, впливає на: прояв сили, швидкості, витривалості, гнучкості, спритності, координаційних здібностей; пристосування до різних умов зовнішнього середовища; працездатність, відновлення та здоров'я, а також спортивні досягнення. Усі ці відмінності обумовлені, з одного боку, системою відбору в обраному виді спорту, а з іншого – специфічним впливом кожного виду легкоатлетичних вправ на організм жінок.

Жінки, які займаються бігом на короткі дистанції, зазвичай мають середній зріст і вагу тіла, добре розвинену мускулатуру. Спортсменки в бігу на середні і довгі дистанції на відміну від жінок-спринтерів мають відносно невелике зріст, більш вузькі плечі й таз, довгі кінцівки, хороші показники зовнішнього дихання. Для жінок, які займаються стрибками у довжину й у висоту характерні високий ріст при невеликій вазі, відносно короткі стегна і довгі гомілки. Метальниці відрізняються високим зростом, значною вагою і більш рельєфною мускулатурою.

Зазвичай антропометричні показники у чоловіків і жінок у кожному виді легкої атлетики значно не відрізняються. Так, ця різниця у вазі у бігунів на 100 м досягає 22,2 кг, а в зрості – 13,3 см; у штовхальників ядра – відповідно 37,2 кг та 18,6 см.

Відмінності у легкоатлеток спостерігаються і в ряді фізіологічних показників. Так, біг на короткі дистанції у жінок характеризується великою потужністю роботи, а біг на середні і довгі дистанції – максимальним підвищенням ки-

сневого боргу. У спринті енерговитрати жінок на 15–20 % нижче, ніж у чоловіків, а у бігунів на середні і довгі дистанції величина максимального споживання кисню зазвичай нижче, ніж у чоловіків і жінок в одному і тому ж виді легкої атлетики, що в кінцевому рахунку відбивається на спортивні результати. Порівнюючи рекорди світу у чоловіків і жінок, можна встановити, наскільки легкоатлетки поступаються чоловікам в рівні розвитку швидкості, сили, витривалості та інших фізичних якостей, а також рівні володіння технічною майстерністю.

Найбільші відмінності спостерігаються у швидкісно-силових і складно-технічних видах легкої атлетики, а також в бігових дисциплінах, де спортивний результат залежить від швидкісної витривалості. Незначне відставання у штовханні ядра пов'язано з малою його вагою (4 кг проти 7,257 кг). Тому при підготовці жінок не можна забувати про ці особливості жіночого організму і про їхні фізичні можливості в залежності від тієї чи іншої спеціалізації.

Організм жінок чуйно реагує на перебіг різних фаз менструального циклу, тому при складанні тренувального плану це треба обов'язково враховувати і поєднувати з іншими факторами, такими, як фізіологічні, психологічні, кліматичні, а також вплив зовнішнього середовища.

Порушення менструального циклу можуть виникати при надмірному фізичному навантаженні, без урахування індивідуальних особливостей, а також при сильному стомленні і перетренованості. Менструальний цикл нерідко починається напередодні або під час змагань великого масштабу внаслідок надмірного збудження спортсменок. У деяких жінок в передменструальний період відзначається почастищення серцевих скорочень, підвищення артеріального тиску і температури тіла. З'являються дратівливість, плаксивість, головні болі, «припливи» до голови, тяжкість в нижній частині живота і т. д. При цьому слід враховувати, що помірні фізичні навантаження не роблять негативного впливу на перебіг менструального циклу у спортсменок.

У практиці роботи з легкоатлетками необхідно мати на увазі, що найбільший обсяг тренувального навантаження конкретної спрямованості слід планувати на ті періоди циклу, коли організм спортсменок схильний до її виконан-

ня. Найбільш низький рівень функціональних показників спостерігається в перші два дні, на 13–14-й і 25–30-й день, а в інші дні рівень працездатності залишається на досить високому рівні, особливо на 16–17-й, 24–25-й день.

Побудова тренувального процесу має в зв'язку з цим сприяти:

- а) більш раціональному розподілу навантажень різної спрямованості в місячному циклі;
- б) кращої адаптації організму легкоатлеток до великих навантажень;
- в) попередження виникнення перетренування.

Питання про можливість тренування або участі в змаганнях легкоатлеток в період менструальних циклів вирішується диференційовано тренером і лікарем. Малопідготовлені спортсменки не повинні допускатися до змагань у передменструальний і менструальний періоди. Тривалість занять у період менструацій скорочується, і вони не повинні бути інтенсивними і напруженими.

Здорові та добре підготовлені спортсменки можуть брати участь у змаганнях з дозволу лікаря і під час менструацій. Встановлено, що в ці дні вони показують звичайні, а іноді і рекордні для себе результати. Особливо треба підкреслити величезне оздоровче значення спортивного тренування, під впливом якої поступово підвищуються функціональні можливості організму легкоатлеток, ліквідуються відхилення від норми в протіканні менструального циклу.

Останні дослідження вчених у спорті показують, що ніяких негативних наслідків помірного фізичного тренування не має і для вагітних жінок, що можна не втрачати спортивної форми в бігу на витривалість, тренуючись і під час вагітності, і в період годування. Це не впливає ні на здоров'я матері, ні на здоров'я дитини. Звичайно, все це має відбуватися під контролем лікаря і тренера, і тільки для спортсменок з великим тренувальним стажем, добре підготовлених і з відмінним здоров'ям.

Висновки

Легка атлетика впливає на жіночий організм через різні види бігу, стрибків і метань, змінюючи фізичні якості та адаптацію до умов. Тренування повинні бути розподілені раціонально враховуючи фізіологічні особливості. Жінки

можуть брати участь у спортивних змаганнях під час менструацій за дозволом лікаря та тренера, зберігаючи здоров'я.

Список літератури

1. Бондарчук, А. П. (1986). Треніровка легкоатлета. К. Здоров'я. 158 с.
2. Матвеев Л. П. (1999). Основи загальної теорії спорту та системи підготовки спортсменів. К. Олімпійська література, 318 с.
3. Шахліна, Л. Г. (2001). Медико-біологічні основи спортивного тренування жінок. К. Наук. думка. 328 с.

