

ПРИЧОРНОМОРСЬКИЙ НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ
ЕКОНОМІКИ ТА ІННОВАЦІЙ

ІННОВАЦІЙНА ПЕДАГОГІКА

Науковий журнал

Випуск 22

Том 4

**(спецвипуск за результатами II Міжнародного
науково-спортивного конгресу студентів та молодих учених)**



Видавничий дім
«Гельветика»
2020

Редакційна колегія:

Благу́н Ната́лія Миха́йлівна – доктор педагогічних наук, професор
Пушка́рьова Тама́ра Олекси́вна – доктор педагогічних наук, професор
Бочелюк Віталій Йосипович – доктор психологічних наук, професор
Невмержицька Олена Василівна – доктор педагогічних наук, доцент
Терешкінас Артурас – доктор соціальних наук, професор (Каунас, Литва)
Пагу́та Миросла́в Ві́кторович – кандидат педагогічних наук, доцент
Пермінова Владислава Анатоліївна – кандидат педагогічних наук, доцент
Кочарян Артур Борисович – кандидат педагогічних наук, доцент
Віталія Гражієне – доктор педагогічних наук (Вільнюс, Литва)

Електронна сторінка видання – www.innovpedagogy.od.ua

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet
Вченою радою Причорноморського науково-дослідного інституту
економіки та інновацій (протокол № 2 від 24.02.2020 року)

**Журнал включено до Переліку наукових фахових видань України з педагогічних наук
відповідно до Наказу МОН України від 04.04.2018 № 326 (додаток 9)**

Науковий журнал «Інноваційна педагогіка» зареєстровано
Міністерством юстиції України
(Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації
серія КВ № 22897-12797Р від 02.08.2017 року)

Міжнародний цифровий ідентифікатор журналу: <https://doi.org/10.32843/2663-6085>

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1. ЗАГАЛЬНА ПЕДАГОГІКА ТА ІСТОРІЯ ПЕДАГОГІКИ

Байдюк М.Ю., Маланій В.І., Кузнецова Н.М., Тодераш В.Д. ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ І ВИМОГИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ РЕЖИМУ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У НАВЧАЛЬНИЙ ТА ПОЗАНАВЧАЛЬНИЙ ЧАС.....	11
Гауряк О.Д., Доцюк Л.Г., Турченяк С.А. ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ ІДЕЇ ТА ПОГЛЯДИ Г. ВАЩЕНКА НА ВИХОВАННЯ ВОЛІ І ХАРАКТЕРУ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	16
Кошура А.В., Бамбурак В.Б., Горюк П.І., Молдован А.Д. ФОРМУВАННЯ ПОТРЕБИ В УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	21
Ярмак О.М., Благий О.Л., Мороз О.О. ФАКТОРНА СТРУКТУРА ФІЗИЧНОГО СТАНУ ДІВЧАТ 18-19 РОКІВ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	25
Ніколайчук О.П., Дарійчук С.В. СПОРТИВНА ДІЯЛЬНІСТЬ ШКОЛЯРІВ (КІНЕЦЬ ХІХ – ПЕРША ПОЛОВИНА ХХ СТОЛІТТЯ) ЯК ТЕМАТИЧНИЙ НАПРЯМ ЕНЦИКЛОПЕДІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ РУМУНІЇ.....	30
Турчик І.Х. ШКІЛЬНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ У США (КІНЕЦЬ ХІХ СТ.).....	34
Цибанюк О.О., Вілігорський О.М. ГЕНЕЗА РОЗВИТКУ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ РУМУНІЇ: РЕФОРМУВАННЯ НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЇ БАЗИ (1948–1957 РР.).....	38
РОЗДІЛ 2. ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ (З ГАЛУЗЕЙ ЗНАНЬ)	
Горюк П.І., Молдован А.Д., Кошура А.В. КОМПЕТЕНТІСНИЙ ПІДХІД ЯК ОСНОВА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРА.....	43
Доцюк Л.Г., Лістау К.О. ОСОБЛИВОСТІ КОРЕКЦІЇ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМ РОЗУМОВОГО РОЗВИТКУ.....	47
Мальцева О.Б., Ревес М.В., Мелега К.П., Гомонай М.В. ЕФЕКТИВНІСТЬ НЕТРАДИЦІЙНИХ МЕТОДИК ЯК СКЛАДНИКА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ГАСТРОЕНТЕРОЛОГІЇ.....	51
Mindrescu Veronica, Moldovan Elena STUDY REGARDING THE VERBAL – NON VERBAL COMMUNICATION BETWEEN COACHES – ATHLETES WITHIN THE PERFORMANCE SPORT DOMAIN.....	55
Прекурат О.Т., Петричук П.А., Первухіна С.М. МОДЕЛЮВАННЯ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ КВАЛІФІКОВАНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ У РІЧНОМУ МАКРОЦИКЛІ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	61
Слухенська Р.В., Назимок Є.В., Іванушко Я.Г., Ломакіна Ю.В. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СУЧАСНОГО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У ВДНЗ УКРАЇНИ.....	65
Сороколіт Н.С. ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ДУМКИ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ Й УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ ЩОДО ВПРОВАДЖЕННЯ КЛЮЧОВИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ У ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ.....	69
Темерівська Т.Г. ВИКОРИСТАННЯ СИТУАТИВНИХ НАВЧАЛЬНО-ПІЗНАВАЛЬНИХ ЗАВДАНЬ У ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ ЕРГОТЕРАПЕВТІВ.....	74

Ханікянц О.В., Римар О.В., Конестяпін В.Г. УДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВОЇ ПІДГОТОВКИ УЧНІВ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПРІОРИТЕТНИМ ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ ЛЕГКОАТЛЕТИЧНИХ СТРИБКІВ.....	79
--	----

РОЗДІЛ 3. КОРЕКЦІЙНА ПЕДАГОГІКА

Григоренко А.И. РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ У ДЕТЕЙ С ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ РЕСУРСНОГО ЦЕНТРА ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ МОЛДОВА).....	84
Кулик Н.А., Заяц С.В., Гученко Г.Б. ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЇ ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ ДО ЗАНЯТЬ АКВААЕРОБІКОЮ.....	90
Iacob Mihai-Radu, Abăla'eî Beatrice Aurelia, Puni Alexandru-Rare, Hagiu Bogdan-Alexandru BASKETBALL GAME A WAY OF ADAPTING AND SOCIALLY INTEGRATING STUDENTS WITH INTELLECTUAL DISABILITIES.....	95
Мосейчук Ю.Ю., Ярмак О.М., Мужичок В.О. ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ФУТБОЛУ В РЕКРЕАЦІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПІДЛІТКІВ.....	101
Путятіна Г.М., Гауряк О.Д., Канівець Т.В. ВПЛИВ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА РІВЕНЬ ЗНАНЬ З ОЗДОРОВЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	105

РОЗДІЛ 4. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

Байцурак І., Козік Н.М., Стратійчук Н.А. НАВЧАННЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ» КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНИХ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ СТАНІВ У ПРОЦЕСІ ВИКЛАДАННЯ СПОРТИВНОЇ ФІЗІОЛОГІЇ.....	110
Беспалова О.О., Лянной М.О., Бугаєнко Т.В., Авраменко Н.Б. ПОКАЗНИКИ, КРИТЕРІЇ ТА РІВНІ СФОРМОВАНОСТІ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ БАКАЛАВРІВ З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ ДО ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ.....	114
Беспалова О.О., Лянной Ю.О., Бугаєнко Т.В., Лянна О.В. ГОТОВНІСТЬ МАЙБУТНІХ БАКАЛАВРІВ З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ ДО ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ЗА МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНИМ КОМПОНЕНТОМ.....	120
Глагощук О.Г. ПОЗАНАВЧАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЯК УМОВА ФОРМУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ.....	126
Дідух В.В. ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ ДО ВЗАЄМОДІЇ З УЧАСНИКАМИ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЯК АКТУАЛЬНА ПРОБЛЕМА ПРОФЕСІЙНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ.....	131
Катеринюк Х.М., Шульга А.В. САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ ЯК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА.....	135
Кожокар М.В., Галан Я.П., Палагнюк Т.В., Васкан І.Г. ЗМІСТ І ФОРМИ ДУАЛЬНОЇ ОСВІТИ У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ.....	140
Корольова М.В. ОРГАНІЗАЦІЯ СИСТЕМИ ПІДГОТОВКИ МЕНЕДЖЕРІВ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ.....	144

Мосейчук Ю.Ю., Курнишев Ю.А. ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ АДАПТАЦІЇ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ.....	150
Осадець М.М. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВІДБОРУ ТА ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ ПОЧАТКОВИХ КУРСІВ ДО ПРОФЕСІЙНОГО ФУТБОЛУ.....	154
Палічук Ю.І., Слобожанінов П.А., Ківерник О.В. ЗАСТОСУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ПІД ЧАС ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ ЛІКАРІВ.....	159
Скрипка І.М., Солоненко Є.В. ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ Й СПОРТУ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ІНКЛЮЗИВНОГО НАВЧАННЯ.....	163
Федірчик Т.Д., Бражанюк А.О. ПРОФЕСІЙНА КУЛЬТУРА МАЙБУТНІХ ФІЗИЧНИХ ТЕРАПЕВТІВ ТА ЕРГОТЕРАПЕВТІВ: СУТНІСНО-КОМПОНЕНТНИЙ АНАЛІЗ.....	169
Чебан В.І., Чебан Л.Г. РОЛЬ І МІСЦЕ МУЗИЧНОГО ТЕРАПЕВТА В МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНІЙ КОМАНДІ РЕАБІЛІТАЦІЇ.....	172
Чорбэ Константин КОНЦЕПЦІЯ СОДЕРЖАНИЯ ВЫСШЕГО ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.....	178
Shuper V.O., Shuper S.V., Husak V.V., Temerivska T.G., Rykova Y.O. INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN THE ADVANCEMENT OF HIGHER MEDICAL EDUCATION.....	188
РОЗДІЛ 5. СОЦІАЛЬНА ПЕДАГОГІКА	
Тівелік М.В., Гакман А.В., Медвідь А.М. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РІЗНОВИДІВ ФІТНЕСУ ДЛЯ ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ.....	192
Shevchuk K.D., Vyhar H.P., Pits I.I. THE IMPACT OF WALDORF PEDAGOGY ON SALUTOGENIC APPROACH TO PRIMARY SCHOOLCHILDREN'S TEACHING.....	196
РОЗДІЛ 6. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА УПРАВЛІННЯ ОСВІТОЮ	
Нікула Н.В. УПРАВЛІННЯ ІННОВАЦІЙНОЮ ДІЯЛЬНІСТЮ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ В КОНТЕКСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ КОНЦЕПЦІЇ «НОВА УКРАЇНСЬКА ШКОЛА».....	201
РОЗДІЛ 7. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИХОВАННЯ	
Ажиппо О.Ю., Мосейчук Ю.Ю., Курнишев Ю.А., Боднар І.Р. ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ДУХОВНО-ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ СТАРШОКЛАСНИКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ.....	206
Богданюк А.М., Киселиця О.М., Гуліна Л.В. ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ЗНАНЬ МОЛОДОГО ПОКОЛІННЯ УКРАЇНЦІВ ПРО НАРОДНІ ТРАДИЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....	211
Гермаківська К.С., Ячнюк М.Ю., Ячнюк І.О., Букорос Н.М. СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧИЙ ТУРИЗМ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	215
Єремія Я.І. ОСОБЛИВОСТІ ЗАЛУЧЕННЯ ДО СИСТЕМАТИЧНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ.....	219

Зорій Я.Б., Киселиця О.М. ПРОФЕСІЙНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ІНТЕГРАЦІЇ НАВЧАЛЬНОЇ ТА ПОЗАНАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.....	223
Iacob Mihai-Radu, Abăla'ei Beatrice Aurelia, Puni Alexandru-Rare, Hagiu Bogdan-Alexandru STUDY ON TECHNICAL-TACTICAL TRAINING IN A BASKETBALL TEAM UNDER 18.....	227
Мусієнко О.В., Максим'як В.М., Максим'як Я.О. ВИЗНАЧЕННЯ АКТИВНОСТІ МЕРИДІАНІВ ТІЛА ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ СТАТИЧНОЇ ВПРАВИ ХАТХА-ЙОГИ.....	232
Шутак Н.Д., Ячнюк М.Ю., Ячнюк Ю.Б., Городинський С.І. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ 12–15 РОКІВ НА ОСНОВІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ АЕРОБІКИ.....	237
РОЗДІЛ 8. ТЕОРІЯ НАВЧАННЯ	
Балацька Л.В., Ключ О.А. ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕВОЛЮЦІЇ ОСНОВНИХ КІЛЬКІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ІГОР ОЛІМПІАД ТА ЗИМОВИХ ОЛІМПІЙСЬКИХ ІГОР.....	241
Наконечний І.Ю., Циба Ю.Г. ОСНОВНА ПРОБЛЕМАТИКА МЕНЕДЖМЕНТУ СПОРТИВНИХ ОРГАНІЗАЦІЙ В УКРАЇНІ.....	247
НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ.....	252

CONTENTS

SECTION 1 . GENERAL PEDAGOGY AND HISTORY OF PEDAGOGY

Baidiuk M.Yu., Malanii V.I., Kuznetsova N.M., Toderash V.D. PEDAGOGICAL CONDITIONS AND REQUIREMENTS FOR ORGANIZATION OF MOTOR ACTIVITIES FOR SCHOOLCHILDREN IN EDUCATION AND AFTER-SCHOOL TIME.....	11
Hauriak O.D., Dotsiuk L.H., Turcheniak S.A. THEORETICAL-PRACTICAL IDEAS AND ATTITUDES OF G. VASHCHENKO ON EDUCATION WILL AND CHARACTER OF PHYSICAL EDUCATION MEANS.....	16
Koshura A.V., Bamburak V.B., Horiuk P.I., Moldovan A.D. FORMATION OF NEEDS FOR PHYSICAL CULTURAL LEARNING FOR SCHOOLCHILDREN.....	21
Yarmak O.M., Blahii O.L., Moroz O.O. THE FACTOR STRUCTURE OF PHYSICAL CONDITION OF GIRLS OF 18-19 YEARS IN THE PHYSICAL EDUCATION PROCESS.....	25
Nikolaichuk O.P., Dariichuk S.V. SPORTS ACTIVITIES OF THE SCHOOLS (END OF XIX – THE FIRST HALF OF THE XX CENTURIES) AS A THEMATIC AREA OF ENCYCLOPEDIA OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS OF ROMANIA.....	30
Turchyk I.Kh. SCHOOL PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN THE USA (END OF THE XIX CENTURY).....	34
Tsybaniuk O.O., Vilihorskyi O.M. GENESIS OF THE DEVELOPMENT OF ROMANIA'S PHYSICAL EDUCATION SYSTEM: REFORMING THE LEGAL BASIS (1948–1957).....	38

SECTION 2. THEORY AND METHODS OF TEACHING (BY DISCIPLINES)

Horiuk P.I., Moldovan A.D., Koshura A.V. COMPETENCE APPROACH AS THE BASIS OF THE TRAINING PROFESSIONAL OF COACH.....	43
Dotsiuk L.H., Listau K.O. PECULIARITIES OF CORRECTION OF THE PHYSICAL STATE OF CHILDREN WITH DISORDERS OF MIND DEVELOPMENT.....	47
Maltseva O.B., Reves M.V., Meleha K.P., Homonai M.V. EFFECTIVENESS OF UNORTHODOX METHODS AS A COMPONENT OF HEALTH SAVING TECHNOLOGIES IN GASTROENTEROLOGY.....	51
Mindrescu Veronica, Moldovan Elena STUDY REGARDING THE VERBAL – NON VERBAL COMMUNICATION BETWEEN COACHES – ATHLETES WITHIN THE PERFORMANCE SPORT DOMAIN.....	55
Prekurat O.T., Petrychuk P.A., Pervukhina S.M. MODELING OF THE TRAINING PROCESS OF QUALIFIED VOLLEYBALLISTS IN THE ANNUAL MACROCYCLE IN CONDITIONS OF HIGHER EDUCATION.....	61
Slukhenska R.V., Nazymok Ye.V., Ivanushko Ya.H., Lomakina Yu.V. THEORETICAL BASIS OF THE MODERN EDUCATIONAL PROCESS IN THE HIGHER EDUCATION IN UKRAINE.....	65
Sorokolit N.S. THE COMPARABLE ANALYSIS OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS AND PRIMARY EDUCATION TEACHERS' ATTITUDE TOWARDS IMPLEMENTATION OF NEW UKRAINIAN SCHOOL KEY COMPETENCES INTO PHYSICAL EDUCATION.....	69

Temerivska T.H. USE OF SITUATIONAL EDUCATIONAL AND COGNITIVE TASKS IN THE PROCESS OF ERGOTHERAPISTS` TRAINING.....	74
Khanikiants O.V., Rymar O.V., Konestiapin V.H. THE SPEED-POWER PREPARATION IMPROVING OF AVERAGE SCHOOL AGE PUPILS WITH PRIORITY APPLYING OF TOOLS OF ATHLETICS JUMPS.....	79
SECTION 3. CORRECTIONAL PEDAGOGY	
Hryhorenko A.Y. THE DEVELOPMENT OF FINE MOTOR SKILLS OF SPECIAL NEEDS CHILDREN (BASED ON THE EXPERIENCE FROM THE INCLUSIVE EDUCATION RESOURCE CENTRE IN THE REPUBLIC OF MOLDOVA).....	84
Kulyk N.A., Zaiats S.V., Huchenko H.B. STUDIES OF MOTIVATION OF MATURE AGES WOMEN TO ACQUAEROBIC.....	90
Iacob Mihai-Radu, Abăla'ei Beatrice Aurelia, Puni Alexandru-Rare, Hagi Bogdan-Alexandru BASKETBALL GAME A WAY OF ADAPTING AND SOCIALLY INTEGRATING STUDENTS WITH INTELLECTUAL DISABILITIES.....	95
Moseichuk Yu.Yu., Yarmak O.M., Muzhychok V.O. THE USE OF FOOTBALL IN TEENAGERS' RECREATIONAL ACTIVITIES.....	101
Putiatina H.M., Hauriak O.D., Kanivets T.V. INFLUENCE OF PHYSICAL CULTURE WITH THE APPLICATION OF HEALTHY TECHNOLOGIES ON THE LEVEL OF KNOWLEDGE ON RECREATIONAL PHYSICAL CULTURE AND PHYSICAL CONDITION OF PRIMARY SCHOOL-AGED CHILDREN.....	105
SECTION 4. THEORY AND METHODS OF VOCATIONAL TRAINING	
Baitsurak I., Kozik N.M., Stratiichuk N.A. TRAINING OF THE FUTURE "PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS" SPECIALISTS IN THE MEANS OF CORRECTING IMPAIRED FUNCTIONAL CONDITIONS DURING THE COURSE OF TEACHING SPORTS PHYSIOLOGY.....	110
Bespalova O.O., Liannoi M.O., Buhaienko T.V., Avramenko N.B. INDICES, CRITERIA AND LEVELS OF PREPAREDNESS OF FUTURE BACHELORS IN PHYSICAL THERAPY, ERGOTHERAPY FOR THE APPLICATION OF FITNESS AND HEALTH TECHNOLOGIES IN PROFESSIONAL ACTIVITY.....	114
Bespalova O.O., Liannoi Yu.O., Buhaienko T.V., Lianna O.V. THE READINESS OF FUTURE BACHELORS OF PHYSICAL THERAPY, ERGOTHERAPY FOR THE APPLICATION OF RECREATIONAL TECHNOLOGIES IN THE PROFESSIONAL ACTIVITY UNDER THE MOTIVATIONAL AND VALUABLE COMPONENT.....	120
Hladoshchuk O.H. EXTRACURRICULAR ACTIVITIES OF STUDENT YOUTH AS A CONDITION OF FITNESS AND HEALTH COMPETENCES FORMATION.....	126
Didukh V.V. FORMING OF READINESS OF FUTURE PRIMARY SCHOOL TEACHERS TO INTERACT WITH THE PARTICIPANTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS AS AN URGENT PROBLEM OF VOCATIONAL AND PEDAGOGICAL EDUCATION.....	131
Kateryniuk Kh.M., Shulha A.V. SELF-REALIZATION OF PRIMARY SCHOOL TEACHER PERSONALITY AS A PSYCHOLOGICAL-PEDAGOGICAL PROBLEM.....	135
Kozhokar M.V., Halan Ya.P., Palahniuk T.V., Vaskan I.H. THE CONTENT AND FORMS OF A DUAL EDUCATION WITHIN THE PROFESSIONAL PREPARATION OF STUDENT YOUTH IN THE INSTITUTIONS OF HIGHER EDUCATION.....	140

Korolova M.V. ORGANIZATION OF MANAGEMENT TRAINING SYSTEM IN THE SPHERE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS.....	144
Moseichuk Yu.Yu., Kurnyshev Yu.A. PEDAGOGICAL CONDITIONS OF ADAPTATION OF FUTURE PHYSICAL TRAINING TEACHERS.....	150
Osadets M.M. PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF SELECTING AND TRAINING UNDERGRADUATE STUDENTS FOR PROFESSIONAL FOOTBALL.....	154
Palichuk Yu.I., Slobozhaninov P.A., Kivernyk O.V. APPLICATION OF HEALTH SAVING TECHNOLOGIES WHEN FORMING HEALTH CULTURE OF FUTURE DOCTORS.....	159
Skrypka I.M., Solonenko Ye.V. DETERMINING THE LEVEL OF PROFESSIONAL READY FOR FUTURE PROFESSIONALS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TO PROFESSIONAL ACTIVITIES IN THE CONDITIONS OF INCLUSIVE SCIENCE.....	163
Fedirchuk T.D., Brazhaniuk A.O. PROFESSIONAL CULTURE OF FUTURE PHYSICAL THERAPISTS AND ERGOTHERAPISTS: ESSENTIAL-COMPONENT ANALYSIS.....	169
Cheban V.I., Cheban L.H. THE ROLE AND PLACE OF MUSICAL THERAPIST IN THE MULTIDISCIPLINARY REHABILITATION TEAM.....	172
Chorbe Konstantyn CONCEPT OF CONTENT OF HIGHER PHYSICAL EDUCATION.....	178
Shuper V.O., Shuper S.V., Husak V.V., Temerivska T.G., Rykova Y.O. INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN THE ADVANCEMENT OF HIGHER MEDICAL EDUCATION.....	188
SECTION 5. SOCIAL PEDAGOGY	
Tivelik M.V., Hakman A.V., Medvid A.M. THEORETICAL AND METHODOLOGICAL PRINCIPLES OF FITNESS FOR SENIORS.....	192
Shevchuk K.D., Byhar H.P., Pits I.I. THE IMPACT OF WALDORF PEDAGOGY ON SALUTOGENIC APPROACH TO PRIMARY SCHOOLCHILDREN'S TEACHING.....	196
SECTION 6. THEORY AND METHODOLOGY OF EDUCATIONAL MANAGEMENT	
Nikula N.V. MANAGEMENT OF INNOVATIVE ACTIVITIES OF GENERAL SECONDARY EDUCATION IN THE CONTEXT OF THE IMPLEMENTATION OF THE NEW SCHOOL CONCEPT.....	201
SECTION 7. THEORY AND METHODOLOGY OF EDUCATION	
Azhyppo O.Yu., Moseichuk Yu.Yu., Kurnyshev Yu.A., Bodnar I.R. PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR THE FORMATION OF SPIRITUAL-VALUED ORIENTATIONS IN THE PROCESS OF PHYSICAL CULTURE.....	206
Bohdaniuk A.M., Kyselytsia O.M., Hulina L.V. WAYS TO INCREASE THE KNOWLEDGE OF THE YOUNG GENERATION OF UKRAINIANS ABOUT THE FOLK TRADITIONS OF PHYSICAL EDUCATION.....	211
Hermakivska K.S., Yachniuk M.Yu., Yachniuk I.O., Bukoros N.M. SPORTS AND HEALTH TOURISM IN THE SYSTEM OF STUDENTS' PHYSICAL CULTURE.....	215

Yeremiia Ya.I. PECULIARITIES OF ATTRACTION OF HIGH SCHOOL PUPILS TO A SYSTEMATIC MOTOR ACTIVITY.....	219
Zorii Ya.B., Kyselytsia O.M. EMERGING TRENDS IN THE STUDENTS' PROFESSIONAL TRAINING IN THE CONTEXT OF EXTRACURRICULAR ACTIVITIES INTEGRATION INTO IN-CLASS TEACHING.....	223
Iacob Mihai-Radu, Abăla'ei Beatrice Aurelia, Puni Alexandru-Rare, Hagiu Bogdan-Alexandru STUDY ON TECHNICAL-TACTICAL TRAINING IN A BASKETBALL TEAM UNDER 18.....	227
Musiienko O.V., Maksym'iak V.M., Maksym'iak Ya.O. DETERMINATION OF THE ACTIVITY OF THE BODY MERIDIANS DURING THE HATHA YOGA STATIC EXERCISE.....	232
Shutak N.D., Yachniuk M.Yu., Yachniuk Yu.B., Horodynskiy S.I. 12–15 YEARS PUPILS' PHYSICAL EDUCATION OF ON THE BASIS OF AEROBICS USE.....	237
SECTION 8. LEARNING THEORY	
Balatska L.V., Klius O.A. THE TEORETICAL RESEARCH OF EVOLUTION OF THE MAIN QUANTITATIVE CHARACTERISTICS OF OLYMPIC GAMES.....	241
Nakonechnyi I.Yu., Tsyba Yu.H. THE MAIN PROBLEM OF MANAGEMENT SPORTS ORGANIZATIONS IN UKRAINE.....	247
A NEW TYPE OF SCIENTIFIC SERVICES.....	252

РОЗДІЛ 1. ЗАГАЛЬНА ПЕДАГОГІКА ТА ІСТОРІЯ ПЕДАГОГІКИ

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ І ВИМОГИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ РЕЖИМУ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У НАВЧАЛЬНИЙ ТА ПОЗНАВЧАЛЬНИЙ ЧАС

PEDAGOGICAL CONDITIONS AND REQUIREMENTS FOR ORGANIZATION OF MOTOR ACTIVITIES FOR SCHOOLCHILDREN IN EDUCATION AND AFTER-SCHOOL TIME

Однією з головних умов повноцінного виховання та розвитку особистості молодшого школяра на етапі навчання в школі є правильно організоване фізичне виховання. У сучасних умовах значно зростає значення раціонально організованої рухової діяльності дітей початкової школи для збереження та зміцнення їхнього здоров'я, розвитку рухових здібностей, виховання фізичних та морально-вольових якостей.

Натепер добре відомий позитивний вплив оптимально організованої рухової активності на фізичне та психічне здоров'я дитини. Раціонально організований руховий режим, який задовольняє природну потребу організму дітей у рухах та забезпечує активний відпочинок учнів, є важливим фактором поліпшення здоров'я та ефективним способом підвищення розумової та фізичної працездатності молодших школярів. Оптимально організована рухова активність дітей у шкільних та сімейних умовах із використанням різних форм фізичних вправ допомагає усунути перевантаження учнів, запобігти втомі та відновити їхню працездатність.

Одне з найважливіших завдань фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку – зміцнення здоров'я та зниження захворюваності. Рухова активність – життєво важлива біологічна потреба, важливий фактор росту та розвитку організму дітей молодшого шкільного віку. Серед багатьох факторів (гігієнічних, соціально-економічних, демографічних, культурних, природних), які впливають на здоров'я дітей, за інтенсивністю впливу важливе місце посідає раціонально організоване фізичне виховання та впорядкований режим дня, що передбачає правильне чергування різних видів діяльності та відпочинку.

Фізичне виховання молодших школярів є початковим етапом формування життєво важливих рухових навичок, розвитку рухових та координаційних здібностей, виховання фізичних та морально-вольових якостей. Йому належить одне з провідних місць у системі навчально-виховної роботи, оскільки це сприяє розвитку рухової сфери, підвищенню розумової та фізичної працездатності дітей [2].

Ключові слова: педагогічні умови, організація, руховий режим, рухова активність, молодші школярі, позазурочний час.

Correctly organized physical education is one of the main conditions for a full-fledged upbringing and personal development of a junior schoolboy. In today's context, the importance of rationally organized physical activity of primary school children is increasing significantly to preserve and promote their health, development of motor abilities, education of physical and moral-volitional qualities.

Currently, the well-known positive impact of optimally organized motor activity on the physical and mental health of the child is well known.

A rationally organized movement regime that meets the body's natural need for movement and provides active rest for students is an important factor in improving health and an effective way of improving the mental and physical performance of younger students.

Optimally organized physical activity of children in school and family conditions with the use of various forms of physical exercises helps to eliminate student overload, prevent students from fatigue and restore their performance.

One of the most important tasks of physical education of young schoolchildren is to promote health and reduce morbidity. Motor activity is a vital biological need, an important factor in the growth and development of the body of young schoolchildren. Among the many factors (hygienic, socio-economic, demographic, cultural, natural), which affect the health of children, in terms of intensity of influence, an important place is occupied by rationally organized physical education and an orderly regime of the day, which provides for the proper alternation of different activities and rest.

Physical education of schoolchildren is the initial stage of the formation of vital motor skills, development of motor and coordination abilities, education of physical and moral-volitional qualities. They hold one of the leading places in the system of educational work, since this contributes to the development of the motor sphere, improving mental and physical performance of children [2].

Key words: pedagogical conditions, organization, motor mode, motor activity, schoolchildren, after-school time.

УДК 373.1

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.1>

Байдюк М.Ю.,
асистент кафедри фізичної культури та основ здоров'я
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Маланій В.І.,
викладач фізичної культури
Чернівецького медичного коледжу
Буковинського державного медичного
університету

Кузнєцова Н.М.,
викладач фізичної культури
Чернівецького медичного коледжу
Буковинського державного медичного
університету

Тодераш В.Д.,
викладач фізичної культури
Чернівецького медичного коледжу
Буковинського державного медичного
університету

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Раціонально організовані фізичні вправи ефективно впливають на організм молодших школярів, сприяють розумовому, моральному, естетичному та трудовому вихованню. Раціонально організований руховий режим в умовах початкової школи та

сімей є ефективним засобом зміцнення здоров'я та профілактики різних захворювань. Його рекреаційне та виховне значення для дітей молодшого шкільного віку надзвичайно велике.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

За даними багатьох дослідників, у молодшому

шкільному віці закладаються основи фізичного та психічного здоров'я, формуються фундаментальні риси характеру, відбувається дозрівання та вдосконалення життєвих систем і функцій організму, розвиваються адаптаційні можливості дитини, її опорно-рухового апарату, набуваються фізичні якості, без яких неможливо забезпечити всебічний розвиток і виховання особистості учня початкової школи.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Актуальність цієї дослідницької проблеми зумовлена зниженням рухової активності, погіршенням фізичного розвитку та фізичної підготовленості стану здоров'я дітей через посилення гіпокінезії та перевантаженості освітою, не досить розробленими науково-педагогічними рекомендаціями щодо оптимізації режиму рухової активності учнів початкових класів.

Формулювання цілей статті. Мета цієї статті – визначити педагогічні умови і вимоги до організації режиму рухової активності молодших школярів у навчальний та позанавчальний час.

Виклад основного матеріалу дослідження. Швидке зростання і розвиток дитячого організму, особливо в молодшому шкільному віці, висока пластичність і вразливість психіки молодшого школяра вимагають дбайливого ставлення до нього та використання щадних навантажень, що не перевищують його можливостей.

З урахуванням цього необхідно створити в сім'ї та школі розвиваюче предметне та особливе середовище, яке допомагає підтримувати та зміцнювати здоров'я, підвищувати фізичну та розумову працездатність дітей молодшого шкільного віку. Фізичне виховання має вирішальне значення для нормального фізичного та психічного розвитку, захисту та зміцнення здоров'я дитини. У збереженні та зміцненні здоров'я дітей молодшого шкільного віку та запобіганні захворюваності важливу роль відіграє не лише загальний режим, але й раціонально організований руховий режим, що включає різні форми фізичних вправ. Кількість часу регульованого фізичного навантаження учнів початкових класів включає такі форми фізичних вправ: уроки фізичної культури (двічі на тиждень по 45 хвилин); спортивні хвилини (щодня по 5 хвилин); рухомі зміни (20–30 хвилин шість разів на тиждень); спортивні години в групі подовженого дня (6 разів на тиждень по 40–50 хвилин); домашні завдання з фізичного виховання (щодня по 15–20 хвилин). Цей обсяг можна збільшити за рахунок позашкільних занять фізичною оздоровчою та масовою спортивною діяльністю (додаткові заняття, клуби, спортивні секції, змагання) [8].

На думку різних авторів, середня норма фізичної активності, включаючи всі її різновиди, для учнів початкових класів має становити не менше 12–18 тис. рухів на день. Як було сказано у першому розділі роботи, рухова активність молод-

шого школяра – це сукупність різноманітних рухів, що здійснюються протягом дня. Для кожного віку дітей є вікова норма – оптимум рухової активності. Локомоторна активність, яка перебуває в оптимальних межах, надає найбільший оздоровчий та розвивальний ефект і сприяє збереженню та зміцненню здоров'я, підвищенню працездатності дітей.

Слід зазначити, що рівень рухової активності дітей молодшого шкільного віку більшою мірою залежить не лише від віку, статі, типу вищої нервової діяльності, сезону року, а й від рівня організації фізичного виховання. Педагогічні спостереження виявили, що рівень розвитку рухової активності молодших школярів більшою мірою визначається змістом та характером рухової активності, здатністю вчителя раціонально організовувати заняття фізичною культурою та грамотно керувати різними руховими діями дітей у шкільному та позакласному часі із використанням різних засобів, форм та методів фізичного виховання. Розглядаючи питання організації рухового режиму та підвищення рухової активності дітей молодшого шкільного віку, вчителю необхідно враховувати характер їхньої щоденної діяльності, пов'язаної з навчанням у школі. У цьому разі слід звернути особливу увагу на учнів першого класу. Для маленької дитини початок тренувань є критичним періодом, коли він перетворюється з «гравця» на «сидячого». Тривале сидіння першокласника за шкільною партою в процесі навчальної діяльності призводить до зниження його фізичної активності. За нашими спостереженнями, рухова активність у першокласників знижується в середньому на 35–40% порівняно з дітьми дошкільного віку [3].

У разі зниження рухової активності м'язовий апарат, серцево-судинна та дихальна системи працюють без достатнього навантаження. Це негативно позначається на фізичному та психічному здоров'ї дітей. Крім того, знижений руховий режим спричиняє погіршення загальної працездатності дітей початкової школи. У разі зниження рухової активності особливо помітні скелетні м'язи, серцево-судинна та дихальна системи, імунна система. Недостатність руху (гіпокінезія) спричиняє виникнення постуральних порушень, викривлення хребта у дітей молодшого шкільного віку. Як правило, діти з низьким рівнем рухової активності мають значне відставання у фізичному розвитку та рухових навичках. У них низькі темпи розвитку сили, швидкості, спритності, витривалості та координації рухів.

У разі рухової недостатності у молодших школярів спостерігається зниження загальної стійкості організму до простудних захворювань. У дітей, для яких характерна гіпокінезія, частота гострих респіраторних інфекцій у 3–4 рази вища, ніж у їхніх однолітків, які мають оптимальний рівень рухової активності, відповідний віковій нормі [6].

Дослідження виявило, що сучасні діти відчувають дефіцит моторики. Кількість рухів, зроблених ними протягом доби, тобто днів, що перевищують вікову норму (таблиця 1, таблиця 2).

Якщо у школярів початкових класів є потреба – рухи не задовольняються і вони досягають меж оптимальних, тобто нижче вікової норми, то відбувається затримка росту та розвитку, зниження функціональних та адаптаційних можливостей їх організму. Це призводить до серйозних функціональних порушень з боку різних органів і систем, погіршення працездатності дітей, що вкрай небезпечно для учнів початкових класів.

Слід підкреслити, що з переходом від дошкільної освіти до шкільного навчання у дітей віком 6–7 років значно знижується кількість фізичних навантажень. За словами І.Р. Боднар, «під час переходу від дошкільної освіти до систематичного навчання в школі для хлопців та дівчат 6–7 років обсяг фізичних навантажень зменшується на 50%. У зв'язку з цим надзвичайно важливим шляхом спільних зусиль початкової школи та сім'ї є забезпечення дітей молодшого шкільного віку достатньою кількістю щоденних рухових навантажень» [1].

Ефективним засобом та методом компенсації рухових порушень та підвищення рухової активності дітей молодшого шкільного віку є раціонально організоване фізичне виховання та оздоровча робота в умовах сім'ї та школи. Оптимізація режиму рухової активності в учнів початкових класів може бути досягнута шляхом упровадження додатково організованих занять фізичною культурою поза шкільною годиною з використанням дозованих фізичних вправ, підібраних з урахуванням віку та рівня підготовленості дітей. Спостереження виявило, що раціональне поєднання різних форм і видів навчальних та позакласних фізичних вправ забезпечує належний щоденний обсяг

фізичних навантажень відповідно до віку та рівня підготовленості учнів початкових класів.

Чергування різних видів рухової активності в шкільний день та позакласні години є однією з найважливіших умов підвищення фізичної та розумової працездатності, усунення перевантаженості навчанням, зняття втоми та забезпечення активного відпочинку дітей молодшого шкільного віку. Уміння вчителя правильно організовувати та проводити заняття фізичною культурою, раціонально керувати різноманітною руховою діяльністю дітей у навчальних та позакласних заходах з фізичного виховання є однією з найважливіших педагогічних вимог до організації рухового режиму учнів початкових класів [5].

Раціональна організація рухової активності учнів початкових класів передбачає врахування їхніх вікових та індивідуальних особливостей. Ефективність заходів із забезпечення оптимальної рухової активності, захисту нервової системи та попередження втоми дітей у початковій школі залежить від того, наскільки правильно вчитель будує весь педагогічний процес, виконує розпорядок дня та режим рухової активності. З усіх складників режиму дня фізичні вправи найбільш помітно впливають на функціональний стан дитячого організму. Цей вид рухової діяльності вимагає створення сприятливого емоційно-психологічного середовища та умов, що забезпечують стабільну працездатність дітей на уроці [4].

За результатами нашого дослідження ми встановили, що основними причинами зниження рухової активності дітей початкової школи є: неупорядкований руховий режим у школі та сім'ї; необґрунтоване звільнення дітей від фізичного виховання; тривалі розумові пошуки; тривале перебування дітей в умовах низької рухливості під час навчальних занять та підготовки домашніх

Таблиця 1

Розподіл дітей 6–10 років за рівнями розвитку вільної рухової активності

Рівень розвитку рухової активності	Вік і кількість дітей у %			
	6 років 20 чол.	7 років 20 чол.	8 років 20 чол.	9–10 років 20 чол.
Низький рівень (від М - 1,5 сигми і нижче)	3 (15%)	3 (15%)	4 (20%)	1 (5%)
Нижче середнього (від М - 1: сигма до 1,5 сигми)	5 (25%)	6 (30%)	5 (25%)	7 (35%)
Середній рівень (М ± 1 сигма)	7 (35%)	8 (40%)	5 (25%)	10 (50%)
Вище середнього (від М ± 1 сигмам до 1,5 сигми)	4 (20%)	2 (10%)	4(20%)	1 (5%)
Високий рівень (М + 2 сигми)	1 (5%)	1 (5%)	2 (10%)	1 (5%)
Всього дітей	20 (100%)	20 (100%)	20 (100%)	20 (100%)

Таблиця 2

Розподіл дітей за рівнями розвитку рухової активності

Рівень розвитку рухової активності	Кількість дітей	%
Низький рівень	11 чол.	13,75%
Нижче середнього	23 чол.	28,75 %
Середній рівень	30 чол.	37,5 %
Вище середнього	11 чол.	13,75%

завдань; поганий педагогічний контроль за самостійною руховою активністю дітей у позакласний час. Все це призводить до обмеження рухової активності (гіпокінезії) дітей. Для оцінки рухового режиму в повсякденній практиці необхідно визначити загальну тривалість рухового компонента протягом періоду неспання. Відповідно до рекомендацій, розроблених Науково-дослідним інститутом гігієни дітей та підлітків Міністерства охорони здоров'я України, він має становити не менше 50% часу неспання. Водночас вивчення режиму дня дітей молодшого шкільного віку показало, що рухова активність становить не більше 25–30% часу неспання. Тривалість рухової активності дітей молодшого шкільного віку під час неспання в два рази нижча рекомендованої. Підвищення рухової активності учнів початкових класів у режимі дня має забезпечуватися насамперед організованими формами фізичного виховання (уроки фізкультури, додатково організовані заняття, секційні заняття, рухомі зміни, гімнастика перед заняттями, хвилини фізкультури). Окрім обов'язкових занять з фізичної культури, слід використовувати позакласні форми фізичного виховання.

Першочергову увагу слід приділяти секційним та додатково організованим заняттям, які сприяють розвитку рухових здібностей, вихованню фізичних та морально-вольових якостей та підвищенню рухової активності учнів початкових класів. Щоб фізичне виховання максимізувало всебічний розвиток дітей, засвоєння різних знань, формування рухових навичок і водночас не призводило до втоми, перенапруження, під час організації рухової діяльності необхідно дотримуватися таких педагогічних вимог:

- для підвищення рухової активності та компенсації рухової недостатності в учнів початкових класів необхідно впорядкувати режим дня та режим рухової активності дітей;

- забезпечити належний контроль за його виконанням вчителями, шкільними медичними працівниками та батьками;

- створити розвивальне предметне середовище та сприятливі педагогічні умови для організації навчальних та позашкільних занять фізичною культурою та спортом, які сприяють підвищенню рухової активності учнів початкових класів та забезпечують стабільну працездатність дітей на уроці;

- у підборі засобів, форм і методів фізичного виховання, спрямованих на оптимізацію режиму рухової активності молодших школярів, слід застосовувати індивідуально-диференційований підхід до учнів та використовувати фізичні вправи з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей фізичного і психічного розвитку;

- у разі гігієнічного нормування фізичних навантажень для дітей з різним рівнем фізичного розвитку та фізичної підготовленості необхідно

враховувати досягнутий рівень фізичного та розумового розвитку кожної дитини та використовувати засоби, форми та методи фізичного виховання, що відповідають їхнім функціональним можливостям, які не призводять до втоми;

- для досягнення найбільшого оздоровчого та розвиваючого ефекту занять фізичною культурою надзвичайно важливо забезпечити спільними зусиллями вчителів та батьків належний обсяг рухової активності дітей, доведення її до вікової норми протягом дня і тижня.

Раціональним чергуванням різних видів діяльності (навчальних, ігрових, трудових) та чіткою, продуманою організацією та грамотним плануванням усіх режимів, включаючи самостійну рухову активність під час прогулянки, секційні та додаткові заняття під час позакласних заходів, можна забезпечити належну кількість рухової активності учнів початкових класів [5].

Висновки. За нашими спостереженнями, дефіцит рухової активності молодших школярів становить 50–60% від необхідної норми для підтримки нормального рівня здоров'я та фізичного розвитку. Загальна кількість занять фізичною культурою та спортом для дітей молодшого шкільного віку рекомендується 8–12 годин на тиждень, включаючи обов'язкові інструктивні, секційні, додаткові, самостійні заняття та домашні завдання. При цьому середня норма рухової активності, включаючи всі її різновиди, для дітей 6–10 років має становити не менше 12–18 тисяч рухів на день.

Спостереження виявило, що наявний руховий режим не досить задовольняє потребу дітей у рухах. У зв'язку з цим моторний режим учнів початкових класів потребує чіткого планування, регулювання протягом дня та тижня.

Найважливішими умовами раціонального планування та побудови фізичної культури та оздоровчої роботи, спрямованої на підвищення рухової активності дітей молодшого шкільного віку, є: організація рухової активності дітей на засадах гуманізації та демократизації її змісту із використанням наявних засобів, форм та методів фізичного виховання; здійснення індивідуально диференційованого підходу до учнів у виборі засобів фізичної культури та форм занять з урахуванням віку, індивідуальних особливостей та можливостей дітей; забезпечення рівного доступу до вправ та створення рівних можливостей для участі всіх дітей у руховій діяльності; встановлення добрих, гуманних, доброзичливих та довірливих стосунків між учасниками педагогічного процесу; надання незалежності, свободи дій шляхом скасування жорстких вимог до учнів; раціональне чергування різних видів діяльності та форм фізичних вправ; дотримання дидактичних принципів навчання (систематичності, послідовності, доступності, індивідуалізації, свідомості та активності).