The influence of athletics on the female body

Anna Ostrovska, Tatiana Bryukhanova

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study is to study the impact of athletics on the female body, to analyze the difference in the physical characteristics of female athletes, and to develop recommendations for their health and training program, taking into account the menstrual cycle and pregnancy.

Material and methods. The following methods were used in the work: analysis of scientific literature and comparative analysis of data from various sources.

The results. The results of the study show that athletics affects the female body, changing physical parameters and functional capabilities. Women who work in different disciplines have different anthropometric characteristics. Compared to men, women have lower energy expenditure during exercise, especially over long distances. These differences affect athletic performance and technical skill. The premenstrual cycle can affect women's sports activities. The training plan must be adapted to these physiological fluctuations. Healthy and well-prepared women can do sports during menstruation and pregnancy, under the supervision of a doctor and trainer.

Conclusions. Athletics affects the female body through different types of running, jumping and throwing, changing physical qualities and adaptation to conditions. Training should be distributed rationally, taking into account physiological features. Women can participate in sports competitions during menstruation with the permission of a doctor and coach, while maintaining health.

Keywords: athletics, female body, physical characteristics, movement qualities, training, health, female athletes.

Information about the authors:

Bryukhanova Tatiana: marysya18tigra@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0001-6561-2575>; Physical Education and Sports, Donbas State Machine Building Academy, Akademihna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Ostrovska Anna: anaostrovskaa75@gmail.com; Donbas State Machine Building Academy, Akademihna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023

ПОТЕНЦІАЛ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ У КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СУЧАСНОГО СТУДЕНТСТВА

Анна Приймак, Надія Сало

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – визначити потенціал фітнес-технологій у контексті формування здорового способу життя здобувачів вищої освіти.

Матеріал і методи: Для досягнення поставленої мети у роботі були використані такі методи дослідження: методи теоретичного аналізу та узагальнення, системний підхід.

Результати. На засаді сучасного трактування здорового способу життя як сукупності соматичного, фізичного, духовного, психоемоційного, інтелектуального, соціального, особистісного здоров'я, у роботі представлено авторське тлумачення здорового способу життя як способу життя, зорієнтованого на збереження, зміцнення й покращення здоров'я через діяльність, спрямовану на оздоровлення умов життя в освіті, праці, відпочинку, побуті людини, що сприяє забезпеченню її якісної самореалізації в різних векторах життя. Обґрунтовано структуру здорового способу життя, що містить: 1) мотиваційно-ціннісний; 2) когнітивний; 3) діяльнісний компоненти. Висвітлено етимологію феномену «фітнес» та три основні види фітнесу (загальний; фізичний (оздоровчий); спортивно-орієнтовний). З'ясовано, що практична реалізація формувального потенціалу фітнесу щодо здорового способу життя відбувається у процесі використання різних фітнес-технологій.

Ключові слова: здоровий спосіб життя, фітнес, види фітнесу, фітнес-технології, потенціал фітнес-технологій.

Вступ

Глобалізаційні та євроінтеграційні орієнтири розвитку нашої країни зумовлюють зміну ієрархії цінностей суспільства, що передбачає приділення особливої уваги в соціальній політиці держави оздоровленню, підтриманню фізичного здоров'я населення України як суттєвого складника формування гармонійної особистості й показника соціально-економічного й духовного розвитку країни. Однак системне й масове поширення комп'ютерних та інформаційно-комунікаційних технологій та цифровізація всіх сфер життя сучасного суспільства породжують явище гіподинамії, що негативно впливає на стан здоров'я молоді. До того ж події, пов'язані з повномасштабним вторгненням військ РФ на територію України, сприяли зростанню тривожності й невротизації різних прошарків населення. Відтак зазначені негативні явища є ознаками демографічної кризи, пов'язаної з проблемами здоров'я. Отже, з огляду на ці об'єктивні обставини, особливої актуальності набуває валеологічний вектор сучасної вищої освіти та активізація здоров'язбережувальної діяльності її здобувачів. Тому в сучасну вищу освіту впровадженні технологій формування здорового способу

життя. Суттєве місце серед яких посідають фітнес-технології. Існує наукова думка (К. Мулик, К. Максимова) [5], що фітнес став культурологічною еманациєю (від лат. *Emanatio*, що у перекладі означає «розповсюдження»). У студентському віці фітнес є ефективним засобом формування здоров'я в усіх його контекстах та покращення адаптаційних можливостей студентської молоді завдяки гармонійному фізичному розвитку особистості.

Мета дослідження – визначити потенціал фітнес-технологій у контексті формування здорового способу життя здобувачів вищої освіти.

Матеріали і методи

Для досягнення поставленої мети у роботі були використані такі методи дослідження: методи теоретичного аналізу та узагальнення, системний підхід.

Результати

Здоров'я є «здатністю: пристосовуватись до середовища та своїх особистих можливостей; протистояти зовнішнім і внутрішнім хворобам, іншим пошкодженням, старінню та іншим формам деградації; зберігати себе, природне та штучне середовище проживання; розширювати свої можливості, умови та ареал проживання, об'єм і розмаїття доступного екологічного, інтелектуального і морально-етичного середовища проживання; збільшувати тривалість повноцінної життєдіяльності; покращувати можливості, якості та здібності свого організму, якість життя і середовища проживання» [6].

Авторське трактування структури здорового способу життя ґрунтується на структурно-діяльнісній ознаці й передбачає такі компоненти:

1) мотиваційно-ціннісний компонент – як сукупність ціннісного ставлення до здоров'я; мотивів, потреб вести здоровий спосіб життя; установки на дотримання правил та норм здорового способу життя;

2) когнітивний компонент, що містить знання в галузі якісних показників здоров'я; знання про основні чинники збереження і зміцнення здоров'я; знання норм и правил здорового способу життя; самооцінку власного здоров'я;

3) діяльнісний компонент, що охоплює уміння вести активний руховий режим, займатися фізичною культурою та спортом; уміння організувати раціо-

нальний режим дня; уміння раціонально харчуватися; уміння запобігати шкідливим звичкам

У закладах вищої освіти фітнес, на думку [3], виконує такі функції, як-от:

- формувально-творча, що пов'язана з досягненням високого рівня фізичної підготовленості, удосконалення адаптаційних можливостей студентів та зміцнення їх соматичного здоров'я;
- інтегративно-організаційна, сутність якої полягає в об'єднанні студентів в колективи для спільної спортивної діяльності;
- проєктно-творча, яка розкриває потенціал фітнесу в творчому розвитку студентів, їх самопізнанні, в розвитку індивідуальних особливостей;
- цілісно-зорієнтована, яка забезпечує професійний саморозвиток та особистісне самовдосконалення студентів;
- соціалізуюча, що інтегрує студентів до суспільних стосунків з метою отримання соціального досвіду та формування соціально важливих якостей

Етимологія феномену «фітнес» пов'язана з англійським «to be fit», що у перекладі – «бути у формі». Низка науковців (Л. Іващенко, О. Лядська, Е. Хоули та ін.) вважають фітнес суттєвою складовою філософії успіху, що передбачає наявність фізичної, психологічної та емоційної стійкості.

Інші автори, [2] трактують *фітнес* у двох площинах: 1) як сукупність заходів, які забезпечують різносторонній фізичний розвиток людини; 2) як вид спорту, в межах змагального бодібілдингу

Відомі автори [5] виділяють три основні *види фітнесу*: загальний; фізичний (оздоровчий); спортивно-орієнтовний. При цьому загальний фітнес спрямований на підтримку оптимальної якості життєдіяльності, критеріями якої є працездатність, суспільна активність, стабільність психологічної сфери. Цю функцію фітнесу можна реалізувати в межах двох-трьох разового на тиждень режиму занять. Фізичний фітнес має на меті досягнення оптимальної фізичної форми у засіб виконання різних фітнес-програм вибіркової спрямованості. Спортивний фітнес спрямований на розвиток фізичних здібностей у контексті досягнення спортивних успіхів.

О. Дубинська визначає фітнес-технологію як «системне поняття, яке є синтезом сучасних науково обґрунтованих фізкультурно-оздоровчих засобів, що застосовуються у фітнесі, та новітніх психолого-педагогічних підходів у методиці побудови та проведення занять з урахуванням статевих та вікових особливостей учнів та їх мотиваційних пріоритетів» [1].

В. Зінченко тлумачить фітнес-технологію як сукупність науково обґрунтованих способів та методичних прийомів, спрямованих на підвищення оздоровчого процесу, задоволення потреб студентів у руховій активності.

Відтак, беручи до уваги зазначені позиції, визначаємо *фітнес-технологію* як оздоровчу систему, зорієнтовану на формування різних аспектів здорового способу життя, а саме мотивації, конкретних знань, умінь щодо його реалізації засобами різних типів фітнесу.

Висновки

Структура здорового способу життя, містить мотиваційно-ціннісний, когнітивний, діяльнісний компоненти. Фітнес-технології є оздоровчими системами, які знаходяться на стадії культурологічної еманациї й набувають особливого значення в ситуації військового стану в нашій країні, коли невротизація й тривожність молоді, як і всього населення, на жаль, стали поширеним явищем.

Список літератури

1. Дубинська, О. Я., & Петренко Н. В. (2016). Сучасні-фітнес технології у фізичному вихованні учнівської і студентської молоді: проектування, розробка, специфічні особливості: [монографія]. Суми : Вид-во Сум ДПУ імені А. С. Макаренка, 566 с.
2. Меньших, О. Е., Костогриз-Куликова Н. В., & Петренко Ю. О. (2014). Новітні фітнес-технології у роботі спортивних секцій вищих навчальних закладів : навч.-метод. посіб. Черкаси: ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 84 с.
3. Мулик, К. В. & Максимова К. В. (2017). Культурологічна еманация фітнес-культури як засіб оздоровлення студентської молоді Збірник наукових праць «Педагогіка та психологія». Харків, Вип. 58. 217–277.
4. Тулайдан, В. Г. (2020). Оздоровчий фітнес. Львів, «Фест-Прінт». 139 с.
5. Хоулі, Є. Т., & Френкс Б. Д. (2000). Оздоровчий фітнес. Олімпійська література. 368 с.
6. Якименко, С. І., & Оксеньчук Н. В. (2012). Формування культури здорового способу життя учнів основної школи у позакласній роботі. Навчально-методичний посібник. К. : Вид. дім «Слово», 288 с.

POTENTIAL OF FITNESS TECHNOLOGIES IN THE CONTEXT OF FORMING A HEALTHY LIFESTYLE OF MODERN STUDENTS

Anna Priymak, Nadia Salo

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study is to determine the potential of fitness technologies in the context of the formation of a healthy lifestyle for students of higher education.

Material and methods: To achieve this goal, the following research methods were used in the work: methods of theoretical analysis and generalization, systematic approach.

Results. Based on the modern interpretation of a healthy lifestyle as a combination of somatic, physical, spiritual, psycho-emotional, intellectual, social, personal health, the work presents the author's interpretation of a healthy lifestyle as a way of life focused on preserving, strengthening and improving health through activity, aimed at improving living conditions in education, work, recreation, and everyday life of a person, which contributes to ensuring his high-quality self-realization in various vectors of life. The structure of a healthy lifestyle, which includes: 1) motivational and valuable; 2) cognitive; 3) operational components. The etymology of the phenomenon "fitness" and the three main types of fitness (general; physical (rehabilitation); sports orientation) are highlighted. It was found that the practical implementation of the formative potential of fitness in relation to a healthy lifestyle occurs in the process of using various fitness technologies.

Keywords: healthy lifestyle, fitness, types of fitness, fitness technologies, potential of fitness technologies.

Information about the authors:

Priymak Anna: priymak_au@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0002-1364-5348>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Salo Nadia: nadeжда.salo@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023



ЗАРУБІЖНИЙ ДОСВІД РОЗВИТКУ МАСОВОГО СПОРТУ

Олег Гончаренко, Анастасія Пономарьова

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – проаналізувати досвід організації і управління масовим спортом серед населення за кордоном.

Матеріали і методи. Для досягнення поставленої мети у роботі були використані такі методи дослідження: методи теоретичного аналізу та узагальнення, системний підхід.