У разі дотримання цих педагогічних умов істотно посилюється оздоровчий, виховний та розвиваючий ефекти уроків фізичної культури, спрямованих на підвищення рухової активності учнів початкових класів.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Боднар І.Р. Об'єктивні критерії для визначення функціонально-резервних можливостей учнів середнього шкільного віку / І. Боднар, О. Римар, А. Соловей, Г. Маланчук, П. Дацків. *Педагогіка*. Харків, 2015. Вип. 11. С. 11–19.
2. Васкан І.Г. Стан та перспективи вдосконалення спеціально організованої рухової активності учнів у загальноосвітніх навчальних закладах. *Молодий вчений*. 2017. № 3.1 С. 54–57.
3. Волков Н.І. Рухова активність і раціональне харчування школярів. *Фізична культура: виховання, освіта, тренування*, 2000. № 3.
4. Гаркуша С.В. Сучасні тенденції у стані здоров'я дітей і молоді в умовах навчання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2013. С. 7–11.
5. Гозак С.В. Залежність розумової працездатності учнів середнього шкільного віку від організації режиму дня / С. Гозак, О. Єлізарова, О. Шумак, О. Філошенко. *Молодий вчений*. 2016. № 36 (9.1). С. 50–53.
6. Іщенко О. Характеристика режимів рухової активності дітей середнього шкільного віку. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2014. № 4. С. 67–72.
7. Калиниченко І.О. Оцінка рівня спеціально організованої рухової активності дітей 14–17 років / І.О. Калиниченко, О.В. Савчук. *Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту*. Суми : СумДУ, 2015. С. 83–84.
8. Трачук С. Оцінка рухової активності молодших школярів у позакласній роботі з фізичної культури / С. Трачук, С. Куликовська, Л. Заяць. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2016 № 3. С. 226–229.
9. Galan Y. The factor structure of the physical condition of the 13 year-old young men going in orienteering. / Yaroslav Galan, Mariya Ivanchuk, Iryna Kushnir, Anzhela Svarychevska, Andrii Koshura, Mykola Baidiuk, Olena Yarmak. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, Vol. 19 (issue 2), Art. 179, pp. 1236–1241.

ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ ІДЕЇ ТА ПОГЛЯДИ Г. ВАЩЕНКА НА ВИХОВАННЯ ВОЛІ І ХАРАКТЕРУ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

THEORETICAL-PRACTICAL IDEAS AND ATTITUDES OF G. VASHCHENKO ON EDUCATION WILL AND CHARACTER OF PHYSICAL EDUCATION MEANS

У статті аналізуються погляди та теоретико-практичні ідеї видатного українського педагога Г. Ващенко щодо виховання волі і характеру засобами фізичного виховання. Основна увага зосереджується на таких засобах тіловиховання, як руханка, гімнастика, гра, заняття спортом, туризм, та засобах гігієнічного виховання – харчування, режим праці та відпочинку. Авторами аналізуються погляди Г. Ващенко щодо використання руханки та гімнастики для виховання волі і характеру, що мають дві форми та міцно пов'язані між собою: індивідуальну, яка, за Ващенко, розвиває силу, спритність, здатність володіти собою, сприяє розвитку волі і характеру, та групову, що, окрім розвитку сили і спритності, виховує організованість і дисциплінованість та може використовуватись з метою підготовки до військової служби. Однією з головних форм тіловиховання Г. Ващенко вважав гру. Видатний педагог вважав, що спільні ігри виховують у дитини організованість, дисциплінованість та здатність підкорюватися певним правилам, що це, на думку педагога, – прояв волі й характеру. Авторами зазначається, що вагомими чинниками виховання волі і характеру Г. Ващенко вважав заняття спортом. До індивідуальних видів спорту педагог відносив боротьбу, бокс, змагання з бігу, до групових – футбол, волейбол. За Ващенко, заняття спортом сприяють розвитку спритності і витривалості, окрім того, спорт виховує наполегливість, організованість, дисциплінованість, товариськість та почуття відповідальності, виховує волю і характер. Однією з важливих ділянок тіловиховання Г. Ващенко вважав гігієнічне виховання і виділяв такі складники, як регулярність харчування та раціональний режим праці і відпочинку, що, окрім організованості та дисциплінованості, виховують волю і характер. Великого значення для виховання волі і характеру української молоді Г. Ващенко надавав організації та проведенню турпоходів, наголошуючи на тому, що у турпоході перш за все виховне значення має сам розпорядок життя у таборі. Автори статті визначають і напрями подальших наукових досліджень спадщини Г. Ващенко у галузі фізичного виховання.

Ключові слова: тіловиховання, засоби фізичного виховання, воля, характер, гігієнічне виховання.

The article analyzes the views and theoretical-practical ideas of the outstanding Ukrainian teacher G. Vashchenko on the cultivation of will and character of physical education means.

The main focus on such physical training as motor, gymnastics, play, sports, tourism and hygiene training – food, work and rest. The authors analyze G. Vashchenko's views on the use of motor and gymnastics for the training of will and character, which are of two forms and strongly linked. Individual – which, according to Vashchenko, develops strength, agility, ability to wield himself, promotes the development of will and character and group, which, in addition to the development of strength and dexterity, fosters organization and discipline and can be used for the purpose of preparation for military service. G. Vashchenko considered play as one of the main forms of physical education. The outstanding educator believed that joint games bring up the child's organization, discipline and ability to obey certain rules, which in the teacher's opinion is a manifestation of will and character. The authors note that he considered sports as a significant factor in the cultivation of will and character. The teacher attributed to individual sports – wrestling, boxing, running, in-group – football, volleyball. According to Vashchenko, sports promote the development of agility and endurance, in addition, sports nurture persistence, organization, discipline, sociability and sense of responsibility, cultivate the will and character. One of the important areas of body education G. Vashchenko considered hygienic education and distinguished such components as regular diet and a rational mode of work and rest, which in addition to organization and discipline, cultivate the will and character. G. Vashchenko attached great importance to educating the will and character of the Ukrainian youth by organizing and conducting tours, emphasizing that the touring routine, above all, the educational life of the camp, is of paramount importance. The authors of the article also determine the directions of further scientific researches of G. Vashchenko's heritage in the field of physical education.

Key words: body education, means of physical education, will, character, hygienic education.

УДК 37.015.31:796] (477) (092) Ващенко
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.2>

Гауряк О.Д.,
канд. пед. наук,
викладач кафедри фізичної культури та основ здоров'я
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
Доцюк Л.Г.,
докт. мед. наук, професор,
завідувач кафедри фізичної реабілітації, ерготерапії та домедичної допомоги
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
Турченяк С.А.,
студентка факультету фізичної культури та здоров'я людини
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми у загальному вигляді.

На сучасному етапі національна система освіти й виховання переживає період глибинних змін, які зумовлені новими тенденціями в розвитку суспільства. У «Концепції розвитку освіти на 2015–2025 рр.» (2015), у «Концепції національно-патріотичного виховання дітей та молоді» (2015), «Концептуальних засадах реформування середньої освіти «Нова українська школа» (2016) одним зі стратегічних завдань визначено формування вільної, духовно розвиненої особистості [7; 8; 9]. Разом із тим сучасний етап розвитку суспільства

ознаменувався значними змінами в економічному, соціальному, культурному й освітньому житті української держави, що спричинили кризу моральності, духовності в суспільстві. Йде гібридна війна на Сході України. Усі ці події викликали гостру необхідність у перегляді підходів до системи виховання молоді, необхідності виховання волі, характеру, національної гідності. Прагнучи поставити виховання молоді на національну основу, віднайти витоки української духовності, розуміючи необхідність виховання національної гідності та свідомості у молодого покоління, виховання «міцної духом

молоді, з сильною волею та міцним характером», що зможе працювати на благо держави, а в разі потреби стати на захист своєї Батьківщини, ми звертаємося до спадщини видатного творця української педагогіки Григорія Григоровича Ващенка (1878–1967).

Відомий український професор, член Всеукраїнського педагогічного товариства ім. Григорія Ващенка О. Вишневський в книзі «Педагогічні етюди» зазначав, що український народ, «як орел, опинився в клітці й не може розгорнути своїх крил. Безхарактерність не тільки в політичному, а й у господарському житті стала для нас сьогодні великою бідою. Ця обставина і зумовлює велику актуальність постійних нагадувань Г. Ващенка щодо потреби виховання в дітях міцного характеру, його концепція в цій ділянці ґрунтувалася на визнанні за людиною свободи волі» [4, с. 35].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Життєвий і творчий шлях, науково-педагогічну діяльність видатного педагога вивчали А. Алексюк, А. Бойко, Г. Васянович, О. Гентош, О. Гурова, О. Коваль, В. Марочко, В. Моргун, А. Погрібний, Г. Хілліг та ін.; питання освіти в творчій спадщині Г. Ващенка – О. Вишневський, Т. Гнаткович, О. Гук, Л. Семеновська, В. Яковенко; можливості їх утілення в освітньо-виховну практику в сучасній Україні – Т. Дзюба, Л. Култаєва, Т. Логвиненко, В. Лупейко, Л. Непіт, Л. Петренко та ін. Виховний ідеал у педагогічній спадщині Г. Ващенка вивчала А. Тоніха; проблемою виховання молодого покоління займалась Г. Бугайцева; питання виховання патріота-державника у педагогічній спадщині Г. Ващенка досліджувала С. Головчук; соматичність буття «вольової характерної людини» у філософсько-педагогічній концепції Г. Ващенка та образ людини в освітньому вченні та філософські погляди Г. Ващенка охарактеризував В. Довбня; духовно-моральне виховання особистості та багатофакторність духовно-моральної спадщини Г. Ващенка вивчала Л. Петренко. Питання фізичного виховання стали предметом вивчення науковців О. Вацеби, Г. Вовсяновича, А. Окопного, І. Зайченко та ін. Усі дослідники зазначають, що в основу виховання професор ставить загальнолюдські й національні цінності, а головне завдання у вихованні української молоді Г. Ващенко бачив у вихованні волі й характеру під «високим гаслом»: «Служба Богові й Батьківщині» [1, с. 173].

Науковець В. Довбня стверджує, що Г. Ващенко у своїх психолого-педагогічних працях розвивав передусім ідеї української системи тіловиховання, а особливістю цієї системи був не сам по собі інтерес до тілесності, як такої, та не інтерес як до окремої галузі формування людської особистості, а до тілесності як органічної частини розвитку духовних сил людини, зміцнення волі людини, вироблення витривалості, здібності керувати

своїм тілом як знаряддям духу. Методологічна установка Г. Ващенка щодо тіловиховання орієнтує через тіловиховання формувати волю і характер людини саме в такий спосіб, щоб тіло справді стало знаряддям людського духу [6].

Як зазначав професор О. Вишневський: «Питання тіловиховання Г. Ващенко трактував широко, з трьох точок зору. По-перше, як сферу, що потребує постійного напруження волі самої людини, сферу, яка передбачає прагнення долати зовнішні обставини, труднощі, перепони і власну слабкість. По-друге, фізичне тіло людини – це предмет, від якого залежить сила і здоров'я духу. Йдеться тут, отже, про суто християнський догляд за тілом, що не є самоціллю, а умовою панування духу над ним, звільнення людини від болячок і примх тіла, що духові заважають. По-третє, тіловиховання Г. Ващенко пов'язує також з вихованням готовності людини до захисту своєї Вітчизни, розбудови її господарства, добробуту власної родини тощо» [4, с. 36–37].

На думку Б. Шияна, видатний професор Г. Ващенко, вивчивши й глибоко проаналізувавши системи фізичного виховання персів, греків, римлян, аналізує шведську і німецьку системи фізичного виховання та розкриває зміст системи фізичного виховання у загальному, визначаючи завдання гігієнічного (здоров'язберігаючого) виховання та значення руханки, гри, спорту загалом. Після ґрунтовного аналізу досвіду минулого, що стосується системи фізичного виховання, видатний педагог формує засади творення української системи тіловиховання, які актуальні і нині [10, с. 75–76].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз наукових праць та дисертаційних досліджень показує, що спадщину видатного українського педагога вивчають і досліджують сучасні філософи, історики та педагоги, провідне місце в педагогічній спадщині видатного педагога посідають питання тіловиховання як виховання волі та характеру. Разом із тим теоретико-практичні ідеї та погляди Г. Ващенка щодо використання засобів фізичного виховання для виховання волі й характеру висвітлені не досить.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Мета цієї статті полягає у вивченні теоретико-практичних ідей та поглядів видатного українського педагога Г. Ващенка на виховання волі і характеру засобами фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу. Фізичне виховання було і є основою для розвитку та самовдосконалення особистості, фізичного та духовного гарту.

У сучасних підручниках з теорії та методики фізичного виховання йдеться про те, що заняття фізкультурою та спортом, щоденне виконання фізичних вправ, окрім розвитку фізичних здібностей, розвивають й морально-вольові якості

людини. На думку Б. Шияна, більшість з того, що розуміють під «фізичним вихованням», є одночасно і вихованням волі [10, с. 66].

Серед вольових якостей, які найбільш піддаються впливові у процесі фізичного виховання, є: цілеспрямованість – підпорядкування всіх сил для досягнення результату; наполегливість та впертість, що має прояв під час подолання труднощів; витримка – здатність до регулювання власних почуттів та настрою; рішучість і сміливість – здатність швидко приймати рішення і діяти всупереч небезпеці; ініціативність – подолання труднощів нетрадиційним методами і засобами. Отже, самі заняття фізичними вправами – це вже по суті вольовий процес [10, с. 67], тобто прояв волі і характеру. Цим міркуванням ми знаходимо підтвердження у працях видатного українського педагога Г. Ващенка. Свої ідеї та погляди стосовно української системи фізичного виховання (тіловиховання), виховання волі і характеру засобами фізичного виховання Г. Ващенко виклав у праці «Тіловиховання як засіб виховання волі і характеру» (Мюнхен, 1956).

Розмірковуючи над проблемою фізичного виховання, Г. Ващенко ставив питання: «чи можливо через тіловиховання формувати волю й виховати характер людини саме таким чином, щоб тіло стало знаряддям людського духу» і відповідав, що «така чи інша вдача людини залежить не стільки від її успадкованих властивостей, скільки від виховання і самовиховання» [5, с. 40]. Завдання фізичного виховання Г. Ващенко формулює чітко: «Наше завдання полягає у тому, щоб виховати людину міцну духом і тілом, але таку, щоб у неї дух панував над тілом» [3, с. 41]. У цьому видатний педагог вбачав сенс української системи фізичного виховання.

До чинників, що сприяють вихованню волі і характеру, Г. Ващенко відносив долання зовнішніх і внутрішніх труднощів, християнський світогляд, а також засоби тіловиховання: «руханку», «гімнастичні вправи», тобто заняття фізичними вправами, гру й заняття спортом [4, с. 36].

Основними складниками тіловиховання Г. Ващенко називав «гігієнічне виховання» та «гімнастичні вправи», які є взаємодоповнюючими. Видатний педагог зазначав, що: «основних ділянок дві: гігієнічне виховання та гімнастичні вправи. Перше ставить основним своїм завданням здоров'я, другі – фізичну силу і спритність. Зрозуміло, що ці дві ділянки мусять бути поєднані між собою і доповнювати одна одну» [3, с. 41].

Заняття фізичними вправами та їх значення для виховання волі і характеру Г. Ващенко описував дуже ретельно. Видатний педагог зауважував: «Поряд з гігієною <...> як засіб тіловиховання стоїть руханка, або гімнастика. Метою руханки є удосконалення власного тіла людини, насамперед

м'язової сили та спритності» [3, с. 51]. Професор розрізняв дві форми руханки, які міцно пов'язані між собою, – індивідуальну та групову. «Індивідуальна гімнастика, – писав педагог, – крім розвитку здоров'я, сили, спритності, є розвитком волі і характеру, здібності володіти собою, переборювати інертність» [3, с. 52]. Щодо групової руханки професор наголошував: «Груповою руханкою, крім розвитку сили і спритності, сприяє вихованню організованості і дисциплінованості» [3, с. 53].

Щодо руханки Г. Ващенко зазначав, що у всіх народів руханка була пов'язана з військовою підготовкою, що набуває особливо великого значення у вихованні сучасної української молоді. Педагог був переконаний, що українська молодь, з одного боку, має приділяти багато уваги руханці, а з іншого – поєднувати її з військовою підготовкою [5, с. 51], особливо груповою, адже «складовою частиною групової гімнастики є марширування» [3, с. 53].

Особливою формою руханки Г. Ващенко вважав дихальну гімнастику. Як зазначав професор, дихальна гімнастика полягає в ритмічному вдиханні і видиханні. Вона корисно впливає на здоров'я людини. «Крім того, – зауважував педагог, – вона є одним із засобів опанування тіла і підкорення його свідомості». Цікавими, на нашу думку, є зауваги Г. Ващенка щодо застосування дихальної гімнастики. Педагог пропонував такий ритм дихання: «4 секунди вдихання, 1 сек. затримки його, 4 сек. видихання» [3, с. 53–54].

Однією з головних форм тіловиховання Г. Ващенко вважав гру. Педагог зауважував, що культивувати гру слід з раннього дитинства і наголошував: «Гра є природною властивістю дитини...» [3, с. 54]. Разом із тим Г. Ващенко був упевнений, що спільні ігри виробляють у дитини здібність організовувати, діяти, підкорюватися певним правилам, бути дисциплінованим. На думку педагога, це вже не тільки риси почуття, а й прояв волі й характеру, окрім того, зауважував видатний педагог: «Гра, особливо груповою, виховує у дитини наполегливість, витривалість, послідовність у дії, свідомість відповідальності і т. ін.» [1, с. 121]. Щодо вибору ігор, то професор був упевнений: «Це насамперед наші національні ігри, що збереглися у нашого народу до останніх часів...». Також Г. Ващенко зазначав, що гру обов'язково потрібно використовувати у фізичному вихованні підлітків і юнаків та наголошував: «Особливо корисні ігри, до складу яких включаються пісні і танці» [3, с. 55].

Наступним засобом тіловиховання та виховання волі і характеру, за Г. Ващенко, є заняття спортом. «Коли гра супроводжує змагання, – говорив видатний педагог, – вона стає спортом» [1, с. 313]. «Спорт – вагомий чинник виховання характеру» [4, с. 36–37]. Професор виділяв індивідуальні та групові види спорту, до першого від-

носив боротьбу, бокс, «перегони» (легка атлетика, змагання з бігу), лещетарство (лижний спорт), до другого – «гру у копаного м'яча» (футбол), «відбиванку» (волейбол). Не заперечуючи значення та користь занять індивідуальними видами спорту, Г. Ващенко все ж таки надавав перевагу груповим видам. З цього приводу педагог говорив: «Не заперечуючи користі індивідуального спорту щодо розвитку фізичної сили і спритності, мусимо зазначити, що він має в собі небезпеку захоплення ним з мотивів честолюбства і занедбання інших, важливих завдань в особистому і громадському житті...» і додавав: «слід підтримувати груповий спорт...» [3, с. 26].

Професор Г. Ващенко був упевнений, що заняття спортом сприяють розвитку фізичних здібностей людини та зміцнення мускулатури, сприяють розвитку фізичних якостей, таких як спритність і витривалість, окрім того, спорт виховує наполегливість, організованість, дисциплінованість, товарицькість та почуття відповідальності, виховує волю і характер. Г. Ващенко наголошував: «він (спорт) є доброю підготовкою до військової служби» [1, с. 124].

Однією з важливих ділянок тіловиховання Г. Ващенко вважав гігієнічне виховання щодо виховання організованості, дисциплінованості, виховання волі і характеру, а також для підвищення рівня здоров'я їх важко переоцінити. До складників гігієнічного виховання, що сприяють вихованню волі і характеру, педагог відносив режим праці та відпочинку і раціональне харчування.

Щодо «гігієни» харчування педагог зауважував, що їжа людини мусить бути простою і здоровою. На думку педагога, важливим для виховання волі і характеру є режим харчування, з цього приводу він говорив, що «велике значення з погляду здоров'я, а також з погляду виховання волі і характеру має регулярність у їжі» [3, с. 45–46].

Наступним складником гігієнічного виховання, засобом тіловиховання та виховання волі та характеру Г. Ващенко вважав «розумну організацію праці», тобто режим праці та відпочинку. Професор наголошував, що «для підтримання здоров'я і розвитку волі і характеру велике значення має розумна організація праці» [3, с. 49]. На думку педагога, саме в ній проявляється характер людини [5, с. 46].

У контексті нашого дослідження мусимо зазначити, що великого значення для виховання організованості та дисциплінованості, виховання волі і характеру української молоді Г. Ващенко надавав організації та проведенню турпоходів. Як відзначав видатний педагог: «Умови таборового життя дають багато можливостей для виховання у молоді дисциплінованості й організованості» [1, с. 375]. Наголошуючи на тому, що у турпоході перш за все виховне значення має сам розпорядок «таборового життя», а саме: «вставання в пев-

ний час, спільна молитва, зарядкова гімнастика, в певний час снідання, обід і вечеря, – все це організує юнака й виробляє у нього здорові навички» [1, с. 376]. Окрім того, виконання ранкової гімнастики (зарядки), використання фізичних вправ, рухливих ігор, заняття спортом сприяють вихованню дисциплінованості та організованості, відповідальності, привчають молодь координовано діяти зі своїми товаришами, виховують почуття пошани до товаришів. Як писав видатний педагог: «Підлягати керівництву, поводитись чемно з товаришами і т. ін.», що теж, на нашу думку, сприяє вихованню волі і характеру. Також Г. Ващенко зауважував, що у турпоходах можлива й організація військового вишколу, під час якої молодь привчається до військової дисципліни. Адже видатний педагог був впевнений, що наша молодь мусить бути готова до «збройного удару з ворогом <...> і щоб вийти переможно з цього удару, вона має бути добре підготованою» [3, с. 53].

Висновки. Отже, проведене дослідження дає підстави стверджувати, що Г. Ващенко є творцем української системи фізичного виховання, першочерговим завданням якої є виховання людини міцної духом і тілом, але такої, щоб у неї дух панував над тілом. Його теоретико-практичні ідеї та погляди на виховання волі і характеру засобами фізичного виховання актуальні й нині.

Видатний педагог виділяв два взаємодоповнюючі складники тіловиховання: «гімнастичні вправи» (заняття фізичними вправами) та гігієнічне виховання. Засобами тіловиховання та виховання волі і характеру Г. Ващенко називав індивідуальну й групову гімнастику, руханку та дихальну гімнастику. Особливими засобами фізичного виховання педагог вважав гру та заняття спортом, що виховують спостережливість, дисциплінованість, наполегливість, уміння переборювати труднощі, почуття відповідальності, виховують волю і характер. З видів спорту вчений надавав перевагу командним видам спорту.

Вихованню волі і характеру, за Г. Ващенко, сприяють гігієна харчування та «розумна організація праці», тобто дотримання режиму праці та відпочинку. Великого значення для виховання дисциплінованості, організованості, волі і характеру української молоді Г. Ващенко надавав організації та проведенню «таборів серед природи» (турпоходів, які мають бути організовані на засадах свідомої дисципліни). На думку педагога, саме таборове життя: розпорядок дня, заняття гімнастикою, ігри та заняття спортом сприяють вихованню волі і характеру, а також є підготовкою до військової служби.

Здійснене дослідження не вичерпує всіх аспектів аналізованої проблеми. Подальшого розгляду потребують питання обґрунтування взаємозв'язку фізичного та естетичного виховання, фізичного

та патріотичного виховання у науково-педагогічній спадщині Г. Ващенка; профілактичний напрям у фізичному вихованні особистості в концепції Г. Ващенка тощо.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Ващенко Г. Виховання волі і характеру : підручник для педагогів / редкол.: А. Алексюк та ін. ; передмова В. Герасименка. Київ : Школяр, 1995. 385 с.
2. Ващенко Г. Виховний ідеал : підручник для педагогів, виховників, молоді та батьків. Полтава : *Полтавський вісник*, 1994. Т. I. 191 с.
3. Ващенко Г. Тіловиховання як засіб виховання волі і характеру. Львів : *Українські технології*, 2001. 56 с.
4. Вишневський О. Педагогічні етюди. Аналітичні матеріали, концепції, публіцистика, інтерв'ю. Дрогобич : Редакційно-видавничий відділ ДДПУ ім. І. Франка, 2007. 208 с.
5. Вовсянович Г.П. Проблеми фізичного виховання молоді у педагогічній спадщині Г. Ващенка : навчальний посібник. Львів : ЛДФЕІ, 2001. 60 с.
6. Довбня В. Соматичність буття. *Філософія освіти* : наук. часопис. 2010. № 1–2 (9). С. 220–235. URL: <http://archive.nbuv.gov.ua>.
7. Концепція національно-патріотичного виховання дітей та молоді : Наказ Міністерства освіти і науки України від 16. 06. 2015 р. № 641. URL: <https://imzo.gov.ua/osvita/pozashkilna-osvita-ta-vihovna-robota/natsionalno-patriotichne-vihovannya-ditey-ta-molodi/>.
8. Національна стратегія розвитку освіти в Україні на період до 2021 року. URL: <http://www.mon.gov.ua>.
9. Нова українська школа URL: <https://mon.gov.ua/ua/tag/nova-ukrainska-shkola>.
10. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підручник : в 2 ч. Тернопіль : Навч. книга – Богдан, 2004. Ч. 1. 272 с.

ФОРМУВАННЯ ПОТРЕБИ В УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

FORMATION OF NEEDS FOR PHYSICAL CULTURAL LEARNING FOR SCHOOLCHILDREN

Фізичне виховання відіграє значну роль у підготовці всебічно розвиненої молодшої людини, яка здатна успішно працювати в різних галузях економіки та соціокультурної сфери, захищати свою батьківщину. Отже, завдання школи – не лише підготувати високоосвіченого, висококультурного юнака, а й створити необхідні передумови для його всебічного фізичного розвитку.

Перші вихователі, учителі дітей – це батьки, родина. Рівень сформованості людяності, духовності та гідності дітей залежить від рівня їхньої культури, на якому закладені основи багатьох навичок і звичок, винесені ціннісні судження, а життєва позиція визначена днякою мірою з урахуванням способу життя батьків. Фахівці одно-стайно відзначають вплив фізичного розвитку дитини на такий важливий компонент формування всебічної, гармонійно розвиненої особистості, як підготовка до трудової діяльності, залучення людей до праці.

Сім'я має вирішальне значення для виховання, соціалізації й формування особистості школяра, а життєдіяльність дитини, що не являє собою самостійного способу життя людини і його світогляду, органічно включається у спосіб життя родини, батьків. У цьому середовищі дитина засвоює елементарні навички поведінки, знання й практичні вміння, тут формуються основи її ціннісних орієнтацій і ставлення до навколишнього світу. На їхню якість і спрямованість істотно впливає мікроклімат родини. Він, у свою чергу, залежить від низки чинників, таких, наприклад, як професія, освіта, загальна культура, взаємини, ціннісні орієнтації й інтереси батьків.

Під час проведення вправ з дітьми дорослі повинні гарантувати їхню безпеку. Не можна тримати дитину за руку, коли її піднімаєш, оскільки через недостатній розвиток опорно-рухового апарату можна спричинити травмування. Краще тримати дитину за стегна або передпліччя. Хребет повинен бути захищений від ненормального відхилення, а голова дитини має бути захищена від удару або сильного повороту.

Ураховуючи ці характеристики, батьки можуть використовувати фізичні вправи, щоби допомогти формувати такі риси характеру, як ініціативність, рішучість, сміливість, наполегливість, воля до перемоги тощо. Для цього потрібно ознайомитись із фізичними вправами й іграми, які можна використовувати в сім'ї, на дворі, майданчику тощо.

Ключові слова: фізичне виховання, патріотизм, учні, засоби.

Physical education plays a significant role in the preparation of a well-developed young person, able to successfully work in various sectors of the economy and socio-cultural sphere, to defend the Motherland.

Therefore, the task of the school is not only to prepare a highly educated, highly cultured young person, but also to create the necessary prerequisites for its comprehensive physical development.

The first educators, teachers of children are parents, family. The level of their humanity, spirituality, dignity of children depends on the level of their culture, which lay the foundations for many skills, habits, valuable judgments are made and to a certain extent a further life position is determined in view of the parents' lifestyle. Experts unanimously note the impact of the physical development of the child on such an important component of the formation of a comprehensive, harmoniously developed personality, such as preparation for work, involvement of people in work.

The family is crucial for the education, socialization and formation of the student's personality, and the life activity of the child, not being yet an independent way of life of a person and his outlook, is organically incorporated into the lifestyle of the family, the parents. In this environment, the child learns basic behavioral skills, knowledge and practical skills, which forms the basis of its value orientations and attitudes to the outside world. Their microclimate has a great influence on their quality and orientation. It, in turn, depends on a number of factors, such as, for example, profession, education, general culture, relationships, values and interests of parents.

When exercising with children, adults should ensure their safety. Lifting, it is impossible to hold the baby by the hand, as due to insufficient development of the musculoskeletal system can cause injury. It is better to hold the baby by the hips or forearms. The spine should be protected from abnormal deflection, and the baby's head should be protected from shock or bending.

With these characteristics in mind, parents can use physical exercises to help form traits such as initiative, determination, courage, perseverance, the will to win, and more. To do this, familiarize yourself with the exercises and games that can be used in the family, the court yard and more.

Key words: Physical Education, patriotism, students, means.

УДК 371.72

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.3>

Кошура А.В.,

канд. пед. наук,
асистент кафедри фізичної культури
та основ здоров'я

Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Бамбурак В.Б.,

викладач II категорії

Чернівецького медичного коледжу
Буковинського державного медичного
університету

Горюк П.І.,

асистент кафедри теорії та методики
фізичного виховання та спорту

Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Молдован А.Д.,

викладач кафедри теорії та методики
фізичного виховання та спорту
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Розглянемо питання співпраці школи та родини в галузі фізичного виховання, зокрема такі його аспекти, як зміцнення здоров'я.

Фахівці одностайно зазначають вплив фізичного розвитку дитини на такий важливий компонент у формуванні всебічної, гармонійно розвиненої особистості, як підготовка до роботи,

залучення людей до роботи. Цю думку найбільш яскраво виразили у своїх працях Т. Круцевич, Г. Безверхня та низка інших вчених [1].

Сім'я має вирішальне значення для виховання, соціалізації та формування особистості учня, а життя дитини органічно пов'язано зі способом життя її сім'ї, батьків. У цьому середовищі дитина засвоює елементарні поведінкові навички, знання

та практичні навички, тут формуються основи її ціннісних орієнтацій та ставлення до світу. На їхню якість і спрямованість істотно впливає мікроклімат родини, який, у свою чергу, залежить від низки чинників, як-от професія, освіта, загальна культура, стосунки, ціннісні орієнтації й інтереси батьків.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Сьогодні, орієнтуючись на психічний розвиток дитини, учителі, на жаль, приділяють мало уваги її фізичному вдосконаленню. Два заняття фізичною культурою на тиждень дають лише 10% від кількості фізичних навантажень, необхідних молодому організму. А під час перерв рухова активність дітей дезорганізована і зазвичай недостатня. Повернувшись додому зі школи, вони довго сидять за домашнім завданням або біля телевізора. Усе це призводить до фізичного недорозвинення організму, різних захворювань.

Причому властивості м'язових мікронасосів у таких дітей розвиваються повільно. Циркуляторна лабораторія Інституту фізіології під керівництвом члена кореспондента Академії наук, доктора біологічних наук М. Арінчина обстежила дітей, які пішли в 1 клас, і виявила, що половина з них не використовувала м'язові помпи через поганий фізичний розвиток. Отже, можна зробити висновок, що серце таких дітей уже працює на знос [2].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Одним зі способів реалізації такого підходу до навчання та виховання дітей і молоді є фізичні вправи на уроках фізичної культури. Тому виникла нагальна потреба в поширенні знань про використання фізичних вправ і навантажень для дітей початкових класів.

Мета статті – проаналізувати й обґрунтувати спільну діяльність школи та сім'ї з удосконалення фізичного виховання учнів молодших класів.

Виклад основного матеріалу. Роль сім'ї у вихованні дітей уже давно науково обґрунтована і практично доведена. Однак не всі сім'ї мають рівень організації фізичного виховання, який відповідає вимогам. Багато батьків вважають заняття спортом марною тратою часу, забороняють дітям відвідувати спортивні секції та систематично тренуватися. Це одна із причин зниження інтересу до фізичного виховання. Як наслідок – відсутність рухової активності, ослаблення організму, усіякні захворювання. Фізична робота та спорт замінюються статичними заняттями: наприклад, приблизно 29% школярів систематично беруть участь у позакласних видах спорту, тоді як 70–75% школярів проводять більшу частину свого вільного часу за переглядом телевізора.

А. Макаренко також закликав батьків облаштувати спортивний шлях для своїх дітей. Це образне звернення актуальне в наш час. Батьки зобов'язані викликати в підлітків інтерес до спорту, орієнтувати їх на фізичне виховання, заохочувати

їх до участі у змаганнях, допомагати їм вибрати власний вид спорту.

Категорично і недвозначно визначив роль батьків у вихованні дітей за Ж.-Ж. Руссо. Він уважав, що той, хто не може виховувати дітей, не повинен їх мати, і ні бідність, ні робота, ні повага до людей не позбавляють батьків обов'язку виховувати власних дітей [3].

Батьки – перші вихователі. Час повернути дітей сім'ям, а сім'ї – дітям, час припинити протистояння школи та сім'ї. Батьки повинні відповідати перед своєю совістю, людьми та державою за виховання власних дітей. Це було раніше. Сім'я – це нація, нація в мініатюрі. Рівень культури та виховання дітей залежить від рівня її культури. Саме тут формуються людяність, духовність, гідність, а також культ матері та батька, бабусі і дідуся, культ клану і людей.

Не випадково народна педагогіка надає першорядного значення виховному клімату сім'ї як основному чиннику формування особистості. «Навіщо скарб, коли в сім'ї добре», – кажуть люди, і цей вираз має глибокий педагогічний сенс. Часто можна почути, що хороша та сім'я, де ростуть хороші діти. Це підкреслює особливу роль, яку відіграє загальний клімат сім'ї, її настрої, звичай і орієнтація у вихованні дітей.

У педагогіці такий потужний чинник формування особистості чітко визначався як виховання на прикладі: «Хороший приклад кращий за сто слів». Це твердження розкриває схильність дитини до наслідування старшого брата чи сестри, матері чи батька, сильнішого або розумнішого супутника, а також популярну навчальну практику успадкування за принципом «роби, як я» [4].

Перші вчителі маленької дитини – її батьки, але часто процес навчання починається раніше, ніж вони встигають усвідомити цей факт.

Діти вивчають спосіб життя батьків, родина закладає основу для багатьох навичок, звичок, ціннісних суджень, визначає життєву позицію молодого покоління. Деякою мірою це стосується і ставлення до фізичної культури, до активного використання її засобів у повсякденному житті – для зміцнення здоров'я, усебічного розвитку та змістовної організації дозвілля. Аналізуючи ступень освітньої системи, першим завданням дошкільної освіти Г. Ващенко визначає фізичний розвиток дитини. Природним учителем маленької дитини є мати. Найкращі наслідки у вихованні дітей дошкільного віку може дати співпраця сім'ї та дитячого садка. Це дозволяє нам зберігати єдність у напругах і методах виховання. Такий зв'язок повинен існувати між школою та сім'ями. Школа повинна виховувати в дітей повагу до батьків, батьки мають створювати умови для виконання шкільних завдань і фінансово підтримувати школу. Це було особливо необхідне, на думку Г. Ващенко, у перші роки існування незалежної української держави.

На жаль, згідно з оптимістичними науковими дослідженнями, сьогодні фізичною культурою дітей цікавиться не більше 20% батьків. Учителі повинні зробити батьків кожного учня прихильниками фізичного виховання, а отже, їхніми співучасниками. Для успішного залучення всіх учнів до фізичних вправ необхідно передусім переконати батьків у цілющій ролі фізичного виховання, показати їм, що формування трудових звичок, зокрема навчальних, також є частиною завдань фізичного виховання.

Щоб забезпечити ефективність фізичного виховання, батьки повинні знати, який виховний вплив на дітей здійснюється у класі та після навчальних годин. Такі знання необхідні для підтримання наступності та забезпечення єдиної педагогічної лінії в поданні вимог до дитини. Справді, у комплексі навчальної діяльності кожний елемент повинен чітко виконувати свої функції. Інакше система не працюватиме [5].

Функції батьків в організації фізичного виховання дітей можна згрупувати так:

1) створення необхідних матеріально-технічних умов для занять удома;

2) контроль і сприяння дотриманню дітьми розпорядку дня, правил особистої гігієни, загартовування, ранкових вправ і домашніх завдань;

3) безпосередня участь у змаганнях сімейних команд, оздоровчих днях, спортивних і мистецьких вечорах, фізкультурно-мистецьких святах, іграх, розвагах, прогулянках;

4) організація змагань та ігор на ігрових майданчиках за місцем проживання й у школі;

5) виконання обов'язків державних тренерів і суддів.

Отже, успішне вирішення проблем фізичного виховання учнів можливе лише за умови спільних, узгоджених дій школи та сім'ї (маються на увазі не лише батьки, а й дідусь і бабуся, брат і сестра). Школа навчає дітей виконувати фізичні вправи, надає знання, інструктує та радить. Оздоровлення та загартовування дітей, формування постави, розвиток моторики та розвиток морально-вольових якостей засобами фізичної культури здійснюються школою та сім'єю разом. У формуванні в дітей звичок раціонально займатися гігієнічними навичками головну роль відіграє сім'я. Умовний розподіл обов'язків вказує на те, що ні школа без сім'ї, ні родина без школи не зможуть успішно загартувати молоде покоління [6].

Висновки. Фізичне виховання виходить на перший план сьогодні, адже пріоритет здоров'я – найвищий. У сім'ї фізичне виховання дітей забезпечується створенням здорового способу життя, правильною організацією розпорядку дня, занять спортом, загартовуванням тіла тощо.

Сім'я посідає особливе місце у вихованні дитини від народження до школи. Більшість бать-

ків хочуть бачити своїх дітей здоровими, життєрадісними, спритними та сильними. Формування цих якостей багато в чому залежить від організації навчально-виховного процесу, зокрема фізичного виховання в сім'ї.

Сім'я була і залишається головним центром, де відбуваються становлення та розвиток особистості дитини. Саме батьки вводять дитину у складний світ людських стосунків, вчать відрізняти добро від зла, добре від поганого. Життєві уроки, отримані в сім'ї, мають величезну виховну силу, адже їх дають найближчі люди – мама, тато, бабуся.

Зміст виховання в сім'ї визначається метою виховання в демократичному суспільстві та специфікою сімейного виховання. Тому його складовими частинами є добре відомі сфери освіти – фізична, інтелектуальна, моральна, трудова, екологічна, сексуальна тощо.

Значна частина батьків впевнені, що основи фізичного виховання повинні бути закладені в дитячому садку чи школі, звільняють водночас себе від відповідальності за фізичне виховання дітей у сім'ї.

Турбота про здоров'я та всебічний розвиток дитини починаються з організації здорового способу життя. Він включає: позитивний психологічний клімат у сім'ї, доброзичливе ставлення батьків до дитини й один до одного, раціональне харчування, систематичне використання вправ та загартовування, трудова діяльність дитини, негативне ставлення батьків до алкоголю та куріння.

Здоров'я дитини та її фізичний розвиток багато в чому залежать від стану здоров'я її батьків. Майбутня мама під час вагітності повинна не допускати впливу негативних чинників. Батьки повинні знати, що основи здоров'я закладаються в перші місяці життя малюка.

Одним з основних гігієнічних засобів нормального фізичного розвитку в сім'ї є розпорядок дня. Його необхідність обґрунтована вченням І. Павлова про певне чергування основних аспектів вищої нервової діяльності людини. Формування біоритмів збудження їжі, сну й активного неспання сприяє нормальній роботі внутрішніх органів.

Арсенал оздоровчих заходів із дітьми обов'язково має передбачати гімнастичні вправи (із предметами або без них). Однак, крім цього, доцільно включати вправи, виконані за допомогою дорослих, у кожний гімнастичний комплекс. Це може бути підняття дитини за талію вгору, різні повороти дитини в руках батьків – уперед, назад, убік.

Нарешті, існує багато ігор на свіжому повітрі для батьків і дітей, у яких циклічні рухи поєднуються з гімнастичними. Однак варто попередити щодо надмірного захоплення вправами з різними просуваннями рук, мотузок, поперечин, оскільки вони дають інтенсивне навантаження на суглоби, зв'язки та м'язи плечового пояса і можуть призвести до звуження груди і деформацій.

Проводячи вправи з дітьми, дорослі повинні забезпечити їх. Підіймаючи, не можна тримати дитину за руку, бо через недостатній розвиток опорно-рухового апарату можна спричинити травму. Краще тримати дитину за стегна або передпліччя. Хребет повинен бути захищений від ненормального відхилення, а голова дитини – захищена від удару або сильного повороту.

Ураховуючи ці характеристики, батьки можуть використовувати фізичні вправи, щоби допомогти формувати такі риси характеру, як ініціативність, рішучість, сміливість, наполегливість, воля до перемоги тощо. Для цього потрібно ознайомитись із фізичними вправами й іграми, які можна використовувати в сім'ї, на дворі, майданчику тощо.

Саме в сім'ї слід скласти розуміння життєвої важливості фізичних навантажень, сформувати звичку до регулярних фізичних вправ.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Бабенко В. Напрямки роботи школи за програмою «Молодь за здоров'я». *Відкритий урок*. 2005. № 5–6. С. 66–68.
2. Булатова М., Литвин О. Здоров'я і фізична підготовленість населення України. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2004. № 1. С. 3.
3. Вільчковський Е. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Львів : ВНТА, 1998. С. 197–210.
4. Ліщук В. Школа сімейного виховання : посібник для батьків дошкільнят та соціальних педагогів. Київ : Кобза, 2002. 108 с.
5. Логвиненко О. Фізична культура в контексті життєдіяльності учнів. *Людинознавчі студії : збірник наукових праць Дрогобицького державного педагогічного університету*. 2002. Вип. 5. С. 181–190.
6. Остапенко О. Виховання в молодших школярів інтересу до фізичної культури. *Початкова школа*. 2003. № 5. С. 55–57.

ФАКТОРНА СТРУКТУРА ФІЗИЧНОГО СТАНУ ДІВЧАТ 18-19 РОКІВ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

THE FACTOR STRUCTURE OF PHYSICAL CONDITION OF GIRLS OF 18-19 YEARS IN THE PHYSICAL EDUCATION PROCESS

Стаття присвячена актуальній проблемі контролю фізичного стану студентської молоді в процесі фізичного виховання. Дослідницька робота проводилась на базі Білоцерківського національного аграрного університету м. Білої Церкви з дівчатами 18–19 років. У педагогічному експерименті взяли участь 152 дівчини. Протоколи експериментальних досліджень підтримано комісією з біоетики Білоцерківського національного аграрного університету. Відповідно до етичних стандартів студенти були задіяні у дослідженні добровільно при письмовій згоді на участь у всіх етапах педагогічного експерименту, на подальший аналіз й оприлюднення їх особистих даних під час розгляду та висвітлення результатів дослідження.

Достовірність і обґрунтованість результатів педагогічного експерименту забезпечується чітким вибором теоретико-методологічної бази дослідження; коректним застосуванням комплексу взаємодоповнюючих методів дослідження, адекватних меті дослідження; репрезентативністю проаналізованих емпіричних даних; математико-статистичною обробкою та інтерпретацією.

В статті розглянута факторна структура фізичного стану дівчат 18-19 років. Визначено відсотковий вклад кожного фактору, та встановлено, що загальний фізичний стан детерміновано групою з чотирьох факторів: фізичний розвиток має найбільший внесок – 40,2%, функціональний стан серцево-судинної та дихальної системи має внесок – 29,1%, фізична працездатність та координаційні здібності мають внесок – 11,7%, фізична підготовленість, зокрема швидкісні, швидкісно-силові якості, спритність та гнучкість мають внесок – 3,5%, що у сукупності становлять 84,5% поясненої дисперсії. Нами встановлено, що антропометричний статус визначає фізичний стан і після закінчення пубертатного періоду. Найбільше факторне навантаження мають показники, які характеризують тотальні розміри тіла: обхват талії ($r = -0,981$ при $p < 0,01$); обхват зрудної клітки ($r = -0,972$ при $p < 0,01$); обхват тазу ($r = -0,960$ при $p < 0,01$), а також показники, які характеризують жировий компонент: сума шкірно-жирових складок ($r = -0,982$ при $p < 0,01$); складка під підвздошною кісткою, ($r = -0,977$ при $p < 0,01$); внутрішня ікроножна складка ($r = -0,953$ при $p < 0,01$).