Результати. Встановлено, що у кожній країні державними виконавчими органами виступають різні міністерства та відомства. В компетенції перебувають важливі питання розвитку фізичної культури і спорту: участь в управлінні спортом найвищих досягнень; виділення та розподіл коштів державного бюджету, складання кошторису видатків; виділення, анулювання та умови отримання субсидій, допомог та позик для спортивних клубів і організацій; контроль за використанням фінансових коштів; формування пропозицій щодо підготовки фахівців (ФКС); участь у розробці та реалізації планів з будівництва та модернізації спортивних споруд, включаючи їх обладнання. Зарубіжний досвід розвитку масового спорту свідчить, що територіальний принцип поділу управлінських функцій дозволяє чітко розмежувати компетенцію та відповідальність державних та територіальних органів управління.

Висновки. Встановлена суттєва різниця у самій концепції підходу до організації і управління масовим спортом в Україні і в зарубіжних країнах, а саме: 1. Територіальне управління масовим спортом. 2. Фінансова допомога: виділення та розподіл коштів державного та місцевого бюджету, складання кошторису видатків. 3. Формування пропозицій щодо підготовки фахівців з фізичного виховання і спорту. 4. Участь у розробці та реалізації питань з будівництва та обслуговувані (модернізації) спортивних споруд, включаючи їх обладнання.

Ключові слова. масовий спорт рух, територіальний принцип, підготовки фахівців з фізичного виховання і спорту, спортивні послуги населенню.

Вступ

Загальновизнаним є той факт, що сфера фізичної культури і спорту, особливо масовий та спорт для всіх, призвані вирішувати велику кількість соціально-економічних проблем, які пов'язані об'єднанням суспільства в єдину націю, відволікання молоді від шкідливих звичок, профілактика захворювань, збільшення тривалості та якісного рівня життя людей. Безумовно володіючи незаперечною соціальною значущістю, спортивні послуги являються об'єктами міжнародного регулювання та співпраці між країнами.

Одними із головних міжнародних документів у сфері масового спорту слід вважати Міжнародну хартію фізичного виховання і спорту (1978 р.) з наступними доповненнями, а також Спортивну хартію Європи (1992 р.). Даними документами встановлені основні правила і принципи регулювання розвитку масового спорту, котрих зобов'язані притримуватися всі країни, які ратифікували дані угоди [2].

Розвиток спорту, у кожній країні, перш за все ґрунтується на базовому законі про спорт. Так, у Франції це «Закон Французької Республіки про організацію та підвищення ролі в суспільстві фізичної та спортивної активності» (1984 р.), у Фінляндії – «Закон про спорт» (21.12.1979) та «Статут про спорт» (28.12.1979) та інш. пр. Слід зазначити, що розробка даних законів, а також усіх інших законодавчих актів які стосуються питань розвитку масового спорту повинна повністю відповідати положенням міжнародних угод.

Мета дослідження – проаналізувати досвід організації і управління масовим спортом серед населення за кордоном.

Матеріали і методи

Для досягнення поставленої мети у роботі були використані такі методи дослідження: методи теоретичного аналізу та узагальнення, системний підхід.

Результати

В ході дослідження літературних джерел нами було встановлено, що у кожній країні державними виконавчими органами виступають різні міністерства та відомства. Наприклад, в Іспанії – це Вища рада спорту, яка є автономним органом Міністерства освіти і науки, в Аргентині – Міністерство із соціальних питань. Тому в компетенції перебувають важливі питання розвитку ФКС:

- участь в управлінні спортом найвищих досягнень;
- виділення та розподіл коштів державного бюджету, складання кошторису видатків;
- виділення, анулювання та умови отримання субсидій, допомог та позик для спортивних клубів і організацій;
- контроль за використанням фінансових коштів;
- формування пропозицій щодо підготовки фахівців (ФКС);
- участь у розробці та реалізації планів з будівництва та модернізації спортивних споруд, включаючи їх обладнання та ін.

Зарубіжний досвід розвитку масового спорту свідчить, що територіальний принцип поділу управлінських функцій дозволяє чітко розмежувати компетенцію та відповідальність державних та територіальних органів управління.

Так, якщо на державному рівні виконуються основні функції управління, то регіональні та місцеві органи управління спортом орієнтовані переважно на розвиток масового спорту та спорту для всіх, які за кордоном є невід'ємними поняттями. Наведемо декілька прикладів.

Так у Німеччині реалізується система територіального управління масовим спортом, де управління ним відповідно до Конституції (ст. 30) та федеративною структурою Німеччини є завданням земель [2].

Залежно від регіональної специфіки, попиту населення послуги масового спорту, організація масового спорту на землях різна, але незалежно від цього існують єдині пріоритети: спорт у школах та підготовка викладачів фізичного виховання; студентський спорт; спорт для всіх, насамперед серед молоді, жінок, літніх людей та інвалідів; будівництво, модернізація та утримання спортивних споруд; сприяння спорту найвищих досягнень; допомога спортивним клубам та командам з різних видів спорту.

У Міністерстві у справах молоді та спорту Франції працюють два управління зі спорту, зокрема 6 бюро – фінансове, міжнародне, спорту вищих досягнень, політики розвитку видів спорту, управління установами централізованої підготовки спортсменів, науки, спортивного інвентарю та обладнання [2].

Таким чином, масовий спортивний рух за кордоном побудовано на дотриманні принципів вертикального та горизонтального підпорядкування, головним пріоритетом місцевих органів управління є розвиток масового спорту серед населення. Державні органи розпоряджаються коштами державного бюджету та вирішують принципові питання розвитку спорту вищих досягнень та масового спорту. Однак масовий спорт є головним пріоритетом державної спортивної політики [1].

На особливу увагу заслуговує питання побудови управління спортом для всіх на місцевому та регіональному рівні. Спортивні послуги населенню, що надаються в рамках програми спорту для всіх, мають ряд відмінних особливостей, серед яких основними можна позначити їх високу капіталомісткість та інформаційномісткість. Капітальне будівництво, їх обладнання та утримання са-

мої фізкультурно-спортивної споруди потребує значних капіталовкладень, а постійна тенденція у розширенні асортименту послуг, що надаються, включення додаткових та супутніх послуг до комплексу обслуговування населення утворюють стійку передумову збільшення даних витрат. Аналогічна тенденція стосується трудових ресурсів: де постійно не тільки підвищується безпосередньо кваліфікація тренерського та управлінського персоналу (що сама по собі викликає необхідність підвищення оплати праці), але й призводить до зростання вимог до їх роботи – збільшується інформаційне навантаження, з'являються нові методики, технології, засоби та методи тренування тощо. Оскільки від компетентності і якості роботи фахівців часто залежить здоров'я споживача, то неприпустимо економити і на цій статті витрат [4].

Тому головні питання розвитку організацій спорту для всіх полягають у ресурсній забезпеченості, основними категоріями якої виступають фінансові, трудові, матеріальні та науково-інформаційні ресурси. У зв'язку з цим управління спортом для всіх будується з метою досягнення максимальної ресурсної забезпеченості спортивних організацій [3].

Висновки

Встановлена суттєва різниця у самій концепції підходу до організації і управління масовим спортом в Україні і в зарубіжних країнах, а саме:

1. Територіальне управління масовим спортом.
2. Фінансова допомога: виділення та розподіл коштів державного та місцевого бюджету, складання кошторису видатків.
3. Формування пропозиції щодо підготовки фахівців з фізичного виховання і спорту.
4. Участь у розробці та реалізації питань з будівництва та обслуговуванні (модернізації) спортивних споруд, включаючи їх обладнання.

Список літератури

1. Дудчак, М. В. (2006). Проблеми спорту для всіх в Україні в контексті європейської інтеграції. Концепція розвитку фізичного виховання і спорту в Україні : зб. наук. пр. Міжн. ун-ту РЕГІ. Рівне, Вип. IV. 18–24.

2. Дудчак, М. В. (2007). Спорт для всіх у світовому контексті. К. : Олімпійська література, 112 с.
3. Куроченко, І. О. (2004). Фізична культура і спорт. К., 184 с.
4. Мічуда, Ю. П. (2007). Сфера фізичної культури і спорту в умовах ринку. К. : Олімпійська література, 216 с.

FOREIGN DEVELOPMENT EXPERIENCE MASS SPORTS

Oleg Honcharenko, Anastasia Ponomaryova

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study is to analyze the experience of organizing and managing mass sports among the population abroad.

Materials and methods. To achieve the goal, the following research methods were used in the work: methods of theoretical analysis and generalization, a systematic approach.

Results. It has been established that in each country various ministries and departments act as state executive bodies. The competence includes important issues of the development of physical culture and sports: participation in sports management of the highest achievements; allocation and distribution of state budget funds, drawing up an expenditure estimate; allocation, cancellation and conditions for receiving subsidies, aid and loans for sports clubs and organizations; control over the use of financial funds; formation of proposals for the training of specialists (FCS); participation in the development and implementation of plans for the construction and modernization of sports facilities, including their equipment. Foreign experience in the development of mass sports shows that the territorial principle of division of management functions allows for a clear demarcation of the competence and responsibility of state and territorial management bodies.

Conclusions. A significant difference has been established in the very concept of the approach to the organization and management of mass sports in Ukraine and in foreign countries, namely: 1. Territorial management of mass sports. 2. Financial assistance: allocation and distribution of funds from the state and local budget, drawing up an estimate of expenses. 3. Formation of a proposal for the training of specialists in physical education and sports. 4. Participation in the development and implementation of issues related to the construction and maintenance (modernization) of sports facilities, including their equipment.

Keywords. mass sports movement, territorial principle, training of specialists in physical education and sports, sports services for the population.

Information about the authors:

Honcharenko Oleg: o.h.honcharenko@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0001-7101-1880>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Ponomaryova Anastasia: aponomareva1307@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023

РОЗДІЛ 5. СУЧАСНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ У СУСПІЛЬСТВІ

ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

СИНХРОНІЗАЦІЯ ОСНОВНИХ МОТОРНИХ КООРДИНАЦІЙ В ПОЛІПШЕННІ ПСИХОМОВЛЕННЄВОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

Микола Єфименко

Бердянський державний педагогічний університет

Анотація

Мета дослідження – полягає в розробці алгоритму цілеспрямованої синхронізації основних моторних координацій у дітей із особливими освітніми потребами для розвитку, відновлення та побудови міжпівкульного нейрофізіологічного каркасу.

Матеріал і методи. У дослідженні взяли участь 18 дітей 4 – 5 років із загальним недорозвитком мовлення 3-4 рівнів. Для досягнення поставленої мети використовувалися такі методи: аналіз інформаційних джерел із проблематики дослідження, метод вправлення, педагогічні спостереження.

Результати. До основних видів моторних координацій ми приєднали ще додаткові – тепер комбінація всіх моторних координацій була сформована в таку робочу класифікацію. Основні моторні координації: глобальна координація тулуба та кінцівок, дворучна координація (дрібна моторика), артикуляційна координація. Додаткові моторні координації: вестибулярна, окорухова (окуломоторна), зорово-моторна (окомір), подарна (підшовна). Суть формування алгоритму синхронізації цих координацій полягає в своєрідному нанизуванні (додаванні) до основних моторних координацій додаткових моторних координацій. Це нагадує збірку дитячої пірамідки: поступове нанизування кульок з отворами на стрижень, одну за одною, від двох до сіми.

Висновки. Аналіз літератури з проблематики дослідження дає змогу стверджувати про можливість розвитку, відновлення та побудови міжпівкульного нейрофізіологічного каркасу дитини за допомогою синхронізації її моторних координацій. До основних моторних координацій (глобальної, дворучної (дрібної) та артикуляційної) ми приєднали додаткові моторні координації (вестибуло-моторну, окуломоторну, зорово-моторну і подарну). Відібрано комплекси вправ для синхронізації основних моторних координацій (глобальної – дворучної, дворучної – артикуляційної, глобальної – артикуляційної, глобальної – дворучної (дрібної) – артикуляційної).

Ключові слова: моторна координація, синхронізація, психомовленнєвий розвиток, дошкільники з особливими освітніми потребами.