Представлений аналіз досліджуваних показників, які складають основу усіх чотирьох факторів. Отримані результати мають прогностичні значення для індивідуалізації та диференціації педагогічного процесу, а також оцінки впливу основних педагогічних

засобів і методів в процесі фізичного виховання.

Ключові слова: факторний аналіз, фізичний стан, дівчата.

The article is devoted to the actual problem of controlling the physical condition of young students in the process of physical education. The research was carried out on the basis of Belotserkovsky National Agrarian University of Bila Tserkva with girls of 18-19 years. 152 girls participated in the pedagogical experiment. The experimental research protocols were supported by the Bioethics Commission of the Belotserkov National Agrarian University. In accordance with ethical standards, students were voluntarily involved in the study with the written consent to participate in all stages of the pedagogical experiment, to further analyze and disclose their personal data during review and presentation of the research results.

The reliability and validity of the results of the pedagogical experiment is provided by a clear choice of the theoretical and methodological base of the research; the correct application of a set of complementary research methods adequate to the purpose of the research; the representativeness of the empirical data; mathematical-static processing and interpretation.

The factor structure of physical condition of girls of 18-19 years is considered in the article. The percentage contribution of each factor was defined, and it was found that the overall physical condition was determined by a group of four factors: physical development has the highest contribution – 40,2%, the functional state of the cardiovascular and respiratory system contributes 29,1%, physical performance and coordination abilities contribute 11,7%, physical ability, including speed, muscle power, agility and flexibility, make up 3,5%, which together account for 84,5% of the explained variance. We have found that anthropometric status determines the physical state after the puberty period, too. The highest factor loadings have indicators that characterize the total body size: waist ($r = -0,981$ at $p < 0,01$); chest ($r = -0,972$ at $p < 0,01$); pelvic girth ($r = -0,960$ at $p < 0,01$), as well as indicators that characterize the fat component: the sum of skin-fat creases under iliac bones ($r = -0,982$ at $p < 0,01$); inner gastrocnemius fold ($r = -0,953$ at $p < 0,01$).

The analysis of the studied indicators, which form the basis of all four factors, is presented. The received results have got prognostic value for the individualization and differentiation of the pedagogical process, as well as assessing the impact of basic pedagogical tools and methods in the process of physical education.

Key words: factor analysis, physical condition, girls.

УДК 796-053.7:616

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.4>

Ярмак О.М.,

канд. наук з фіз. вих. і спорту,
доцент кафедри здоров'я і фізичної
рекреації

Білоцерківського національного
аграрного університету

Благій О.Л.,

канд. пед. наук,
професор кафедри здоров'я, фітнесу
та рекреації

Національного університету фізичного
виховання

та спорту України

Мороз О.О.,

канд. наук з фіз. вих. і спорту,
доцент кафедри фізичної культури
та основ здоров'я

Чернівецького національного
університету

імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Потреба у постійному контролі фізичного стану студентів виникає за умов природного біологічного розвитку і вдосконалення рухових функцій у складних умовах взаємодії з навколишнім серед-

овищем. З позиції фундаментальних положень біології, фізіології рухової активності, теорії діяльності функціональних систем, адаптації і здоров'я, фізичний стан характеризується сукупністю показників, які відображають статеві особливості,

антропометричний профіль, фізичну підготовленість, функціональний стан м'язової і кардіо – респіраторної системи людини [3, с. 82; 10, с. 77; 18, с. 153]. В процесі індивідуального розвитку вклад цих перемінних у формуванні фізичного статусу людини міняється. Необхідність такого контролю ще гостріше відчувається в тих умовах, коли організм людини піддається штучно спрямованим впливам з метою реалізації тих чи інших соціальних, біологічних, фізичних або інших програм вдосконалення його окремих функцій або всієї системи в цілому [2, с. 25-27; 11, с. 187].

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Рухова активність – невід'ємна частина поведінки людини, яка повинна забезпечувати нормальне функціонування систем організму й збереження здоров'я [7, с. 148; 9, с. 75; 13, с. 11]. За останні роки значно зріс обсяг навчального навантаження студентів вищих навчальних закладів України. Вплив інноваційних освітніх навантажень з високим рівнем психоемоційного та інтелектуального навантаження, сприйняття і переробка різної інформації в умовах дефіциту часу, підвищені вимоги до об'єму і якості знань, інтенсивне використання комп'ютерної техніки у навчальному процесі негативно відображаються на функціональних можливостях організму [5, с. 40; 12, с. 85-94]. У зв'язку з цим, у більшості студентів спостерігається виражене напруження всіх регуляторних механізмів та зниження функціональних можливостей організму на фоні явного дефіциту фізичних навантажень [4, с. 29-31]. Успішність оволодіння навчальною програмою обумовлена багатьма факторами, серед яких доволі значимими являються здоров'я студентів, їх фізичний розвиток, фізична працездатність та підготовленість [6, с. 94]. Період навчання у вищому навчальному закладі характеризується формуванням типових для дорослої людини параметрів тіла, зокрема довжини тіла, завершенням статевого розвитку, процесом закріплення хребта і завершенням соматичного формування [8, с. 9; 15, с. 135-154].

Виникає науковий інтерес у дослідженні структури фізичного стану, зокрема фізичного розвитку дівчат 18-19 років, оскільки у даному віці закінчується біологічний розвиток і морфо-функціональні показники набувають оптимальних значень [1, с. 8; 14, с. 332; 16, с. 98-99; 17, с. 13-20]. У даному віці організм людини має найбільшу стабільність, економичність і реактивність у відповідь на дію стрес-фактора будь-якої модальності.

Мета статті – визначити факторну структуру фізичного стану дівчат 18-19 років.

Вклад основного матеріалу. В ході нашого дослідження були проаналізовані дані констатуючого експерименту. Для визначення структури фізичного стану дівчат 18-19 років нами був проведений факторний аналіз, який дозволив встано-

вити, та оцінити відсотковий вклад кожного фактору. Отже, структуру фізичного стану дівчат детерміновано групою з чотирьох факторів: фізичний розвиток (40,2%), функціональний стан серцево-судинної та дихальної системи (29,1%), фізична працездатність та координаційні здібності (11,7%), фізична підготовленість, зокрема швидкісні, швидко-кісно-силові якості, спритність та гнучкість (3,5%).

Аналіз факторної структури фізичного стану дівчат 18-19 років підтвердив, що фізичний розвиток займає провідне місце серед факторів, що визначають фізичний стан людини. Перший фактор, ототожнений нами з фізичним розвитком дівчат 18-19 років має факторне навантаження показників, які характеризують тотальні розміри тіла: обхват талії ($r = -0,981$ при $p < 0,01$); обхват грудної клітки ($r = -0,972$ при $p < 0,01$); обхват тазу ($r = -0,960$ при $p < 0,01$), довжина тіла ($r = 0,953$ при $p < 0,01$); маса тіла ($r = -0,935$ при $p < 0,01$), індекс маси тіла ($r = -0,924$ при $p < 0,01$) обхват плеча ($r = -0,867$ при $p < 0,01$), обхват стегна ($r = -0,835$ при $p < 0,01$). Також перший фактор має факторне навантаження показників, які характеризують жировий компонент: сума шкірно-жирових складок ($r = -0,982$ при $p < 0,01$), складка під підвздошною кісткою, ($r = -0,977$ при $p < 0,01$), внутрішня ікроножна складка ($r = -0,953$ при $p < 0,01$), складка під лопаткою ($r = -0,930$ при $p < 0,01$), складка біцепсу ($r = -0,918$ при $p < 0,01$) складка трицепсу ($r = -0,876$ при $p < 0,01$). Усі вони складають основу першого фактору, який має найбільший внесок – 40,2% до загальної дисперсії. Середньостатистичні результати показників, які складають основу першого фактору представлені в таблиці 1.

В ході дослідження показників фізичного розвитку дівчат 18-19 років, були отримані середні значення антропометричних показників, характер розподілу яких знаходився в межах вікових норм. Аналіз індивідуальних показників індексу маси тіла (ІМТ) у дівчат дав змогу констатувати, що дефіцит маси тіла мали 17,8 % ($n=27$) студенток, масу тіла в межах норми мали 61,2% ($n=93$), надмірну масу тіла мали 13,1 % ($n=20$) дівчат і ожиріння 1 ступеня мали 7,9 % ($n=12$) осіб. Спостерігається висока варіативність показників маси тіла (МТ), ІМТ та п'яти шкірно-жирових складок і їх суми, коефіцієнти варіації перевищують 14,5%, що свідчить про неоднорідність вибірки.

Другий по значимості фактор, який визначає структуру фізичного стану має факторне навантаження показників, які характеризують діяльність серцево-судинної та дихальної системи: частота серцевих скорочень у стані спокою ($r = -0,882$ при $p < 0,01$); життєва ємність легень ($r = 0,831$ при $p < 0,01$); індекс Робінсона ($r = -0,785$ при $p < 0,01$); артеріальний тиск систолічний ($r = 0,747$ при $p < 0,01$); артеріальний тиск діастолічний ($r = 0,741$ при $p < 0,01$); систолічний об'єм крові

($r = 0,738$ при $p < 0,01$); хвилинний об'єм крові ($r = 0,732$ при $p < 0,01$). Даний фактор має внесок до загальної дисперсії 29,1%.

Третій по значимості фактор має факторне навантаження показників, які характеризують фізичну працездатність та координаційні здібності: індекс Руф'є ($r = 0,862$ при $p < 0,01$); ускладнена проба Ромберга ($r = 0,795$ при $p < 0,01$). Даний фактор має внесок до загальної дисперсії 11,7%. Середньостатистичні результати, які характеризують другий і третій фактори представлені в таблиці 2.

У переважної більшості дівчат 18-19 років індивідуальні результати життєвої ємності легень (ЖЄЛ) знаходились в межах вікової норми, і лише у 23,0% ($n=35$) результати знаходились нижче вікових норм.

Значення індексу Робінсона – являється важливим критерієм для резерву і економізації функції кардіо – респіраторної системи і свідчить про аеробні можливості організму. Тому цей показник в роботі ми використали для дослідження дихальної системи. Індивідуальні показники значень індексу Робінсона у дівчат 18-19 років оцінювались на рівні нижче середнього та середнього.

Середньостатистичний результат частоти серцевих скорочень у стані спокою (ЧСС) знаходиться вище вікової норми, ознаки брадикардії характерні для 3,3% ($n=5$) дівчат, викликає також занепокоєння той факт, що у 54,6% ($n=83$) дівчат 18-19 років індивідуальні результати знаходяться в межах від 84 $\text{уд}\cdot\text{хв}^{-1}$ до 120 $\text{уд}\cdot\text{хв}^{-1}$, даний факт може свідчити про психоемоційне напруження.

Таблиця 1

Показники фізичного розвитку дівчат 18-19 років, ($n=152$)

Показники	\bar{x}	S	Min.	Max.
ДТ, см	167,2	4,33	152,0	187,0
МТ, кг	62,4	11,26	42,8	99,5
ІМТ, $\text{кг}\cdot\text{м}^2$	22,5	4,75	15,8	34,1
ОГК, см	86,1	7,34	74,0	107,0
Обхват плеча, см	27,2	2,38	21,0	35,0
Обхват талії, см	69,4	7,55	55,0	93,0
Обхват тазу, см	95,7	6,17	83,0	118,0
Обхват стегна, см	53,2	5,11	31,0	69,0
Шкірно-жирова складка біцепсу, мм	12,7	6,71	2,3	35,0
Шкірно-жирова складка тріцепсу, мм	20,5	7,84	9,5	39,0
Шкірно-жирова складка під лопаткою, мм	16,7	9,51	4,5	43,0
Шкірно-жирова складка під підвздошною кісткою, мм	14,8	5,45	4,5	34,0
Внутрішня ікро ножна складка, мм	19,9	6,34	6,7	46,0
Сума шкірно-жирових складок, мм	83,7	31,2	31,5	173,0

Таблиця 2

Показники функціонального стану та фізичної працездатності дівчат 18-19 років, ($n=152$)

Показники	\bar{x}	S	Min.	Max.
ЖЄЛ, л	3,6	0,46	2,1	4,5
Індекс Робінсона, у.о.	95,3	15,11	67,0	145,0
ЧСС $\text{уд}\cdot\text{хв}^{-1}$	86,8	10,28	59,0	119,0
СОК, мл	63,7	6,25	44,8	79,1
ХОК, $\text{л}\cdot\text{хв}^{-1}$	5,4	0,55	3,8	9,1
АТ _{сист.} мм.рт.ст.	112,3	7,16	90,0	130,0
АТ _{діаст.} мм.рт.ст.	72,4	6,12	60,0	90,0
Індекс Руф'є. у.о	9,8	3,45	6,3	17,0
Ускладнена проба Ромберга, с	14,1	6,10	2,0	51,6

Таблиця 3

Показники фізичної підготовленості дівчат 18-19 років, ($n=152$)

Показники	\bar{x}	S	Min.	Max.
Біг 100 м, с	16,9	1,26	15,1	20,7
Стрибки на скакалці за 1хв, раз	114,2	9,98	82,0	151,0
Згинання рук в упорі лежачи, раз	3,5	2,54	0,0	11,0
Піднімання тулуба в сід за 1 хв. раз	28,6	6,35	13,0	46,0
Нахил тулуба вперед, см	14,5	6,84	0,0	31,0
Човниковий біг 4х9 м,с	10,4	0,55	9,9	12,4

Артеріальний тиск систолічний є одним із найбільш інформативних функціональних параметрів і тонко відображає зміни, пов'язані із станом його регуляторних ланок: периферичного судинного опору, активності симпатичного відділу вегетативної нервової системи, тонусом вазомоторного центру, силою серцевих скорочень, хвилинним об'ємом кровообігу. Артеріальний тиск діастолічний залежить, у свою чергу, від тонусу дрібних і середніх судин і пов'язаний з активністю парасимпатичної іннервації та станом судинної стінки. Величину а показник, у зв'язку з артеріальним тиском (АТ) прийнято розглядати як гомеостатичний зв'язок з чим його відхилення в той або інший бік може свідчити про певні зміни в загальному функціональному стані організму. В ході нашого дослідження ми з'ясували, що ознаки гіпотонії характерні для 17,1% (n=26) дівчат, а гіпертензії – для 21,7% (n=33).

Величина хвилинного об'єму крові (ХОК) є інтегральною характеристикою кровообігу, сприяє забезпеченню метаболічних потреб і залежить від систолічного об'єму крові (СОК) та ЧСС у стані спокою. Даний показник визначали розрахунковим методом, який застосовують в основному під час масових обстежень, коли у зв'язку із значними витратами часу, використання апаратних методик є недоцільним. Не дивлячись на об'єктивну меншу, порівняно з експериментальними методами, репрезентативність, розрахункові методи в цілому дозволяють отримати необхідну інформацію про стан провідних гемодинамічних параметрів і їх динаміку, зокрема, під час занять фізичною культурою і спортом. Індивідуальні показники ХОК та СОК у дівчат 18-19 років знаходились в межах вікової норми. Коефіцієнти варіації у досліджуваних показниках не перевищують 14,5%, що свідчить про однорідність вибірки.

Одним із критеріїв резерву та економізації функцій серцево-судинної системи по даним наукової літератури є індекс Руф'є, який оснований на результатах відновлення ЧСС після динамічного навантаження. Середньостатистичний результат дівчат 18-19 років відповідає середньому рівню фізичної працездатності. Аналіз індивідуальних результатів дав змогу констатувати, що у дівчат відсутній високий рівень фізичної працездатності, 17,8% (n=27) мають достатній рівень, 44,7% (n=68) мають середній рівень, 25,0% (n=38) задовільний рівень і 12,5% (n=19) дівчат мають незадовільний рівень фізичної працездатності.

Середньостатистичний показник ускладненої проби Ромберга, яка характеризує статичну координацію у дівчат 18-19 років знаходився в межах норми, хоча спостерігається висока варіативність, що свідчить про неоднорідність вибірки. Слід зазначити, що 26,3% (n=40) дівчат мали індивідуальні результати, які відповідали незадовільному рівню.

Четвертим по значимості фактором, який визначає структуру фізичного стану дівчат 18-19 років має факторне навантаження показників, які характеризують швидкісні, швидкісно-силові якості, спритність та гнучкість: човниковий біг 4x9 м (r = 0,771 при p<0,01); біг 100 м (r = 0,753 при p<0,01); стрибки на скакалці (r = 0,728 при p<0,01); згинання рук в упорі лежачи (r = 0,726 при p<0,01); піднімання тулуба в сід за 1 хвилину (r = 0,719 при p<0,01); нахил тулуба вперед з положення сидячи (r = 0,713 при p<0,01). Середньостатистичні результати представлені в таблиці 3.

Розглядаючи вікову динаміку природного розвитку швидкості у всіх її проявах, можна зробити висновок, що вона прогресує протягом життя значно менше і раніше зазнає вікових еволюційних змін, ніж інші рухові якості, навіть за умов її спеціального розвитку. Прогресивний природний розвиток швидкості спостерігається у дівчат в 13-14 років.

У подальшому швидкість цілісних рухів у дівчат 15 років дуже повільно зростає і до 17 років стабілізується, отже із закінченням пубертатного періоду практично припиняється і подальший біологічний розвиток швидкості. Середньостатистичний результат з бігу на 100 м у дівчат відповідав задовільному балу.

Рівень розвитку сили обумовлює ступінь прояву інших фізичних якостей. При різному характері роботи опорно-рухового апарату, сила м'язів має специфічні особливості, що особливо проявляється при підвищенні рівня фізичної підготовленості. Середньостатистичні результати дівчат 18-19 років у згинанні, розгинанні рук в упорі лежачи, підніманні тулуба в сід відповідали задовільному та незадовільному балу. Не змогли виконати руховий тест на згинання, розгинання рук в упорі лежачи 27,0% (n=41) дівчат, що свідчить про низький розвиток силових якостей, зокрема м'язів згиначів і м'язів розгиначів передпліччя.

Аналізуючи індивідуальні результати дівчат 18-19 років у виконанні тесту на гнучкість з'ясували, що у 16,4% (n=25) вони відповідають незадовільному балу. Недостатня рухливість в суглобах прояву сили, швидкісних і координаційних здібностей, погіршує внутрим'язову та міжм'язову координацію, призводить до зниження економічності роботи і часто є причиною пошкодження м'язів і зв'язок.

Середньостатистичний результат у стрибках на скакалці відповідає відмінному балу, лише 8,5% (n=13) дівчат мають задовільний бал, та 20,4 (n=31) % мають бал добре.

Різноманітність видів координаційних здібностей не дозволяє оцінити рівень їх розвитку по одному уніфікованому критерію. Тому у фізичному вихованні студентів для визначення рівня спритності проводили тест «човниковий біг 4x9 м». Середньостатистичний результат у дівчат 18-19 років відповідає задовільному балу.

Аналізуючи показники, які характеризують фізичну підготовленість, зокрема швидкісні, швидкісно-силові якості, спритність та гнучкість спостерігаємо високу варіативність показників у згинанні, розгинанні рук в упорі лежачи та у виконанні тесту на гнучкість, коефіцієнти варіації перевищують 14,5%, що свідчить про неоднорідність вибірки.

Висновок. В результаті проведення факторного аналізу ми встановили, що структуру фізичного стану дівчат 18-19 років детерміновано групою з чотирьох факторів, провідне місце належить фізичному розвитку, який має найбільший внесок – 40,2% до загальної дисперсії. На другому місці по значимості, функціональний стан серцево-судинної та дихальної системи з факторним навантаженням 29,1% до загальної дисперсії. Фізична працездатність та координаційні здібності а також фізична підготовленість, зокрема швидкісні, швидкісно-силові якості, спритність та гнучкість складають основу третього та четвертого факторів з факторним навантаженням 11,7% та 3,5% відповідно.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Баламутова Н.М., Брусник В.В. Совершенствование методики педагогического контроля физического развития студентов. *Физическое воспитание студентов*. 2011. № 2. С. 6-9.
2. Без'язичний Б.І. Комплексний педагогічний контроль за фізичним вихованням студентів ВНЗ. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. 2015. № 118(3). С. 24-28.
3. Беляк Ю.І. Фізичний стан жінок зрілого віку та його динаміка під впливом занять оздоровчим фітнесом. *Спортивна медицина*. 2014. № 1. С. 80-86.
4. Благій О. Л., Ячнюк М.Ю. Аналіз показників фізичного стану студентської молоді. *Вісник Чернігівського національного університету ім. Т. Г. Шевченка*. Чернігів, 2015. Вип. 129, т. 3. С. 27–32.
5. Благій О.Л., Ячнюк М.Ю., Березовський В.А. Аналіз підходів щодо залучення студентської молоді до оздоровчо-рекреаційної діяльності. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету ім. Лесі Українки*. Луцьк, 2018. Вип. 30. С. 37-41
6. Благій О.Л., Захаріна Є.А. Організаційно-педагогічні умови формування мотивації студентів до рухової активності в процесі фізичного виховання. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2009. № 4. С. 92-96
7. Дутчак М.В., Благій О.Л. Теоретичні аспекти впливу способу життя на здоров'я молоді. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт, 2011. Випуск 91. Т. I. С. 147-149.
8. Колос Н. А., Малинський І.Й., Яременко В.В. Особенности морфофункционального развития студентов. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. 12. С. 59–61.
9. Мартынюк О. Показатели физического состояния женщин, занимающихся оздоровительной аэробикой. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2016. № 4. С. 73–78.
10. Мосейчук Ю., Мороз О. Взаємоз'язок рівня рухової активності та показників маси та складу тіла жінок першого періоду зрілого віку. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. Науково-теоретичний журнал Національного університету фізичного виховання і спорту України. «Олімпійська література». 2014. № 2. С. 75-79.
11. Романенко В.А. Диагностика двигательных способностей : учеб. пос. Донецк: ДонНУ, 2005. 290 с.
12. Романенко В.А. Психофизиологические детерминанты управления физическим состоянием студентов. *Мат.науч.-практ. конф. вузов Донецкой обл. Донецк, 1999. С. 7.*
13. Романенко В. В., Куц О. С. Рухова активність і фізичний стан студенток вищих навчальних закладів : навч. посіб. Вінниця : ВДМУ, 2003. 132 с.
14. Сапожник О. Фізичний розвиток студенток вищого навчального закладу. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2012. № 4 (20). С. 330-334.
15. Чижик В. В., Запорожець О. П. Спортивна морфологія : навч. посіб. для студ. Луцьк : ПВД «Твердія». 2009. 208 с.
16. Cieślicka Mirosława, Napierala Marek, Pilewska Wiesława, Iermakov Sergii. Status of morphological and motor skills of girls participating in modern dance classes. *Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems of Physical Training and Sports*. 2012, vol. 10, pp. 96–104.
17. Kruk R.S., Bergman K. The reciprocal relations between morphological processes and reading. *Journal of Experimental Child Psychology*. 2013, vol. 114(1), pp. 10–34. doi:10.1016/j.jecp.2012.09.014.
18. Yarmak O. Specificity of the relationship between the volume of physical activity and the physical condition of 18-19-year-old girls / O. Yarmak, T. Buhaienko, O. Zhukov, Z. Cherniakova, V. Vorona, L. Bilenkova, O. Blagii // *Journal of Physical Education and Sport*, 2019, Vol.19 (3), Art 224, pp. 1550–1555. DOI:10.7752/jpes.2019.03224.

СПОРТИВНА ДІЯЛЬНІСТЬ ШКОЛЯРІВ (КІНЕЦЬ ХІХ – ПЕРША ПОЛОВИНА ХХ СТОЛІТТЯ) ЯК ТЕМАТИЧНИЙ НАПРЯМ ЕНЦИКЛОПЕДІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ РУМУНІЇ

SPORTS ACTIVITIES OF THE SCHOOLS (END OF XIX – THE FIRST HALF OF THE XX CENTURIES) AS A THEMATIC AREA OF ENCYCLOPEDIA OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS OF ROMANIA

Стаття присвячена організації спортивної діяльності у школах Румунії кінця ХІХ – першої половини ХХ століття. Визначено, що перші спроби організації шкільного спорту проявлялись у створенні гімнастичних або спортивних команд, ініційованні міжшкільних змагань. Наведені приклади таких заходів, як: гімнастичне свято у вищій школі Георга Лазара, м. Бухарест (1896 рік). У травні 1896 року там же відбувся другий гімнастичний захід, у якому, крім учнів старших класів, взяли участь студенти, зокрема семінарії «Ніфон». Доведено, щороку кількість шкіл, що проводили або заявили про свою участь у таких «міжшкільних» гімнастичних святах, збільшувалась. Так, на спортивному святі 23 квітня 1906 року виступали майже 1 000 студентів. За ініціативи учнів і студентів, а також підтримки професорсько-викладацького складу в закладах освіти започатковувались шкільні гімнастичні товариства, кількість яких та членство зростали щороку. Зі шкільним спортом пов'язаний розвиток деяких видів спорту і спортивних організацій, важливу роль у цьому відіграли міжшкільні чемпіонати, організовані спочатку на місцевому, а потім на регіональному та національному рівнях. У статті наведений перелік перших офіційних національних міжшкільних чемпіонатів. Визнано, що політичні й економічні події, що відбувались у світі, впливали на шкільний спорт, труднощі, особливо матеріального характеру, обмежували матеріально-технічне забезпечення шкільних спортивних баз. У 1942 році створено шкільну спортивну комісію, яка прагнула розвивати спортивну діяльність учнів і студентів; розробляються вимоги, хоча вони дублювали рекомендації передвоєнні фізичні вправи і види спорту. Зроблено вдалу спробу забезпечити безперервність шкільних чемпіонатів, вони організовувались і проводились систематично, у 1999 році відбулося відкриття 50-го ювілейного заходу.

Ключові слова: гімнастика, змагання, організації, Румунія, спорт, товариства, учні, школа.

The article is devoted to the organization of sports activities in Romanian schools in the late XIX – the first half of the XX century. It is determined that the first attempts to organize school sports were manifested in the creation of gymnastic or sports teams, the initiation of inter-school competitions. Examples of such events are given: a gymnastics festival at the Georg Lazar High School in Bucharest (1896), in May 1896, the second gymnastic event was held there, in which students, including the "Nifon" seminary, participated. It is proved that every year the number of schools that conducted or declared their participation in such "inter-school" gymnastic holidays increased. Thus, at the sports festival on April 23, 1906, almost 1 000 students performed. At the initiative of pupils and students, as well as the support of the teaching staff, school gymnastic societies were started in educational establishments, the number of which and membership increased from year to year. The development of some sports and sports organizations is related to school sports, and inter-school championships, organized initially at local, then regional, and national levels, have played an important role. The article lists the first official national inter-school championships. It is recognized that political and economic events that have taken place in the world have usually influenced school sports, and difficulties, especially of a material nature, have limited the logistics of school sports bases. In 1942, a school sports committee was created, which sought to develop the sports activities of students and students; requirements are being developed, although they duplicate recommended pre-war physical exercises and sports. A successful attempt was made to ensure the continuity of the school championships, they were organized and conducted systematically, and in 1999 the 50th anniversary event was opened. **Key words:** gymnastics, competitions, organizations, Romania, sports, societies, students, school.

УДК 37.015.3 (498): 351
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.5>

Ніколайчук О.П.,
старший викладач кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
Дарійчук С.В.,
Викладач кафедри фізичної культури та основ здоров'я Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді.

В умовах євроінтеграції та гуманізації освіти згідно із принципами культурної та фізичної досконалості особливого значення набуває модернізація фізичного виховання та спорту в освіті взагалі, оскільки молодь складає генофонд нації. В Україні проблема фізичного розвитку, збереження і зміцнення здоров'я населення, зокрема дітей і молоді, набуває особливої актуальності.

Адже впродовж останніх десятиліть їхній фізичний стан різко погіршився внаслідок не тільки поглиблення соціально-економічної, екологічної та демографічної кризи, а й технологічних змін,

зокрема розвитку комп'ютерних технологій. Приєднання України до країн Європейського Союзу вимагає від країни наявності комплексу модерних процесів державотворення, сучасного розвитку системи освіти, охорони здоров'я, інноваційного підходу до реорганізації сфери фізичної культури і спорту.

Тому актуальними стають питання вивчення досвіду країн Європейського Союзу й аналіз практики закладів освіти щодо виховання фізично розвиненої та здорової учнівської та студентської молоді. На особливу увагу вітчизняних компаративістів заслуговують модернізаційні процеси в системі фізичного виховання та спорту в Румунії,

досвід якої можна успішно адаптувати до специфіки сучасної України.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Значний внесок у розвиток сучасної наукової думки у сфері фізичного виховання зробив румунський дослідник І. Попеску. Аспекти реформування фізичного виховання в постсоціалістичних країнах вивчали Г. Арделян, Г. Богданов, А. Карпов, З. Кузнецов, О. Куц. Основною тематикою низки наукових статей авторства О. Цибанюк стали питання розвитку фізичного виховання і спорту Румунії, його нормативно-правового та кадрового забезпечення.

Водночас питання розвитку фізичного виховання учнів закладів освіти Румунії в історичному контексті не дістало належного висвітлення в межах вітчизняного наукового дискурсу.

Мета статті – проаналізувати розвиток спорту в житті школярів Румунії досліджуваного періоду.

Виклад основного матеріалу. Перші спроби організації шкільного спорту проявлялись у створенні гімнастичних або спортивних команд, ініціюванні міжшкільних змагань. Прикладом вважаємо захід, який відбувся в 1896 р. у вищій школі Георгі Лазара, м. Бухарест, згаданий у пресі як «перше гімнастичне свято». Роком пізніше, у травні 1896 р., там же відбувся і другий гімнастичний захід, у якому, крім учнів старших класів, взяли участь студенти, зокрема семінарії «Ніфон». Щоправда, участь у шкільних гімнастичних святах обмежувалась лише учнями середніх шкіл та гімназій, і організовувались вони здебільшого на їхній території [7].

Ці події викликали неабияку позитивну реакцію, щороку кількість шкіл, що проводили або заявили про свою участь у таких «міжшкільних» гімнастичних святах, збільшується. Так, на спортивному святі 23 квітня 1906 р. у присутності міністра освіти Спіру Харета (Spiru C. Haret (румун.)) виступали команди гімназії "Gharazar, D. Cantemir", вищих шкіл «Михай Вітеазул», «Св. Сави» і «Матей Басараб», Центральної семінарії і гімназії "Cainca", м. Бухарест, загалом майже 1 000 студентів.

Приклад навчальних закладів столиці дуже швидко поширився на інші населені пункти країни, середні школи у Браїлі, Плоєшті та Крайові, а ідея таких змагань набула національного характеру. Серед ініціаторів цих шкільних спортивних заходів професори Димітрій Іонеску (середня школа Г. Лазара), Георгі Моцану (середня школа «Сава»), Ніколае Бадеску (середня школа Г. Інчай), Теодор Георгеску (середня школа Матей Басараб), Ніколае Велеску (середня школа Д. Кантеміра) (усі з Бухаресту – О. Н.; С. Д.), Іон Северинану (м. Питешті), Василе Негрутї (м. Ясси), Константин Константінеску (м. Бузешті), Раді Корбу (м. Браїла), Александру Тутунару (м. Джурджу) тощо.

За ініціативи учнів і студентів, а також підтримки професорсько-викладацького складу в закладах

освіти започатковувались шкільні гімнастичні товариства, кількість яких та членство щороку збільшувались. Крім того, дорослі організації не були спроможні конкурувати з ними. У доповіді президента Федерації румунських шкільних гімнастичних товариств на їх Другому з'їзді в 1908 р. зазначалось: «Ці товариства формуються активніше і швидше, унаслідок того, що потреба в заняттях у дорослих людей не сформувалась, гімнастика практикується студентами і цікавить студентів і учнів, дорослі члени із задоволенням фігурують тільки назвою «гімнастичне»» [3].

Зі шкільним спортом пов'язаний розвиток деяких видів і спортивних організацій, важливу роль у цьому відіграли міжшкільні чемпіонати, організовані спочатку на місцевому, а потім на регіональному і національному рівнях. Так, відомі перші офіційні національні міжшкільні чемпіонати:

– 1897 р. – у шкільному чемпіонаті м. Бухареста взяли участь представники п'яти гімназій. У 1898 р. змагання стають національними, а 18 середніх шкіл з усієї країни змагалися на шосе (на жаль, вид спорту нам не вдалось визначити – О. Н.; С. Д.);

– 1909 р. – Чемпіонат столиці Румунії з тенісу, 1910 р. – Перший національний чемпіонат у Сінаї;

– 1912 р. – Міжшкільний чемпіонат із легкої атлетики, учасниками якого стали студенти вищої школи «Михай Вітеазул», Школи мистецтв і ремесел, Євангелічної школи в Бухаресті;

– 1913 р. – Міжшкільний чемпіонат із велоспорту, у якому переважали студенти Євангелічної школи і Школи мистецтв і ремесел;

– 1914 р. – чемпіонат із баскетболу, переможцем якого стала команда студентів вищої школи Георгі Лазара [8];

– 1914 р. – перший «пішохідний марш», за участю студентів Школи мистецтв і ремесел;

– 1921 р. – перший Міжшкільний чемпіонат із волейболу в Бухаресті (заклади-учасники: «Матей Басараб», «Спіру Харет», «Михай Вітеазул», «Георгі Лазар», «Д. Кантемір», «Г. Інка») [6].

Ще одним прикладом, про який варто згадати, є перша гандбольна демонстрація (1922 р.) між учнями двох середніх шкіл м. Сібіу в 1923 р. було організовано перший шкільний показовий чемпіонат із гандболу [5].

Політичні й економічні події, що відбувались у світі, звичайно, впливали на шкільний спорт, труднощі, особливо матеріального характеру, обмежували матеріально-технічне забезпечення шкільних спортивних баз. У 1942 р. створено Шкільну спортивну комісію, яка прагнула розвинути спортивну діяльність учнів і студентів; розробляються вимоги, хоча вони дублювали рекомендовані передвоєнні фізичні вправи і види спорту.

У 1945 р. шкільні спортивні заходи поживалися: з'явилися національні чемпіонати з більшості спортивних видів, що зумовило зниження

вікового цензу для спортивної підготовки й участі у змаганнях, школа в цьому аспекті привертає увагу всіх.

У рамках Румунської організації народного спорту (Organizația sportivă Populară (OSP) (рум.)) (1946 р.) для шкільного спорту створені умови для подальшого розвитку. Міністерство освіти ухвалює низку заходів, які вносять істотні регламентні зміни щодо ролі спорту у школі: збільшується кількість спеціалізованих інспекторів з 1-го до 3-х (один – для університетської освіти, один – для довшівської, один – для організації змагальної діяльності).

У 1948 р. утворюється перша спортивна асоціація – “Sportul școlăresc”. Широки масові зустрічі – Кубок молоді, у якому більшість – студенти («члени асоціації спортивних шкіл», як згадується у пресі) [2].

У 1949 р., у рамках Комітету з питань фізичної культури і спорту при Раді Міністрів Румунії (Comitetul pentru Cultură Fizică și Sport (CCFS)), було створено Дирекцію шкіл фізичної культури та фізичного виховання молодих студентів. Як наслідок, молодіжні організації беруть безпосередню участь у проведенні масових спортивних змагань для студентів і учнів [4].

Зроблено вдалу спробу забезпечити безперервність шкільних чемпіонатів, вони організовувались та проводились систематично, у 1999 р. відбулося відкриття 50-го ювілейного заходу.

Після 1950 р. такі форми, як чемпіонати та шкільні змагання, були посилені появою інших форм: республіканського конкурсу спортивних шкіл тощо. Співпраця федерацій із видів спорту і технічної секції UCFS у 1970-х рр. у результаті реалізується у вигляді календаря змагань із баскетболу, гандболу, волейболу і футболу, учасниками яких стали шкільні та молодіжні підрозділи для спортивних ігор.

Згодом система застосовувалася до окремих видів спорту (єдиноборства, важка атлетика, дзюдо, фехтування). Восени 1951 р. Міністерство освіти створило, крім технікумів фізичної культури в Бухаресті, Крайові, Галаці, Брашові, Тімішоарі та Тиргу-Муреші, перші шість спортивних шкіл (зі спеціальними класами), які спеціалізувались на спортивних іграх (гандбол, баскетбол і волейбол). Відповідно, ураховувались матеріальна база кожного підрозділу та рівень підготовки викладачів-тренерів.

Паралельно зі спортивними школами в 1953 р. Комітет із питань фізичної культури та спорту у 19-ти містах створює спортивні молодіжні школи. До навчання у спортивних школах були залучені лише учні старших класів, хоча фрагментарно організовувались також тритижневі навчальні заняття для початківців.

Навесні 1957 р. в Міністерстві освіти і культури було створено Департамент фізичного виховання

і спорту, орган, який формував концепцію організації та здійснення фізичного виховання та спорту молоді у школі й університеті. Структура нової формації дозволила охопити всі питання фізичної та спортивної освіти учнів і студентів, а також реалізувати співпрацю з Комітетом із фізичної культури та спорту, Олімпійським комітетом Румунії та спортивними федераціями. До складу департаменту входили три ланки:

- відділ фізичного виховання у шкільній освіті;
- відділ спортивної діяльності учнів, із профільними інспекторами з основних спортивних дисциплін, як-от: легка атлетика, гімнастика, спортивні ігри та футбол;
- відділ фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах.

У складі дирекції знаходимо посаду архітектора для проєктування та координації будівництва об'єктів фізичного виховання та спорту. Усі спеціалізовані інспектори у складі дирекції були активними членами спортивних федерацій, а директор входив до складу Олімпійського комітету.

На момент створення дирекції Міністерства освіти спортивна діяльність учнів відбувалася у шкільних спортивних асоціаціях, які не мали необхідного фінансування для постійної діяльності. Кошти надходили від студентського (більш символічного) внеску, з якого в контексті однієї школи спортсмени мали можливість, у найкращому разі, придбати 2–3 м'ячі або одну форму для однієї команди. Інформації щодо пошуку шляхів фінансування шкільного масового спорту досліджуваного періоду нами не знайдено.

За статистичними даними, у 1956 р. в Румунії налічувалося приблизно 600 спортивних шкільних асоціацій, а в 1962–1963 навчальному році було зареєстровано понад 900 таких асоціацій.

Спортивна діяльність цих об'єднань була добровільною, значною мірою залежала від бажання та спеціалізації вчителя фізичного виховання, а також матеріально-технічних можливостей школи, як-от: наявність спортивних майданчиків і зали, спортивного обладнання й інвентарю.

У досліджуваний період у країні розвивались такі види спорту, як: спортивна і художня гімнастика, баскетбол, гандбол, волейбол, плавання, лижні види спорту. Традиційно пропагувались єдиноборства, важка атлетика, бокс, дзюдо, фехтування та футбол.

Друга редакція Енциклопедії фізичного виховання і спорту Румунії виокремила вчителів, «які поклали життя на розвиток спорту серед школярів і утвердження його вагомості». До цього почесного списку входили Куммер і Аурел Коман (легка атлетика), Д. Попеску-Колібаші і Л. Ковачі (гандбол) із Брашова, Георге Фійлоп (баскетбол), Мірча Буле й Іон Кратеа (легка атлетика), Л. Грюн (волейбол). У списку в деяких фахівців не вказані види спорту,

але визначені місця роботи: Іон Куку, Пую і Драгута Манолеску з м. Галаца, Петре Киліє та Віра Павленко (м. Клуж), багато інших. Автори статті для енциклопедії зазначили, що в урочистий перелік були включені шкільні вчителі фізичного виховання й активісти перших спортивних клубів [4].

Висновки. Отже, перші спроби організації шкільного спорту проявлялись у створенні гімнастичних або спортивних команд, ініціюванні міжшкільних змагань. Такі заходи були організовані ще наприкінці XIX ст.: гімнастичне свято у вищій школі Георге Лазара, м. Бухарест (1896 р.), у травні 1897 р. там же відбувся другий гімнастичний захід, у якому, крім учнів старших класів, взяли участь студенти, зокрема семінарії «Ніфон». Доведено, щороку кількість шкіл, що проводили або заявили про свою участь у таких «міжшкільних» гімнастичних святах, збільшувалась. Із шкільним спортом пов'язаний розвиток деяких видів спорту і спортивних організацій, важливу роль у цьому відіграли міжшкільні чемпіонати, організовані спочатку на місцевому, а потім на регіональному та національному рівнях. У статті наведений перелік перших офіційних національних міжшкільних чемпіонатів. Зазначено вдалу спробу забезпечити безперервність шкільних чемпіонатів, вони організовувались

і проводились систематично, у 1999 р. відбулося відкриття 50-го ювілейного заходу.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Цибанюк О. Національна румунська гра «Ойна» як складова навчальної програми «Фізична культура і спорт». *Вісник післядипломної освіти*. Серія «Педагогічні науки». Київ : ДВНЗ «Університет менеджменту освіти», 2019. Вип. 7 (36). С. 174–186.
2. *Educație fizică și sport: EFS, revista teoretică și metodică editată de Consiliul Național pentru Educație Fizică și Sport din Republica Socialistă România*. Consiliul, 1988.
3. Emil Ghibu și Ion Todan, scriu în “Sportul românesc de-a lungul anilor”. Editura Stadion, 1970. P. 348–350.
4. *Enciclopedia Educației Fizice și Sportului din România*. Volumul VII / coord. : prof. dr. Nicu Alexe, prof. Valentin Constandache. Ed. a 2-a, rev. Târgu Jiu : Măiastra, 2015.
5. *Istoria jocului, Federația Română de Handbal*. URL: www.frh.ro.
6. Postolache N. *Istoria Sportului in Romania*. București, 1995.
7. *Soimii Romaniei Societateade Educatie Fizica Soimii Romaniei Sannicolau Mare (Anul 1924)*. URL: <https://ru.scribd.com/doc/5740556/Monografia-orasului-Sannicolau-Mare-ISBN>.
8. *Istoricul baschetului românesc. Federația Română de Baschet*. URL: www.frbaschet.ro.

ШКІЛЬНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ У США (КІНЕЦЬ XIX СТ.)

SCHOOL PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN THE USA
(END OF THE XIX CENTURY)

Стаття присвячена генезі шкільного фізичного виховання та спорту в США (кінець XIX ст.). Історія становлення й розвитку фізичного виховання та спорту в США в різні історичні періоди – вагома частина загальної історії фізичної культури. Актуальними є зіставлення й аналіз історичного досвіду шляхів розвитку фізичної культури і спорту в США з метою використання набутих знань для вдосконалення та прогнозування фізкультурної практики в Україні.

Мета статті – вивчення передумов, особливостей становлення й розвитку спорту та фізичного виховання США в історичній ретроспективі (кінець XIX ст.).

Рубіж XIX–XX ст. – особливий період в історії освіти США загалом і фізичного виховання і спорту зокрема. У процесі здійсненого аналізу встановлено, що 1885 р. обов'язкових шкільних занять фізичним вихованням і спортом у США у більшості штатів практично не було (окрім штату Каліфорнія). Лише в 1891 р. Національна асоціація освіти визнала предмет обов'язковою частиною навчальної програми. Зазначено, що кінець XIX ст. відзначається переважальним використанням гімнастичних підходів на уроках фізичного виховання. Наголошено, що спортивні ігри не були важливим засобом у жодному з пропонуваніх підходів і практично не використовувалися під час проведення занять фізичними вправами в школі.

Виявлено, що характерною ознакою рубежу XIX ст. – початку XX ст. є виникнення й розвиток у США організованого спорту. Доведено, що це був перехідний період між місцевими іграми й інституалізацією спорту як діяльності. У цей час винайдені національні американські види спорту, що згодом здобули популярність у всьому світі: баскетбол, волейбол, софтбол тощо. Відбулися перші офіційні спортивні змагання. Особливо значний розвиток отримав студентський спорт у кампусах.

Ключові слова: фізичне виховання, спорт, система, США, історія, ретроспектива.

The article deals with the genesis of school physical education and sports in the United States (late 19th century). The history of the establishment and development of physical education and sports in the United States in different historical periods is a significant part of the overall history of physical culture. It is important to compare and analyze the historical experience of the ways of development of physical culture and sports in the USA with the purpose of using the acquired knowledge to improve and predict the physical culture practice in Ukraine.