Вступ

Тісний зв'язок моторної сфери з мовленнєвим розвитком дітей відомий вже давно (Кольцова, 1975, 2004; Семенович, 2016; Сеченов, 1953 тощо). Всі мовленнєві центри кори головного мозку (Брока, Верніке та Пенфілд) розташовані або в моторній ділянці кори, або топографічно знаходяться дуже близько до неї. Цей нейрофізіологічний синергізм створює відповідні умови для використання моторної сфери дитини для поліпшення та корекції її психомовленнєвого розвитку. Вказаний феномен вже відносно давно використовується в спеціальній педагогіці та реабілітології (Доман, 2000; Єфименко, Ізмайлова, 2007; Смолянинов, 2011, Твіггер, 2022). Але ми не знайшли робіт із досліджень системної синхронізації моторних координацій для відновлення, покращення, до-

будови міжпівкульної нейронної мережі як основи для подальшої корекції та компенсації психомовленнєвого розвитку дітей із особливими освітніми потребами. Це і зумовило актуальність нашого дослідження.

Традиційно в логопедії прийнято виділяти три основних види моторних координацій: загальну координацію тулуба та кінцівок, дворучну координацію та артикуляційну. Елементи синхронізації дворучної та артикуляційної моторики ми простежуємо в таких методах, як біоенергопластика, який базується на синхронізації артикуляційних дій із кистьовими. Подібні синхронізації дворучної і артикуляційної координацій (а іноді – і глобальної) мають місце в загальновідомій методиці «візуально-ритмічні ряди». Елементи таких локальних синхронізацій мають місце також в традиційній логоритміці.

Концептуальна позиція щодо розробки авторського методу (М. Єфименко) синхронізації рухово-мовленнєвих координацій (СРМК) віддзеркалена у відомому нейрофізіологічному законі Дональда Хебба: якщо два нейрони активовані приблизно в один і той же час і розташовані поблизу, то їхні зв'язки посилюються! Іншими словами, якщо цілеспрямовано і систематично активувати декілька видів моторних координацій – можна створити нову, більш розвинуту, пластичну нейронну міжпівкульну мережу, яка і стане основою подальших корекцій та компенсацій психомовленнєвого розвитку дітей із ООП. Зрозуміло, що чим більше видів моторних координацій візьмуть у цьому участь – тим густішим і ефективнішим буде цей новоутворений нейрофізіологічний каркас головного мозку дитини.

Мета дослідження – полягає в розробці алгоритму цілеспрямованої синхронізації основних моторних координацій у дітей із особливими освітніми потребами для розвитку, відновлення та побудови міжпівкульного нейрофізіологічного каркасу.

Матеріали і методи

У дослідженні взяли участь 18 дітей 4–5 років із загальним недорозвитком мовлення 3–4 рівнів. Для досягнення поставленої мети використовувалися

такі методи: аналіз інформаційних джерел із проблематики дослідження, метод вправлення, педагогічні спостереження.

Результати дослідження

До основних видів моторних координацій ми приєднали ще додаткові – тепер їх комбінація має таку робочу класифікацію. Основні моторні координації: глобальна координація тулуба та кінцівок, дворучна координація (дрібна моторика), артикуляційна координація. Додаткові моторні координації: вестибулярна, окорухова (окуломоторна), зорово-моторна (окомір), подарна (підшовна).

Суть формування алгоритму синхронізації цих координацій полягає в своєрідному нанизуванні (додаванні) до основних моторних координацій додаткових моторних координацій. Це нагадує збірку дитячої пірамідки: поступове нанизування кульок із отворами на стрижень, від двох до семи.

При виконанні таких синхронізованих координаційних рухів необхідно дотримуватися еволюційної логіки фізичного розвитку дітей, тобто починати вправлення із положень лежачи й поступово вертикалізувати тіло дитини до ортогоградного двохопірного положення і далі – до ходьби, лазіння, бігу та стрибків. Такий підхід забезпечить генерацію нервового збудження та його рух по старовинним нейронним атракторним шляхам мозку, утвореним в процесі філогенезу людини, що ми вважаємо найбільш ефективним варіантом.

У процесі занять нами на першому етапі розроблялися вправи для синхронізації основних моторних координацій: загальної – дворучної (дрібної); дворучної (дрібної) – артикуляційної; загальної – артикуляційної; загальної – дворучної (дрібної) – артикуляційної. Для підвищення мотивації дітей із особливими освітніми потребами до корекційної рухово-ігрової діяльності нами використовувався метод театралізації логомоторної корекції.

Висновки

Аналіз літератури з проблематики дослідження дає змогу стверджувати про можливість розвитку, відновлення та побудови міжпівкульного нейрофізіологічного каркасу дитини за допомогою синхронізації її моторних координацій.

До основних моторних координацій (глобальної, дворучної (дрібної) та артикуляційної ми приєднали додаткові моторні координації (вестибуло-моторну, окуломоторну, зорово-моторну і подарну). Відібрано комплекси вправ для синхронізації основних моторних координацій (глобальної – дворучної, дворучної – артикуляційної, глобальної – артикуляційної, глобальної – дворучної (дрібної) – артикуляційної).

Список літератури

1. Смолянiнов, А. Г. (2011). Рука – мозок / А. Г. Смолянiнов, А. Ванчова. Киев ; Братiслава ; Мюнхен : [Б. н.], 112 с.
2. Твiггер, Р. (2022). Мiкромайстернiсть / пер. з англ. О. Чупа. Харкiв : ВД «Фабула», 256 с.

SYNCHRONIZATION OF BASIC MOTOR COORDINATION IN IMPROVING PSYCHO-SPEECH DEVELOPMENT OF CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS Mykola Yefimenko

Berdyansk State Pedagogical University

The purpose of the study is to develop an algorithm for purposeful synchronization of basic motor coordination in children with special educational needs for the development, restoration and construction of the interhemispheric neurophysiological framework.

Material and methods. 18 children aged 4-5 years with general underdevelopment of speech of 3-4 levels took part in the study. To achieve the goal, the following methods were used: analysis of information sources on research issues, training method, pedagogical observations (open and hidden).

The results. We have added additional ones to the main types of motor coordination – now the combination of all motor coordination has been formed into the following working classification: Basic motor coordination: global coordination of the trunk and limbs, two-handed coordination (fine motor skills), articulatory coordination. Additional motor coordination: vestibular, oculomotor (oculomotor), visual-motor (oculomotor), gift (plantar). The essence of the formation of the synchronization algorithm of these coordinations consists in a kind of stringing (adding) additional motor coordinations to the main motor coordinations. It resembles the assembly of a children's pyramid: gradually stringing balls with holes on the rod, one by one, from two to seven.

Conclusions. The analysis of the literature on the issues of the research makes it possible to assert the possibility of developing, restoring and building the child's interhemispheric neurophysiological frame by means of synchronizing its motor coordination. To the main motor coordination (global, bimanual (small) and articulatory) we added additional motor coordination (vestibulo-motor, oculomotor, visual-motor and gift). Selected sets of exercises for synchronizing basic motor coordination (global – two-handed, two-handed – articulating, global – articulating, global – two-handed (small) – articulating).

Key words: motor coordination, synchronization, psycho-speech development, preschoolers with special educational needs.

Information about the authors:

Yefimenko Mykola: efimnn1958@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0001-7539-8007>; department of applied psychology and speech therapy; Berdyansk State Pedagogical University; 4, Schmidt street, Berdyansk, Zaporizhzhia region, 71100, Ukraine.

Надiйшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опублiковано: 28.11.2023



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ОПТИМІЗАЦІЯ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ДІТЕЙ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ ЗАСОБАМИ ПЛАВАННЯ (КОЛЕКТИВНІ ІГРИ НА ВОДІ)

Михайло Литв'яков

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

Анотація

Загальновідомий позитивний психофізичний вплив водного середовища на самопочуття дитини та її емоційний стан. Це відбувається завдяки фізичному контакту дитини з водою, яка має особливі оздоровлюючі властивості. Посилити цей позитивний ефект емоційної гармонізації можуть ігрові вправи у воді. Ще одним напрямом позитивізації емоційного стану дітей із порушеннями опорно-рухового апарату ми вважаємо колективні ігри на воді, коли до ігрового аспекту додається ще й комунікативний.

Мета дослідження – полягає в розробці переліку колективних ігор на воді для оптимізації емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку із порушеннями опорно-рухового апарату.

Матеріал і методи. У дослідженні приймали участь 24 дитини 5 – 7 років із порушеннями опорно-рухового апарату: 14 дітей з різними формами ДЦП, 6 дітей із спінальними парезами, 4 – із психомоторними порушеннями. Використовувалися такі методи дослідження: аналіз інформаційних джерел за проблематикою дослідження, метод вправлення, педагогічні спостереження.

Результати. Зупинимось детальніше на колективних іграх на воді для корекції емоційної сфери, відібраних та апробованих нами на практичних заняттях у басейні. Для цієї форми корекційної роботи було розроблено такі загальні комплекси вправ для корекції емоційної сфери: А) «Вітання з друзями»; Б) «Прогулянка з друзями»; В) «Граємо в парах»; Г) «Граємо всі разом»; Г) «Ігри навипередки».

Висновки. Педагогічні спостереження за дітьми протягом 2022 – 2023 навчального року довели, що систематичне застосування в реабілітаційному процесі наведених вище колективних ігор на воді дозволило дещо поліпшити емоційний стан старших дошкільників із порушеннями опорно-рухового апарату. Зменшилась кількість агресивних проявів, стабілізувався комплекс позитивних емоцій, покращилися і збільшилися комунікації між дітьми.

Ключові слова: емоційний стан, діти, порушення, опорно-руховий апарат, плавання.

Вступ

Загальновідомий позитивний психофізичний вплив водного середовища на самопочуття дитини та її емоційний стан. Це відбувається завдяки фізичному контакту дитини з водою, яка має особливі оздоровлюючі властивості, так вважають ряд авторів (Антоненко, 2017; Литв'яков, 2021; Єфімова, Кривозубова, & Ярош, 2006). Посилити цей позитивний ефект емоційної гармонізації можуть ігрові вправи у воді (Ефименко, 2016; Азаренко, 2011; Єфименко, & Литв'яков, 2019). Ще одним напрямом позитивізації емоційного стану дітей із порушеннями опорно-рухового апарату ми вважаємо колективні ігри на воді, коли до ігрового аспекту додається ще й комунікативний.

Зв'язок роботи з науковими програмами. Робота виконана відповідно до плану науково дослідної роботи кафедри психокорекційної педагогіки та реабілітології, Український державний університет імені Михайла Драгоманова.

Мета дослідження – полягає в розробці переліку колективних ігор на воді для оптимізації емоційної сфери дітей старшого дошкільного віку із порушеннями опорно-рухового апарату.

Матеріали і методи

У дослідженні приймали участь 24 дитини 5–7 років із порушеннями опорно-рухового апарату: 14 дітей з різними формами ДЦП, 6 дітей із спінальними парезами, 4 – із психомоторними порушеннями. Використовувалися такі методи дослідження: аналіз інформаційних джерел за проблематикою дослідження, метод вправлення, педагогічні спостереження.

Результати дослідження

Зупинимось детальніше на колективних іграх на воді для корекції емоційної сфери, відібраних та апробованих нами на практичних заняттях у басейні. Для цієї форми корекційної роботи було розроблено такі загальні комплекси вправ для корекції емоційної сфери: А) «Вітання з друзями»; Б) «Прогулянка з друзями»; В) «Граємо в парах»; Г) «Граємо всі разом»; Д) «Ігри навипередки».

Нижче буде наведено зразки орієнтовних вправ з кожного із перелічених вище комплексів:

А) «Вітання з друзями»:

1. «Привітай друга». Із вихідного положення (в. п.) стоячи у воді (глибина до колін) вітатися один з одним, помахуючи піднятою рукою.

2. «Потисни руку». Із в. п. стоячи у воді (глибина до колін), рухатись назустріч і вітатися один з одним, потискаючи руки.

Б) «Прогулянка з друзями».

1. «Усі разом». Із в. п. стоячи у воді (глибина до колін) узявшись за руки, ходити по басейну по колу, змінюють напрям руху по команді інструктора.