Purpose of the article: to study the prerequisites, features of the establishment and development of sports and physical education of the United States in historical retrospect (late nineteenth century).

The turn of the nineteenth and twentieth centuries – was a special period in the history of US education in general and physical education and sports in particular. The analysis revealed that in 1885, there were practically no compulsory physical education and sports activities in the United States (except California). It was not until 1891 that the National Education Association recognized the subject as a mandatory part of the curriculum. It is noted that the end of the nineteenth century was marked by the prevalent use of gymnastic approaches in physical education lessons. It was emphasized that sports games were not an important tool in any of the proposed approaches and were practically not used during exercise at school.

It is revealed that a characteristic feature of the turn of the XIX – early XX centuries is the emergence and development of organized sports in the USA. It was proved that it was a transition period between local games and the institutionalization of sport as an activity. At this time, national American sports, which later gained popularity around the world, were invented: basketball, volleyball, softball, and more. The first official sports competitions took place. Student sports on campuses have been particularly significant.

Key words: physical education, sport, system, USA, history, retrospective.

УДК 37

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.6>

Турчик І.Х.,

канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доцент,
доцент кафедри теорії та методики
фізичного виховання
Дрогобицького державного
педагогічного університету
імені Івана Франка

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Одна з основних проблем, що перебуває в полі зору представників вітчизняної педагогічної науки і практики, пов'язана з пошуком шляхів удосконалення вітчизняної системи фізичного виховання і спорту. Водночас їх рівень розвитку й місце в житті людей завжди залежали й залежать від конкретних форм виробництва, суспільних відносин, політики, стану науки та культури. Визначені історичні умови породжували й різні системи фізичного виховання [1]. Відомим є факт, що найвищого рівня спорт і фізична культура досягнули в США. Тому вважаємо, що актуальним є зіставлення й аналіз історичного досвіду шляхів розвитку фізичної культури і спорту в США з метою використання набутих знань для вдосконалення та прогнозування фізкультурної практики в Україні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Окремі аспекти розвитку теорії і практики фізичного виховання і спорту в США досліджували вітчизняні науковці: Ю. Брискін (2015), М. Булатова, С. Бубка, В. Платонов (2012), О. Віндюк (2003), С. Гуськов, В. Платонов, М. Линець (2000), С. Степанюк, О. Гречанюк, І. Маляренко (2006), Г. Осадча, І. Максименко (2008), Н. Пангелова (2007), І. Турчик (2014, 2019) та інші вчені. Вагомий внесок у поширення історії фізичної культури США зробили російські вчені, а саме С. Гуськов (2000), Б. Голощапов (2007), Л. Кун (1982), В. Олинова (1985), Н. Пономарев (1970), В. Столбов (1983), Ю. Фомін (1990).

Зважаючи на вищесказане, важливим є вивчення передумов, особливостей становлення й розвитку спорту та фізичного виховання США

в історичній ретроспективі (кінець XIX ст.), що і є **метою статті**.

Виклад основного матеріалу. Рубіж XIX – XX ст. – особливий період в історії освіти США загалом і фізичного виховання і спорту зокрема.

У цьому контексті варто відзначити, що в школах США до 1885 р. обов'язкових занять фізичним вихованням і спортом практично не було, проте думка про їх необхідність уже набувала поширення. Відбувалися окремі події, які вплинули на становлення й розвиток галузі.

Так, у 1866 р. урядом штату Каліфорнія вперше прийнята вимога про впровадження обов'язкових уроків фізичного виховання у школах. У 1839 р. заснована перша школа з навчання вчителів у Лексінгтоні (штат Массачусетс). У 1825 р. Чарльз Бек (Charles Beck) став першим у країні визнаним учителем фізкультурної освіти. Він розробив програму з німецької гімнастики в школі Роунд Хіл (Північний Хемптон, штат Массачусетс). Через рік інший прибічник німецької системи Чарльз Фоллен (Charles Follen) розпочав працювати за цією системою в Гарвардському коледжі. У 1837 р. Катеріна Бічер (Catherine Beecher) заснувала Західний жіночий інститут, де була впроваджена її система фізичного виховання, базована на каланетиці, що стала невід'ємною частиною програми навчання. У цьому ж році в Голокоській жіночій семінарії впроваджений курс з фізкультурної освіти [6; 8].

Оскільки релігійні заборони втрачали значущість, то переконання в тому, що заняття фізичними вправами і фітнесом є освітньо важливими, усе більше актуалізувалося. Ця зміна у філософії США дала змогу фізичному вихованню стати частиною навчальної шкільної програми та програм коледжу. У 1861 р. Едвард Хічкок (Edward Hitchcock) став директором першого у США відділення гігієни й фізичної культури в Амхерст Коледжі.

У 1879 р. Дадлі Сарджент (Dudley Sargent) призначений асистентом професора фізичного виховання й директором Хемпвей гімназії в Гарвардському коледжі. Е. Хічкок і Д. Сарджент були одними з найважливіших осіб-лідерів у фізкультурній освіті США, які виокреслили наукові підходи, що забезпечили в подальшому фундаментальний розвиток цієї галузі знань.

Отже, позиції та ідеї, розвинені до 1885 р., згодом створили умови для всебічного розвитку спорту, фітнесу й фізкультурної освіти США в подальші роки [7]. Молода нація ще залишалася досить консервативною. Цінністю вважалася робота, й існувало багато формальних і неформальних заборон щодо гри. Наприклад, у школах заняття фізичним вихованням були менш поширеними, ніж заняття ручною працею. Спорт розвивався в коледжах, але це більше було заслугою самих студентів, а не фахівців, які створювали й затверджували навчальні плани.

Вагомий внесок у розвиток фізичного виховання і спорту в США зробив Вільям Андерсон (William G. Anderson), який у 1885 р. став першим секретарем організації, відомої тепер як Американський альянс здоров'я, фізкультурної освіти, рекреації й танців (American Alliance for Health, Physical Education, Recreation, and Dance (AAHPERD)) [5].

До 1885 р. у США не було навчальних закладів, що офіційно здійснювали підготовку осіб до виконання обов'язків «учителя гімнастики», як тоді їх називали. Щоб стати інструктором з фізичної підготовки, особі необхідні були лише певні знання з медицини й мінімальний досвід занять гімнастикою (різновид гімнастики, що значно відрізняється від сучасного розуміння гімнастики, можна трактувати як набір певних фізичних вправ). Не було професійних організацій, які об'єднували б людей за спільними інтересами, чи відповідної літератури. Фактично була відсутньою професія вчителя фізичного виховання.

В. Андерсон вирішив створити спільноту, де б люди, які цікавляться фізичною підготовкою, фізичним вихованням, спортом і різними гімнастичними системами, могли вести дебати й переїмати досвід один в одного. У результаті 27 листопада 1885 р. в Адельфі Академії здійснена перша зустріч 60 зацікавлених осіб [5]. Учасниками прийнято рішення створити організацію – Асоціацію сприяння фізкультурній освіті (Association for the Advancement of Physical Education). Президентом був обраний доктор Хічкок, який заснував першу в США кафедру фізкультурної освіти в коледжі Амхерст ще 24 років тому й очолював її. Доктор Дадлі Сарджент, директор гімназії в Гарвардському коледжі, обраний віцепрезидентом. Молодий доктор В. Андерсон став першим секретарем зазначеної Асоціації. 49 із 60 учасників вирішили стати членами новоствореної організації. Ця зустріч ознаменувала народження професії вчителя фізичного виховання в США.

Усі означені події призвели до визнання в 1891 році Національною асоціацією освіти фізичного виховання як обов'язкового предмета в навчальній програмі США й запровадження його в школах.

Зауважимо, що в основі більшості американських шкільних програм з фізичного виховання в XIX ст. були європейські гімнастичні системи. Вони практично всі характеризувалися дещо формальним підходом у виконанні фізичних вправ, основною метою яких було одночасне виконання вправ групою учнів.

Щоб зрозуміти особливості гімнастичних систем і причини їх популярності як ранніх форм фізичного виховання в США, необхідно врахувати деякі політичні особливості зазначеного періоду. Насамперед звернемо увагу на те, що для цього періоду в Європі характерний спалах націоналізму, який

супроводжувався піднесенням «воєнного духу», а підтримка певної системи трактувалася не лише як ознака визнання одного з гімнастичних підходів, а насамперед як прояв гордості за країну.

Отже, у США в кінці XIX ст. існувала конкуренція між поширеними того часу гімнастичними підходами, що домінували на заняттях фізичними вправами в школах і коледжах [11].

Важливою подією, яка вплинула на подальший розвиток шкільного фізичного виховання і спорту в США, була Бостонська конференція, що відбулася в 1889 р. Вона організована Емі Морріс Хоманс (Amy Morris Homans), а очолив її Комісар з питань освіти США Вільям Гарріс (William Harris). Основною її метою ставилася популяризація шведської гімнастики. У рамках дискусії відбулося оцінювання різних чинних на той час у США гімнастичних підходів. Згодом цю бостонську конференцію охрестили як «битвою систем». Спікерами на ній, що стали згодом знаменитими постатями в галузі фізичної культури і спорту в США, були Хічкок (Hitchcock), Сарджент (Sargent), Хартвелл (Hartwell), Андерсон (Anderson) і Посс (Posse) [3].

Багато істориків вважають, що зазначена конференція була ключовою для подальшого розвитку галузі фізичної культури і спорту США. Зрозуміло, що кожен фахівець популяризував підхід, прихильником якого був. Проте на конференції досягнуто консолідоване розуміння головної мети фізичного виховання та шляхів її досягнення.

Багато науковців-істориків характеризують період кінця XIX ст. як перехідний між місцевими іграми й інституалізацією спорту як діяльності [9], адже саме в кінці XIX ст. спорт і спортивні ігри зокрема видозмінювалися від слабо організованих і часто без чітких правил ігор до стандартизованих видів з прописаними правилами проведення й під керівництвом новостворених національних федерацій. Як установлено, передумовами стандартизації спорту були стрімке збагачення середнього класу завдяки індустріалізації, урбанізації, розвитку транспорту і зв'язку.

Під час громадянської війни Національним видом спорту в США став бейсбол, який разом з організаціями, які його підтримували, досягнув високого професійного успіху. Гравці отримували зарплати, команди-переможці – премії [7].

Деякі види спорту, як, наприклад, гольф і теніс, батьківщиною яких була Європа, активно розвивалися паралельно на двох материках. Бейсбол і футбол, які також у США «прийшли з Європи», настільки видозмінилися, що їх вважають американськими видами спорту. У цей час винайдені й суто американські види. Серед найбільш відомих є софтбол, баскетбол і волейбол.

Ще однією характерною особливістю кінця XIX – початку XX ст., яка безпосередньо вплинула на розвиток шкільного спорту в США, був спортив-

ний рух у кампусах коледжів. Це унікальне світове явище, феноменальний шлях якого забезпечив інтеграцію спорту в життя коледжів та університетів, зробивши його невід'ємною частиною.

Так, до 1850 р. була невелика кількість студентів, які займалися спортом, не проводилися жодні змагання між коледжами, а вже на рубежі століть відбулися значні зміни, спорт завоював свої позиції, почавши відігравати значну соціальну роль у житті кампусів. Неймовірно зросла кількість змагань між коледжами, спорт посів одне із центральних місць у житті студентів, ця тенденція зберігається й сьогодні [7].

До кінця XIX ст. практично всі університети США мали власні потужні спортивні асоціації, організаторами яких були самі студенти. Вони розробляли календарі змагань і проводили їх, адже це потребувало фінансових вкладень, оскільки графіки змагань ставали більш насиченими, подорожі дорожчими, важливим було якісне спортивне спорядження.

Із цього приводу варто зазначити таке: якщо організовані студентами спортивні асоціації на початку діяльності могли розв'язувати фінансові проблеми самостійно, то тепер затрати були такими, що постала необхідність пошуку підтримки з боку адміністрації як єдино можливого шляху забезпечення майбутнього успіху.

Відзначимо, що активне просування спорту в університетське життя спочатку викликало супротив з боку адміністрації та викладачів коледжів. Але, оскільки він швидко розвивався і став невід'ємною частиною життя молоді, вони змушені були змиритися із цим явищем. Як свідчить проведений нами аналіз літературних джерел, на жаль, дуже часто в міжколеджному (студентському) спорті США почали траплятися випадки нечесної гри та інші негативні моменти. Американські науковці Лукас і Сміт (1978) пов'язують ці ганебні явища на початку розвитку організованого спорту в США з особливостями американського суспільства XIX ст. [7], а саме з поширенням пуританських трудових норм поведінки (етики) та відсутністю великого прошарку «джентльменів». В основі пуританських норм лежала теза «якщо роботу потрібно виконати (виграти гру), то ви повинні робити все можливе, щоб вона була виконана». А відсутність великого шару «джентльменів» зі свого боку давала змогу це робити будь-яким шляхом, без огляду на етичні стримувальні впливи.

Незважаючи на те що спорт ставав стандартизованим, були прийняті офіційні правила участі, які мали б стримувати прояви негативної поведінки, часто практикувалася «перемога будь-якою ціною», замість «перемоги в межах правил».

Часто спортсмени впродовж сезону представляли різні коледжі й університети. Багато з них отримували зарплату, а деяких зараховували

у виш лише на термін змагань. Отже, популярність студентського спорту ставала причиною ще більших зловживань з боку учасників, а це, зі свого боку, стало загрозою для реальної мети університетської освіти.

Усе викладене вище зумовило необхідність контролю влади за розвитком студентського спорту. Перехід під установлений контроль влади уможливив сприймання спорту як доречного й корисного сегменту університетського життя, що сприяє досягненню загальних цілей навчання.

Наступним важливим кроком влади в посиленні контролю стало створення асоціацій університетів, які зараз ми називаємо спортивними конференціями (athletic conferences). У 1895 р. з'явилася міжуніверситетська конференція (рада), яка розробила вимоги до правил участі студентів, а також положення про перехід до інших команд. Також були, урешті, регламентовані умови діяльності тренерського складу.

Ця конференція, згодом відома як Західна конференція або Велика десятка (Big ten), стали моделлю, за допомогою якої інші інституції в різних кутках США могли спільно здійснювати контроль за міжколеджним (студентським) спортом, забезпечуючи важливу роль спорту в університеті.

Сьогодні до Конференції входить 14 університетів (в основному дослідницькі з високим рейтингом у своїх штатах, які добре зарекомендували себе в навчанні, відносно великою кількістю студентів), розміщених переважно на Середньому Заході – від Небраски на Заході до Пенсільванії на Сході [4].

Висновки. Важливо відзначити, що до 1885 р. обов'язкових шкільних занять фізичним вихованням і спорту США практично не було, окрім штаті Каліфорнія, яка ще в 1866 році запровадила урок фізичного виховання в школах. Лише в 1891 році Національна асоціація освіти визнала предмет обов'язковою частиною навчальної програми.

Зазначимо, що кінець XIX ст. відзначається переважальним використанням гімнастичних підходів на уроках фізичного виховання. Наголосимо, що спортивні ігри не були важливим засобом

у жодному з пропонованих підходів і практично не використовувалися під час проведення занять фізичними вправами в школі.

Характерною ознакою рубежу XIX ст. – початку XX ст. є виникнення й розвиток у США організованого спорту. Це перехідний період між місцевими іграми та інституалізацією спорту як діяльності. У цей час винайдені національні американські види спорту, що згодом здобули популярність у всьому світі: баскетбол, волейбол, софтбол тощо. Відбулися перші офіційні спортивні змагання. Особливо значний розвиток отримав студентський спорт у кампусах.

Перспективи дослідження – аналіз розвитку історії спорту та фізичного виховання в США в інші історичні періоди.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Вербицький В.А., Бондаренко І.Г. Історія фізичної культури та спорту в Україні : навчальний посібник. Миколаїв : ЧДУ ім. Петра Могили, 2014. 340 с.
2. Турчик І.Х. Становлення та розвиток дитячого спорту і фізичного виховання у післявоєнний період у США (1945–1980 рр. XX ст.). *Інноваційна педагогіка*. 2019. Вип. 19. Т. 1. С. 196.
3. Bennett B. *History of Physical Education and Sport*. Paperback. Athletic Institute, 1972. 195 p.
4. Big Ten. URL: www.bigten.org.
5. Lee M., Bennett B. This is our heritage. *Journal of Health, Physical Education, Recreation and Dance*. 1985. № 56 (4). P. 17.
6. Leonard F., Affleck G. *The history of Physical Education*. Philadelphia : Lea and Febiger, 1947. 295 p.
7. Lukas J., Smith R. *Saga of American sport*. Philadelphia : Lea and Febiger, 1978. 439 p.
8. Siedentop D. *Introduction to Physical Education, Fitness, and Sport*. McGraw-Hill Higher Education, 2003. 448 p.
9. Spears B., Swanson R. *History Sport and Physical Activity in the United States*. Edited by Elaine T. Smith. Dubuque, Iowa : Wm. C. Brown, 1978. 385 p.
10. Turchuk I., Sorokolit N., Chopyk R. Cross-cultural comparison of understanding of sports and its values among teenagers in the USA and Ukraine. *Slavonic Pedagogical Studies Journal*. 2019. № 1. Vol. 8. P. 82–96.
11. Weston A. *The making of American physical education*. New York : Appleton Century Crofts, 1962. 319 p.

ГЕНЕЗА РОЗВИТКУ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ РУМУНІЇ: РЕФОРМУВАННЯ НОРМАТИВНО-ПРАВОВОЇ БАЗИ (1948–1957 РР.)

GENESIS OF THE DEVELOPMENT OF ROMANIA'S PHYSICAL EDUCATION SYSTEM: REFORMING THE LEGAL BASIS (1948–1957)

Стаття присвячена аспектам розвитку системи фізичного виховання Румунії, а саме проблемам реформування нормативно-правової бази країни (1948–1957 рр.). Автор статті виокремив таке завдання – проаналізувати зміни в основних положеннях нормативно-правових актів 1948–1957 рр., що регламентували систему фізичного виховання Румунії досліджуваного періоду. У статті розглянуто нормативно-правові акти, що регламентували фізичне виховання і спорт із 1948 по 1957 рр., у контексті реформування цієї сфери. Унаслідок реформи освіти 1948 р. з'явилася потреба в керівному органі, який би взяв на себе управління системою фізичної культури і спорту населення Румунії. Саме такі повноваження були надані Комітету з питань фізичної культури і спорту, правонаступнику Організації народного спорту. Аналіз діяльності Комітету з фізичної культури і спорту як керівного органу сфери країни підтвердив, на думку авторів, наявність цілого переліку негативних аспектів, які можна розділити на дві окремі потужні групи – «управлінські» й «ідеологічні». Для вирішення проблем створено Союз з питань фізичної культури і спорту в Румунській Народній Республіці. Організаційною основою Союзу стали спортивні колективи, сформовані на підприємствах, в установах, промислових кооперативах, школах, на станціях механізаторів, у будинках культури. У рамках цих колективів передбачалося функціонування спортивних секцій, метою яких, зокрема, була участь у змаганнях міського, регіонального або державного рівнів. Також з метою розвитку спорту вищих досягнень створено політику підтримки спортивних клубів. Ще один напрям реформування системи фізичного виховання і спорту Румунії реалізовувався шляхом зниження ціни на спортивне обладнання, друковані матеріали, зменшення митних тарифів на імпортовані товари сфери фізичної культури і спорту, зниження податку на спортивні спектаклі, свята, змагання тощо.

Ключові слова: декрет, закон, комітет, реформа, Румунія, союз, спорт, фізичне виховання, фінансування.

The article deals with the aspects of the development of the system of physical education of Romania, namely the problems of reforming the legal framework of the country (1948–1957). The author of the article singled out the following task – to analyze the changes in the basic provisions of the legal acts of 1948–1957, which regulated the system of physical education of Romania of the studied period. The article deals with the legal acts regulating physical education and sports from 1948 to 1957 in the context of reforming this field. As a result of the 1948 education reform, there was a need for a governing body to take over the management of the system of physical culture and sports of the Romanian population. Such powers were conferred on the Committee on Physical Culture and Sports, the successor to the Organization of Folk Sports. The analysis of the activities of the Committee on Physical Culture and Sports, as the governing body of the country's sphere, confirmed, according to the authors, the existence of a whole list of negative aspects that can be divided into two separate powerful groups – “management” and “ideological”. To solve the problems, the Union of Physical Culture and Sports was established in the Romanian People's Republic. The organizational basis of the Union was the sports teams formed at enterprises, institutions, industrial cooperatives, schools, mechanization stations, cultural houses. These teams envisaged the functioning of sports sections, the purpose of which, in particular, was to participate in competitions at the city, regional or state level. A policy of supporting sports clubs has also been established to promote higher-level sports. Another direction of reforming the system of physical education and sports of Romania was implemented by reducing the price of sports equipment, printed materials, reducing customs tariffs on imported goods in the field of physical culture and sports, reducing the tax on sports performances, holidays, competitions and more.

Key words: decree, law, committee, reform, Romania, union, sport, physical education, financing.

УДК 37.015.3(498):351
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.7>

Цибанюк О.О.,
канд. пед. наук,
доцент кафедри теорії та методики
фізичної культури і спорту
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича
Вілігорський О.М.,
старший викладач кафедри фізичної
культури та основ здоров'я
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Сучасний світовий соціокультурний простір вимагає від країн наявності комплексу модерних процесів державотворення. Україну в цьому контексті розглядають як конкурентоспроможного, привабливого, перспективного, прогнозованого, а тому й надійного партнера. Громадська думка та соціальна практика здебільшого ігнорують можливості фізичної культури і спорту у вирішенні багатьох важливих соціально-економічних проблем. Проте для всіх освітян і фахівців галузі стає очевидним, що актуальною нині є потреба глибокого реформування фізкультурної освіти й фізичного виховання підрастаючого покоління згідно

з національно-ідейними цінностями та світовою динамікою. У цьому сенсі актуальною є проблема вивчення теорії та практики фізкультурної освіти в країнах Європейського Союзу, оскільки наукове обґрунтування подібної проблематики диктується сучасними тенденціями оптимізації або навіть реформування навчально-виховного процесу. Фізкультурна освіта й фізичне виховання повинні відбуватися з урахуванням і на основі державних особливостей розвитку культури і спорту, що є системою орієнтирів і поглядів на роль, організацію та функціонування сфери вищезазначеної галузі на довгостроковий період з урахуванням розвитку держави та світового досвіду.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Вивчення досвіду європейських країн у галузі фізичного виховання і спорту представлено низкою праць педагогів, фахівців галузі тощо. Аспекти реформування фізичного виховання в постсоціалістичних країнах вивчали Г. Арделян, Г. Богданов, А. Карпов, З. Кузнецов, О. Куц. Питання фізичного виховання в Румунії, а саме методик проведення занять в загальноосвітніх школах і ліцеях соціалістичного часу, досліджував І. Попеску.

Цікавими для вивчення є низка статей Н. Гнесь, С. Дарійчука, О. Цибанюк, загальною метою яких визначено аналіз розвитку системи фізичного виховання дітей і молоді як українських земель в історичному контексті, так і різних європейських країн [1; 7].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Проте питання теорії та методики фізичного виховання Румунії й різні історичні періоди, зокрема нормативно-правове регламентування цієї сфери, залишилися поза увагою науковців.

Мета статті – проаналізувати зміни в основних положеннях нормативно-правових актів 1948–1957 рр., що регламентували систему фізичного виховання Румунії досліджуваного періоду.

Виклад основного матеріалу. Звичайно, фізичне виховання населення Румунії досліджуваного періоду розглядалося під кутом економічним – підготовки гідного робочого покоління, витривалого, освіченого, підпорядкованого та дисциплінованого, соціальним – задоволення потреб проведення вільного часу, мілітаристичним – наявність систематичної військової та загальної фізичної підготовки тощо.

Саме тому четвертим етапом розвитку системи фізичного виховання Румунії визначаємо період 1948 року по 1989 рік – час визнання на офіційному рівні фізичного виховання і спорту як пріоритету в розвитку держави. Розглянемо нормативно-правові акти, що регламентували фізичне виховання і спорт з 1948 по 1957 рр. в контексті реформування цієї сфери.

Етап офіційного визнання розпочався 6 квітня 1948 року, коли Вищі Національні Збори країни проголосували за Конституцію Румунської Народної Республіки, зокрема за 20 і 25 статтю [2]. Незабаром цей же законодавчий орган проголошує «Закон про реформу освіти» від 3 серпня 1948 року, називаючи фізичне виховання одним із провідних обов'язкових завдань освіти [4].

Відповідно, з'явилася потреба в керівному органі, який би взяв на себе управління системою фізичної культури і спорту населення Румунії. Саме такі повноваження Комітету з питань фізичної культури і спорту при Раді Міністрів надає декрет щодо створення такої організації від 6 серпня 1949 року № 329 (Comitetul pentru Cultură Fizică și Sport (CCFS), румунською – О. Ц.). Момент опри-

люднення цього декрету засвідчив втрату чинності закону від 9 березня 1946 року № 135 щодо створення Організації народного спорту [5].

Розділ I «Головні положення» затвердив факт створення Комітету з фізичної культури і спорту, виокремив завдання цієї організації, а саме: з метою розповсюдження фізичної культури і спорту серед робітників, селян, учнівської і студентської молоді Комітет планував і реалізовував політику для розвитку фізичної культури і спорту в країні; також організація координувала діяльність громадських організацій і державних інституцій з питань фізичної культури і спорту, керувала діяльністю й контролювала діяльність усіх організацій системи.

Крім того, Комітет мав на меті розвиток теоретичних наукових досліджень у галузі, вивчення нових методик фізичного виховання, формування наукового підґрунтя для використання новітніх технологій у процесі спортивного тренування тощо. Ще одним струменем «спортивних завдань» стало вирішення проблем матеріально-технічного забезпечення, а саме: Комітет з питань фізичної культури і спорту формував перелік необхідного для досягнення мети власної діяльності спортивного обладнання, створював умови для його затвердження Державною плановою комісією Ради Міністрів країни, наглядав за виробництвом і раціональним розповсюдженням цього обладнання, уживав заходів щодо розвинення мережі спортивних майданчиків, регулював норми їх будівництва й використання. Обов'язки оцінювання результативності всієї сфері фізичної культури і спорту також належали Комітету, зокрема установа визначала кваліфікацію спортсменів і їх тренерів усіх рівнів, здійснювала вручення спортивних нагород, преміювала тощо.

Окрема увага декретом приділялася кадровій політиці та її ідеологічному вихованню. У цьому контексті Комітет мав на меті не тільки організувати й раціонально використовувати кадри, а й сприяти підвищенню ідеологічного рівня фахівців і передових спортсменів. Питання ефективної пропаганди також були у сфері діяльності Комітету, зокрема ця структура керувала спортивною пресою, координувала видання книг, брошур, довідників, бюлетенів, альманахів та інші публікації з проблем фізичної культури і спорту тощо. Ще два напрями діяльності, окреслені завданнями Комітету з питань фізичної культури і спорту, виділялися в контексті співпраці з Міністерством освіти й Міністерством охорони здоров'я. У першому випадку Комітет брав безпосередню участь у розробленні, затвердженні програм з фізичної культури і спорту й контролював їх застосування в усіх навчальних закладах будь-якого рівня. У другому – Комітет повинен мав організувати необхідну медичну допомогу спортсменам будь-якого рівня.

Другий розділ декрету за № 329 визначив основні засади організації Комітету з питань фізичної культури і спорту. Отже, очолював комітет голова та чотири заступники, призначені рішенням Ради Міністрів Румунії. Крім них, в установі працювали 12–18 фахівців сфери фізичної культури і спорту. Відповідно до декрету, при комітеті мали можливість діяти технічні радники, договірні зарплатня яких визначалася рішенням установи. Згідно з декретом від 7 березня 1949 року № 86, технічні працівники працювали на договірних засадах і залучалися за потреби [3].

Усі організаційні положення діяльності Комітету визначені в регламенті, також затвердженому Радою Міністрів країни.

Відповідно, у кожному повіті країни, згідно з декретом, функціонували повітові Комітети фізичної культури і спорту, а при Народних радах місцевого рівня функціонувати делегати з відповідних питань.

Рішення про реструктурування установи, що охоплювала своєю діяльністю сферу фізичної культури і спорту, було прийнято без відповідної фінансової «підготовки», тому стаття 10 декрету № 329 виокремлює використання спеціального кредиту з резерву Ради Міністрів країни на формування та функціонування Комітету з питань фізичної культури і спорту на 1949 рік [5].

Отже, Комітет з питань фізичної культури і спорту Румунської Народної Республіки, що діяв із серпня 1949 року по липень 1957 року як основний законотворчий, регламентуючий, керівний та контролюючий орган у сфері фізичної культури і спорту, став правонаступником Організації народного спорту (OSP).

Звичайно, повоєнні закони, що регламентували освіту й громадський рух, фізичне виховання і спорт, із часом вимагали уточнення та перегляду. Саме такий характер мало рішення Ради Міністрів Румунської Народної Республіки від 2 липня 1957 року щодо реорганізації руху фізичної культури і спорту і створення Союзу з питань фізичної культури і спорту (Unii pentru cultură fizică și sport (UCFS), румунська – О. Ц.).

Цей документ був першим нормативним актом, у назві й змісті якого спостерігається ідеологічний вплив «радянської». Крім того, у ньому знаходимо виокремлення проблем чинної організаційної структури Союзу з питань фізичної культури і спорту й діяльності організації. Розглянемо зміст Рішення ЦК Румунської трудової партії й Ради міністрів Народної Румунської Республіки щодо реорганізації руху фізичної культури і спорту. Аналіз діяльності Комітету з фізичної культури і спорту як керівного органу сфери країни підтвердив, на думку авторів, наявність цілого переліку негативних аспектів. Їх можна розділити на дві окремі потужні групи – «управлінські» й «ідеологічні».

Загальною характеристикою першої групи стала недосконалість системи управління, рисою якого стали «велика кількість зацікавлених на папері» та наявність паралельності керівних органів зверху до низу, як результат, бюрократизму – активного звітування про результати й відсутність фактичної відповідальності. До другої зараховуємо проблеми нехтування масовим фізичним вихованням на користь занадто розрекламованої турботи про спорт вищих досягнень як можливість представити світу переваги соціалістичного устрою. Саме задля вирішення цих проблем і створення результативної організації на принципах демократичного централізму було створено Союз з питань фізичної культури і спорту в Румунській Народній Республіці як єдиний орган у сфері фізичної культури і спорту. Організаційною основою Союзу стали спортивні колективи, сформовані на підприємствах, в установах, промислових кооперативах, школах, на станціях механізаторів, у будинках культури. У рамках цих колективів передбачалося функціонування спортивних секцій, метою яких, зокрема, була участь у змаганнях міського, регіонального або державного рівня. Також з метою розвитку спорту вищих досягнень було створено політику підтримки спортивних клубів як юридичних осіб у сфері фізичної культури і спорту. Витрати на організацію й діяльність клубів передбачалося забезпечити за рахунок спортивних колективів, прибутків від великих спортивних заходів тощо (дивись рис. 1).

В організаційну основу масового фізичного виховання закладався територіальний принцип або принцип адресності функціонування (при підприємствах, установах, профспілковій, студентській, військовій, кооперативній, сільській) спортивних колективів. Відповідно, позашкільна діяльність учнів розгорталася в спортивних колективах при школах (гуртки, секції) і в рамках дитячих спортивних шкіл. Змагальна діяльність учнів і студентів, згідно з рішенням, розгорталася в рамках шкільних, повітових і державних чемпіонатів для юнаків і спартакіад для молоді.

Знову ж таки ідеологічне підґрунтя закріплено в положенні керівної ролі піонерської організації в процесі фізичного виховання учнів: «Спортивна діяльність піонерів повинна бути керована піонерськими організаціями в школах, палацах і будинках піонерів на основі програм, розроблених Міністерством освіти і культури» [6].

Ураховуючи регіональну специфіку з метою комплексного впливу на населення країни, зокрема дітей і молодь, розвитку туристичної привабливості регіонів країни в Румунії було створено Асоціацію «Народний туризм». Діяльність Асоціації волонтерів з питань підтримки оборони Батьківщини обмежувалася лише прикладними видами спорту: стрільбою, мотоспортом тощо.

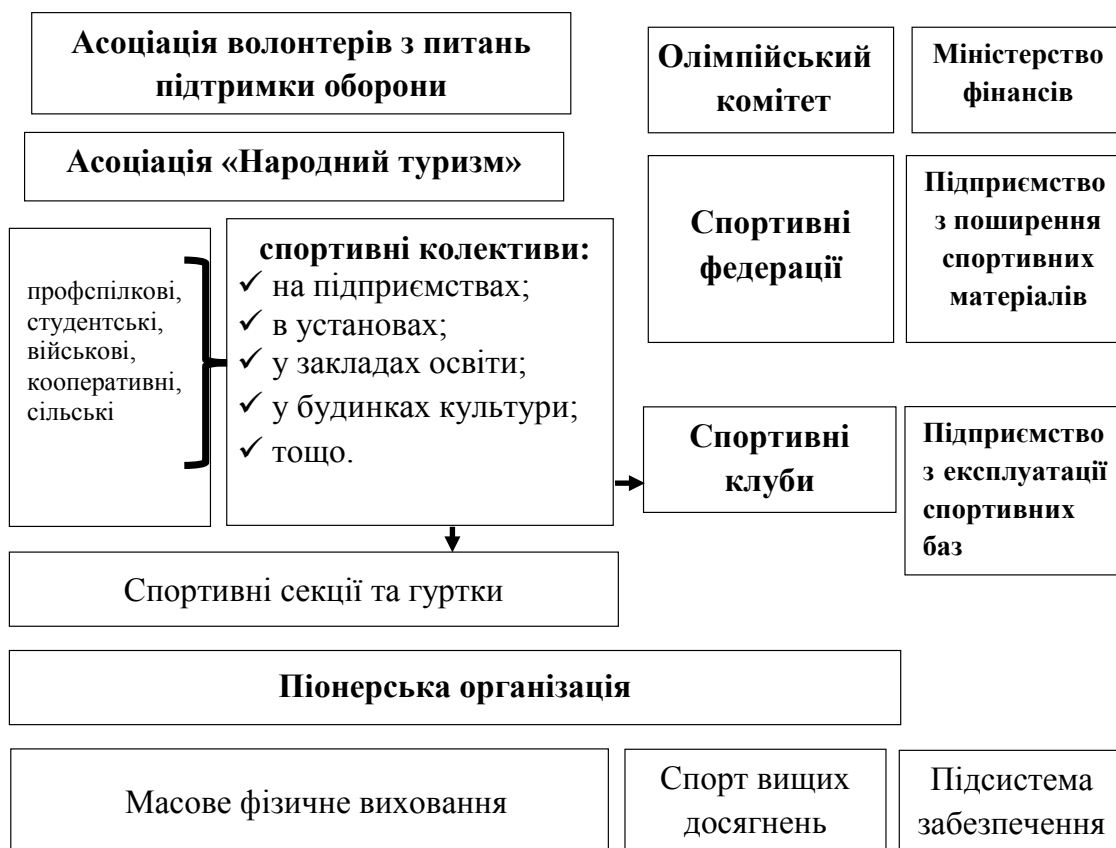


Рис. 1. Система фізичного виховання і спорту Румунії в контексті створення Союзу з питань фізичної культури і спорту в Румунській Народній Республіці 1957 року

Центральним комісіям з видів спорту повернено назви «спортивні федерації», які мають статус юридичної особи. Діяльність Румунського олімпійського комітету не потребувала змін.

Підсистема забезпечення результативності діяльності Союзу з питань фізичної культури і спорту в Румунській Народній Республіці включала в себе підприємство з розповсюдження спортивних матеріалів, зокрема газет «Народний Спорт», «Юніорський спорт», журналів «Фізична культура і спорт» і «Стадіон» як друкованих органів Союзу з питань фізичної культури і спорту в Румунії, підприємство з експлуатації спортивних споруд, а також Міністерство фінансів.

Ще один напрям реформування системи фізичного виховання і спорту Румунії реалізовувався шляхом зниження ціни на спортивне обладнання, друковані матеріали, зменшення митних тарифів на імпортовані товари сфери фізичної культури і спорту, зниження податку на спортивні спектаклі, свята, змагання тощо [6].

Висновки. Отже, фізичне виховання населення Румунії досліджуваного періоду розглядалося під кутом економічним – підготовка гідного робочого покоління, витривалого, освіченого, підпорядкованого та дисциплінованого, соціальним – задоволення потреб проведення вільного часу, мілітаристичним – наявність систематичної

військової та загальної фізичної підготовки тощо. Нормативно-правове регламентування сфери фізичного виховання і спорту досліджуваного періоду перебувало в процесі пошуку й розвитку, описані вище акти (декрети, розпорядження й закони) затверджували функціонування державного органу управління, щоправда, з різними назвами. Основні завдання діяльності в загальному контексті були дотичними. Але Союз з питань фізичної культури і спорту в Румунській Народній Республіці (1957 рік) охопив аспекти фінансування сфери, впливав на податкову політику країни в питаннях матеріально-технічного забезпечення.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Цибанюк О.О. Національна румунська гра «Ойна» як складова навчальної програми «Фізична культура і спорт». *Вісник післядипломної освіти. Серія «Педагогічні науки»*. Київ : ДВНЗ «Університет менеджменту освіти», 2019. Вип. 7 (36). С. 174–186.
2. Constituția Republicii Populare Române din 1948. Textul actual publicat în M.Of. nr. 87 bis/13 apr. 1948.
3. Decretul nr. 86 din 7 martie 1949 pentru reglementarea repartizării forțelor de muncă și pentru a stabili tariful de onorar al colaboratorilor ocazionali.
4. Decretul nr. 175/1948 pentru reforma învățământului 3 august 1948. URL: <https://lege5.ro/Gratuit/g42domzq/decretul-nr-175-1948-pentru-reforma-invata-mantului>.

5. Decretul nr. 329 pentru înființarea și organizarea comitetului pentru cultură fizică și sport de pe lângă consiliul de miniștri, din 6 august 1949.

6. Hotărârea al pnr și a consi-liului de miniștri al republicii populare române cu privire la reorganiza-rea mișcării de cultură fizică și sport din rpr. Înființarea uniunii pentru cultură fizică și sport (ucfs), 2 iulie 1957.

7. Vaskan I., Moseychuk Y., Koshura A., Kozhokar M., Tsybanyuk O., Yarmak O., Galan Y. Comparative analysis of indicators of the morpho-functional condition of the young men aged 15–16 years during the process of physical education (JPES). 2018. № 18 (4). Art 375. P. 2504–2508.

РОЗДІЛ 2. ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА НАВЧАННЯ (З ГАЛУЗЕЙ ЗНАТЬ)

КОМПЕТЕНТІСНИЙ ПІДХІД ЯК ОСНОВА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРА

COMPETENCE APPROACH AS THE BASIS OF THE TRAINING PROFESSIONAL OF COACH

Стаття присвячена проблемі професійної підготовки тренера з виду спорту. Зокрема, основна увага зосереджена на визначенні вимог до професійної діяльності тренерів та обґрунтуванні важливості компетентнісного підходу у підготовці тренерів з виду спорту. Встановлено, що діяльність тренера має педагогічний характер і є частиною педагогічної системи. Надано дефініцію понять «компетенція», «компетентність». Охарактеризовано компоненти у структурі професійної компетентності. З'ясовано, що фахівець, який відповідає вимогам ринку праці, мають вирізняти ініціатива, потреба в постійному розвитку та збагаченні своїх знань, здатність сміливо приймати новаторські рішення і активно впроваджувати їх у життя. Встановлено, що підготовка майбутнього тренера з виду спорту до професійної діяльності має ґрунтуватися на систематичному характері підготовки.

Важливо зауважити, що освітньою програмою підготовки тренера з обраного виду спорту передбачено вивчення таких дисциплін, як педагогіка і психологія.

Передбачається, що вивчення цих дисциплін сприяє формуванню педагогічної та психологічної компетентностей. На жаль, диференційований підхід до формування психологічної, педагогічної, змістової та методичної компетенцій у рамках вивчення окремих дисциплін не дає гарантії підготовки кваліфікованого тренера з виду спорту. Як показує практика, кваліфікований психолог або педагог, не знаючи змісту діяльності у виді спорту, не зможе готувати спортсменів у цьому виді спорту, також як і спортсмен, який добре володіє змістовою стороною виду спорту, але не володіє необхідними компетенціями в галузі психології і педагогіки, не знає всіх тонкощів тренерської професії. Таким чином, для отримання професійної компетентності тренера з виду спорту найбільш продуктивним є компетентнісний підхід до вивчення всіх цих дисциплін з урахуванням їх застосування в обраному виді спорту. Зазвичай виділяють дві сторони роботи педагога – навчання і виховання. Функція тренера як педагога є найбільш важливою в його роботі.

Ключові слова: компетенція, компетентність, компетентнісний підхід, професійна підготовка, тренер.

The article is devoted to the problem of professional training of a coach. In particular, the focus is on defining the requirements for the professional activities of coaches and substantiating the importance of a competent approach in training of coaches. The activity of the trainer has a pedagogical character and it is part of the pedagogical system. The definition of the terms "attribution", "competence" is defined in the article. The components in the structure of professional competence are characterized. It has been found that a specialist who meets the requirements of the labor market must be distinguished by initiative, the need for continuous development and enrichment of their knowledge, the ability to make bold and innovative decisions and actively implement them. The preparation of a future coach for professional activity should be based on the systematic nature of the training.

It is important to note that the educational program of training a coach for a chosen sport provides for the study of disciplines such as pedagogy and psychology.

It is assumed that the study of these disciplines contributes to the formation of pedagogical and psychological competence. Unfortunately, a differentiated approach to the formation of psychological, pedagogical, substantive and methodological competences within the framework of the study of individual disciplines does not guarantee the training of a qualified sports coach. As practice shows, a skilled psychologist or educator without knowing the content of the activity in the sport will not be able to train athletes in the sport, as well as an athlete who is well-versed in the content side of the sport, but does not have the necessary competencies in the field of psychology and pedagogy does not know all the intricacies of the coaching profession.

Thus, in order to obtain the professional competence of a sports coach, the most productive is a competent approach to the study of all these disciplines, taking into account their application in the chosen sport. Usually there are two aspects of the teacher's work – education and upbringing. The function of the trainer as an educator is the most important in his work

Key words: attribution, competence, competence approach, professional training, coach.

УДК 378:37.02

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.8>

Горюк П.І.,

асистент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Молдован А.Д.,

викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Кошура А.В.,

канд. пед. наук, асистент кафедри фізичної культури та основ здоров'я Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Фізична культура і спорт як важливі елементи загальної культури суспільства створюють передумови для всебічного розвитку особистості, збереження працездатності та забезпечення здорового способу життя. Спорт як діяльність пов'язаний із подоланням себе, з реалізацією внутрішніх резервних можливостей організму людини, подо-

ланням зовнішніх і внутрішніх перешкод, що виникають під час варіативних конфліктних ситуацій, є однією з кращих форм підготовки людини до дій в екстремальних умовах. У зв'язку з цим фахівець у галузі фізичної культури і спорту мусить володіти ґрунтовною світоглядною підготовкою, сучасним економічним мисленням, навичками управлінської та організаторської роботи відповідно до профілю

своєї діяльності, а також високою загальною культурою. Підготовка висококваліфікованих тренерів є важливою складовою частиною системи вищої освіти в галузі фізичної культури і спорту.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проблема підготовки фахівця до професійної діяльності була предметом уваги таких видатних педагогів минулого: Я. Коменського, А. Дистервега, К. Ушинського, П. Лесгафта та ін. Розробці концептуальних основ побудови професійної освіти у галузі фізичної культури і спорту присвятили дослідження Т. Лахманюк [3], Б. Лосин [4], А. Сидоров [7], Т. Чопик [11] та ін.

Варто зазначити, що зміст будь-якої професійної діяльності визначається перш за все об'єктивними вимогами того суспільства, в якому здійснюється така професійна діяльність. Для професії тренера в нашій країні ці вимоги виражаються в цілях і завданнях фізичного виховання і спорту. А як зазначає Л. Матвеев, основна мета спортивного тренування полягає в тому, «щоб через досягнення високих спортивних результатів розвинути духовні і фізичні здатності спортсмена, щоб використовувати спортивну діяльність як фактор гармонійного формування особистості і виховання в інтересах суспільства» [6]. Питання професійної компетентності розглядали різні автори (В. Безрукова, В. Веснін, І. Зимова, А. Леонтьєв, М. Розенова, Д. Чернілевський та ін.). А дослідження проблеми компетентностей і компетенцій присвячені роботи багатьох учених і дослідників (В. Байденко, Л. Бахмана, Ч. Вельде, Е. Зеера, Ю. Татура, А. Хутірського та ін.).