2. «Змійка». Із в. п. стоячи у воді (глибина до колін) узявшись за руки, ходити по басейну в різних напрямках за умови не торкатися плаваючих предметів (м'ячиків), поступово збільшуючи швидкість пересування за командою інструктора.

В) «Граємо в парах».

1. «Насос». Із в. п. взявшись за руки (в парах), почергові присідання під воду: основне завдання – не побачити іншу дитину.

2. «Сухий м'ячик». Із в. п. стоячи навпроти в парах перекидати м'яча, намагаючись не упустити його у воду (гра продовжується до 5 помилок).

Г) «Граємо всі разом».

1. «Хованки». Інструктор стоїть посередині басейну, а діти розташовуються навкруги нього по всій площі басейну. Інструктор імітує руками бінокль, прикладаючи кисті до очей, і повільно повертається почергово в кожен бік. Коли інструктор повертається до конкретних дітей, вони мають терміново сховатися з головою під воду, щоб він їх не побачив.

2. «Рибалка та рибки». Діти виконують хаотичну ходьбу по басейну в різних напрямках. Інструктор-рибалка намагається спіймати пластиковим обручем якомога більше дітей-рибок. Діти кружляють по басейну і увертаються від умовних тенет рибалки.

Г) «Ігри на випередки».

1. «Пускання бульбашок». Діти занурюються у воду по шию, потім під воду опускається підборіддя. Виконавши вдих і занурившись у воду до рівня рота, виконують видих. При цьому на поверхні води з'являються бульбашки. Перемагає той, хто довше усіх буде пускати бульбашки.

2. «Перша кулька». Діти розташовуються в шеренгу вздовж бортика на відстані 1 м один від одного. Перед кожним на воді лежить повітряна кулька. За командою педагога всі присідають, занурюючись у воду до підборіддя, і починають дувати на кульку. Пересуваючись за кулькою, діти наближаються до інструктора, який стоїть на середині басейну і дивиться, чия кулька першою припливе до нього. Успіху досягає той, хто виконуватиме рівномірний, тривалий видих.

Висновки

Педагогічні спостереження за дітьми протягом 2022-2023 навчального року довели, що систематичне застосування в реабілітаційному процесі наведе-

них вище колективних ігор на воді дозволило дещо поліпшити емоційний стан старших дошкільників із порушеннями опорно-рухового апарату. Зменшилась кількість агресивних проявів, стабілізувався комплекс позитивних емоцій, покращилися і збільшилися комунікації між дітьми.

Список літератури

1. Азаренко, Т. Д. (2011). Щаслива дитина – здорова дитина. Харків: Основа, 96 с.
2. Антоненко А. М. (2017). Лікувальне плавання, як середовище корекції порушень опорно-рухового апарату. Кам'янське 53 с.
3. Єфіменко, Н. Н. (2016). Театралізація фізичного виховання дошкільнят (драматизація як розширення ігрового методу фізичного розвитку дітей): навчально-методичний посібник. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 168 с.
4. Єфіменко, М. М., Литв'яков М. В. (2019). Аква-театр: парціальна програма адаптації дітей раннього та дошкільного віку до водного середовища і навчання плаванню. Адаптація до водного середовища: ранній і молодший дошкільний вік. Навчання самостійному плаванню: середній і старший дошкільний вік. Вінниця : Твори,. 100 с.
5. Єфімова В. М., Кривоzubова Є. В., Ярош О. М. (2006). Введення в гідрокінезотерапію. Сімферополь : Антика, 52 с.
6. Литв'яков, М. В. (2021). Можливі напрями гідрокорекції в оптимізації психічного стану дітей із психомоторними порушеннями. Спеціальна освіта: проблеми та перспективи. *Матеріали XIV Міжнародної науково-практичної конференції Кам'янець-Подільський*. 119–122.

OPTIMIZATION OF THE EMOTIONAL STATE OF CHILDREN WITH DISORDERS OF THE MUSCLE-MUSCLE SYSTEM BY SWIMMING (COLLECTIVE WATER GAMES)

Mikhailo Litv'yakov

Ukrainian State University named after Mykhailo Drahomanov

The purpose of the study is consists in the development of a list of collective water games to optimize the emotional sphere of older preschool children with musculoskeletal disorders.

Material and methods. 24 children aged 5-7 years with musculoskeletal disorders took part in the study: 14 children with various forms of cerebral palsy, 6 children with spinal paresis, 4 with psychomotor disorders. The following research methods were used: analysis of information sources according to the research problem, training method, pedagogical observations.

Results. Let's dwell in more detail on the collective water games for the correction of the emotional sphere, selected and tested by us during practical classes in the pool. For this form of corrective work, the following general sets of exercises for the correction of the emotional sphere were developed: A) «Greetings with friends»; B) «A walk with friends»; C) «Play in pairs»; D) «Let's all play together»; E) «Games ahead».

Conclusions. Pedagogical observations of children during the 2022-2023 school year proved that the systematic use of the above collective water games in the rehabilitation process made it possible to slightly improve the emotional state of older preschoolers with musculoskeletal disorders. The number of aggressive manifestations decreased, the complex of positive emotions stabilized, and communication between children improved and increased.

Key words: emotional state, children, disorders, musculoskeletal system, swimming.

Information about the author:

Litv'yakov Mikhailo: mixailruba@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0002-4750-915X> specialist of the 1st category, physical education teacher, Municipal Institution "Center for Rehabilitation of Persons with Disabilities", Ivana and Yuriy Lip St, Odesa, 65046, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2023. Прийнято: 12.11.2023. Опубліковано: 28.11.2023

Наукове видання

ПЕДАГОГІКА Й СУЧАСНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Збірник наукових праць

**I Всеукраїнської наукової конференції
(15–16 листопада 2023 року)**

За загальним редагуванням С. О. Черненка

Комп'ютерне верстання Я. О. Бершацька

Формат 60 × 84/16. Ум. друк. арк. 6,70.
Обл.-вид. арк. 6,67. Тираж 100 пр. Зам. № 25.

Видавець і виготівник
Донбаська державна машинобудівна академія
84313, м. Краматорськ, вул. Академічна, 72.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК №1633 від 24.12.2003