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Проблеми професійної підготовки тренерів з виду спорту присвячено багато досліджень, проте не досить уваги, на нашу думку, приділено підготовці тренера з використанням компетентнісного підходу.

Мета статті – визначення вимог до професійної діяльності тренерів та обґрунтування важливості компетентнісного підходу у підготовці тренерів з виду спорту.

Виклад основного матеріалу. Діяльність тренера, як правило, розглядають дуже вузько, виділяючи тільки її зовнішню сторону: управління тренуванням. Однак робота тренера має багатофакторний педагогічний характер і здійснюється в рамках визначеної педагогічної системи. Педагогічна система – це сукупність структурних і функціональних компонентів, підлеглих педагогічним цілям [2].

Доструктурних компонентів, що дають змогу аналізувати педагогічну систему в статичній, належать мета педагогічної системи, зміст навчальної інформації, засоби педагогічної комунікації, діяльність юних спортсменів і тренера. До функціональних компонентів, що зумовлюють становлення, розвиток, удосконалення педагогічної системи, нале-

жать гностичний, проєктувальний, конструктивний, організаторський і комунікативний компоненти.

Досліджуючи сутність поняття «професійна підготовка», Л. Сущенко зазначає, що «у професійній підготовці майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту особистісний підхід доцільно розглядати як один із важливих наукових принципів, що забезпечує розуміння, пізнання, розвиток та самореалізацію особистості майбутнього фахівця в її цілісності та гармонійності» [9, с. 21].

Навчальні дисципліни і курси, що вивчаються студентами, не завжди співвідносяться з тією науковою інформацією, що потрібна для підготовки спеціалістів певного профілю. Внаслідок чого студенти не досить чітко уявляють майбутню професію і ті вимоги, що висувуються до фахівців з фізичного виховання на практиці. Формування сучасного спеціаліста має бути спрямоване на становлення його як цілісної, гуманної, всебічно розвинутої особистості, а також на відповідну професійну підготовку.

В основі підготовки тренера-педагога лежить оволодіння досвідом професійної діяльності. Навчально-виховна професійна діяльність студентів виступає як інтегруючий фактор усієї системи підготовки. Логіка освітнього процесу будується за схемою: від практики, суб'єктивного досвіду – до теоретичних узагальнень [8].

Як зазначає В. Максимов, складниками професіоналізму педагога мають бути творчість та інноваційність [5]. Він вважає, що інноваційність має стати властивістю педагогічної діяльності майбутнього тренера-педагога. До п'яти основних компонентів педагогічної діяльності педагога (гностичного, проєктувального, конструктивного, організаторського і комунікативного) необхідно додати ще один – інноваційний. А вища освіта має будуватися з урахуванням нагальної потреби формування інноваційного компонента педагогічної діяльності майбутнього тренера-педагога.

Досягнення в теорії і практиці в будь-якій сфері людської діяльності, зокрема, фізичній культурі і спорті, повною мірою залежать від якості підготовки фахівців у закладах вищої освіти. Рівень фахівців, які випускаються, далеко не завжди відповідає вимогам сучасності. Проблема вдосконалення підготовки фахівців у вищій школі набуває особливого значення в процесі формування соціально-ціннісних орієнтирів.

Сучасного тренера мають вирізняти ініціатива, потреба в постійному розвитку та збагаченні своїх знань, здатність сміливо приймати новаторські рішення і активно впроваджувати їх у життя. Діючи в умовах науково-технічної революції, він поставлений в такі умови, коли йому необхідно не тільки багато знати і вміти, а й бути підготовленим професійно, а також фізично і психічно до постійного пошуку більш ефективних організаційних та еко-

номічних рішень у різних, у тому числі екстремальних, ситуаціях.

Важливе місце у діяльності тренера займає професійна компетентність. Насамперед це системоутворюючий фактор компетентностей: педагогічної, психологічної, методичної та предметної. Систематичний характер підготовки тренерів зумовлений тим, що всі ці компетенції взаємопов'язані та взаємозалежні. Відсутність сформованості принаймні однієї з цих компетенцій робить роботу тренера безрезультатною.

На відміну від поняття «компетенція», поняття «компетентність» характеризує здатність фахівця реалізовувати свій потенціал для професійної діяльності. На думку Ю. Татура, «компетентність – це не тільки інтегральна властивість, характеристика особистості, а й показник успішної діяльності» [10, с. 6].

Зазначимо, що компетентність не має протиставлятися професійній кваліфікації, проте не повинна й ототожнюватися з нею. Таким чином, під компетентністю розуміється інтегрована характеристика якостей особистості, результат підготовки випускника закладу вищої освіти для виконання діяльності в певних галузях (компетенціях). Компетентність, так само як і компетенція, включає в себе когнітивний (пізнавальний), мотиваційно-ціннісний і емоційно-вольовий компоненти.

Компетенція – сукупність взаємопов'язаних якостей особистості, знань, умінь і навичок, способів діяльності, що задаються стосовно певного кола предметів і процесів, необхідних для якісної продуктивної діяльності щодо них.

Як зазначає М. Криштанович, «професійна компетентність – це здатність фахівця від початку своєї професійної діяльності на рівні визначеного державою стандарту відповідати суспільним вимогам професії шляхом ефективної професійної діяльності, демонструвати належні особисті якості, мобілізуючи для цього відповідні знання, вміння, навички, емоції, ґрунтуючись на власній внутрішній мотивації, ставленнях, моральних і етичних цінностях, досвіді» [1].

Модель випускника закладу вищої освіти має містити види компетентності, які характеризують його насамперед як працівника певної сфери виробництва, науки або культури. Це можуть бути, на думку І. Зимової, такі компетентності:

- компетентності, що належать до самого себе як особистості, суб'єкта діяльності, спілкування;
- компетентності, що належать до соціальної взаємодії людини з іншими людьми;
- компетентності, що належать до діяльності людини [10].

Під професійною компетентністю розуміємо здатність працівника якісно і безпомилково виконувати свої функції, успішно освоювати нове і швидко адаптуватися до мінливих умов.

В основі професійної компетентності закладена професійна придатність, що розуміється як сукупність професійних компетенцій, необхідних для здійснення ефективної професійної діяльності.

У структурі професійної компетентності можна виділити професійний, професійно-діяльнісний і професійно-особистісний компоненти.

Професійний компонент передбачає наявність у тренера-педагога теоретичних знань з основ наук, які вивчають особистість людини, що забезпечує усвідомленість у разі визначення педагогом змісту його професійної діяльності щодо виховання, навчання та освіти дітей.

Професійно-діяльнісний компонент включає професійні знання і вміння, апробовані в дії, освоєні особистістю як найбільш ефективні.

Професійно-особистісний компонент включає професійні якості, що визначають позицію і спрямованість педагога як особистості, індивіда і суб'єкта діяльності.

У список професійних компетенцій для майбутнього тренера-педагога поряд з ключовими компетенціями фахівця необхідно додати ще одну – рухову, яка передбачає вміння виконувати фізичні вправи, навички надання фізичної допомоги і страховки і низку прикладних умінь (установка і ремонт обладнання, організаторські навички і т. п.)

Навчання і виховання можна розглядати як способи педагогічної допомоги тренера спортсмену в оволодінні спортивною діяльністю і у формуванні особистості й індивідуальності як невідмінних умов успішної спортивної кар'єри. Адже спорт – це особлива педагогічна система, і її не можна розглядати окремо від загальної педагогічної системи виховання в сім'ї, школі, у сфері професійної підготовки.

Ефективність навчання залежить від здібностей до навчання, від індивідуальних когнітивних (пізнавальних) стилів учня, а також від ефективності методичної роботи тренера в процесі навчання. Двосторонність педагогічної діяльності пояснюється особливістю її об'єкта: дитина не просто пасивно сприймає вплив, а сама активно діє, будучи суб'єктом своєї діяльності.

Тренер, щоб залишатися елементом педагогічної системи, має відповідати їй, тобто задовольняти визначені вимоги за рівнем професійних умінь і навичок.

Висновки. Таким чином, діяльність тренера, будучи, по суті, одним із видів управлінської діяльності, – багатофакторний процес, який здійснюється в рамках певної педагогічної системи, а майстерність тренера характеризується комплексом умінь, необхідних для продуктивного розв'язання освітніх, виховних та оздоровчих задач, що становлять основу спортивного тренування. Підготовка тренера – це не тільки процес оволодіння знаннями, вміннями та навичками. Ця професія вима-

гає наявності і специфічних педагогічних якостей, головними з яких є любов до своїх учнів, вимогливість і повна самовіддача улюбленій справі.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Криштанович М.Ф. Роль і значення категорій «компетенція» і «компетентність» у процесі дослідження підготовки викладача закладу вищої освіти. *Інноваційна педагогіка*. 2019. Вип. 9. Т. 1. С. 104–107.
2. Кузьмина Н.В. Понятие «педагогическая система» и критерии ее оценки. Методы системного педагогического исследования : учебное пособие. Ленинград : Изд-во ЛГУ, 1980. С. 7–45.
3. Лахманюк Т.В. Ступенева система підготовки фахівців у фізкультурних вузах України. Матеріали першої республіканської конференції «Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні». Луцьк : Надстир'я, 1994. С. 219–220.
4. Лосин Б.Е. Педагогическая эффективность повышения квалификации специалистов по физической культуре и спорту : автореф. дис. ... док. пед. наук : 13.00.04. СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта. Санкт-Петербург, 2001. 45 с.
5. Максимова В.Н. Акмеологическая теория в контексте качества образования. *Педагогика*. 2002. № 2 С. 9–14.
6. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Москва, Фис. 1983. С. 43.
7. Сидоров А.А. Современные тенденции и пути дальнейшего развития педагогического образования специалистов физической культуры. *Оптимизация педагогической подготовки студентов в вузах физической культуры* : сборник научных статей кафедры педагогики ГАФК им. П.Ф. Лесгафта и кафедры физической культуры ГИЭА/Под общ. ред. проф. Сидорова А.А. Вып. III. Санкт-Петербург, 1998. С. 4–9.
8. Сопотницька О.В. Особистісно орієнтоване навчання у підготовці майбутнього тренера. *Педагогічні науки*. 2010. № 53. С. 112–114.
9. Сущенко Л.П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект). Запоріжжя : Запорізький держ. ун-т, 2003. 442 с.
10. Татур Ю.Г. Компетентностный подход в описании результатов и проектировании стандартов высшего профессионального образования. Москва, 2004. 18 с.
11. Чопик Т.В. Педагогічні умови професійної підготовки у вищому навчальному закладі майбутніх тренерів-викладачів. *Здоров'я, фізичне виховання і спорт в умовах сьогодення* : зб. пр. наук.-практ. конференції, присвяченої Року спорту та здорового способу життя і 50-річчю Хмельницького національного університету. 2012. Хмельницький, 21–22 вересня. С. 100–103.

ОСОБЛИВОСТІ КОРЕКЦІЇ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ДІТЕЙ З ПОРУШЕННЯМ РОЗУМОВОГО РОЗВИТКУ

PECULIARITIES OF CORRECTION OF THE PHYSICAL STATE OF CHILDREN WITH DISORDERS OF MIND DEVELOPMENT

Адаптивну фізичну культуру для дітей з порушеннями в розвитку потрібно розглядати як корекційно-компенсаторну і лікувально-оздоровчу форму впливу на рухову недостатність, як засіб реадаптації рухових порушень. Зміст корекційно-адаптивної роботи з дітьми із затримкою розумового розвитку полягає у виявленні типових порушень техніки виконання основних рухів, підбір засобів і методів корекції порушень техніки виконання основних рухів, розвиток фізичних якостей, формування і корекція рухових умінь.

У дітей із затримкою психічного розвитку відзначаються рухові порушення, не властиві нормально розвиненим дошкільнятам. Саме тому техніку виконання основних рухів у дітей із затримкою психічного розвитку необхідно оцінювати за параметрами, які характеризують особливості їхньої рухової діяльності. У результаті досліджень було встановлено, що під час виконання ходьби і бігу діти згинають або повертають тулуб, нахилиють голову, неправильно ставлять стопи, здійснюють «слабке» відштовхування і внос стегна махової ноги. Рухи рук і ніг у них не узгоджені, відзначається відхилення від заданого напрямку руху, порушення ритму рухів.

Після використання комплексу адаптивної фізичної культури встановлено поліпшення деяких показників швидкісних якостей і координаційних здібностей – «біг на 30 м», «ритмічність рухів рук» і «точність дрібної моторики». Показники координаційних здібностей «узгоджене відтворення ритму» і «рівновага» залишилися без змін, хоча в індивідуальній динаміці результатів відзначений безсумнівний приріст значень.

Корекція основних рухових дій, що здійснюється за використаною методикою, забезпечила достовірний приріст показників розвитку метання, стрибків у довжину з місця, ходьби, бігу, на відміну від результатів контрольної групи, в якій зафіксовано достовірний приріст тільки показника розвитку бігу.

Ключові слова: діти дошкільного віку, затримка психічного розвитку, корекція

рухових порушень, рухові вміння, фізична активність.

Adaptive physical culture for children with developmental disabilities should be considered as a corrective-compensatory and therapeutic-health form of influence on motor impairment, as a means of re-adaptation of motor disorders. The content of corrective-adaptive work with children with mental retardation is to identify typical violations of the technique of performing basic movements, development of physical qualities, formation and correction of motor skills.

In children with mental retardation, there are movement disorders, which are not peculiar to normally developed preschool children. That is why the technique of performing basic movements in children with mental retardation should be evaluated by parameters that characterize the features of their motor activity. As a result of studies, it was found that while walking and running, children bend or rotate their torso, tilt their heads, incorrectly put their feet, carry out "weak" propulsion and removal of the thigh of the leg. The movements of hands and feet are not coordinated, there is a deviation from a given direction of movement, disturbance of the rhythm of movements. After using the complex of adaptive physical culture, improvement of some indicators of speed qualities and coordination abilities – "jogging by 30 m", "rhythm of hand movements" and "precision of fine motor skills" was established. Indicators of coordination abilities "coordinated rhythm play" and "equilibrium" remained unchanged, although in the individual dynamics of the results there was a clear increase in values.

The correction of the basic motor actions, carried out by the method used, provided a reliable increase in the indicators of the development of throwing, long jump from a place, walking, running, in contrast to the results of the control group, which recorded a significant increase only in the indicator of the development of running.

Key words: children of preschool age, mental retardation, correction of motor disorders, motor skills, physical activity.

УДК 37.211.24

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.9>

Доцюк Л.Г.,

докт. мед. наук, професор,
завідувач кафедри фізичної
реабілітації, ерготерапії та домедичної
допомоги

Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Лістау К.О.,

студентка V курсу факультету фізичної
культури та здоров'я людини
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми у загальному вигляді. Фізичні вправи виступають важливим фактором впливу на особистість дитини та її функціональні можливості. Тісний зв'язок моторних і психічних функцій визначає ключову роль фізичної активності для дітей, що мають різні прояви затримок психічного розвитку. Поняття «затримка психічного розвитку» характеризує перш за все відставання в психічній діяльності дитини. Основною причиною такого відставання є мінімальні органічні ураження головного мозку, які можуть бути вродженими або виникати у внутрішньоутробному, пологовому, а також ранньому періоді життя дитини [4, с. 576]. Крім того,

що органічне ураження центральної нервової системи негативно позначається на емоційно-вольовій та інтелектуальній сферах, воно зумовлює і найрізноманітніші відхилення в руховому розвитку дитини.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Багато авторів визнають одним з головних завдань адаптивної фізичної культури – корекцію техніки виконання основних рухів у своїх учнів [1, с. 17–18]. У разі стійкого дефекту тієї чи іншої системи організму порушується весь алгоритм навчання рухової дії. У результаті дефекту може бути порушений сенсорний аналіз або процес осмислення побудови рухової дії.

Процес навчання в АФК будується на основі диференційованого і індивідуального підходів відповідно до статі, віку, особистісної орієнтації, мотивів, ступеня і характеру патології, стану збережених функцій тощо. Застосовується індивідуальна і техніка аналогічних рухових дій [1, с. 17–18]. Дітям потрібно набагато більш розгорнуте пояснення з опорою на наочність, виконання більшої кількості вправ з дуже повільним підвищенням ускладнення, багаторазове повернення до вже вивченого [8, с. 141–148].

Розвиток основних рухів дитини йде паралельно з фізичним розвитком. Поступове накопичення рухового досвіду сприяє розширенню можливостей для сприятливого впливу на форми і функції дитячого організму. Відмова від використання цих життєво важливих рухів у процесі фізичного виховання і розвитку дитини може спровокувати відставання не тільки фізичного, а й психічного розвитку [5, с. 224].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Вправи, спрямовані на формування навичок основних рухів, готують дитину до різноманітної життєвої діяльності. Супроводжуючи дитину з раннього дитинства, основні рухи сприяють оздоровленню організму, а також вдосконаленню як фізичних, так і психічних, інтелектуальних, духовно-моральних якостей. Навчання основних рухів має проводитися не власне заради придбання рухових навичок, а для формування вміння використовувати їх у повсякденній практичній діяльності, виробляючи при цьому найменші фізичні і нервово-психічні витрати [9, с. 151–171].

Формулювання цілей (постановка завдання). Мета дослідження – оцінка ефективності використання методики корекції основних рухових дій у дітей старшого дошкільного віку із затримкою психічного розвитку в процесі занять адаптивною фізичною культурою.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося на базі комунального закладу «Спеціальний дошкільний навчальний заклад № 31 для розумово відсталих дітей». У дослідженні взяли участь 14 дітей 5–6-річного віку із затримкою психічного розвитку. В експериментальній і контрольній групах налічувалося по 7 дітей дошкільного віку. Однорідність обох груп визначали показники фізичної підготовленості та розвитку основних рухів дітей – середньогрупові значення достовірних відмінностей не мали.

Для визначення рівня розвитку швидкісних якостей використовувалися такі тести – біг на 10 м, біг на 30 м. Для визначення рівня розвитку швидкісно-силових якостей використовувалися метання тенісного м'яча (правою і лівою рукою), стрибок у довжину з місця. Для визначення рівня розвитку силових якостей використовувалися такі тести: підйом тулуба з положення лежачи на спині,

підйом тулуба з положення лежачи на животі, кистьова динамометрія. Діагностика координаційних здібностей дітей дошкільного віку із ЗПР включала в себе такі тести-завдання: узгоджене відтворення заданого ритму, відтворення заданого ритму руками, тест Озерецького «Кулак, ребро, долоня», утримання рівноваги [2].

З метою обґрунтування ефективності використаної методики проводилася не тільки кількісна, але і якісна оцінка показників, що характеризують рівень розвитку основних рухів.

Дошкільнята експериментальної групи займалися за методикою корекції основних рухових дій [7; 9, с. 151–171]. Діти контрольної групи займалися за програмою фізичного виховання для дітей дошкільного віку із затримкою психічного розвитку [6, с. 203–208].

У процесі педагогічних спостережень було встановлено, що у дітей із ЗПР відзначаються рухові порушення, не властиві нормально розвиненим дошкільнятам. Саме тому техніку виконання основних рухів у дітей із ЗПР необхідно оцінювати за параметрами, які характеризують особливості їхньої рухової діяльності.

Особливістю такої методики є використання комплексу вправ для корекції рухових порушень, вправ і засобів, спрямованих на розвиток дрібної моторики; спеціально підібраних методів, методичних прийомів. Для корекції рухових порушень були використані вправи, що застосовуються на заняттях з фізичної культури для дошкільнят [2]. Кожне заняття починалося з комплексу пальчикової гімнастики з мовним коментуванням, потім виконувалися всі інші вправи. Відмінною особливістю основної частини заняття було те, що всі вправи виконувалися в режимі предметної дії для підвищення рівня усвідомленості рухових дій, забезпечення більш міцного засвоєння рухових навичок [3, с. 40]. Зміст заключної частини становили вправи, що забезпечують загальне і м'язове розслаблення. Розслаблення м'яза є важливим компонентом рухової дії, необхідною умовою його якісного виконання.

Вправи для корекції рухових порушень проводилися наприкінці основної частини заняття АФК після виконання дітьми розучуваного основного руху. Для корекції конкретного рухового порушення проводився комплекс, що складається із 3–4 вправ, що виконуються по 2–3 рази.

Одним із типових рухових порушень у ходьбі і бігу у дітей із ЗПР є неправильне положення тулуба і голови, що пов'язано з порушенням постави. Для виправлення положення тулуба і голови під час виконання ходьби і бігу були використані вправи для корекції постави та зміцнення м'язів тулуба. Під час ходьби і бігу у дошкільнят із ЗПР рухи рук і ніг часто не узгоджені, що також є одним з типових рухових порушень. Для поліп-

Зміна показників координаційних здібностей у старших дошкільників із ЗПР у результаті експерименту ($M \pm m$)

Групи Показники	Експериментальна		Контрольна	
	До експерименту	Після експерименту	До експерименту	Після експерименту
Відтворення ритму, бали	4,5±0,40	5,4±0,30*	3,8±0,94	4,2±0,75
Узгоджене відтворення ритму, бали	2,0±0,50	2,8±0,60	2,2±0,62	3,4±0,84
Точність дрібної моторики, бали	4,4 ±0,35	5,5 ±0,25*	5,2±0,33	5,6±0,23
Рівновага, сек.	14,2±3,90	18,6±5,15	10,6±4,03	12,4±4,21

шення узгодженості рухів рук і ніг були використані вправи різної спрямованості впливу для рук, ходьба і біг з предметами в руках з виконанням різних завдань. Для корекції такого рухового порушення, як неправильна постановка стопи під час ходьби і бігу, були використані три групи засобів: вправи в ходьбі, вправи для стоп і пальців ніг, вправи в рівновазі.

Через стійкі порушення емоційно-вольової сфери діти із ЗПР виконують стрибок у довжину з місця не в повну силу, не прагнуть до досягнення високих результатів. З метою стимулювання дітей до прояву максимальних зусиль застосовувалися такі завдання: стрибок у довжину в умовне місце приземлення; стрибок разом з інструктором, що тримає дитину за руку; стрибок із встановленою і зазначеною довжиною стрибка. Після виконання кожного стрибка дитину необхідно похвалити і посилити її мотивацію на подальше виконання завдання за допомогою слів підтримки на її адресу, радісною інтонацією голосу.

Основними завданнями для корекції метання були: кидки м'яча вгору і ловля його двома руками; перекидання м'яча один одному в парах різними способами. Виконання перекидання і лову м'яча в парах змушує дітей підключати до роботи всі основні м'язові групи, розподіляти зусилля залежно від рухових можливостей партнера, а також сприяє розвитку координаційних здібностей. Для контролю за технікою виконання дітьми вищезазначених вправ особлива увага зверталася на рівномірність прояву зусиль з боку кожної м'язової групи.

Виконання рівноваги у дітей із ЗПР часто супроводжується різноманітними руховими порушеннями. У зв'язку з функціональною незрілістю ЦНС, порушеннями емоційно-вольової сфери діти не можуть здійснювати контроль положення тіла і частин тіла, довго перебувати в стані постійного м'язового і психічного напруження. Одним з таких рухових порушень у дітей із ЗПР є нахил або згинання тулуба під час виконання рівноваги. Його корекція здійснювалася у виконанні ходьби по лавці з мішечком піску на голові, рівноваги в стійці на носках. Діти із ЗПР часто не задіють руки під час виконання рівноваги, не використовують їх для підвищення стійкості тіла. Для поліпшення контролю за положенням рук і виправлення їх

положення були використані такі вправи: ходьба по лавці, руки в сторони, з предметами в руках; ходьба з гімнастичною палицею на плечах; збереження рівноваги, тримаючи в руках різні предмети.

Засоби для розвитку дрібної моторики залежно від спрямованості впливу використовувалися під час заняття в різних його частинах. Розвиток рухових здібностей, особливо координаційних, у дітей із ЗПР іде більш складно, ніж у нормально розвинутих однолітків. Були досліджені такі показники координаційних здібностей, як ритмічність рухів, точність дрібної моторики (за тестом Озерецького) і рівновага. Три тести оцінювалися за шестибальною системою. Результати дослідження представлені в таблиці 1.

Виконання випробуваними тесту, що дає змогу оцінити здатність відтворення заданого ритму руками, не викликало особливих труднощів. Однак, незважаючи на значну простоту завдання, після закінчення експерименту приріст значень, рівний 20,0% ($p < 0,05$), відбувся лише у дітей, що займалися за запропонованою методикою (табл. 1).

Точність дрібної моторики у дітей із ЗПР оцінювалася за допомогою тесту Озерецького, який додатково дає змогу виявити деякі порушення діяльності рухової системи. До проведення експерименту були отримані дані, що відповідають середньому рівню розвитку дрібної моторики у дітей експериментальної групи і рівню розвитку вище середнього – у дітей контрольної. Серед основних помилок, допущених дітьми під час тестування, можна відзначити виконання в повільному темпі, з великими паузами, а також недотримання правильної послідовності рухів кистями рук.

Завдяки цілеспрямованій і систематичній роботі з тренування рухів пальців і кистей рук у дітей із ЗПР, що займалися за експериментальною методикою, значно покращилася точність дрібної моторики. Про це свідчить приріст значень показника на 25,0% ($p < 0,05$). У контрольній групі не відзначено істотних змін показника точності дрібної моторики.

Висновки. У дітей старшого дошкільного віку із затримкою психічного розвитку в результаті дослідження був встановлений «середній» для такої категорії осіб рівень розвитку бігу, ходьби, метання, стрибка в довжину з місця, «нижче серед-

нього» – рівень розвитку рівноваги. У результаті дослідження ефективності методики корекції основних рухових дій у дітей із затримкою психічного розвитку виявлено, що ця методика надала виражений позитивний вплив на розвиток швидко-кісно-силових і силових якостей.

Встановлено поліпшення деяких показників швидкісних якостей і координаційних здібностей. Сюди необхідно віднести поліпшення такого показника швидкісних здібностей, як «біг на 30 м», і таких показників координаційних здібностей, як «ритмічність рухів рук» і «точність дрібної моторики». Показники координаційних здібностей «узгоджене відтворення ритму» і «рівновага» залишилися без змін, хоча в індивідуальній динаміці результатів відзначений безсумнівний приріст значень.

Корекція основних рухових дій, що здійснюється за використаною методикою, забезпечила достовірний приріст показників розвитку метання, стрибків у довжину з місця, ходьби, бігу, на відміну від результатів контрольної групи, в якій зафіксовано достовірний приріст тільки показника розвитку бігу. Проте необхідно відзначити відсутність позитивних змін у розвитку рівноваги у дітей експериментальної групи.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами : зб. наук. праць. № 6(8). Київ : Університет «Україна», 2009. С. 17–18.
2. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовки населення України. Київ. 1997.
3. Дитина з порушеннями інтелектуального розвитку / С.В. Трикоз, Г.О. Блеч. Харків : Вид-во «Ранок», ВГ «Кенгуру», 2018. 40 с.
4. Коцур Н.І. Основи педіатрії і гігієни дітей раннього та дошкільного віку : навчальний посібник. Чернівці : Книги ХХІ, 2010. 576 с.
5. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навчальний посібник / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. Київ : Олімп. л-ра, 2011. 224 с.
6. Пасічник В. Специфічні принципи фізичного виховання дітей дошкільного віку в умовах інклюзивної освіти. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2017. Вип. 4. С. 203–208.
7. Статистика захворювань : дані МОЗ України. URL: <http://www.moz.gov.ua>.
8. Фізична реабілітація дітей із затримкою психічного розвитку / І.С. Подолянчук, І.О. Осіпчук, М.Г. Ригун, Т.Т. Павлюк. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)»* : зб. наук. праць. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019. Вип. 3 (111). С. 141–148.
9. Tsai E.H. Parents experiences and decisions on inclusive sport participation of their children with intellectual disabilities / E.H. Tsai, L. Fung. *Adapt. Phys. Activ. Q.* 2009. No 26 (2). Pp. 151–171.

ЕФЕКТИВНІСТЬ НЕТРАДИЦІЙНИХ МЕТОДИК ЯК СКЛАДНИКА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ГАСТРОЕНТЕРОЛОГІЇ

EFFECTIVENESS OF UNORTHODOX METHODS AS A COMPONENT OF HEALTH SAVING TECHNOLOGIES IN GASTROENTEROLOGY

Стаття присвячена одній з актуальних проблем – підвищенню ефективності використання методик здоров'язбереження для хворих на виразкову хворобу шлунка та дванадцятипалої кишки, хронічний холецистит.

Зокрема, розкриваються сутність і необхідність самоорганізованої діяльності пацієнтів для покращення стану здоров'я.

Основна увага зосереджується на структурних компонентах (організаційний, комунікативний) програми оздоровлення для хворих на виразкову хворобу шлунка та дванадцятипалої кишки, хронічний холецистит. Спільній роботі науковців, лікарів практичної медицини, пацієнтів.

Обстеження проводилось серед 54 хворих працездатного віку. Усі хворі перебували у фазі неповної ремісії захворювання, пройшли співбесіду і погодились на обстеження, з наступним виконанням запропонованих їм практичних рекомендацій. Для вирішення поставлених завдань були проведені стандартні обстеження (виявлення основних скарг, збір анамнезу хвороби, анамнезу життя); встановлення головних клінічних показників хвороби, специфічних клінічних симптомів; вивчення лабораторних, функціональних, інструментальних показників. Під час надходження всі хворі на виразкову хворобу шлунка та дванадцятипалої кишки за важкістю та перебігом хвороби, тобто комплексом клінічних, лабораторних, функціональних показників, були приблизно однаковими. Скаржились на періодичну, помірно виражену (невизначеного характеру) болючість у зонах, характерних для основного захворювання.

Комплекс оздоровлення передбачав дієтотерапію, фітотерапію, лікувальну фізичну культуру. Наприкінці курсу оздоровлення зазначено значні позитивні зміни суб'єктивних і об'єктивних показників у 27 (87%) хворих на виразкову хворобу шлунка та дванадцятипалої кишки, 13 (86%) хворих на хронічний холецистит. Помірне покращення загального стану та самопочуття загалом спостерігалось у шести пацієнтів (неповне виконання рекомендацій у зв'язку з ненормованим робочим днем, робота в нічні зміни, періодичні стресові ситуації).

Ключові слова: виразкова хвороба шлунка та дванадцятипалої кишки, хронічний холе-

цистит, нетрадиційні методи оздоровлення, інноваційна діяльність медичних працівників, здоров'язбережувальна діяльність пацієнта.

The article deals with one of the urgent problems – increasing the efficiency of using the methods of health preservation for patients with gastric ulcer (GU), duodenal ulcer (DU), and chronic cholecystitis (CC). In particular, the essence and necessity of patients' self-organizing activities to improve their health is revealed.

The main focus is placed on the structural components (organisational, communicative) of a wellness programme for patients, joint work of scientists, practitioners, patients.

The research was conducted on 54 patients of the employable age. All patients were in the phase of incomplete remission of the disease, were interviewed and agreed to be examined, with the subsequent implementation of practical recommendations they were offered. In order to solve the established objectives, standard examinations were carried out (identification of the main complaints, analysis of antecedent anamnesis, anamnesis vitae, determining the main clinical indicators of the disease, specific clinical symptoms, study of lab test values, functional, instrumental indicators).

At admission, all patients with gastric (GU) and duodenal ulcer (DU) were approximately equal in severity and course of the disease, i.e., complex clinical, laboratory, functional indicators. They complained of periodic, moderate (inexpressive) morbidity in the areas characteristic of the main disease.

The recuperation complex included diet therapy, phytotherapy and therapeutic physical training. At the end of the recuperation course there were significant positive changes in subjective and objective indicators in 27 (87%) patients with GU and DU, and 13 (86%) patients with CC. Moderate improvement in general condition and well-being was observed in only six patients (explained by incomplete implementation of recommendations due to irregular working hours, work during night shifts, periodic stressful situations).

Key words: gastric and duodenal ulcer, chronic cholecystitis, unconventional methods of recuperation, medical workers' innovative activity, patient's health preserving activity.

УДК 616.3:615.8]-08-036.82

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.10>

Мальцева О.Б.,

канд. мед. наук,
доцент кафедри основ здоров'я
факультету здоров'я та фізичного
виховання

Ужгородського національного
університету

Ревес М.В.,

студент-бакалавр IV курсу
факультету здоров'я та фізичного
виховання

Ужгородського національного
університету

Мелега К.П.,

канд. мед. наук,
доцент кафедри основ здоров'я
факультету здоров'я та фізичного
виховання

Ужгородського національного
університету

Гомонай М.В.,

лікар-гастроентеролог
НКП «Ужгородська міська поліклініка»
Ужгородської міської ради

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Робота присвячена одній з актуальних проблем – покращенню стану здоров'я хворих, що страждають від хронічної соматичної патології. Збільшення серед працездатного населення захворюваності за такими патологіями, як виразкова хвороба шлунка (далі – ВХШ), виразкова хвороба дванадцятипалої кишки (далі – ВХДК), хронічний холецистит (далі – ХХ) значною мірою призводить до негативних соціальних і економічних наслідків.

Процес ульцероутворення за ВХШ та ВХДК, як і зміни запального та незапального характеру

в разі ХХ, неможливо пояснити тільки з позицій дисбалансу між чинниками агресії та захисту, що взаємодіють на місцевому рівні. Сучасні концепції патогенезу розглядають ці патології як системне гастроентерологічне захворювання, основна увага приділяється порушенням адаптивних регуляторних систем на різних рівнях (неврогенні чинники, психоемоційні стреси, патологічні зміни тонулу блукаючого нерва тощо). У процесі хронізації захворювання викривлені імпульси надходять у ЦНС, це негативно відбивається на її функціональному стані, відношеннях між корою головного мозку та

периферійними органами, процесах керування травленням, психічному статусі хворих, утворюючи, таким чином, замкнуте коло [1, с. 391–407].

Використання сучасних методик здоров'язбереження різних груп населення відповідає і основним принципам відновлення стану здоров'я хворих із захворюваннями шлунково-кишкового тракту (далі – ШКТ): закінчення медикаментозного етапу лікування, найшвидше повернення до повноцінної працездатності. Значна роль відводиться сімейним лікарям, вузьким спеціалістам. Накопичений науковцями та лікарями великий досвід використання нетрадиційних, природних і преформованих фізичних чинників реалізується на основі призначення комплексів здоров'язбереження (попередження загострень, можливих ускладнень) та здоров'явідновлення, залежно від специфічних властивостей і впливу на певні процеси у тканинах організму (патогенетичний принцип); застосування нетрадиційних методів відновлення на якомога більш ранній стадії; тісної взаємодії із хворим (за необхідності, і з родиною) [2, с. 157–160].

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

За даними світової статистики, 6–10% дорослого населення розвинених країн хворіють на зазначені хвороби, в Україні стоять на обліку приблизно 5 млн хворих. Ситуація ускладнюється з огляду на те, що, за даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (далі – ВООЗ), 50% хворих у підгострий період і період нестабільної ремісії не виконують рекомендації лікарів реабілітаційного та рекреаційного спрямування, із них 70% роблять це свідомо, 30% не мають можливості вчасно їх дотримуватися. У 58% пацієнтів контроль перебігу лікування (реабілітації) з боку обслуговуючого персоналу відсутній [1, с. 391–407; 2, с. 157–160; 3, с. 56–66; 4, с. 83–92].

Традиційні методи лікування захворювань ШКТ ефективні, якщо вони своєчасні, комплексні й індивідуалізовані, пов'язані із функціональним станом шлунка, дванадцятипалої кишки (далі – ДК), жовчного міхура (далі – ЖМ) зокрема та ШКТ загалом (складник діяльності фізіологічних систем організму, що забезпечують гомеостаз).

В основі заходів здоров'явідновлення та здоров'язбереження – комплекс медичних і соціально-економічних, психологічних методик та прийомів, спрямованих на збереження та підвищення компенсаторно-адаптаційних здібностей організму, усунення причин і умов, що спричиняють виникнення, загострення або рецидив захворювання, із дотриманням принципу комплексності (наприклад, застосування лікувальної фізичної культури (далі – ЛФК), фітотерапії (далі – ФТ), дієтотерапії) для впливу на паталогічний процес [3, с. 56–66; 4, с. 83–92; 5, с. 166–168].

Дієтотерапія (далі – ДТ) посідає одне з важливих місць в оздоровленні хворого. Основними

її принципами є: захистити слизову від механічних, термічних і хімічних подразнень, забезпечити організм основними харчовими інгредієнтами та вітамінами, позитивно впливати на репаративні процеси, регулювати секреторну і кислотоутворюючу функції шлунка, ДП, моторну функцію ЖМ. Речовини різних класів, що містяться в харчових продуктах, беруть активну участь у широкому спекті біохімічних реакцій. Харчова спеціалізація завдяки відкриттям у геноміці дала можливість оптимізувати рекомендації з харчування, підвищити ефективність профілактики та лікування хронічних захворювань.

Під час використання ФТ підтверджені різноманітні метаболічні ефекти на мембранно-клітинному та мікроциркуляторному рівнях (органопротекторна, мембранопротекторна дія), у тонких структурах імунного захисту й обміну речовин, чого позбавлені синтетичні засоби. Фітопрепарати здатні втручатися в тонкі механізми біохімічних і біофізичних процесів, замінити ушкоджені й активувати пригнічені ланки метаболічних процесів в організмі, коригувати зміни у складному обмінному механізмі адаптогенних, імунних і нейрогуморальних реакцій.

Фізичні вправи роками використовуються в комплексах відновлення стану здоров'я хворих із патологією внутрішніх органів: для нормалізації моторної функції шлунка, ДК, ЖМ, кишківника загалом; нормалізації скорочувальної здатності м'язів, збільшення сили діафрагми [3, с. 56–66; 4, с. 83–92; 5, с. 166–168; 6, с. 238–244].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Підвищення ефективності використання здоров'язберезувальних технологій і комплексів реабілітації для хворих із хронічною патологією ШКТ залежить від низки проблем, що виникають у процесі взаємодії медичного персоналу та пацієнта: лікар не повністю розкриває хворому важливість виконання окремих етапів оздоровлення після виходу з періоду загострення (часто з використанням масованої фармакотерапії); пацієнт не в повному обсязі виконує рекомендації щодо особливостей приготування їжі, регулювання харчування протягом доби, зміни харчового раціону тощо; у хворого немає можливостей, а іноді й бажання змінити свій спосіб життя (збільшити період фізичної активності, збирати або купляти лікарські трави та готувати з них оздоровчі чаї).

Мета статті – підвищити ефективність здоров'язберезувальних технологій для хворих із гастроентерологічною патологією. Завдання дослідження: розробити комплекс нетрадиційних методів відновлення для хворих із гастроентерологічною патологією, що буде включати сумісне та послідовне застосування ЛФК, ДТ і ФТ; вивчити ефективність застосування нового комплексу нетрадиційних методів відновлення.

Виклад основного матеріалу. Обстеження проводилось у 54 хворих працездатного віку: 19 хворих із ВХШ, 18 хворих із ВХДП, 17 хворих на ХХ. Усі хворі перебували у фазі неповної ремісії захворювання, пройшли співбесіду і погодились на обстеження, з наступним виконанням запропонованих їм практичних рекомендацій. Для вирішення поставлених завдань були проведені стандартні обстеження (виявлення основних скарг, збір анамнезу хвороби, анамнезу життя; встановлення головних клінічних показників хвороби, специфічних клінічних симптомів; вивчення лабораторних, функціональних, інструментальних показників). Статистичну обробку результатів досліджень проводили методом варіаційної статистики із застосуванням стандартного пакету прикладних програм SPSS 13.0 for Windows.

Запропонований пацієнтам ОГ комплекс включав дієтичне харчування (в основному відповідає дієті № 1 за Певзнером), 4–5-разове, за групами, залежно від захворювання, із частковим розширенням переліку продуктів, можливих до вживання хворими (овочі та фрукти) без загрози виникнення больових, диспептичних або психоемоційних порушень. Загальні рекомендації для пацієнтів такі: дотримання (за можливості) раціонального режиму праці та відпочинку (звільнення від нічних змін і відряджень); відмова від шкідливих звичок і запобігання стресовим ситуаціям; працетерапія (роботи на свіжому повітрі – присадибна ділянка, город); фізична активність. Рекомендації із приготування фітопрепаратів (настої, відвари), призначення їх у схемі комплексного оздоровлення було

пов'язане зі специфічними властивостями трав: знеболюючими, протизапальними, спазмолітичними, обволікаючими, пом'якшуючими, заспокійливими, вітаміновмісними.

У комплекс вправ ЛФК входили вправи переважно для великих і середніх м'язових груп, з великим числом повторень (під час м'язової роботи виділяється багато енергії, необхідної для нормального функціонування клітин організму, зокрема і для відновлення пошкоджених клітин). Обов'язковими були вправи для черевного преса, дихальні вправи. Основне завдання – дихати правильно, повним диханням, «животом, грудьми та плечима», тобто включати нижнє, серединне та верхнє дихання Пульс у період ЛФК не повинен перевищувати 120–130 поштовхів за хвилину. Заняття ЛФК проводилися не раніше ніж через 2–2,5 години після прийому їжі. На початку курсу основні вихідні положення – лежачи на спині і правому боці, на похилій площині з піднятим на 15–20 см головним кінцем. Критерієм правильності виконання всіх вправ була відсутність у процесі тренування печії або відрижки. У комплекс фізичних вправ поступово вводили рухи ногами, повороти тулуба у вихідному положенні, лежачи на спині, на правому, потім і на лівому боці, животі, колінах, стоячи (розгинання, нахили тулуба у боки, повороти, присідання, ходьба, біг тютцем).

Під час надходження усі хворі на ВХШ і ВХДП за важкістю та перебігом хвороби, тобто комплексом клінічних, лабораторних, функціональних показників, були приблизно однаковими. Скаргились на періодичну, помірно виражену (невираз-

Таблиця 1

Динаміка основних суб'єктивних і об'єктивних проявів у хворих на ВХШ та ВХДП під впливом нетрадиційних методів оздоровлення

Показники	До n = 37		Після			
			Зникли		Зменш.	
	бс	%	бс	%	бс	%
Помірна періодична болючість тупого, невиразного характеру з локалізацією в епігастральній зоні	31	84	27	87	4	13
Нудота (періодична)	20	54	20	100	–	–
Печія, відрижка кислим (періодична)	37	100	37	100	–	–
Об'єктивна чутливість за пальпації в епігастральній зоні	31	84	27	87	4	13
Симптом Менделя (+ +)	20	54	16	80	4	20
Симптом Лаенека (+)	20	54	20	100	–	–

Таблиця 2

Динаміка основних суб'єктивних і об'єктивних проявів у хворих на ХХ під впливом нетрадиційних методів оздоровлення

Показники	До n = 17		Після			
			Зникли		Зменш.	
	абс.	%	абс.	%	абс.	%
Болючість у правому підребер'ї ниючого характеру	15	88	13	86	2	14
Відчуття гіркоти в ротовій порожнині (періодично), відрижка гірким	17	100	17	100	–	–
Ознаки кишкової диспепсії (метеоризм, урчання, здуття)	15	88	15	100	–	–
Пальпаторно – болючість у правому підребер'ї	17	100	15	88	2	2

ного характеру) болючість у зонах, характерних для основного захворювання (таблиця 1).

У групі хворих ХХ 15 (88%) пацієнтів зазначали помірну болючість у правому підребер'ї ниючого характеру, метеоризм, здуття, урчання по ходу кишківника, усіх хворих (100%) турбували гіркота в ротовій порожнині; об'єктивно за пальпації фіксувалась помірною болючість у правому підребер'ї (таблиця 2).

Наприкінці курсу оздоровлення зазначено значні позитивні зміни суб'єктивних і об'єктивних показників у 27 (87%) хворих на ВХШ і ВХДП, 13 (86%) хворих на ХХ. Помірне покращення загального стану та самопочуття зазначено загалом у шести пацієнтів (неповне виконання рекомендацій у зв'язку з ненормованим робочим днем, робота в нічні зміни, періодичні стресові ситуації).

Висновки. У результаті аналізу матеріалів літературних джерел щодо сучасних розробок стосовно сучасних методик оздоровлення для хворих на ВХШ, ВХДП і ХХ, тісної взаємодії молодого науковця та спеціалістів практичної медицини, з метою підвищення ефективності використання здоров'язбережувальних технологій для хворих із гастроентерологічною патологією, був розроблений комплекс нетрадиційних методів оздоровлення, що включав сумісне та послідовне застосування ЛФК, дієтотерапії та фітотерапії. Запропонований комплекс дозволив підвищити загальну ефективність оздоровлення пацієнтів. Іноваційна програма спільної роботи науковців і

представників практичної медицини є перспективною, потребує подальшого вивчення та реалізації.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Актуальні питання внутрішніх хвороб у практиці сімейного лікаря : навчальний посібник / Ю. Вороненко та ін. ; за ред. Ю. Вороненка, О. Шекери, Л. Хіміон. Київ: Заславський А.Ю., 2018. С. 397–407.
2. Остапенко С. Здоров'язбережувальні технології як сучасний підхід формування ціннісних орієнтацій особистості. *Фізична реабілітація та здоров'язбережувальні технології: реалії і перспективи* : матеріали II Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції, 24 листопада 2016 р. Полтава : ПолтНТУ імені Юрія Кондратюка, 2016. С. 157–160.
3. Мелега К. Сучасні технології здоров'язбереження : навчальний посібник. Ужгород : Вид-во УжНУ «Говерла», 2018. С. 56–66.
4. Милославський Д. Сучасні погляди на роль і місце лікувально-профілактичної дієтетики при захворюваннях внутрішніх органів. *Український терапевтичний журнал*. 2016. № 3. С. 83–92.
5. Філь М., Свістак Д. Дикоростучі рослини в харчуванні людини. *Сучасні аспекти збереження здоров'я людини* : збірник наукових праць IX Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції, 22–23 квітня 2016 р. Ужгород. С. 166–168.
6. Міхеєнко О. Особиста відповідальність за стан свого здоров'я як стратегічний принцип оздоровчої практики / за заг. ред. Ю. Бойчука. *Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження* : колективна монографія. Харків : вид. Рожко С.Г., 2017. С. 238–244.

STUDY REGARDING THE VERBAL – NON VERBAL COMMUNICATION BETWEEN COACHES – ATHLETES WITHIN THE PERFORMANCE SPORT DOMAIN

ДОСЛІДЖЕННЯ ВЕРБАЛЬНО-НЕВЕРБАЛЬНОЇ КОМУНІКАЦІЇ ТРЕНЕРА ТА СПОРТСМЕНА ПІД ЧАС СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ

Communication is the basis of all processes, interactions and human relationships. It is also the basis of the efficient training of an athlete in the performance sport [1]. As Lyle explained [2], "the coach – athlete" relationship is essential in the athlete's development and the coaches who are now aware of the importance of such relationship risk to slow down or prevent the reaching of the athlete's maximum potential. To have a good communication, one must be open, honest, precise and direct. It is also important that one respects the ones involved, talks correctly, politely, in a constructive way, thus transmitting the entire message. A successful communication depends on a good inter personal relationship and the coach must communicate as efficiently as possible with the athlete, the whole team, the athlete's parents as well as with the media [3]. It is common knowledge that a positive communication and a positive attitude from the coach can lead to an athlete's best results [4]. It is also common knowledge that the reverse can happen: the aggressive communication can truly affect "the coach – athlete" relationship. The non-verbal communication represents a cumulus of messages which are not expressed through words and which can be decoded creating innuendoes. These signals can repeat, argue, replace, complete or highlight the message rendered through words. There is a difference between the verbal and the non-verbal communication: the non-verbal one presumes communication through gestures, mimics, body language and "represents the cumulus of messages which are not rendered through words and which can be decoded creating innuendoes" [5]. A correct verbal and non-verbal communication indicates a tight relationship coach and athlete and contributes to obtaining sporting performances.

Key words: verbal communication, non-verbal communication, coaches, performance athletes.

Спілкування є основою всіх процесів, взаємодій та людських стосунків. Це також

основа ефективної підготовки спортсмена [1]. Як зазначив Лайл [2], взаємини «тренер – спортсмен» важливі для розвитку спортсмена, а тренери, які зараз не усвідомлюють важливість таких відносин, ризикують уповільнити або запобігти розкриттю максимального потенціалу спортсмена. Для взаєморозуміння треба бути відкритим, чесним, точним і прямим. Важливо також, щоб вони поважали тих, хто бере участь у тренувальному процесі, говорили коректно, ввічливо, конструктивно, передавали точно все повідомлення. Успішне спілкування залежить від добрих міжособистих взаємин, і тренер повинен якомога ефективніше спілкуватися зі спортсменом, усією командою, батьками спортсмена, а також із засобами маової інформації [3]. Загальновідомо, що позитивне спілкування та позитивне ставлення тренера можуть сприяти найкращим результатам спортсмена [4]. Загальновідомо також, що може статися і зворотнє: агресивне спілкування може істотно вплинути на стосунки «тренер – спортсмен».

Невербальна комунікація являє собою передачу інформації, яка не виражається словами, яку можна розшифрувати за натяками. Ці сигнали можуть повторювати, аргументувати, замінювати, доповнювати або виділяти повідомлення, передане словами. Наявна різниця між вербальною та невербальною комунікацією: невербальна передбачає спілкування за допомогою жестів, міміки, мови тіла і «являє собою передачу повідомлень, які не передаються через слова, і які можна розшифрувати, створюючи натяки» [5]. Правильне словесне та невербальне спілкування свідчить про тісні стосунки тренера і спортсмена, сприяє досягненню спортивних результатів.

Ключові слова: вербальне спілкування, невербальне спілкування, тренери, виступи спортсменів.

UDC 37

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.11>

Mindrescu Veronica,

Professor Ph. D.

Motor performance Department,

Faculty of Physical Education

and Mountain Sports

Transilvania University of Brasov

(Brasov, Romania)

Moldovan Elena,

Assoc. Ph. D.

Motor performance Department,

Faculty of Physical Education

and Mountain Sports

Transilvania University of Brasov

(Brasov, Romania)

Formulation of the problem in general. The relationship between the coach and the athlete, which is rendered thought their way of communicating, influences both the athlete's evolution in his/her athletic development and the obtained results in competitions, whether we are talking about successes or failures for that matter. The aggressive attitude and aggressive gestures of a certain coach demotivates the athletes and his/her credibility decreases. The athletes often reject such behaviors and react consequently.

Highlighting previously unresolved parts of a common problem. The purpose of the research is to bring new useful arguments for improving the relationship between the coach and athlete by the verbal and non-verbal communication within the performance sport.

Formulating the goals of the article. The coach is the athletes' mentor, the person training them, the person who serves as a model. Comparing the communication perspectives between the coach and the athlete influences the non-verbal communication of the performer. the study used as a research method two questionnaires addressed to a work sample of 200 subjects of whom 150 subjects have been professional athletes (from collective sports such as handball, football and basketball and individual sports as well such as tennis, skiing and swimming) and 50 experienced coaches. These questionnaires have been applied through the help of phone calls, the internet and social media.

The used method of research has been applying in the online environment two questionnaires:

the first formed of 30 questions addressed to performance athletes and the second formed of 30 questions addressed to coaches. The questionnaires have been divided in two different sections: the first section represents the research questions, while the second section represents the demographic questions. In applying the questionnaires in the online environment one has mentioned the fact that these questionnaires are anonymous and they do not need the names of the subjects, but better their gender. The data collected, in terms of answers, target only the statistical processes that are the subject of research. Furthermore, one has mentioned that when filling in the questionnaire they are in the agreement with the processing of personal data according to the "General Data Protection Regulation" (GDPR) which was created by the European Union with the purpose of protecting the personal data of citizens, adopted in 2018. After establishing the questions for coaches, the process is then followed by writing them in an app generating questionnaires and statistics. But since the questionnaires have not been addressed only to Romanian native speakers, one has also translated these questionnaires in English, using the Google Drive app for generating questionnaires, a well-known app also for processing the data automatically. One has also used three methods of transmitting the questionnaires, by phone, internet and social media, thus having a more rapid access to the sampled subjects.

All questions have been noted in a Word document followed by the research of other questionnaires on similar topics [6].

The results of the research. The research has had 200 subjects of whom 150 have been performance athletes and 50 coaches (figure 1), 2 questionnaires, one for athletes with 30 questions and one for coaches with 30 questions.

The distribution of questioned athletes on sporting disciplines has been the following: 112 athletes who practice collective sports and 38 athletes who practice individual sports.

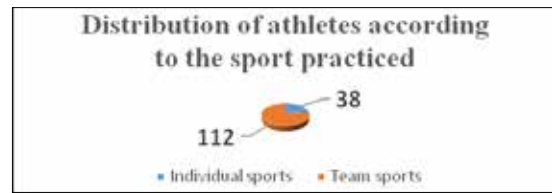


Figure 1. Distribution of respondents

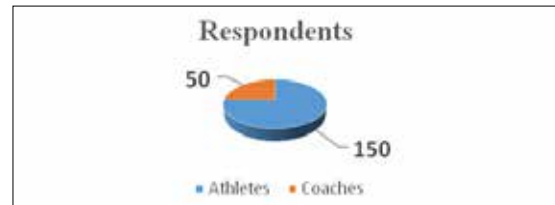


Figure 2. Distribution of athletes according to the sport practiced

In the next figure one can find the result representation of the questionnaire addressed to athletes. All the answers have been divided in positive and negative answers, even though several variants of answers have been provided. The positive answers are represented by the blue color while the negative ones by the red color (figure 3).

The results of the coach questionnaire can be found in figure 4.

Observing the interpretation of the total answers to the two questionnaires, we can see the aspects of the coach-athlete communication as being more negative than positive.

Hereinafter, we can see the responses to the most relevant questions that are the object of our study.

To question 1, coaches consider that only 31% of the cases have had a reverse effect, an effect of discouragement, even though their proposition was one of encouragement. The division of percentages is rendered in the following figure:

Mimics and gestures are part of the non-verbal communication. For a non-verbal message to be correctly decoded by the receiver, in this case by the coach, the latter must know his/her athlete quite well.

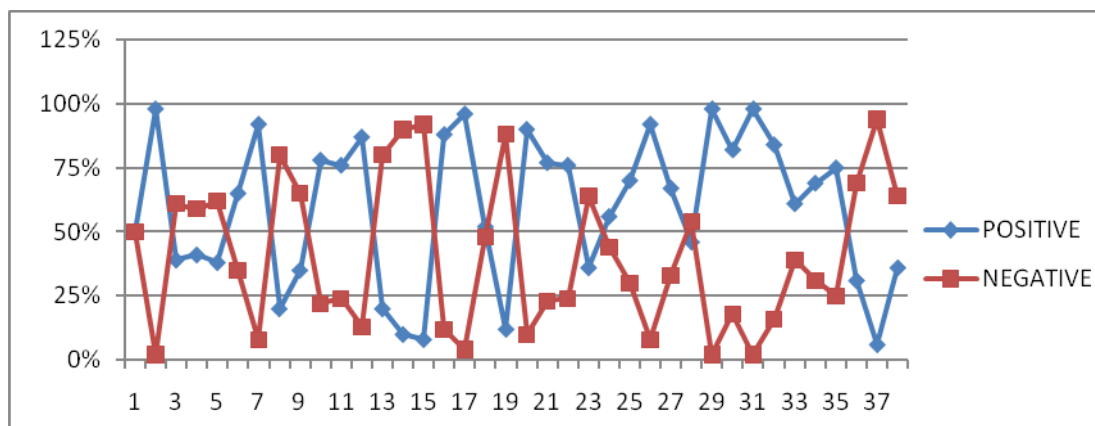


Figure 3. Results athlete questionnaire

To question 2 addressed to coaches, "IF the athlete makes a certain gesture, a certain mimic, can you understand what he/she meant?", the result can be observed in the following figure.

To what raising one's voice is concerned, the negative percentage is quite big. The majority of athletes answer to question 3, "What effect does raising the coach's voice have on you?" with a sense of discour-

agement. To question 9, similar to the previous one, 65% of athletes feel they are "less motivated to act once the coach has raised the voice", being actually quite demotivated. In comparison, coaches tend to be a bit over 50% towards the negative answer. A lot of them feel that certain athletes can be motivated only by raising their voice. This comparison, between coaches and athletes, can be seen in the following

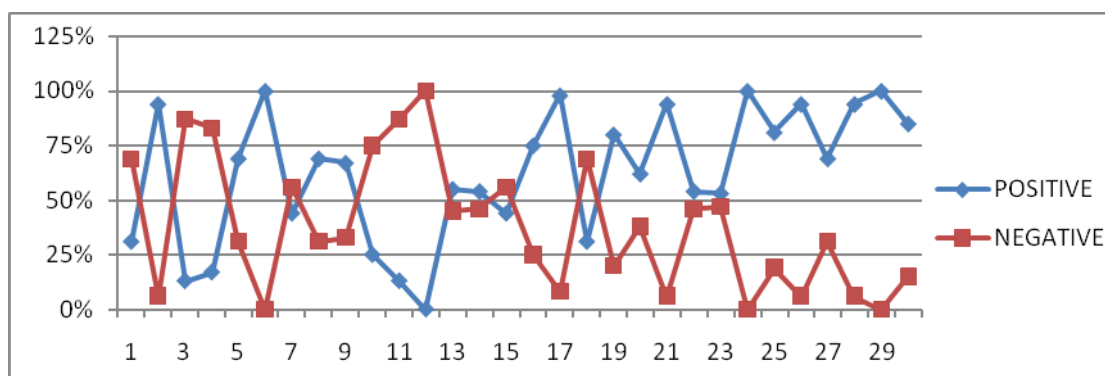


Figure 4. Results coach questionnaire

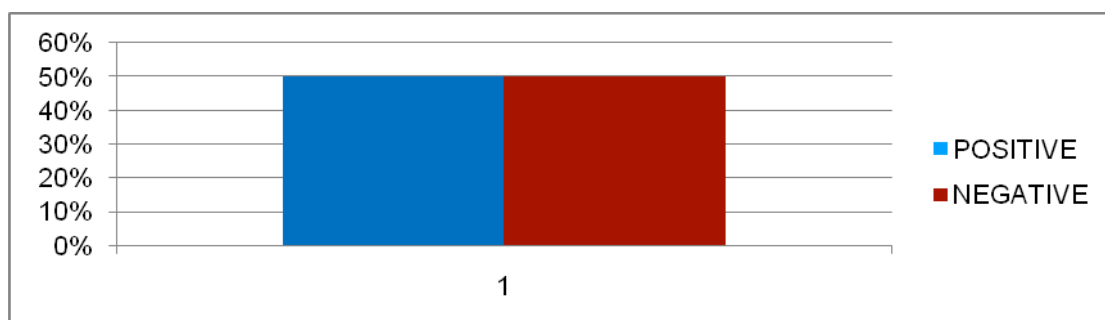


Figure 5. Question 1 athlete questionnaire

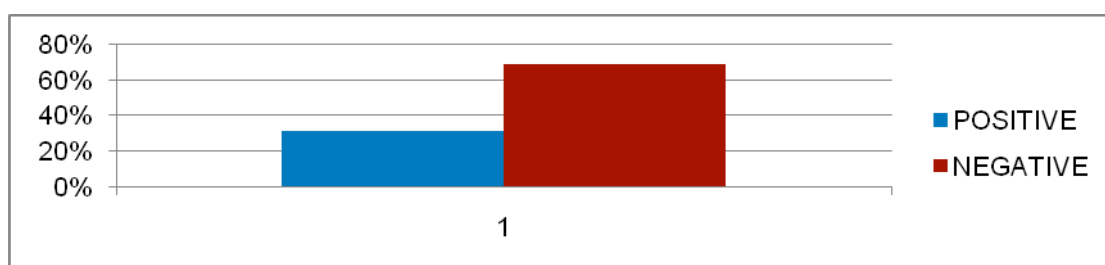


Figure 6. Question 1 coach questionnaire

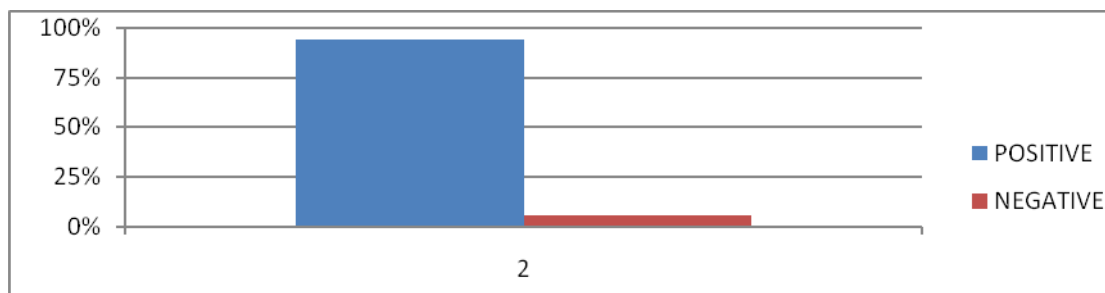


Figure 7. Question 2

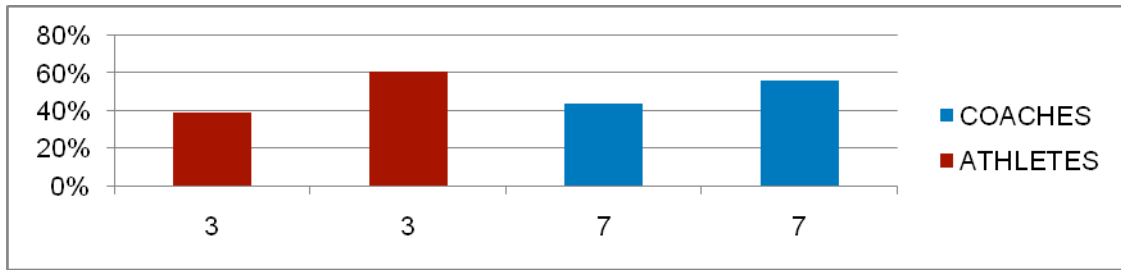


Figure 8. Question 3 (athlete questionnaire) Question 7 (coach questionnaire)

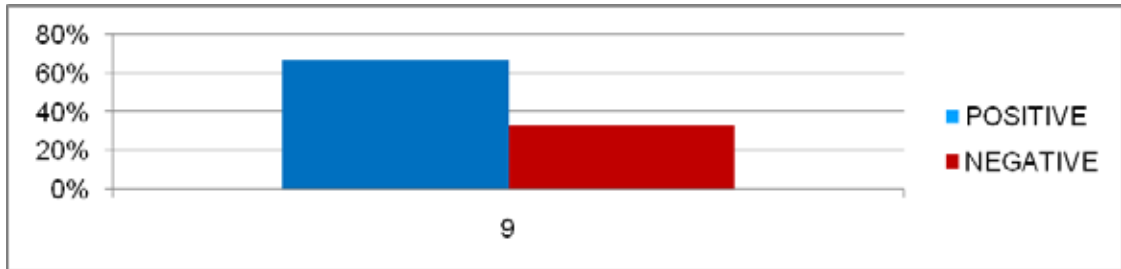


Figure 9. Question 9 coach questionnaire

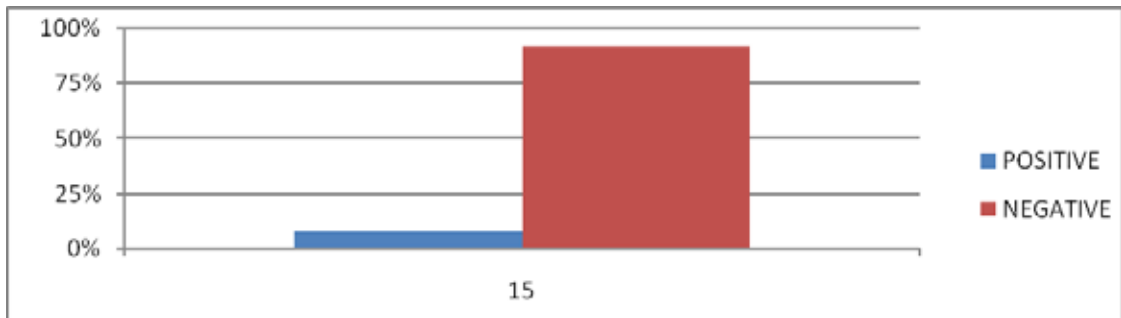


Figure 10. Question 15

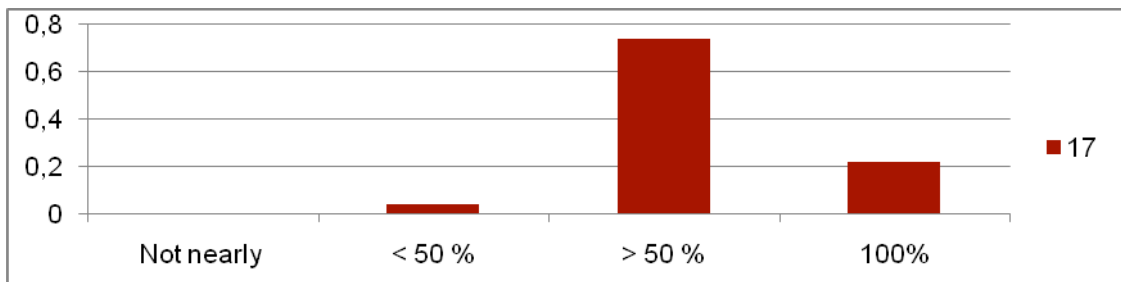


Figure 11. Question 17 athlete questionnaire

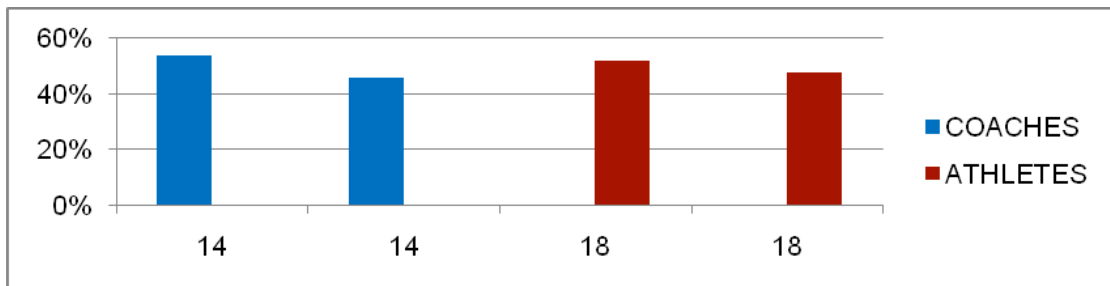


Figure 12. Question 14 (coach questionnaire) Question 18 (athlete questionnaire)

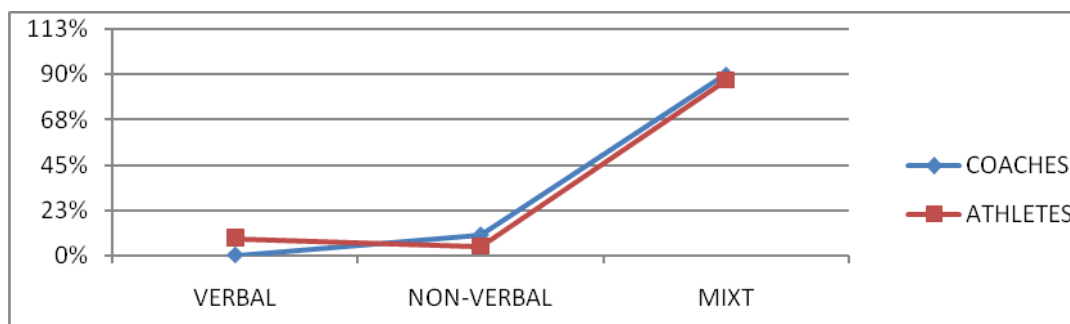


Figure 13. Questions 25, 28 (coaches) Questions 30, 35 (athletes)

figure, where the masters are represented by the blue color and the apprentices by the red color. The first column represents the positive answer while the second column the negative one.

To question 7, "When you have something to say or object, does the coach listen to you?" 92% of athletes responded affirmatively while only 8% responded negatively. Out of the 8%, the majority affirmed that they felt discouraged, demotivated or felt that they were losing trust or faith. To question 8, question with an open answer, the athletes were supposed to talk about how they felt when the coach didn't listen to their opinion. A smaller amount of subjects, from collective sports, have said that in these kind of situations they felt as if they didn't matter in the team nor that their opinion was taken into account. Such views indicate that the master of the team is only the coach and that he/she does not collaborate with the players that he/she is instructing. Another aspect could be that coach indeed works more or less with certain subjects.

The majority of coaches responded that they wish to have a stronger bond with the athletes and determine them to talk more. This comes in quite of a bit of contradiction, because at question 8, if they feel satisfied of how the athletes communicate with them, 69% responded affirmatively and only 31% responded negatively. The fact that the coaches want their athletes to talk more, to try to be more open, all of these indicate that they are involved and committed for the athlete's wellbeing, implicitly for their own good. A committed coach helps the athlete's evolution and wellbeing. Whereas the athletes have said they wished their guiders were calmer and more forbearing, which means an aggressive or authoritarian character is less agreeable.

"After a defeat, do you make reproaches right after the game or do you try and analyze first the situation and then communicate with the athlete?" To this question, question 9, the majority declared they talk about the result right after the end, as shown in the figure below.

This question has had an open answer where the instructors had to describe or explain why they talk or don't talk with their athletes' right after a defeat. The ones saying that they talk to the athletes after a defeat said that they analyze the match together

because everything is so fresh in their minds, but the analysis is a positive one. Only after a period of time (undescribed here) do they make a more detailed and thorough analysis with possible reproaches. A lot of them consider that this communication method help athletes to cope easier with defeat. Coaches know that defeat is hard to swallow and they do not want to discourage even more the players, but on the contrary, they want to motivate them by making them aware of their mistakes. The numeric inferiority which said that it does not communicate with the athletes after a defeat, wishes the athletes to calm down first, giving the coach the possibility to individually analyze the recently obtained result, after which a more detailed analysis will take place but together. The coaches also said that this method differs from athlete to athlete. The players are different, they have different personalities and the coach-athlete communication differs from case to case. However, the coaches who do know their athletes, know exactly what method must be applied and when. This indicates a strong relationship between the coach and athlete. They know each other and their common objective is obtaining positive and multiple results by improving the instruction methods.

The questionnaire questions are similar, both to masters and to apprentices, to further notice the opinion of the two sides and to further compare them. To question 15 (athlete questionnaire) the subjects were asked to offer information regarding being ever intentionally hit by coaches. The majority answered with a negative response, nevertheless the same question was asked to coaches (question 12) and here the answer was unanimously negative. The athletes' response representation can be seen the following figure:

One can notice that the coach does not want to reveal this kind of information, even though the questionnaire is anonymous. The coaches' responses cannot be 100% correct, for the athletes' responses contradict their affirmations. These kind of delicate questions are meant to be asked on both sides to have opinions from different directions.

The athletes were asked to declare to what extent they respect the coach's indications before

the competition and they had to choose for question 17 between four variants of response. 96% of subjects declared they respect over 50% of the indications given by the instructor and only 4% apply less than half of the coach's guidance. The athletes had to choose between the following variants: "nor nearly", "less than 50%", more than 50%" and "100%". These can be shown the figure below:

This high percentage of athletes stating that they respect the coach's indications more than 50% during a competition illustrates the fact that the athletes do trust the coach's experience and abilities.

To the question "Does it happen for the coach to tell you something but from his gesture and mimic you might understand something else?" over a bit 50% both coaches and athletes responded affirmatively. This was question 18 for the athletes and question 14 for the coaches. This shows that the verbal message contradicts the non-verbal message, instead of sustaining it. The percentages of the given answers can be seen in the following figure, where the first column either blue or red represents the affirmative answer and the second column either blue or red the negative answer.

When it comes to the way of communication, the athletes and coaches have had to choose between the verbal, the non-verbal and a combination of the two. The following figure illustrates the percentage in which they prefer the communication to take place, both during trainings and during competitions.

Both masters and apprentices consider the communication with the coach and the members of the team during a competition more efficient than communication only with the coach or only with the members of the team.

At the end of the questionnaire, the coaches were asked the following question: "Do you find it easy/hard to read the athlete's feelings during a match?" 85% of them responded affirmatively and only 15% responded negatively. The subjects were asked to motivate their choice. They said they find it easy to read the athlete's feelings for they know quite well the athlete they are instructing. Due to body language, gestures and mimic they can tell what is happening inside the player without the latter verbally expressing it. But in order to know or correctly read these non-verbal messages, the people involved must know each other, and this mutual process must occur during time, during a longer period of time and under different situations. But even then the verbal messages can contradict the non-verbal ones and the receiver cannot always correctly decode them, as previously shown with question 14 and 18 from the two questionnaires.

Conclusions. One has noticed that the aggressive attitude or aggressive gestures of a certain

coach demotivates players and the credibility slowly decreases. The athletes often reject these behaviors and react consequently.

One recommends the coaches be in a continuous development, to document themselves on different subjects. The majority already does. They wish to have a good rapport with their athletes; they want to make them talk more, being fully aware that only this way they can trust each other. Furthermore, only a strong team behind an athlete can lead to the top of the leader board.

Being a subject that is part of the individual's emotional sphere, in the beginning, the subjects were reticent in filling out the questionnaires, although one mentioned that the personal data would be necessary for statistical indication of the research. Only after communicating that the questionnaire is anonymous, only then did they start sharing what they were thinking.

After the questionnaires were filled in, with certain subjects we had more thorough discussions on the subject of the paper. After a period of time they said that indeed the way of communication has a certain effect on the master – apprentice relationship, thus giving much more attention to this aspect. They could notice positive results after a short time of applying new methods of communication and instruction.

REFERENCES:

1. Bloom, Schinke & Salmela. 1997. P. 3, apud. Niko Härkönen & Roman Klicznik. 2014. P. 9
2. 1999, in Nelson et al. 2014. P. 114, apud. Härkönen & Klicznik. 2014. P. 3.
3. Hardy, Burke & Crace. 2005. p. 192 ; Zyl van 2011. P. 5–6, apud. Niko Härkönen & Roman Klicznik. 2014. P. 9.
4. Kassing & Sanders. 2010, apud. Mazer et al. 2013. P. 204.
5. Madalina Catu. 2019. Elemente esentiale in comunicare an onverbala.
6. Shimazaki T., și Kikkawa M. A Study of Nonverbal Communication by Coaches : Relationships between Communication Ability and Coaching Evaluation, Paper : Coaching and Training, International Journal of Sport and Health Science, Vol. 13. 2012. P. 427–447. Japonia, online 21 mai 2015. P. 43–60.
7. URL: https://www.academia.edu/23829775/Aggressive_Communication_in_the_Coach_Athlete_Relationship (accessed: 28.04.2018).
8. URL: https://www.academia.edu/36840607/Tipuri_de_chestionare (accessed: 02.06.2019).
9. URL: <https://alindiaconu.blogspot.com/2011/09/psihologie-sportiva-violenta-si.html> (accessed: 02.05.2019).
10. URL: <http://www.conferintedefs.ase.ro/2013/PDF/Sport%20de%20performanta/25%20Iacobini%201.pdf> (accessed: 01.05.2019).
11. URL: http://www.fefsoradea.ro/Fascicula_Educatie_Fizica_si_Sport/2012/10.FEFS_2012_Trifa.pdf (accessed: 04.05.2019).

МОДЕЛЮВАННЯ ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ КВАЛІФІКОВАНИХ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ У РІЧНОМУ МАКРОЦИКЛІ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

MODELING OF THE TRAINING PROCESS OF QUALIFIED VOLLEYBALLISTS IN THE ANNUAL MACROCYCLE IN CONDITIONS OF HIGHER EDUCATION

Важлива умова в сучасному волейболі – не лише зростання інтенсивності гри, а й ефективно організований річний цикл тренувального процесу. Постійне підвищення вимог до рівня спортивної майстерності волейболістів змушує тренерів до пошуку способів підвищення ефективності навчально-тренувального процесу, особливо в умовах навчання в закладах вищої освіти. Одним із перспективних напрямів удосконалення системи спортивної підготовки кваліфікованих волейболістів є використання різноманітних форм організації занять із волейболу, що сприяє результативності змагальної діяльності, як окремим спортсменом, так і командою загалом. Важливим чинником підвищення результативності змагальної діяльності є спортивне вдосконалення студентських команд із волейболу, яке може бути істотно поліпшено на основі створення та застосування комплексної методики управління їх підготовкою, що включає: діагностування й урахування рівня розвитку фізичних якостей; визначення вмісту етапів і циклів фізичної підготовки студентів, а також засобів цієї підготовки; вибір адекватних обсягу, інтенсивності та розподілу тренувального навантаження для досягнення цільових результатів у спеціальній підготовленості.

У статті розглядаються теоретико-методичні основи теорії періодизації спортивного тренування, особливості побудови річної підготовки у волейболі, розкриті особливості тренувального процесу волейболістів в умовах закладу вищої освіти. Досліджено застосування раціональних форм планування тренувальних навантажень у структурах річної та багаторічної підготовки спортсменів волейболістів в умовах навчання у закладі вищої освіти. Передбачається, що отримані результати про фізичну підготовленість студентів-волейболістів можуть бути використані як критерії для подальшого ефективного планування тренувального процесу.

Ключові слова: спортивні ігри, волейбол, періодизація, тренувальний процес, моделювання, вдосконалення.

An important prerequisite for modern volleyball is not only the increasing intensity of the game, but also the effectively organized annual cycle of the training process. The constant increase in the requirements for the level of athletic skills of volleyball players forces coaches to find ways to improve the efficiency of the educational and training process, especially in the conditions of study in institutions of higher education. One of the promising directions for improving the system of sports training of qualified volleyball players is the use of various forms of organization of volleyball classes, which contributes to the effectiveness of competitive activities, as an individual athlete and the team as a whole. An important factor in improving the performance of competitive activities is the sports improvement of student volleyball teams, which can be significantly improved on the basis of the creation and application of a comprehensive methodology for managing their training, including: diagnosis and accounting of the level of development of physical qualities; determining the content of the stages and cycles of physical training of students, as well as the means of this training; the choice of adequate volume, intensity and distribution of training load to achieve the target results in special preparedness.

The article deals with the theoretical and methodological foundations of the theory of periodization of sports training, features of the construction of annual training in volleyball, reveals the features of the training process of volleyball players in higher education. The application of rational forms of planning of training loads in the structures of annual and long-term training of volleyball athletes in the conditions of study at universities is investigated. The results obtained on the fitness of students in volleyball can be used as criteria for further effective planning of the training process.

Key words: sports games, volleyball, periodization, training, modeling, perfection.

УДК 796.012.6.001.57
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.12>

Прекурат О.Т.,
викладач кафедри фізичної культури та основ здоров'я
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
Петричук П.А.,
старший викладач кафедри фізичного виховання
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
Первухіна С.М.,
викладач кафедри фізичного виховання
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді. Фізичне виховання студентської молоді є пріоритетним напрямом у формуванні фізичної культури особистості як складової частини загальної культури молодих людей, здорового способу життя та спортивного стилю життєдіяльності майбутніх фахівців [4].

Сучасні аспекти управління тренувальним процесом в умовах вищих навчальних закладів поки ще науково не розроблені. Недостатня державна підтримка студентського спорту, комерціалізація та професіоналізація спортивної діяльності негативно позначаються на рівні спортивної підготовки студентства. Це зумовлює необхідність виявлення

проблем, шляхів їх вирішення, спрямованих на підвищення ефективності процесу підготовки спортсменів у період їх навчання у закладі вищої освіти (далі – ЗВО) [7].

У контексті теми дослідження велике значення мають праці авторів, які висвітлюють основи спортивного тренування (Ю.В. Верхошанський, 1985 р.; Н.Г. Озолін, 2004 р.; В.М. Платонов, 2001, 2004, 2008 рр.; Л.П. Матвєєв, 2010 р.) та методичні аспекти підготовки у спортивних іграх, зокрема у волейболі (Ю.Д. Желєзняк, 1998 р.; Ю.М. Портнов, 1996р.; Ю.Н. Клещев, 2002р.; А.Г. Фурманов, 2007р.).

У контексті освоєння студентами гри у волейбол важливе місце посідають питання організації

з різного ступеня та рівня підготовленості гравців тимчасових і постійних команд як форми соціального розвитку гравців цих команд, а також наукового обґрунтування підготовки студентської команди в річному циклі занять.

Такий стан виявляє суперечності між наявністю методичного матеріалу та практичного досвіду у спорті вищих досягнень (стосовно волейболу) і його незатребуваністю під час підготовки студентської команди в річному циклі підготовки.

Мета статті – науково обґрунтувати й експериментально перевірити структуру та зміст навчально-тренувального процесу студентської команди з волейболу в річному циклі підготовки.

Виклад основного матеріалу. Теорія періодизації спортивного тренування передбачає: безперервне, планомірне і всебічне підвищення можливостей спортсменів у всіх напрямках техніко-тактичної, фізичної та психологічної підготовки, зумовлених специфікою виду спорту та вимогами високоінтенсивної змагальної діяльності; досягнення стану найбільш високої готовності до стартів у головних змаганнях макроциклу, демонстрацію в цих змаганнях найкращого індивідуального результату певного мікроциклу [2].

Вивчення науково-методичної літератури та передового досвіду підготовки в командних ігрових видах спорту свідчить про недостатню обґрунтованість річної підготовки в умовах тривалої та багаторуровневої системи змагань. Значна багаточинність структури змагальної діяльності та підготовленості гравців високої кваліфікації, істотна роль кожного чинника в досягненні кінцевого результату, виражена варіативність параметрів спортивної майстерності залежно від конкретних умов змагальної діяльності визначають виняткову складність побудови підготовки в рамках річного циклу [6].

Одним із найважливіших питань успішного керування тренувальним процесом, шляхів підвищення ефективності підготовки спортсменів є пошук раціональних форм планування тренувальних навантажень у структурах річної та багаторічної підготовки спортсменів.

Оптимальна побудова тренувального процесу багато в чому пов'язана з раціональним плануванням річного циклу. Ефективність такого планування визначається: структурою річного циклу; основними завданнями за етапами підготовки; розподілом обсягів основних тренувальних засобів по тижнях; календарем і системою змагань; закономірностями розвитку і становлення спортивної форми; динамікою тренувальних навантажень у річному циклі; динамікою стану спортсмена в річному циклі; раціональної організацією педагогічного контролю [5].

Структура річної підготовки – це пов'язано-послідовна система організації тренувальних навантажень, що передбачає певний порядок і

черговість введення у тренування обсягів навантажень різної спрямованості, створення умов, за яких попередні навантаження забезпечують сприятливе морфо-функціональне, психологічне тло для підвищення тренувального впливу наступних.

Побудова річного тренувального циклу в командних ігрових видах спорту здійснюється за так званим трансформованим варіантом [3]. У цьому варіанті структури річного тренувального циклу тривалість підготовчого періоду досить коротка (2–3 місяці), змагальний період триває 8–9 місяців.

Якісне управління підготовкою спортсменів передбачає наявність відповідних моделей тренувальної роботи, які відображають величину і співвідношення її основних компонентів у різних структурних утвореннях тренувального процесу на конкретних етапах становлення спортивної майстерності. Багатоцільова спрямованість підготовки у спортивних іграх зумовлює, у свою чергу, необхідність наявності в цих моделях оптимального поєднання і раціональної послідовності використовуваних тренувальних засобів.

У командних спортивних іграх дотепер існує гострий дефіцит науково обґрунтованих і цілеспрямованих тренувальних програм, орієнтованих на досягнення й утримання необхідного для демонстрації високого спортивного результату рівня спеціальної підготовленості спортсменів.

Домогтися підвищення результативності надійності змагальної діяльності як окремим спортсменом, так і командою загалом можна завдяки організації процесу їх підготовки.

Спортивне вдосконалення студентських команд із волейболу може бути істотно поліпшено на основі створення та застосування комплексної методики управління їх підготовкою, що включає: діагностування й облік рівня розвитку фізичних якостей та функціональних параметрів студентів, що займаються волейболом; визначення вмісту етапів і циклів фізичної підготовки студентів, а також засобів цієї підготовки;

Виходячи з термінів змагань, нами була розроблена структура навчально-тренувального процесу студентської команди з волейболу, заснована на системному інтегративному плануванні з двоєного циклу підготовки (підготовчого, змагального і перехідного періодів) з урахуванням графіка професійного навчання, екзаменаційних сесій і канікул. Програма містить:

1) мікроцикли загальнопідготовчого і спеціально-підготовчого етапів, зокрема підвідний та модельний мікроцикли для підготовки до змагань регіонального масштабу; 1-й підготовчий період повинен був закінчитися до початку листопада;

2) міжігрові та змагальні мікроцикли 1-го змагального періоду з участю в I-му турі Чемпіонату України серед студентських команд, Всеукраїнському турнірі та Чемпіонаті області;

3) другий змагальний період (участь у Другому та фінальному турі Чемпіонату України серед студентських команд, універсіаді Чернівецької області, Літній універсіаді України, та Чемпіонаті області);

4) міжігровий (літня сесія) та відновлювальний мезоцикли перехідного періоду.

Побудова тренувального процесу гравців у підготовчому періоді зумовлена, з одного боку, календарем змагань, на основі якого була обрана схема зведеного циклу підготовки команди протягом річного макроциклу, а з іншого – основними завданнями, що вирішуються в підготовчому періоді відповідно до концептуальних основ теорії періодизації спортивного тренування.

Інтегральними критеріями адаптації волейболістів до тренувальних навантажень протягом річного циклу тренувального процесу служать показники фізичної підготовленості (табл. 1).

Аналіз результатів таблиці 1 дозволяє зробити висновок, що за всіма показниками розвитку сили, швидкісно-силових якостей, спеціальної витривалості і спритності спостерігаються поступові розходження в бік покращення між 1-м, 2-м, 3-м і 4-м тестуваннями. Стабілізація показників між 3-м і 4-м тестуваннями може свідчити про те, що волейболісти виходять на оптимальний рівень підготовленості.

Найбільший приріст результатів кваліфікованих волейболістів за річний цикл підготовки спостерігався в показниках, які характеризують швидкісно-силові якості. Так, результати в кидку набивного м'яча з положення стоячи на колінах покращилися з 9,24 м у втягуючому мезоциклі до 10,42 м у 1-му передзмагальному, що в середньому становило 12,8% ($p < 0,05$), приріст у другому циклі становив 0,24 м (3,3%, $p < 0,05$); стрибок угору з місця покращився в першому циклі тренування із 48,7 см до 52,2 см, що склало 7,2% ($p < 0,05$), у другому циклі – з 50,5 см до 53,9 см (6,7%, $p < 0,05$); результат у стрибку з місця в довжину також збільшився в середньому із 253,3 см до 263,1 см, приріст становить 3,9% ($p < 0,05$)

у першому циклі, із 259,7 см до 264,0 см удругому циклі – 1,7% ($p > 0,05$).

Сила верхніх кінцівок, яка визначалася за допомогою тесту підтягування на поперечині, збільшилася на 3,5% ($< 0,05$) у першому циклі підготовки, на 0,8% у другому циклі. Також існує позитивна динаміка в показниках динамометрії кистьової, яка дозволяє визначити силу м'язів кисті, результат правою рукою зріс у 1-му циклі на 3,6%, лівою – 1,1% , у 2-му циклі – правою на 3,7%, лівою рукою – 0,5% ($p > 0,05$).

Найменший приріст результатів спостерігався в тестових вправах, які виконувалися на швидкість з одночасним проявом спритності, тобто «човниковий біг» і тест «Ялинка», результати покращилися на 0,5 та 0,6% відповідно в першому циклі, на 0,1 і 0,2% у другому циклі підготовки. Найвищі результати під час виконання цих тестів зафіксовані в 1-му передзмагальному мезоциклі, їх подальше пониження можна схарактеризувати як вплив втоми від напруженого тренування, що вимагає покращеного відновлення. Варто також відзначити, що швидкість належить до якостей, покращення результатів в яких можливе за умови лише спеціально спрямованої роботи.

Аналіз результатів таблиці 1 дозволяє зробити висновок, що за всіма показниками розвитку сили, швидкісно-силових якостей, спеціальної витривалості та спритності спостерігаються поступові розходження в бік покращення між 1-м і 2-м, 3-м та 4-м тестуваннями. Стабілізація показників у 2-му циклі підготовки, що здебільшого відзначається відсутністю статично значущої різниці між 3-м і 4-м тестуваннями, може свідчити про те, що практично волейболісти виходять на оптимальний рівень підготовленості, тобто практично вже сформовані адаптаційні механізми до фізичних навантажень.

Отже, основною ключовою ланкою під час підготовки до змагань є адаптація волейболістів до тренувальних і змагальних навантажень, яка здійснюється у процесі окремих вправ і занять

Таблиця 1

Показники фізичної підготовленості кваліфікованих волейболістів на різних етапах дослідження річного циклу підготовки (n = 15)

Тестові вправи	Етапи дослідження					
	вересень $x \pm m$	листопад $x \pm m$	p $X_1 - X_2$	лютий $x \pm m$	квітень $x \pm m$	p $X_3 - X_4$
Стрибок угору з місця, см	48,7 ± 1,23	52,2 ± 0,92	3,5 < 0,05	50,5 ± 0,85	53,9 ± 0,54	3,4 < 0,05
Стрибок у довжину з місця, см	253,3 ± 1,39	263,1 ± 0,92	9,8 < 0,05	259,7 ± 1,08	264,0 ± 0,62	4,3 > 0,05
Кидок набивного м'яча, м	9,24 ± 0,04	10,42 ± 0,08	1,18 < 0,05	10,31 ± 0,06	10,65 ± 0,07	0,34 < 0,05
Підтягування на поперечині, рази	11,5 ± 0,54	11,9 ± 0,54	0,4 < 0,05	11,8 ± 0,54	11,9 ± 0,46	0,1 > 0,05
Динамометрія правою, кг	58,6 ± 1,62	60,7 ± 1,15	2,1 > 0,05	60,1 ± 1,22	62,3 ± 2,85	2,2 > 0,05
Динамометрія лівою, кг	55,4 ± 1,14	56,0 ± 1,23	0,6 > 0,05	55,8 ± 1,09	56,1 ± 1,54	0,3 > 0,05
Човниковий біг 5 x 6 м, с	7,39 ± 0,01	7,35 ± 0,01	0,04 > 0,05	7,37 ± 0,01	7,36 ± 0,01	0,01 > 0,05
Тест «Ялинка»	23,45 ± 0,05	23,30 ± 0,06	0,15 > 0,05	23,39 ± 0,04	23,34 ± 0,03	0,05 > 0,05

із формуванням термінових і відставлених тренувальних ефектів (термінова адаптація). Протягом досліджуваного періоду тренування сумація термінових і відставлених ефектів приводить до формування кумулятивного ефекту, тобто відбувається довгострокова адаптація, результатом якої і є визначений рівень підготовленості волейболістів, який дозволяє їм ефективно брати участь у змаганнях.

Висновки. Аналіз і узагальнення сучасних проблем підготовки спортсменів дозволяють констатувати, що побудова тренувального процесу спортсменів командних ігрових видів спорту порівняно з іншими видами спорту має свої специфічні особливості, що насамперед зумовлено календарем змагань і тривалістю основних етапів підготовки в межах макроциклу.

Обґрунтовано необхідність переходу від традиційної організації навчально-тренувального процесу студентів до занять волейболом із використанням технології експериментального проекту. Застосування в навчальному році розробленої структури та змісту підготовки студентської команди з волейболу привело:

– до достовірного приросту результатів зі спеціальної фізичної підготовленості студентів експериментальної групи;

– до істотного поліпшення спортивних результатів: за період експерименту студентська команда стала призером Літньої універсиади області та призером Чемпіонату України серед студентських команд Вищої ліги.

Раціональні режими спортивного тренування викликають адекватну адаптацію основних систем організму до м'язової роботи. Планомірна підготовка з урахуванням календаря основних змагань і застосування розробленої структури підготовки сприяють створенню передумов виникнення адап-

таційних реакцій систем організму волейболістів до тренувальної діяльності.

Інтегральними критеріями адаптації волейболістів до тренувальних навантажень протягом визначеного періоду служать показники спеціальної фізичної підготовленості. Визначено, що впродовж підготовки до змагань відбувається статистично достовірний приріст результатів за всіма показниками в 1-му і 2-му циклах, які характеризують розвиток швидкісно-силових якостей (стрибок угору з місця – 7,2 і 6,7%; метання набивного м'яча – 12,8 і 3,3%, стрибок у довжину – 3,9 і 1,7%). У всіх інших показниках також відбулися позитивні зрушення, хоча достовірної різниці в результатах першого й останнього тестувань немає.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Балан Б.А., Лунин Г.В. Особенности подготовки студенческих сборных команд по футболу к краткосрочным соревнованиям. *Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта*. 2012. № 1. С. 13–16.
2. Бондарчук А.П. Періодизація спортивного тренування. Київ : Аграрна наука, 2000. 568 с.
3. Голуб В.П. Контроль і нормування тренувальних навантажень на передзмагальному етапі підготовки кваліфікованих волейболістів : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Київ, 1993. 19 с.
4. Кушнірюк С.Т. Контроль і структура фізичної підготовленості гандболістів високої кваліфікації у тренувальному макроциклі : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.01. Київ, 2004. 19 с.
5. Рыцарев В. Волейбол: попытка причинного исследования приемов игры и процесса подготовки волейболистов. Москва : Издательский центр «Академия», 2005. 384 с.
6. Чернов С.В. Инновационные технологии подготовки профессиональных спортсменов и команд игровых видов спорта : автореф. дис. ... докт. пед. наук: 13.00.04. Москва, 2006. 46 с.

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СУЧАСНОГО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У ВДНЗ УКРАЇНИ

THEORETICAL BASIS OF THE MODERN EDUCATIONAL PROCESS IN THE HIGHER EDUCATION IN UKRAINE

УДК 378.14:004.02
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.13>

Слухенська Р.В.,
канд. пед. наук,
доцент кафедри медицини катастроф та військової медицини
Буковинського державного медичного університету

Назимок Є.В.,
канд. мед. наук,
доцент кафедри медицини катастроф та військової медицини
Буковинського державного медичного університету

Іванушко Я.Г.,
канд. мед. наук,
доцент кафедри медицини катастроф та військової медицини
Буковинського державного медичного університету

Ломакіна Ю.В.,
канд. мед. наук,
доцент кафедри медичної біології та генетики
Буковинського державного медичного університету

Постановка проблеми в загальному вигляді. Зараз в Україні відбуваються кардинальні зміни в соціальному, економічному й політичному житті. Реформування змісту педагогічної освіти має відповідати новим вимогам суспільства, сприяти підготовці та професійному розвитку фахівця. Зміст освіти, відповідно до вимог Болонського процесу, має формувати інтерес до навчання, потребу в отриманні знань, бажання й можливість учитися на результат і майбутнє професійне зростання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Над розробленням теоретичних засад функціонування педагогічних систем працювали А. Алексюк, Ю. Бабанський, Г. Білявський, Р. Гуревич, І. Лернер, Є. Мединський, Л. Онищук, В. Паламарчук, О. Савченко та ін.; тенденції розвитку вищої педагогічної освіти студіювали О. Дубасенюк, А. Булда, О. Глузман, В. Луговий, Н. Нічкало та ін.; проблеми неперервної професійної освіти розробляли С. Гончаренко,

Стаття присвячена розкриттю теоретичних основ освітнього процесу у вищих навчальних закладах України крізь призму загальних педагогічних технологій сучасності й моделей підготовки майбутнього випускника-професіонала. Зокрема, з'ясовано, що педагогіка вищої школи має забезпечити реалізацію таких функцій: освітньої, науково-пізнавальної, спонукальної, перетворювальної, прогнозувальної, проєктивної, культурологічної, адаптивної, формувально-виховної та формувально-професійної. Освіта студентів передбачає володіння загальними й професійними знаннями, виробничими вміннями й навичками згідно з профілем. Навчання студентів охоплює весь процес фахової підготовки спеціаліста з вищою освітою, знання якого завжди можуть бути застосовані на практиці.

Аналіз досліджень, присвячених актуальним проблемам підготовки фахівців у вишах України, дає можливість стверджувати, що головним завданням вищої школи стало закладання необхідної інтелектуальної та моральної бази, достатньої для здійснення майбутньої діяльності у сферах науки, виробництва, управління тощо. Отже, процес підготовки фахівців відображає єдність цілей і змісту навчання (освітні стандарти і програми), суб'єктів процесу (студенти, професорсько-викладацький склад), засобів процесу підготовки (матеріально-технічна база, інформаційні ресурси, експериментальна база) і способів підготовки (методи й технології). Тому якість процесу професійної підготовки фахівців містить якість нормативно-цільових документів та освітніх програм, якість студентів, якість засобів процесу підготовки

Зроблено висновок, що сучасна освіта має діяти як єдиний комплекс на основі субординації всіх ланок освіти, взаємозв'язку й координації її установ, що постійно розвивається та дає кожній людині можливість підключитися до освітнього процесу на будь-якому етапі її життя. Це забезпечується насамперед наступністю всіх структурних елементів системи на основі затверджених єдиних освітніх стандартів, взаємним доповненням різних форм навчання.

Ключові слова: освітній процес, освітні технології, теоретичні основи, вищий навчальний заклад, випускник-професіонал.

The article is devoted to the disclosure of theoretical foundations of the educational process in higher educational establishments of Ukraine through the prism of general pedagogical technologies of the present and models of preparation of the future graduate-professional. In particular, it has been found out that higher education pedagogy should ensure the implementation of the following functions: educational, scientific-cognitive, motivational, transformative, predictive, projective, cultural, adaptive, formative-educational and formative-professional. Students' education involves mastery of general and professional knowledge, production skills and skills according to their profile. Student education covers the whole process of professional training of a specialist with higher education, whose knowledge can always be applied in practice.

The analysis of the researches devoted to actual problems of preparation of specialists in the universities of Ukraine makes it possible to state that the main task of the higher school was to establish the necessary intellectual and moral base, sufficient for carrying out future activities in the fields of science, production, management, etc. Therefore, the process of training specialists reflects the unity of goals and content of training (educational standards and programs), the subjects of the process (students, teaching staff), the means of the preparation process (material and technical base, information resources, experimental base) and methods of preparation (methods and technologies). Therefore, the quality of the professional training process includes the quality of regulatory documents and educational programs, the quality of students, the quality of the training process

It is concluded that modern education should act as a single complex on the basis of subordination of all branches of education, interconnection and coordination of its institutions, which constantly develops and gives every person an opportunity to get involved in the educational process at any stage of his life. This is ensured, first of all, by the continuity of all structural elements of the system on the basis of the approved uniform educational standards, the mutual complement of different forms of education.

Key words: educational process, educational technologies, theoretical foundations, higher education institution, graduate-professional.

С. Сисоєва, Я. Цехмістер та ін.; фахову підготовку магістра у вищих педагогічних навчальних закладах розглядали В. Берека, Ю. Завалевський, К. Левківський, І. Науменко, В. Петренко та ін.

Мета статті – розкрити теоретичні основи освітнього процесу у вищих навчальних закладах України крізь призму загальних педагогічних технологій сучасності й моделей підготовки майбутнього випускника-професіонала.

Виклад основного матеріалу. Перехід вищої школи до ступеневої системи освіти передбачає оновлення змісту базової освіти бакалаврів, а також розроблення змісту, форм і методів фахової підготовки магістрів як фахівців найвищого кваліфікаційного рівня, котрі в майбутньому поновлять склад фахівців-професіоналів з різних галузей. Одним із напрямів ефективної підготовки магістрів є розроблення навчально-методичного забезпечення предметів, які передбачені навчальним планом.

Педагогіка вищої школи має забезпечити реалізацію таких функцій: освітньої, науково-пізнавальної, спонукальної, перетворювальної, прогностувальної, проєктивної, культурологічної, адаптивної, формувально-виховної та формувально-професійної. Підготовка фахівця з вищою освітою передбачає виховання, професійну освіту й навчання. Під вихованням студентської молоді розуміють формування протягом навчання у вищому навчальному закладі морально-психологічної готовності самовіддано працювати за обраним фахом. Освіта студентів передбачає володіння загальними та професійними знаннями, виробничими вміннями й навичками згідно з профілем [1].

Педагогічний процес у ВНЗ – це цілеспрямована, мотивована, доцільно організована та змістовно насичена система взаємодії суб'єктів та об'єктів навчально-виховного процесу з метою професійної підготовки майбутніх фахівців. Загальна мета педагогічного процесу у ВНЗ загалом регламентована державним (соціальним) замовленням на фахівця (випускника ВНЗ). Конкретна мета педагогічного процесу ВНЗ (навчального заняття) зумовлена навчальною дисципліною, її метою та місцем у підготовці фахівця [2]. Освіта як система, що набуває розвитку та еволюційного становлення, може бути визначена як сукупність елементів, що обумовлюють її особливість, а саме як сукупність: системи знань, що розкриває картину світу; досвіду здійснення відомих для людини способів діяльності; досвіду творчої діяльності з розв'язання нових проблем, що забезпечує подальший розвиток культури, науки й суспільства; досвіду ціннісного ставлення до світу [3, с. 36].

Отже, аналіз досліджень, присвячених актуальним проблемам підготовки фахівців у вишах України (В. Козакова [1], В. Лугового [3], Н. Нічкало [8] та ін.), дає можливість стверджувати, що головним завданням вищої школи стало закла-

дання необхідної інтелектуальної та моральної бази, достатньої для здійснення майбутньої діяльності у сферах науки, виробництва, управління тощо. У зв'язку з цим нового змісту набувають функції вищої школи, головні з яких включають розвиток, акумуляцію та поширення знань; загальнолюдське та національне виховання й культурно-просвітницьку діяльність; регулювання соціальної поведінки (диверсифікація, консультації, експертиза); інтелектуальний розвиток і моральне вдосконалення особистості; підготовку до професійної діяльності [4, с. 280].

Система підготовки спеціалістів в Україні розвивається та вдосконалюється, виходячи з двох специфічних функцій [5, с. 97–99]. По-перше, ця система виконує економічну, продуктивну функцію, тобто забезпечує відтворення висококваліфікованих елементів сукупної робочої сили суспільства й тим самим сприяє розвитку продуктивних сил. По-друге, вона реалізує й соціально-політичну функцію – задовольняє духовні, інтелектуальні потреби людини, сприяє всебічному розвитку особистості. В основу діяльності ВНЗ покладено такі показники: план підготовки спеціалістів, заходи щодо підвищення кваліфікації науково-педагогічних кадрів, розвиток науково-дослідної роботи, матеріально-технічної бази, поліпшення матеріальних і житлових умов тощо [6].

Сучасна освіта має діяти як єдиний комплекс на основі субординації всіх ланок освіти, взаємозв'язку та координації її установ, що постійно розвивається й дає кожній людині можливість підключитися до освітнього процесу на будь-якому етапі її життя. Це забезпечується насамперед наступністю всіх структурних елементів системи на основі затверджених єдиних освітніх стандартів, взаємним доповненням різних форм навчання. Новий підхід орієнтовано на перспективи розвитку суспільства й виробництва, зближення та взаємопроникнення сфери освіти і сфери професійної діяльності й розглядається як найважливіший фактор та умова розвитку цієї діяльності, підвищення освіченості кожної людини, розвиток її здібностей і задатків, її повноцінної реалізації [7].

Основним завданням навчально-виховного процесу (лат. *procesus* – просування вперед) у вищій школі є підготовка майбутніх фахівців різного профілю [8]. Принципи навчання – вимоги до організації навчально-виховного процесу, умови його ефективності: принцип науковості – дидактичний принцип, який впливає із закономірного зв'язку між змістом науки й навчального предмета. У вищому навчальному закладі цей принцип означає, що викладач не має права давати псевдонаукову інформацію, передавати свої суб'єктивні думки як обов'язкові для студента. Обов'язок викладача – викладати предмет на підставі перевірених і сучасних наукових даних; принцип сис-

темності й послідовності – принцип, який потребує від викладача подавати матеріал так, щоб у ньому відчувалася ґрунтовна система знань, умінь і навичок. Знання та вміння повинні формуватися в певній послідовності так, щоб кожен елемент навчального матеріалу був логічно пов'язаний з іншим. Цей принцип не є догматичним, він передбачає творчий підхід у навчанні, вибір найбільш раціональної системи та послідовності навчання; принцип доступності викладання – цей принцип спрямований на те, щоб складність змісту навчального матеріалу компенсувалася майстерністю викладача. Принцип доступності залежить від реалізації правил послідовності: від простого – до складного, від нижчого – до вищого тощо; принцип міцності знань, умінь і навичок – цей принцип вимагає, щоб знання, вміння та навички, які набуті в процесі навчання, могли бути відтворені в будь-який час і використані в професійній діяльності майбутнього фахівця; принцип модульності – передбачає розподіл і структурування навчального матеріалу з дисципліни, контроль та оцінювання знань і вмінь залежно від рівнів засвоєння й індивідуальних здібностей студентів; принцип індивідуалізації – принцип педагогіки, який ґрунтується на індивідуальному підході в навчанні, ураховує рівень підготовленості, особистісні здібності та якості [9].

Головним завданням викладача в сучасних умовах є стимулювання процесу самостійного навчання для студента, тобто вміння створювати відповідну інтелектуальну й емоційну атмосферу в аудиторії, атмосферу психологічної підтримки. Коли студент виявив для себе сенс розв'язання проблеми, роль викладача зводиться до створення такої вільної та невимушеної атмосфери, яка стимулюватиме студента до пошуку шляхів її розв'язання. Сучасні технологічні засоби зв'язку й передавання інформації дають можливість значно посилити традиційні форми навчання, забезпечити низку переваг: вільний графік навчання, зменшення залежності від місця проживання, самостійний вибір темпу навчання, сумісність навчання з основною професійною діяльністю [10].

Безумовно, процес підготовки фахівців відображає єдність цілей і змісту навчання (освітні стандарти і програми), суб'єктів процесу (студенти, професорсько-викладацький склад), засобів процесу підготовки (матеріально-технічна база, інформаційні ресурси, експериментальна база) і способів підготовки (методи й технології). Тому якість процесу професійної підготовки фахів-

ців містить якість нормативно-цільових документів та освітніх програм, якість студентів, якість засобів процесу підготовки (навчально-методичне забезпечення, матеріально-технічна база тощо), якість освітніх технологій. М. Горшеніна зазначає, що всі названі елементи спрямовані на формування особистості фахівця й інтерпретуються як елементи системи, що базується на якості освітнього процесу та забезпечує якість професійної підготовки майбутніх фахівців [11, с. 24].

Очевидно, система навчання, що орієнтована на знання, вміння, навички, не може виконати замовлення сучасного суспільства. Нова якість підготовки вимагає сучасних критеріїв її оцінювання. О. Гулай [4] доводить, що «серед науковців є думка, якщо випускник продемонстрував відмінні знання, то його якість підготовки є вищою порівняно з іншими. Це твердження правильне лише частково. Сучасні дослідження підтверджують, що успіх у фінансовому розумінні лише на 15% зумовлений знаннями своєї професії, а на 85% – умінням спілкуватися з колегами, схилити людей до свого погляду, рекламувати себе і свої ідеї, тобто з особистими рисами». Авторка констатує, що оцінювання якості підготовки випускника освітньої установи за його знаннями та вміннями, які він виявляє на поточних і підсумкових іспитах, неадекватно характеризує справжній рівень його готовності до успішної професійної діяльності. Сьогодні важливим стає не лише опанування престижної професії, навіть не певної професії, що користується попитом на ринку праці, а досягнення певного освітнього й культурного рівня, набуття певних компетенцій з метою підвищення конкурентоспроможності на ринку праці [12, с. 7]. На нашу думку, ця позиція вимагає від науковців новітніх підходів до розроблення педагогічних технологій та інструментарію оцінювання якості освітнього процесу у вищому навчальному закладі, можливо, за допомогою міждисциплінарного підходу.

Висновки. Узагальнюючи вищесказане, варто зазначити, що теоретичні основи сучасної вищої освіти на сучасному етапі висвітлюють перехід від ідей удосконалювання якості підготовки студентів до ідей управління якістю освітнього процесу з провідною тенденцією щодо розроблення сучасних моделей оцінювання якості професійної підготовки майбутніх фахівців. У подальших дослідженнях буде розроблена й описана інтегративна модель оцінювання якості освітнього процесу в медичному ВНЗ на основі міждисциплінарного підходу.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Пшенична Л. Особливості розвитку системи вищої освіти України в контексті формування суспільства знань. *Витоки педагогічної майстерності*. 2013. Вип. 11. С. 280.
2. Луговий В.І. Педагогічна освіта в Україні: структура, функціонування, тенденції розвитку / за заг. ред. акад. О.Г. Мороза. Київ : МАУП, 1994. 196 с.
3. Шабанова Ю.О. Системний підхід у вищій школі : підручник для студентів магістратури / М-во освіти і науки України ; Нац. гірн. ун-т. Дніпропетровськ : НГУ, 2014. С 36.
4. Пшенична Л. Особливості розвитку системи вищої освіти України в контексті формування суспільства знань. *Витоки педагогічної майстерності*. 2013. Вип. 11. С. 280.
5. Гапон В.В. Формалізація об'єктів і процесів у системі вищої освіти та вибір моделі для оцінювання діяльності вищих навчальних закладів. *Нові Інформаційні технології навчання в навчальних закладах України : тези доповідей Дев'ятої української науково-методичної конференції*. Одеса : ОНМУ, 2003. С. 97–99.
6. Гуржій А.М., Гапон В.В. Оцінювання діяльності вітчизняної вищої освіти як управлінська та педагогічна проблема. *Сучасні Інформаційні технології та Інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. Вип. 5. Київ-Вінниця : ДОВ Вінниця, 2002. С. 3–8.
7. Лекції з педагогіки вищої школи : навчальний посібник / за ред. В.І. Лозової. Харків : ОВС, 2006. 496 с.
8. Козаков В.А. Вища освіта в Україні та у світі: проблема цілей та їх реалізації. *Сучасні системи вищої освіти: порівняння для України* : монографія. Київ : Академія, 1997. 83 с.
9. Кузьмінський А.І. Педагогіка вищої школи : навчальний посібник. Київ : Знання, 2005. 486 с.
10. Ничкало Н.Г. Неперервна професійна освіта: перспективи досліджень. *Професійне становлення особистості: проблеми і перспективи* : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції. Хмельницький : ТУП, 2001. С. 3.
11. Горшенина М.В. Теоретико-методологические основы управления качеством подготовки специалистов в техническом вузе : монография. Самара : Самар. гос. техн. ун-т, 2009. 112 с.
12. Гулай О. Неперервна освіта – умова формування висококваліфікованого фахівця. *Вісник Львівського університету* : збірник наукових праць. 2010. Вип. 26. С. 3–10.

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ ДУМКИ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ Й УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ ЩОДО ВПРОВАДЖЕННЯ КЛЮЧОВИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ У ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

THE COMPARABLE ANALYSIS OF PHYSICAL EDUCATION TEACHERS AND PRIMARY EDUCATION TEACHERS' ATTITUDE TOWARDS IMPLEMENTATION OF NEW UKRAINIAN SCHOOL KEY COMPETENCES INTO PHYSICAL EDUCATION

Стаття присвячена одній із актуальних проблем фізичного виховання на сучасному етапі, а саме компетентнісному підходу у фізичному вихованні школярів. Проаналізовано результати опитування вчителів фізичної культури й учителів початкових класів щодо впровадження ключових компетентностей під час фізкультурно-оздоровчої роботи в школі. Мета дослідження – здійснити порівняльний аналіз ставлення вчителів фізичної культури й учителів початкових класів до можливості впровадження ключових компетентностей освітньої реформи «Нова українська школа» у фізичне виховання школярів. Методи дослідження – аналіз та узагальнення літературних джерел, офіційних документів та опитування педагогів шляхом анкетування. На запитання анкети відповідали 204 педагоги, з них – 100 вчителів фізичної культури та 104 вчителі початкових класів Львівської області різного педагогічного стажу й категорій. Виявлено, що такі ключові компетентності, як вільне володіння державною мовою (98,0% учителів фізичної культури та 92,3% вчителів початкових класів), культурна компетентність (70,0% учителів фізичної культури та 69,2% вчителів початкових класів) і навчання впродовж життя (62,0% вчителів фізичної культури та 65,3% вчителів початкових класів), найлегше реалізувати у фізичному вихованні для обох категорій респондентів. Виявлено труднощі з реалізацією такої ключової компетентності, як «підприємливість та фінансова грамотність». На думку 56,0% учителів фізичної культури та 57,7% вчителів початкових класів, важко реалізувати цю ключову компетентність. Отже, незважаючи на те що сьогоднішня освітня реформа «Нова українська школа» впроваджена лише в початковій школі, думка вчителів фізичної культури й учителів початкових класів щодо можливостей впровадження ключових компетентностей у фізичне виховання школярів є подібною.

Ключові слова: ключові компетентності, Нова українська школа, фізичне виховання,

учителі фізичної культури, учителі початкових класів.

The article is dedicated to one of the most actual problems of physical education nowadays. In particular, to competence approach in pupils' physical education. There were analyzed the results of physical education and primary education teachers' surveys according key competences implementation during the physical-wellness work in school. The goal of the research is to provide comparative analysis of physical education and primary education teachers' attitude towards the opportunity to implement key competences of educational reform "New Ukrainian School" into pupils' physical education. The methods of research are analysis and literature sources, official documents generalization and pedagogues' surveys by questionnaire. The questions were answered by 204 pedagogues, among them are 100 physical education teachers and 104 primary education teachers with different work experience and category. All teachers are from Lviv region. In result we have found out that both categories of teachers it is the most easy way to implement such key competences as to be fluent in native language (98.0% of physical education teachers and 92.3% of primary education teachers), culture competence (70.0% physical education teachers and 69.2% of primary education teachers) and studying during the whole life (62.0% of physical education teachers and 65.3% of primary education teachers). We have noticed some difficulties with realization of such key competences as "Entrepreneurship and financial literacy. 56.0% of physical education teachers and 57.7% of primary education teachers think it is difficult to realize this key competence. In conclusion: even though educational reform "New Ukrainian School" is implemented only in primary school nowadays, physical education teachers' opinion and primary education teachers' opinion about opportunities to implement key competences in pupils' education is common. **Key words:** key competences, New Ukrainian School, physical education, physical education teachers, primary education teachers.

УДК 796.011.3:373-053.5
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.14>

Сороколіт Н.С.,
канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доцент кафедри теорії та методики
фізичної культури
Львівського державного університету
фізичної культури імені Івана
Боберського

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Упродовж останніх років наша країна впевнено рухається шляхом глибоких і структурних реформ у всіх галузях суспільства. Вітчизняні науковці стверджують, що українська освіта не відповідає ані сучасним запитам з боку особистості й суспільства, ані потребам економіки, ані світовим тенденціям [3, с. 39; 6; 9]. Саме тому розпочато системну трансформацію освітньої сфери, головна мета

якої – нова висока якість освіти на всіх рівнях: від початкової школи – до закладів вищої освіти [8].

Масштабне реформування освіти в Україні стало можливим завдяки прийняттю Закону України «Про освіту», який задекларував усебічний розвиток людини як особистості й 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 [2].

Нові виклики часу, динамічний розвиток інформаційних технологій, євроінтеграційний вектор в освітній політиці нашої держави та прагнення України ввійти до європейського освітнього простору актуалізують дії освітянської спільноти щодо реформування освіти, її стратегічних напрямів і концептуальних положень. Новітнє суспільство висуває до освіти нові вимоги, однією з яких є формування особистостей, що спроможні ухвалювати неординарні рішення й ефективно налагоджувати взаємини у швидкоплинній реальності. Активність, самостійність, творчість, здатність адаптуватися до стрімких змін – ці риси особистості дуже важливі на сучасному етапі історичного розвитку, а їх формування потребує реалізації нових підходів до процесу навчання [4, с. 224]. Сучасні випускники потребують не тільки ґрунтовних знань із предметів, а й високого рівня розвитку різних типів компетентностей [5, с. 13].

Саме компетентнісний підхід до навчання закладено в основі концепції Нової української школи, який доповнюють принципи дитиноцентризму та педагогіки партнерства, новий зміст освіти, а також сучасне освітнє середовище – безпечне, доступне та дружнє до дитини [2].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Обговорення й дослідження компетентісного підходу з погляду міжнародної спільноти та перспектив його впровадження в досвід української освіти висвітлюються в публікаціях Л. Гриневич [5, с. 10], О. Ляшенка [3, с. 40], О. Пометун [7, с. 18], Н. Москаленко [4, с. 226] та ін.; питання про впровадження окремих ключових компетентностей у навчально-виховний процес школярів розглядали О. Савченко [10, с. 17], Н. Бібік [1, с. 47], Л. Паращенко [6] та інші.

Окрім цього, сутність компетентісного підходу й проблеми формування ключових компетентностей аналізуються в роботах таких зарубіжних дослідників, як R. Barnett [12], W. Westera [14], J. Raven, Stephenson [13] та ін.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Незважаючи на численні наукові дослідження щодо застосування компетентісного підходу в навчанні школярів, ми не знайшли наукових досліджень, які окреслюють реалізацію ключових компетентностей нової української школи у фізичному вихованні. У зв'язку з цим постає потреба в розкритті можливостей реалізації ключових компетентностей у фізичному вихованні школярів.

Мета статті – здійснити порівняльний аналіз ставлення вчителів фізичної культури й учителів початкових класів до можливостей впровадження ключових компетентностей освітньої реформи «Нова українська школа» у фізичне виховання школярів.

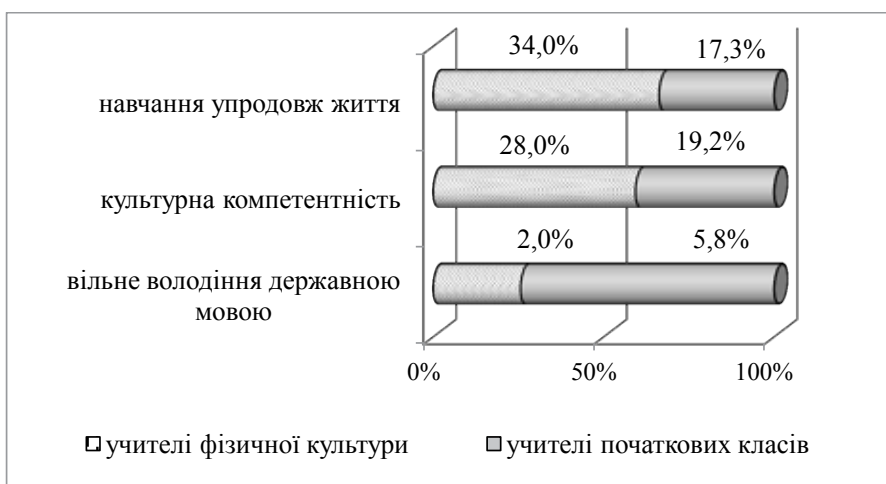
Виклад основного матеріалу. Для реалізації поставленої мети ми провели опитування вчителів фізичної культури й учителів початкових класів закладів загальної середньої освіти Львівської області з різним педагогічним стажем і рівнем професійності. На запитання анкети відповідали 204 педагоги, з них – 100 вчителів фізичної культури, серед яких – 44,0% – спеціалісти вищої, 24,0% – першої, 14,0% – другої категорій, 18,0% – молоді учителі (спеціалісти); 104 вчителі початкових класів Львівської області, з них – 55,8% – вищої, 26,9% – першої, 3,9% – другої категорій, 13,5% – молоді спеціалісти. Усі респонденти дали згоду на участь у дослідженні.

Проведене нами опитування педагогів дає змогу стверджувати, що думка вчителів фізичної культури й учителів початкових класів щодо компетентісного підходу у фізичному вихованні школярів у деяких випадках є подібною. Такі ключові компетентності, як вільне володіння державною мовою, культурна компетентність, навчання упродовж життя, екологічна компетентність, на думку педагогів, можуть бути досить легко реалізовані у фізичному вихованні школярів. Так, 98,0% учителів фізичної культури та 92,3% вчителів початкових класів не вважають складним завданням реалізацію ключової компетентності «вільне володіння державною мовою» у фізичному вихованні школярів. Основною формою реалізації цієї ключової компетентності педагоги вважають спілкування під час фізкультурно-оздоровчої діяльності зі школярами. Педагоги пропонували під час уроку фізичної культури застосовувати лічилки, віршики та спортивну термінологію.

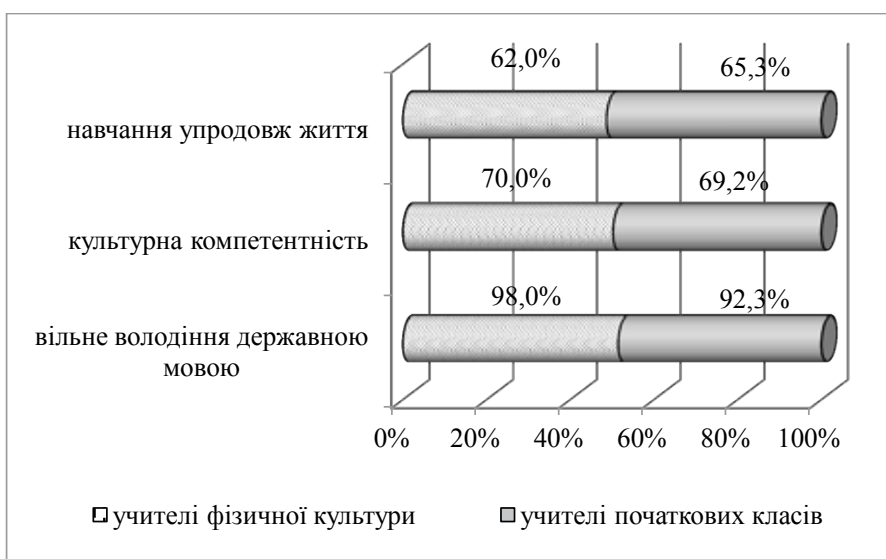
Ми виявили однакову думку серед двох категорій респондентів щодо можливостей реалізації культурної компетентності під час уроків фізичної культури. Про це стверджують 70,0% учителів фізичної культури та 69,2% вчителів початкових класів. Для 28,0% учителів фізичної культури та 19,2% вчителів початкових класів реалізація цієї ключової компетентності у фізичному вихованні школярів викликає труднощі. Ми це пов'язуємо з тим, що для вчителів фізичної культури культурна компетентність асоціюється із запровадженням під час уроків фізичної культури елементів національної культури, таких як народні рухливі ігри, обряди, гаївки, а також культури рухів. Припускаємо, що для вчителів початкових класів культурна компетентність пов'язана насамперед із мистецтвом, архітектурою, народними промислами та елементами народного танцю, що, у свою чергу, вимагає музичного супроводу й додаткового обладнання.

Практично не відрізняється думка вчителів фізичної культури й учителів початкових класів щодо можливості реалізації у фізичному вихованні школярів такої ключової компетентності,

як навчання упродовж життя. Легким завданням це виявилось для 62,0% вчителів фізичної культури та 65,3% вчителів початкових класів. Варто зазначити, що ми встановили достовірну різницю



а)



б)

Рис. 1. Думка педагогів щодо можливостей реалізації компетентностей (а – легкість реалізації у фізичному вихованні; б – складність реалізації у фізичному вихованні)

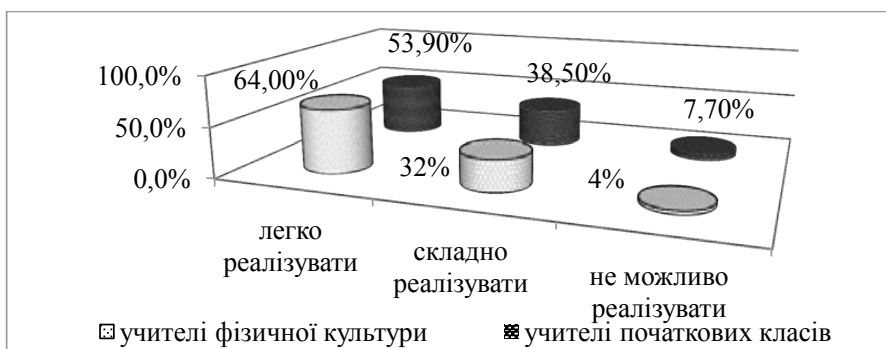


Рис. 2. Думка педагогів щодо можливого впровадження математичної компетентності у фізичному вихованні

Думка респондентів щодо реалізації двох компетентностей

Ключова компетентність	Відповіді респондентів (%)					
	Учителі фізичної культури (n=100)			Учителі початкових класів (n=104)		
	Ступінь реалізації					
	Легко	Складно	Неможливо	Легко	Складно	Неможливо
Компетентності в галузі природничих наук, техніці й технологіях	46%	46,0%	8%	42,3%	38,5%	19,2%
Екологічна компетентність	62%	32%	6%	61,5%	23,1%	15,4%

у відповідях респондентів щодо складності й неможливості реалізації цієї ключової компетентності засобами фізичного виховання. Про складність такої реалізації висловилися 34,0% вчителів фізичної культури та 17,3% вчителів початкових класів. Неможливим процесом виявилось це для 4,0% учителів фізичної культури та 17,3% вчителів початкових класів (рис. 1-а, б).

Значна різниця виявлена у відповідях респондентів щодо можливості реалізації математичної компетентності у фізичному вихованні школярів. Так, 64,0% вчителів фізичної культури та 53,9% вчителів початкових класів вважають, що математичну компетентність легко реалізувати у фізичному вихованні. Проте 32,0% вчителів фізичної культури та 38,5% вчителів початкових класів вважають, що математичну компетентність у фізичному вихованні реалізувати складно (рис. 2).

Результати опитування засвідчили, що існує однакова думка у двох групах респондентів щодо можливості реалізації ключової компетентності «здатність спілкуватися рідною (у разі відмінності від державної) та іноземними мовами» під час уроків фізичної культури. Не вбачають труднощів у реалізації цієї ключової компетентності 54,0% вчителів фізичної культури та 53,9% вчителів початкових класів. Проте виявлена достовірна різниця між відповідями респондентів у таких моментах: про складність у реалізації висловилися 36% учителів фізичної культури та 21,2% вчителів початкової школи.

Щодо можливості реалізації у фізичному вихованні школярів такої ключової компетентності, як «громадянські та соціальні компетентності, пов'язані з ідеями демократії, справедливості, рівності, прав людини, добробуту та здорового способу життя, з усвідомленням рівних прав та можливостей», ми отримали таку думку респондентів: 58,0% учителів фізичної культури та 50,0% учителів початкових класів вважають, що реалізувати цю компетентність у фізичному вихованні школярів легко. Однак 34,0% вчителів фізичної культури та 26,9% вчителів початкових класів вважають, що це складний процес.

На запитання анкети «Чи можливо у фізичному вихованні школярів реалізувати ключову компетентність інноваційність?» 48,0% учителів фізичної культури та 42,3% вчителів початкових класів

вказали, що це зробити досить легко. Подібною виявилась ситуація впровадженням такої ключової компетентності, як «інформаційно-комунікативна компетентність». Так, 48,0% учителів фізичної культури та 38,5% вчителів початкових класів переконані, що це зробити у фізичному вихованні легко.

На запитання анкети «Чи зможете ви реалізувати компетентності в галузі природничих наук, техніці й технологіях у фізичному вихованні школярів?» 46,0% учителів фізичної культури та 42,3% вчителів початкових класів вказали, що це зробити легко. Однак для 46,0% учителів фізичної культури та 38,5% вчителів початкових класів це становить труднощі. Дві групи респондентів вважають, що у фізичному вихованні школярів легко реалізувати також екологічну компетентність. Про це стверджують 62,0% вчителів фізичної культури та 61,5% вчителів початкових класів (табл. 1).

Опитування педагогів показало, що найважче, на думку обох категорій респондентів, виявилось реалізувати таку ключову компетентність у фізичному вихованні, як «підприємливість та фінансова грамотність». При цьому вчителям початкових класів це становить значні труднощі. Про легкість реалізації цієї ключової компетентності висловилися 32,0% вчителів фізичної культури й лише 13,5% вчителів початкових класів. Важко реалізувати цю ключову компетентність для 56,0% учителів фізичної культури та 57,7% вчителів початкових класів. Достовірна розбіжність виявлена й у відповідях респондентів щодо неможливої реалізації. Так, 12,0% учителів фізичної культури та 28,9% вчителів початкових класів переконані в неможливості реалізації цієї ключової компетентності у фізичному вихованні школярів.

Висновки. Отже, думка вчителів фізичної культури й учителів початкових класів щодо можливостей впровадження ключових компетентностей освітньої реформи «Нова українська школа» у фізичне виховання школярів є подібною. Для обох категорій респондентів не викликає труднощів реалізувати такі ключові компетентності: вільне володіння державною мовою (98,0% учителів фізичної культури та 92,3% вчителів початкових класів), культурна компетентність (70,0% учителів фізичної культури та 69,2% вчителів початкових класів) і навчання впродовж життя (62,0% вчителів фізичної культури та 65,3% вчителів початкових класів).

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Бібік Н.М. Переваги і ризики запровадження компетентнісного підходу в шкільній освіті. *Український педагогічний журнал*. 2015. № 1. С. 47–58.
2. Про освіту : Закон України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>.
3. Ляшенко О.І. Пріоритети розвитку української школи в умовах реформування освіти. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету ім. Івана Огієнка. Серія «Педагогічна»*. 2016. Вип. 22. С. 39–42.
4. Москаленко Н.В., Сороколіт Н.С., Турчик І.Х. Ключові компетентності у фізичному вихованні школярів в рамках реформи «Нова українська школа». *Науковий часопис Нац. пед. університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)»* : збірник наукових праць. Київ, 2019. С. 223–229.
5. Нова українська школа. Концептуальні засади. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>.
6. Паращенко Л.І. Вдосконалення організації педагогічної діяльності інноваційного навчального закладу за вимогами компетентнісного підходу. URL: http://ps.stateuniversity.ks.ua/file/issue_36/23.pdf.
7. Пометун О.І. Теорія і практика послідовної реалізації компетентнісного підходу в досвіді зарубіжних країн. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи / під заг. ред. О.В. Овчарук. Київ : К.І.С., 2004. С. 16–25.
8. Реформа освіти і науки. *Сайт Кабінету Міністрів України*. URL: <https://www.kmu.gov.ua/diyalnist/reformi/rozvitok-lyudskogo-kapitalu/reforma-osviti>.
9. Реформування освіти в Україні: державно-управлінський аспект: навч.-наук. вид. / за заг. ред. Н.Г. Протасової, Н.Г. Протасова, В.І. Лугового, Ю.О. Молчанова та ін. ; Нац. акад. держ. упр. при Президентові України. Київ ; Львів : НАДУ, 2012. 456 с.
10. Савченко О. Упровадження компетентнісного підходу в початкову освіту: здобутки і нерозв'язані проблеми. *Рідна школа*. 2014. № 4–5. С. 12–16.
11. Секція. НУШ: компетентності для життя в XXI столітті. URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/konferenciyi/serpneva-konferenciya-2018/sekciya-nush-kompetentnosti-dlya-zhittya-v-21-stolitti>.
12. Barnett R. *The Limits of Competence: Knowledge, Higher Education and Society*. Buckingham: The Society for Research into Higher Education and Open University Press, 1994. 207 p.
13. Raven J., Stephenson J. *Competence in the Learning Society*. New-York : Peter Lang, 2001. P. 384–437.
14. Westera W. Competences in education: a confusion of tongues. *Journal of Curriculum Studies*. 2001. № 33 (1). P. 75–88.

ВИКОРИСТАННЯ СИТУАТИВНИХ НАВЧАЛЬНО-ПІЗНАВАЛЬНИХ ЗАВДАНЬ У ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ ЕРГОТЕРАПЕВТІВ

USE OF SITUATIONAL EDUCATIONAL AND COGNITIVE TASKS IN THE PROCESS OF ERGOTHERAPISTS' TRAINING

У статті розглянуто дидактичні й методичні принципи навчання студентів, що сприяють пізнавальній активності, під час вивчення ерготерапії. Сучасна ерготерапія має потребу у фахівцях, які можуть самостійно формулювати мету роботи, ставити нестандартні завдання та визначати етапи їх виконання, приймаючи нетрадиційні рішення.

Рівень розвитку особистості визначається рівнем розвитку самостійної свідомої діяльності, зокрема рівнем самостійного орієнтування в різних галузях професійної діяльності ерготерапевта (уміння аналізувати, узагальнювати, розробляти стратегію пошуку шляхів вирішення окремих проблем тощо). Проаналізовано використання ситуативних навчально-пізнавальних завдань з урахуванням різних рівнів базових знань. Застосування ситуативних навчально-пізнавальних завдань дає змогу викладачеві певним чином керувати навчально-пізнавальною діяльністю студентів відповідно до основних дидактичних цілей навчання ерготерапії. Завдяки рівневій системі ситуативних завдань, орієнтованих на певну галузь знань, конкретний профіль навчання, педагог може суттєво змінити підхід до навчального процесу, а саме варіювати в певних межах рівень викладу матеріалу, ґрунтуючись на конкретному способі діяльності студентів, що залежить від їхніх здібностей і розумового розвитку; забезпечувати відповідний профіль навчання; здійснювати індивідуальний підхід до кожного студента.

Ситуативне навчально-пізнавальне завдання є одним із видів побудови навчальної діяльності й системного дослідження проблеми клієнта в ерготерапії. Воно ґрунтується на тому, що навчально-пізнавальна діяльність студентів – це певна цілісність і взаємопов'язаність із діяльністю педагога та системою засобів і методів навчання. Такий підхід можна тлумачити як взаємопов'язану спільну діяльність викладача і студента, спрямовану на послідовне розв'язування ситуативних навчально-пізнавальних завдань на основі комплексної реалізації системи розвивальних навчальних методів.

Цілісний підхід до системи використання ситуативних навчально-пізнавальних завдань в ерготерапії можна розглядати як певну фахову орієнтацію та засіб підготовки кваліфікованих кадрів, здатних до творчої праці, професійного розвитку, освоєння й упровадження наукоємних та інформаційних технологій, конкурентоспроможних на ринку праці.

Ключові слова: дидактика, методика, методологія, педагогіка, ерготерапія.

The didactic and methodological principles of teaching students, which promote cognitive activity in the study of ergotherapy, are considered. Modern ergotherapy needs specialists who can independently formulate the purpose of work, set non-standard tasks and determine the stages of their implementation, making unconventional decisions.

The level of personality development is determined by the level of development of independent conscious activity, in particular, the level of self-orientation in various fields of professional activity of the ergotherapist (ability to analyze, generalize, develop a strategy of finding ways to solve particular problems, etc.).

The use of situational educational and cognitive tasks taking for account different levels of basic knowledge is analyzed. The use of situational educational and cognitive tasks enables the teacher to manage in some way the educational and cognitive activities of students according to the main didactic goals of teaching ergotherapy. Due to different levels of situational tasks which focus on the specific field of knowledge, particular profile of education, the teacher can significantly change the approach to the educational process varying within certain limits the level of presentation of the material, based on the specific way of activity of students, depending on their abilities, can provide an appropriate training profile and carry out the individual approach to each student. The situational educational-cognitive task is one of the types of construction of educational activity and systematic research of the client's problem in ergotherapy. It is based on the fact that the educational and cognitive activity of students is a certain integrity and interconnectiveness with the activity of the teacher and the system of tools and methods of teaching. This approach can be interpreted as an interconnected joint activity of the teacher and the student, aimed at the consistent solution of situational educational and cognitive tasks based on the complex implementation of the system of educational teaching methods.

A holistic approach to the system of using of situational educational and cognitive tasks in ergotherapy can be considered as a certain professional orientation and as a means of training of qualified personnel, which are capable of creative work, professional development, introduction of scientific and information technologies in order to be competitive in the labor market.

Key words: didactic, methods, methodology, pedagogy, ergoterapi.

УДК 37. 211.24

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.15>

Темерівська Т.Г.,

канд. пед. наук,
доцент кафедри фізичної реабілітації,
ерготерапії та домедичної підготовки
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді. Навчальний процес у вищих навчальних закладах України став більш інтенсивним за змістом і складним за завданнями, вимагає від викладачів глибокого педагогічного переосмислення закономірностей навчально-професійної діяльності, принципів і методів навчання та виховання, формування особистості майбутнього

фахівця. Це зумовлено змінами в системі вищої освіти України, а саме вдосконаленням організаційної структури, появою нових навчальних закладів, створенням системи ступеневої підготовки фахівців.

Перехід до реалізації нової парадигми вищої освіти означає оновлення всіх її сторін: змісту, форм організації, методів і засобів навчання.

Одним із пріоритетних напрямів державної політики розвитку освіти, як визначено Національною доктриною розвитку освіти, є підготовка кваліфікованих кадрів, здатних до творчої праці, професійного розвитку, освоєння й упровадження наукоємних та інформаційних технологій, конкурентоспроможних на ринку праці.

Серед науково-навчальних дисциплін і всієї сучасної системи підготовки фахівця з вищою освітою важливе місце належить педагогіці вищої школи, науковий зміст якої становить потрібну частину теоретичного та практичного арсеналу сучасного фахівця [2, с. 125].

Одна з галузей педагогічних знань, яка інтенсивно розвивається, – це дидактика вищої школи – наука про вищу освіту й навчання у вищій школі.

На відміну від загальної дидактики, дидактика вищої школи покликана поставити на наукову основу розв'язання таких проблем: обґрунтування специфічних цілей вищої освіти; обґрунтування соціальних функцій вищої школи; обґрунтування змісту освіти; наукове обґрунтування способів конструювання педагогічного процесу у вищій школі та здійснення навчальної діяльності; визначення оптимальних шляхів, вибір змісту, методів, форм, технологій навчання [4, с. 17].

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Висновки науковців засвідчують, що навчання може бути максимально ефективним за умови, коли навчальний процес організовано за певними принципами, а навчальний матеріал (теоретичний і практичний) спонукає до постійного напруження розумової діяльності студентів, є цікавим і корисним для них, тобто виступає як засіб позитивної мотивації до навчання [3, с. 62].

Багаторівнева підготовка фахівців за системою «бакалавр – магістр» поставила перед навчальними закладами низку науково-методичних проблем, пов'язаних з організацією навчального процесу, підсиленням ролі фундаментальної та професійної підготовки на стадії бакалавра, що спонукає до розвитку професійно-творчої діяльності студентів під час вивчення курсу ерготерапії.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Сучасна ерготерапія має потребу у фахівцях, які можуть самостійно формулювати мету роботи, ставити нестандартні завдання та визначати етапи їх виконання, приймаючи нетрадиційні рішення. З огляду на це, для викладачів навчального закладу постає низка запитань, пов'язаних із тим, як саме варто будувати процес навчання ерготерапії, щоб мати можливість водночас розв'язувати такі завдання:

– викладання ерготерапії на сучасному науковому, разом із тим на доступному для розуміння всіма студентами рівні;

– забезпечення активної розумової роботи студентів з різним рівнем підготовленості, швидкістю

перебігу розумових процесів та іншими психологічними особливостями;

– задоволення пізнавальних інтересів студентів, розвиток їхніх здібностей і нахилів для подальшої повноцінної і творчої праці в обраній ними сфері діяльності – ерготерапії;

– здійснення диференціації студентів за їхніми інтересами і здібностями, а також вимогами певної галузі знань, що лежить в основі їхньої майбутньої професії.

Усе це накладає певний відбиток на специфіку методів і прийомів, застосовуваних у процесі викладання ерготерапії, в основі якої лежить принцип єдності теорії і практики. Тому використання в навчанні елементів дослідницько-пошукової роботи дає змогу реалізувати цей принцип. Ситуативне навчально-пізнавальне завдання є тим зручним та ефективним навчальним засобом, що поєднує в собі різні аспекти діяльності ерготерапевта.

Оскільки розв'язування ситуативних завдань є конкретним видом специфічної розумової діяльності, весь процес навчання ерготерапії будується на основі системного заданого підходу.

Мета статті – розглянути дидактичні й методичні принципи навчання студентів, що сприяють пізнавальній активності, під час вивчення ерготерапії.

Виклад основного матеріалу. Ситуативне навчально-пізнавальне завдання є одним із видів побудови навчальної діяльності й системного дослідження проблеми клієнта в ерготерапії. Воно ґрунтується на тому, що навчально-пізнавальна діяльність студентів – це певна цілісність і взаємопов'язаність із діяльністю педагога та системою засобів і методів навчання. Такий підхід можна тлумачити як взаємопов'язану спільну діяльність викладача і студента, спрямовану на послідовне розв'язування ситуативних навчально-пізнавальних завдань на основі комплексної реалізації системи розвивальних навчальних методів [3, с. 64].

Системність ситуативних навчально-пізнавальних завдань розкривається через опис різних типів зв'язків, а саме:

– взаємодії між викладачем і студентами, визначеної дидактичними цілями, котрі стоять перед конкретною групою студентів і викладачем;

– перетворення й розвиток, виявлених в умовах взаємопов'язаної діяльності викладача і студентів, коли останні переходять на більш високий рівень розвитку;

– структурних, що існують між окремими складниками ситуативних завдань;

– функціонування, які забезпечують організацію навчального процесу й реалізацію функцій освіти через застосування спеціальних багаторівневих ситуативних завдань.

Застосування ситуативно навчально-пізнавальних завдань дає змогу викладачеві певним чином

керувати навчально-пізнавальною діяльністю студентів відповідно до основних дидактичних цілей навчання ерготерапії. Завдяки рівневій системі ситуативних завдань, орієнтованій на певну галузь знань, конкретний профіль навчання, педагог може суттєво змінити підхід до навчального процесу:

- варіювати в певних межах рівень викладу матеріалу, ґрунтуючись на конкретному способі діяльності студентів, що залежить від їхніх здібностей і розумового розвитку;
- забезпечувати відповідний профіль навчання;
- здійснювати індивідуальний підхід до кожного студента.

В умовах вивчення ерготерапії, коли постає завдання врахування здібностей та інтересів студентів з метою їх підготовки до подальшої професійної діяльності, виконання ситуативного завдання стає не лише предметом навчання, а й засобом досягнення дидактичних цілей професійної підготовки студента.

У структуру і зміст ситуативних навчально-пізнавальних завдань мають бути закладені такі методичні принципи:

1. Зміст ситуативних завдань має відповідати вимогам кваліфікаційної характеристики ерготерапевта. Завдання має орієнтувати студента на ті проблеми, які він розв'язуватиме в професійній діяльності. Крім того, завдання має давати можливість набувати й закріплювати знання, уміння та навички ерготерапевту, щоб упевнено й ефективно керувати процесами відновлення функцій організму клієнта.

2. Ситуативні завдання повинні базуватися на міжпредметних зв'язках, узагальнювати знання, набуті студентом на всіх етапах навчання та вивчення дисциплін.

3. Зміст ситуативних завдань не повинен бути вузькоспеціалізованим, а має стикуватися із суміжними галузями знань (медициною, фізичною терапією, психологією, соціологією тощо), якими потрібно володіти під час вирішення проблем ерготерапії.

4. Ситуативні завдання мають орієнтувати студентів на конкретне вивчення відновлювальних процесів в ерготерапії, а не на навчання загалом, як це часто буває, коли студент отримує обмежену інформацію про сутність процесу відновлення функції.

5. Ситуативні навчально-пізнавальні завдання мають бути розроблені та розв'язуватися в проблемній формі. Кожен крок виконання повинен відкривати студентові нове, невідоме та має стимулювати бажання студента вчитися. Дуже важливо урізноманітнити форми ситуативних завдань, шукати й застосовувати нестандартні завдання, включаючи ігрові схеми-тренажери тощо.

У процесі побудови ситуативних навчально-пізнавальних завдань окреслюється коло принципів, які умовно можна поділити на дві основні групи –

дидактичні та методичні. Ці принципи ґрунтуються на основних теоретичних положеннях теорії особливості й теорії поетапного формування розумових дій, загальнодидактичних вимогах до методів навчання, а також ураховують цілі та завдання підготовки ерготерапевта [4, с. 112].

Говорячи про дотримання загальнодидактичних вимог, що висуваються до будь-яких методів навчання, маємо на увазі реалізацію принципів науковості, свідомості й активності студентів у процесі навчальної діяльності за умови спрямованої ролі викладача, наочності, обов'язкового повторення вивченого матеріалу та узагальнення його на різних рівнях систематизації. Створюючи ситуативні навчально-пізнавальні завдання, маємо враховувати не лише науковість і практичне значення ерготерапії, а й схильність та особливості професійних здібностей окремих студентів. Це дає змогу максимально активізувати розумові процеси студентів, створити атмосферу стійкого та постійного інтересу до обраної професії.

Взаємний вплив загальних положень і вимог дидактики та методики навчання визначає окреслені нами дидактичні й методичні принципи побудови рівневої системи ситуативних навчально-пізнавальних завдань.

Дидактичні принципи:

1) *принцип системності*, здійснюваний через реалізацію різних типів зв'язків між окремими складниками цієї системи:

а) сукупності зв'язків між завданнями різних рівнів складності, які дають змогу системі розвиватися в напрямі створення дедалі складніших завдань і здійснювати рівневу диференціацію навчання;

б) сукупності зв'язків між завданнями одного рівня складності, що сприяє зміцненню знань і формуванню рефлексії в діях студентів;

в) сукупності зв'язків між завданнями, які базуються на матеріалі різних курсів, потребують широкої трансформації загальних і спеціальних знань і вмінь, набутих студентами в процесі вивчення споріднених навчальних дисциплін. Вони дають можливість поглиблювати, систематизувати та узагальнювати вивчений матеріал;

2) *принцип перспективності* розвитку мислення студентів: виконання ситуативних завдань покликано забезпечити досягнення віддалених цілей навчання, розвитку та виховання, а не лише навчальних цілей (наприклад, оволодіння конкретним способом дії);

3) *принцип цілісності*, що виявляється в особливостях ієрархічної будови системи виконання завдань і передбачає підпорядкованість конкретної системи виконання завдань системі більш високого рівня узагальнення;

4) *принцип диференційованості й інтегрованості* знань і навичок передбачає орієнтування

змісту виконання ситуативних завдань на основі дидактичних цілей конкретного навчання ерго-терапії та вивчення процесів, описаних із позицій єдиних фундаментальних закономірностей із залученням знань з інших споріднених наук;

5) *принцип мінімальності й достатності*: мінімальний обсяг системи повинен забезпечити засвоєння всіма студентами програмового матеріалу на різних рівнях його відтворення. Достатність обсягу системи завдань визначається можливістю забезпечення засвоєння програмового матеріалу всіма студентами на всіх рівнях навчання;

6) *принцип наступності* виявляється в тому, що кожне ситуативне завдання логічно поглиблює, зміцнює раніше набуті знання з інших тем і розділів ерготерапії та споріднених із нею дисциплін;

7) *принцип відкритості й динамічності* допускає можливість доповнення й корекції ситуативного завдання відповідно до конкретних цілей та індивідуальних здібностей студентів.

Методичні принципи:

1) *принцип поетапного формування* способу дії та його складників, для реалізації якого ситуативні навчально-пізнавальні завдання формують так, щоб способи діяльності виступали як прямий продукт навчання;

2) *принцип варіабельності*, що передбачає зміну шляхів виконання ситуативного завдання за допомогою варіювання рівня її складності та змісту;

3) *рівневий принцип*: рівень складності відібраних до системи й спеціально орієнтованих за змістом ситуативних завдань має відповідати трьом рівням засвоєння знань (А, В, С – рівневої диференціації) та узгоджуватися з рівнем знань і вмінь студентів;

4) *принцип різнобічності* методів виконання ситуативних завдань, базований на психофізіологічних особливостях процесів сприйняття інформації та мислення різних груп студентів і вимогах навчання;

5) *принцип інформативності*, котрий передбачає наявність у системі виконання ситуативних завдань, що містять певний запас додаткової інформації, яка має елемент суб'єктивності новизни й ґрунтується на застосуванні знань і вмінь студента.

Перелічені принципи тісно пов'язані між собою, визначають, доповнюють один одного. Так, говорячи про дидактичний принцип цілісності системи виконання ситуативних завдань як системного об'єкта, водночас маємо на увазі множинність особливостей конкретних завдань, які становлять цю систему: можливість зміни (переформулювання) умови виконання завдання, розбиття її на підсистеми виконання завдань, пов'язаних однією умовою; використання для її виконання різноманітних методів і прийомів тощо.

Отже, принцип цілісності переплітається з методичними принципами варіабельності й різно-

бічності виконання ситуативних навчально-пізнавальних завдань. Виконання студентами конкретної системи ситуативного завдання з урахуванням обраних методів і способів їх розв'язування передбачає також відповідну організацію самої навчальної діяльності, усього навчального процесу, а також більш детальне, глибоке вивчення ерготерапії.

Виконання студентом ситуативних навчально-пізнавальних завдань, зміст яких базується на його безпосередніх інтересах, принесе подвійну користь: по-перше, зацікавленість у правильному виконанні завдання, що максимально активізує розумову діяльність студента; по-друге, це поглибить знання, уміння та навички в обраній ним професійній діяльності. За умови варіювання складності виконання ситуативних навчально-пізнавальних завдань, включення до системи додаткових даних, особливостей перебігу процесу тощо можна використовувати систему таких завдань і діяти як інструмент для реалізації рівневої диференціації. Для цього ситуативні завдання треба розмістити в порядку зростання їх складності (відповідно, А, В, С).

Ситуативні завдання нижчого рівня (А) дадуть можливість студентам опанувати елементарні способи дії, які ґрунтуються на володінні поняттями, знаннями основних постулатів, теоретичних понять та алгоритмів, використовуваних під час виконання ситуативних навчально-пізнавальних завдань.

Виконання ситуативних навчально-пізнавальних завдань вищих рівнів (В і С) має базуватися на глибокому розумінні студентами процесів відновлення функцій, на вільному володінні навичками й наявністю певних практичних умінь, а також може потребувати застосування знань і навичок, набутих у процесі вивчення інших навчальних дисциплін. Це дає змогу студентам проводити комплексне дослідження певного процесу з різних позицій, розглядати різні умови його перебігу, варіювати нестандартні ситуації. Для таких ситуативних завдань характерною є відсутність відомого студентам алгоритму виконання завдання, що сприяє формуванню клінічного типу мислення в студентів.

Висновки. Можна стверджувати, що використання ситуативних навчально-пізнавальних завдань у процесі вивчення ерготерапії є одним із загальних методологічних принципів побудови навчальної діяльності; системним підходом для дослідження особливостей навчальної діяльності студентів і побудови всього процесу навчання ерготерапії; однією з можливих інтерпретацій діяльнісного підходу, якому властиве широке застосування прийомів наукового пізнання.

Отже, якість виконання ситуативних навчально-пізнавальних завдань як показник рівня сформованості знань студентів стає досить важливою характеристикою навчальних навичок ерготерапевта, потрібних у майбутній професії. Рівень роз-

витку особистості визначається рівнем розвитку самостійної свідомої діяльності, зокрема рівнем самостійного орієнтування в різних галузях професійної діяльності ерготерапевта (уміння аналізувати, узагальнювати, розробляти стратегію пошуку шляхів вирішення окремих проблем тощо). Цілісний підхід до системи використання ситуативних навчально-пізнавальних завдань в ерготерапії можна розглядати як певну фахову орієнтацію й засіб підготовки кваліфікованих кадрів, здатних до творчої праці, професійного розвитку, освоєння й упровадження наукоємних та інформаційних технологій, конкурентоспроможних на ринку праці.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Антонюк М.С. Психологічні особливості формування у студентів умінь і навичок самостійної роботи. *Сучасні педагогічні технології у вищій школі* : науково-методичний збірник. Київ, 1995. С. 111–113.
2. Біляєва Ю.В. Організація самостійної роботи студентів з іноземної мови студентів аграрних вузів. *Науковий прогрес на межі тисячоліть* : науково-методичний збірник. Дніпропетровськ, 2007. С. 125–126.
3. Мороз О.Г., Падалка О.С., Юрченко В.І. Педагогіка і психологія вищої школи : навчальний посібник / за заг. ред. О.Г. Мороза. Київ : НПУ, 2003. 267 с.
4. Нісімчук А.С., Падалка О.С., Шпак О.Т. Сучасні педагогічні технології : навчальний посібник. Київ : Просвіта, 2000. 368 с.
5. Онучак Л.В. Педагогічні умови організації самостійної позааудиторної роботи студентів економічних спеціальностей : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Київ, 2002. 18 с.
6. Extracurricular Activities Defined. URL: www.videojug.com.
7. Needlman Robert, Extracurricular Activities. URL: www.drspock.com.
8. Dowshen Steven, Extracurricular Activities. URL: www.kidshealth.org.
9. Diversify your College Activities. URL: www.ecampustours.com.
10. Tanabe Gen, Tanabe Kelly, Making Extracurricular Activities Stand out in College Applications. URL: www.quintcareers.com.

УДОСКОНАЛЕННЯ ШВИДКІСНО-СИЛОВОЇ ПІДГОТОВКИ УЧНІВ СЕРЕДЬНОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПРІОРИТЕТНИМ ВИКОРИСТАННЯМ ЗАСОБІВ ЛЕГКОАТЛЕТИЧНИХ СТРИБКІВ

THE SPEED-POWER PREPARATION IMPROVING OF AVERAGE SCHOOL AGE PUPILS WITH PRIORITY APPLYING OF TOOLS OF ATHLETICS JUMPS

Стаття присвячена одній із актуальних проблем, зокрема питанню пошуку ефективних методів і засобів удосконалення швидкісно-силової підготовки учнів середнього шкільного віку.

З'ясовано, що сприятливим віком для цілеспрямованого розвитку швидкісно-силових якостей є 11–15 років. Для здійснення педагогічного контролю за рівнем розвитку швидкісно-силових якостей учнів середнього шкільного віку (12–13 років) доцільно використовувати такі контрольні вправи: стрибок у довжину з місця (см), метання малого м'яча на дальність (м) та піднімання тулуба в сид за 30 с (кількість разів).

Розроблено й експериментально перевірено програму вдосконалення швидкісно-силової підготовки учнів середнього шкільного віку (12–13 років) із пріоритетним використанням засобів легкоатлетичних стрибків.

Зміст програми переважно становили стрибкові вправи: стрибкові вправи з обтяженням власного тіла; стрибкові вправи з використанням спортивного інвентарю; стрибкові вправи в парах, у трійках; стрибкові вправи на відрідках (10–30 м) з різних стартових положень. Як допоміжні використані різновиди бігу, а саме бігові вправи на відрідках (10–30 м) з різних стартових положень. Основними формами організації виконання цих вправ були рухливі ігри, елементи спортивних ігор, естафети.

Ефективними методами для розвитку й удосконалення швидкісно-силових якостей є повторний, розчленований, ігровий і змагальний методи.

Про ефективність розробленої програми свідчить позитивна зміна результатів виконання контрольних вправ після експерименту в учнів експериментальної групи, таких як стрибок у довжину з місця (см), метання малого м'яча на дальність (м) та піднімання тулуба в сид за 30 с (кількість разів). У контрольній групі результати виконання контрольних вправ після експерименту суттєво не змінилися.

Ключові слова: *учні середнього шкільного віку, фізичне виховання, програма, швидкісно-силові якості, легкоатлетичні стрибки.*

The article is dedicated to one of the actual problems, in particular to the question of searching of effective methods and ways of speed-power preparation improving of average school age pupils.

It was revealed that 11–15 years is the most favorable age for purposeful development of speed-power qualities. Such exercises as long jump from the position (cm), small ball throw to distance (m) and lifting the body into sitting position in 30 seconds (quantity of times) is expedient to use for pedagogical control of the speed-power qualities development level of average school age pupils (12–13 years).

There was elaborated and experimentally proved the program of improving the speed-power qualities development level of average school age pupils (12–13 years) with priority applying of athletics jumps tools.

The content of the program consists mostly jump exercises such as jump exercises with additional body weight; jump exercises with additional sport inventory; jump exercises in couples, at three persons and jump exercises on particular length (10–30 m) from different positions at start. Differentiation of running were applied as supporting exercises. In particular, running exercises on such segments as 10–30 meters from different positions at start.

The main forms of performance organization of these exercises are motor games, sport games elements and relays.

The effective methods of development and improving speed-power qualities are repeating, dismembered, game and competitive method.

The effectiveness of elaborated program is proved by positive change in results of control exercises performance after the experiment of pupils from experimental group. They performed such exercises as long jump from the position (cm), small ball throw to distance (m) and lifting the body into sitting position in 30 seconds (quantity of times). The results were not changed significantly in the control group after control exercises perming.

Key words: *average school age pupils, physical education, program, speed-power qualities, athletics jumps.*

УДК 796.012.11/13:796.431-053.5
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.16>

Ханікянц О.В.,

канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доцент кафедри теорії і методики
фізичної культури

Львівського державного університету
фізичної культури
імені Івана Боберського

Римар О.В.,

канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доцент кафедри теорії і методики
фізичної культури

Львівського державного університету
фізичної культури
імені Івана Боберського

Конестяпін В.Г.,

канд. пед. наук,
доцент кафедри легкої атлетики
Львівського державного університету
фізичної культури

імені Івана Боберського

Постановка проблеми в загальному вигляді.

До актуальних проблем фізичного виховання учнів закладів загальної середньої освіти належить питання пошуку ефективних методів і засобів розвитку й удосконалення фізичної підготовленості. Легкоатлетичні стрибкові вправи ефективно розвивають швидкісно-силові якості та вибухову силу, а вік 11–15 років є особливо сприятливим для цього [5, с. 178–226; 6; 8]. Тому дослідження проводилося саме за участі учнів середнього шкільного віку, є цілком адекватним до їхнього фізичного розвитку.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Шкільний вік є тим критичним віком, упродовж якого відбувається розвиток важливих навичок, закладається рівень фізичного здоров'я (розвиток кісткової й м'язової тканин, внутрішніх органів, вестибулярного апарату, рухових реакцій тощо) [7]. Вагомий результат фізичного виховання проявляється у сформованих фізичних якостях і досягнутому рівні працездатності [10].

Рівень розвитку компонентів фізичної підготовленості – сили, швидкості, витривалості, гнучкості тощо, на думку більшості дослідників [1; 5; 11; 12],

позитивно впливає як на фізичне, так і психічне здоров'я дітей. Попри це, серед школярів України простежується тенденція до зниження рівня фізичної підготовленості, особливо витривалості й силових якостей [1; 9].

В Україні легка атлетика становить вагому частину Навчальної програми з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. Легкоатлетичні вправи мають надзвичайно різнобічний вплив на організм дитини. Окрім позитивного впливу на загальновідомі рухові здібності, застосування легкоатлетичних вправ покращує рухливість суглобів, сприяє вихованню спритності, пам'яті, уваги, вольових здібностей тощо, а виконання стрибкових вправ висуває підвищені вимоги до всіх систем організму учнів [3; 8].

Однак, попри те що легка атлетика вирізняється різноманітністю природних засобів і форм проведення занять, останні дослідження свідчать, що на практиці застосування легкоатлетичних вправ має монотонний характер (тривала спортивна ходьба, біг, кроси), а це знижує ефективність занять та інтерес учнів до них [2; 3].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Загалом констатуємо той факт, що сьогодні рівень фізичної підготовленості учнівської молоді України не відповідає сучасним вимогам. Тому, на нашу думку, під час розроблення методики проведення уроків з фізичної культури в межах шкільного курсу необхідно спрямовувати зусилля на вдосконалення програм розвитку фізичної підготовленості, зокрема швидкісно-силових якостей. Удосконалення методів і форм застосування легкоатлетичних стрибкових вправ сприятиме формуванню мотивації підлітків до занять легкою атлетикою.

Мета статті – удосконалення швидкісно-силової підготовки учнів середнього шкільного віку з пріоритетним використанням засобів легкоатлетичних стрибків.

Для досягнення мети роботи вирішувалися такі завдання:

– визначити інформативні показники рівня розвитку швидкісно-силових якостей учнів середнього шкільного віку (12–13 років);

– розробити й експериментально перевірити програму вдосконалення швидкісно-силової підготовки учнів середнього шкільного віку (12–13 років) із пріоритетним використанням засобів легкоатлетичних стрибків.

Виклад основного матеріалу. У ході педагогічного спостереження визначено вихідний рівень розвитку швидкісно-силових якостей школярів, які в подальшому брали участь у педагогічному експерименті. Для цього застосовувалися такі контрольні вправи: біг 30 м з високого старту (с); біг 30 м з ходу (с); стрибок у довжину з місця (см); метання малого м'яча (м); піднімання тулуба в сид за 30 с (кількість разів).

Педагогічний експеримент проводився на уроках фізичної культури за участю школярів сьомих класів ЗЗСО № 73 м. Львова.

Під час педагогічного експерименту проведено перевірку програми вдосконалення рівня розвитку швидкісно-силових якостей учнів середнього шкільного віку з пріоритетним використанням засобів легкоатлетичних стрибків. Упровадження програми тривало впродовж квітня – травня 2019 року, 6 тижнів (18 уроків, 3 рази на тиждень). В експерименті взяли участь 30 школярів (хлопці) 7-А та 7-Б класів ЗЗСО, за станом здоров'я всі вони належали до основної медичної групи. На початку педагогічного експерименту результати виконання контрольних вправ в учнів 7-А та 7-Б класів коливалися в межах нормального розподілу, що дало нам змогу сформувати з них дві групи – контрольну та експериментальну (по 15 осіб у кожній).

Контрольна група займалася за загальноприйнятою методикою, рекомендованою Навчальною програмою з фізичної культури для 5–9 класів закладів загальної середньої освіти «Фізична культура в школі» (варіативний модуль «Легка атлетика») [4]. Експериментальна група займалася за авторською програмою вдосконалення швидкісно-силової підготовки учнів середнього шкільного віку (12–13 років) із пріоритетним застосуванням засобів легкоатлетичних стрибків.

Під час розроблення програми ми оптимізували розподіл співвідношення засобів розвитку витривалості, загальної фізичної підготовки, техніки виконання легкоатлетичних вправ і засобів розвитку швидкісно-силових якостей у варіативному модулі «Легка атлетика». Зміст програми переважно становили стрибкові вправи: стрибкові вправи з обтяженням власного тіла; стрибкові вправи з використанням спортивного інвентарю; стрибкові вправи в парах, у трійках; стрибкові вправи на відрізках (10–30 м) з різних стартових положень. Як допоміжні використані різновиди бігу, а саме бігові вправи на відрізках (10–30 м) з різних стартових положень.

Основними формами організації виконання цих вправ були рухливі ігри, елементи спортивних ігор, естафети для підвищення емоційного фону уроків і мотивації школярів до виконання легкоатлетичних вправ. Переважно використовувалися повторний, розчленований, ігровий і змагальний методи.

Після завершення експерименту у травні 2019 року учні двох груп ще раз виконували ті самі контрольні вправи, як і на початку експерименту. Динаміку середніх значень результатів виконання контрольних вправ учнями до та після експерименту наведено в таблиці 1.

Як видно з таблиці 1, зміна результатів після проведення експерименту в експериментальній групі є позитивною, а особливо в результатах виконання таких контрольних вправах, як стрибок у довжину з місця (см), метання малого

Таблиця 1

Динаміка середніх значень результатів виконання контрольних вправ учнями до та після експерименту

Вправи	Групи			
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
	до екс-ту	до екс-ту	після екс-ту	після екс-ту
Біг 30 м з високого старту(с)	6,2±0,13	6,1±0,16	6,1±0,09	5,9±0,14
Біг 30 м з ходу (с)	6,0±0,12	5,9±0,16	5,9±0,12	5,7±0,13
Стрибок у довжину з місця (см)	147,2±8,26	154,5±5,19	150,1±8,02	160±5,39
Метання малого м'яча на дальність (м)	17,5±1,9	20,1±2,81	18,3±1,98	22,4±2,92
Піднімання тулуба в сид за 30 с (к-ть разів)	15,3±1,99	17,3±1,95	16,3±1,68	19,4±1,55

Таблиця 2

Порівняльна характеристика якості виконання контрольних вправ за рівнями компетентності в учнів контрольної групи до та після експерименту (n=15)

Вправи		Рівні компетентності							
		низький рівень		середній рівень		достатній рівень		високий рівень	
		*	%	*	%	*	%	*	%
Біг 30 м з високого старту(с)	До екс-ту	1	7%	1	7%	13	86%	0	0%
	Після екс-ту	0	0%	0	0%	15	100%	0	0%
Стрибок у довжину з місця (см)	До екс-ту	4	27%	11	73%	0	0%	0	0%
	Після екс-ту	2	13%	10	67%	3	20%	0	0%
Метання малого м'яча на дальність (м)	До екс-ту	13	87%	2	13%	0	0%	0	0%
	Після екс-ту	10	67%	5	33%	0	0%	0	0%
Піднімання тулуба в сид за 30 с (к-сть разів)	До екс-ту	1	7%	13	86%	1	7%	0	0%
	Після екс-ту	0	0%	10	67%	5	33%	0	0%

* – кількість осіб.

Таблиця 3

Порівняльна характеристика якості виконання контрольних вправ за рівнями компетентності в учнів експериментальної групи до та після експерименту (n=15)

Вправи		Рівні компетентності							
		низький рівень		середній рівень		достатній рівень		високий рівень	
		*	%	*	%	*	%	*	%
Біг 30 м з високого старту (с)	До екс-ту	0	0%	0	0%	12	80%	3	20%
	Після екс-ту	0	0%	0	0%	10	67%	5	33%
Стрибок у довжину з місця (см)	До екс-ту	0	0%	13	87%	2	13%	0	0%
	Після екс-ту	0	0%	6	40%	9	60%	0	0%
Метання малого м'яча на дальність (м)	До екс-ту	9	60%	6	40%	0	0%	0	0%
	Після екс-ту	3	20%	9	60%	3	20%	0	0%
Піднімання тулуба в сид за 30 с (к-сть разів)	До екс-ту	0	0%	7	47%	8	53%	0	0%
	Після екс-ту	0	0%	1	7%	13	86%	1	7%

* – кількість осіб.

Порівняння кількості учнів (%) контрольної та експериментальної груп, які демонструють достатній рівень компетентності після експерименту

Вправи	Учні ЕГ (%)	Учні КГ (%)
Біг 30 м з високого старту (с)	Не змінилося	14%
Стрибок у довжину з місця (см)	47%	20%
Метання малого м'яча на дальність (м)	20%	Не змінився
Піднімання тулуба в сид за 30 с (к-сть разів)	33%	26%

м'яча на дальність (м) та піднімання тулуба в сид за 30 с (кількість разів). У контрольній групі результати виконання контрольних вправ після експерименту суттєво не змінилися.

Багато фахівців легкої атлетики рекомендують вправу «біг 30 м з ходу» для оцінювання рівня розвитку швидкісно-силових якостей. Отримані нами результати виконання вправ «біг 30 м з ходу» та «біг 30 м з високого старту» суттєво не відрізняються. Отже, ми вважаємо, що вправа «біг 30 м з ходу» не відповідає віковим можливостям розвитку школярів, вони не можуть виконати її з максимальним рівнем швидкості. На нашу думку, як контрольну вправу для школярів цього віку варто застосовувати вправи «біг 20 м з ходу» або «біг 10 м з ходу».

Оскільки всі контрольні вправи, окрім «30 м з ходу», рекомендовані Навчальною програмою з фізичної культури для 5–9 класів закладів загальної середньої освіти «Фізична культура в школі» [4], ми мали можливість визначити зміну рівнів компетентності учнів за кожною із цих вправ.

Результати якісної характеристики показників контрольних вправ до та після експерименту учнів контрольної групи й експериментальної групи наведено в таблицях 2 та 3.

Аналіз результатів динаміки якості виконання контрольних вправ за рівнями компетентності в учнів контрольної та експериментальної груп до та після експерименту, наведений у таблицях 2 та 3, свідчить, що після впровадження авторської програми учнів експериментальної групи, які демонструють низький рівень компетентності за результатом виконання вправи «метання малого м'яча на дальність», стало менше на 40%, тоді як у контрольній – лише на 20%.

Учнів експериментальної групи, які демонструють високий рівень компетентності, стало більше за результатами виконання вправ «біг 30 м» та «піднімання тулуба в сид за 30 с». Серед учнів контрольної групи позитивної динаміки високого рівня компетентності не виявлено.

Найкраща динаміка після впровадження авторської програми виявлена в достатньому рівні компетентності (таблиця 4).

Так, в експериментальній групі учнів, які демонструють достатній рівень компетентності, стало більше за результатами виконання: стрибка в довжину з місця на 27% більше, ніж у конт-

рольній, у метанні малого м'яча на дальність на 20% більше, ніж у контрольній, і в підніманні тулуба в сид за 30 с на 7% більше, ніж у контрольній.

Висновки. Для здійснення педагогічного контролю за рівнем розвитку швидкісно-силових якостей учнів середнього шкільного віку (12–13 років) доцільно використовувати такі контрольні вправи: стрибок у довжину з місця (см), метання малого м'яча на дальність (м) та піднімання тулуба в сид за 30 с (кількість разів). Вправу «біг 30 м з ходу» не доцільно використовувати як контрольну рівня розвитку швидкісно-силових якостей учнів середнього шкільного віку, оскільки вона не відповідає їхнім віковим можливостям фізичного розвитку.

Позитивна динаміка результатів виконання контрольних вправ і рівнів компетентності учнями експериментальної групи дає змогу стверджувати, що розроблена програма вдосконалення швидкісно-силової підготовки учнів середнього шкільного віку (12–13 років) із пріоритетним застосуванням засобів легкоатлетичних стрибків є ефективною.

Перспективи подальшого пошуку в цьому напрямі вбачаємо в дослідженнях, спрямованих на виявлення інформативних показників рівня розвитку сили, швидкості, витривалості, гнучкості й спритності учнів середнього шкільного віку.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Васкан І. Стан фізичної підготовленості підлітків. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : збірник наукових праць. 2013. № 1 (21). С. 269–272.
2. Зубалій М., Марунін В. Організація і методика проведення змагань з дитячої легкої атлетики із учнями 11–12 років. *Фізичне виховання в школі* : науково-методичний журнал. 2010. № 2. С. 23–24.
3. Конестяпін В., Вітер Т. Фізичне виховання школярів 14–15 років з пріоритетним використанням засобів легкої атлетики. *Молода спортивна наука України* : збірник наукових праць з галузі фіз. культури та спорту. Львів, 2008. Вип. 12. Т. 2. С. 115–119.
4. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. 5–9 класи. URL: https://fizkulturamo.at.ua/load/programmy_po_fizkulture/srednjaja_shkola/navchalna_programa_z_fizichnoji_kulturi_dlja_zagalnoosvitnikh_navchalnikh_zakladiv_5_9_klasi/10-1-0-116.
5. Теорія і методика фізичного виховання : підручник для студ. вищ. навч. закл. фіз. вих. і спорту / за ред. Т.Ю. Круцевич. Київ : Олімпійська література, 2008. Т. 1. 392 с.

6. Суворова Т.І. Система контролю фізичного стану дівчат 11–17 років у процесі фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 / ЛДІФК. Львів, 2003. 20 с.

7. Фізичне виховання і здоров'я : навчальний посібник / авт. кол. : О.Д. Дубогай, Н.Н. Завидівська, О.В. Ханіянц та ін. ; за заг. ред. О.Д. Дубогай. Київ : УБС НБУ, 2012. 271 с.

8. Ханіянц О., Свищ Я., Харченко Р. Удосконалення фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку засобами легкоатлетичних стрибків. *День студентської науки* : збірник матеріалів щоріч. студент. наук. конф. Львів, 2019. С. 46–48.

9. Ханіянц О.В., Соломонко А.О., Римар О.В. Фізична підготовленість дівчат 15–16 років (на прикладі студенток коледжу I року навчання). *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка* : збірник наукових праць /

редкол. : М.О. Носко (гол. ред.) та ін. Чернігів, 2019. Вип. 3 (159). С. 302–309.

10. Bodnar I., Petryshyn Y., Solovey A., Rymar O. et al. Health complaints and well-being complaints among secondary school children. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2016. № 16 (3). Art. 142. P. 905–909.

11. The paradigm of health maintenance at Higher Education Institutions as an Important Component of Human Development in Terms of Modernity / O.I. Zavydivska, N.N. Zavydivska, O.V. Khanikiants, O.V. Rymar. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2017. Vol. 17. Supplement Issue 1. Art 9. P. 60–65.

12. Mandyuk A., Yaroshyk M., Rymar O. Motor Activity in the Informational Environment of High-School-Age Students. *Physical education, sports and health culture in modern society*. 2017. № 4 (40). P. 60–67.

РОЗДІЛ 3. КОРЕКЦІЙНА ПЕДАГОГІКА

РАЗВИТИЕ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ У ДЕТЕЙ С ОСОБЫМИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМИ ПОТРЕБНОСТЯМИ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ РЕСУРСНОГО ЦЕНТРА ИНКЛЮЗИВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ В РЕСПУБЛИКЕ МОЛДОВА)

РОЗВИТОК ДРІБНОЇ МОТОРИКИ У ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ (З ДОСВІДУ РОБОТИ РЕСУРСНОГО ЦЕНТРУ ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ В РЕСПУБЛІЦІ МОЛДОВА)

THE DEVELOPMENT OF FINE MOTOR SKILLS OF SPECIAL NEEDS CHILDREN (BASED ON THE EXPERIENCE FROM THE INCLUSIVE EDUCATION RESOURCE CENTRE IN THE REPUBLIC OF MOLDOVA)

Статья посвящена одной из актуальных проблем – развития мелкой моторики у детей с особыми образовательными потребностями. В частности, приводятся примеры из опыта работы ресурсного центра инклюзивного образования в Республике Молдова.

В настоящее время число детей с особыми образовательными потребностями постоянно увеличивается. Проблема поиска новых эффективных направлений и способов оказания индивидуальной помощи этой категории детей становится всё более актуальной. Одна из целей эрготерапии состоит в развитии мелкой и крупной моторики. В данной статье описываются приёмы развития мелкой моторики у детей. Эти приёмы значительно улучшают активность в повседневной жизни и навыки самообслуживания, что способствует их социализации и интеграции в обществе. Основная задача состоит в ознакомлении молодых педагогов и родителей с разновидностью упражнений, которые не только максимально восстанавливают двигательные функции, но и помогут стать самостоятельным, социально приспособленным и независимым в быту человеком. Успех приносит удовольствие, и работа педагога заключается в организации таких занятий, которые не только позволяли бы добиваться успеха, но и были бы весёлыми и интересными. Во время игровой деятельности ребёнок овладевает полезными навыками, которые потребуются ему во взрослой жизни. В процессе занятий используются игры и упражнения, направленные на развитие социальных навыков, на развитие сенсорного восприятия, памяти и внимания, арт-терапия, мероприятия по личной гигиене. Позитивное отношение к работе и энтузиазм во время занятий – это те качества, которые необходимы для успешной работы с ребёнком.

Таким образом, главная цель занятий в школе – это социальная адаптация, которая требует комплексного и индивидуального подхода к ребёнку. В таких ситуациях имеет значение всё: окружение человека, образ его жизни, личные склонности и увлечения, уровень интеллекта. Всё это очень важно, поскольку задача педагога – улучшить качество жизни и дать ребёнку

возможность не только самостоятельно обслуживать себя, но и быть полезным обществу.

Ключевые слова: мелкая моторика, развитие, дети с особыми образовательными потребностями, ресурсный центр, вспомогательный педагог.

Стаття присвячена одній з актуальних проблем – розвитку дрібної моторики у дітей з особливими освітніми потребами. Зокрема, наводяться приклади з досвіду роботи ресурсного центру інклюзивної освіти в Республіці Молдова.

Натепер число дітей з особливими освітніми потребами постійно збільшується. Проблема пошуку нових ефективних напрямів і способів надання індивідуальної допомоги цій категорії дітей стає все більш актуальною. Одна з цілей ерготерапії полягає в розвитку дрібної моторики у дітей. Ці прийоми значно покращують активність у повсякденному житті та навички самообслуговування, що сприяє їх соціалізації і інтеграції в суспільстві. Основне завдання полягає в ознайомленні молодих педагогів і батьків з різноманітними видами занять, які не тільки відновлять рухові функції, але і допоможуть стати самостійною, соціально пристосованою і незалежною у побуті людиною. Успіх приносить задоволення, і робота педагога полягає в організації таких занять, які не тільки би давали змогу досягати успіху, але й були б веселими та цікавими. Під час ігрової діяльності дитина опановує корисні навички, що знадобляться їй у дорослому житті. У процесі занять використовуються ігри та вправи, що спрямовані на розвиток соціальних навичок, на розвиток сенсорного сприйняття, пам'яті та уваги, арт-терапія, заходи з особистої гігієни. Позитивне ставлення до роботи і ентузіазм під час занять – це ті якості, які необхідні для успішної роботи з дитиною.

Таким чином, головною метою занять у школі – це соціальна адаптація, яка вимагає комплексного та індивідуального підходу до дитини. У таких ситуаціях має значення все: оточення людини, спосіб її життя, особисті схильності та інтереси, рівень інтелекту. Усе це дуже важливо,

УДК 376

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.17>

Григоренко А.И.,
вспомогательный педагог
второй дидактической степени
Теоретического лицея
имени Джордже Кошбука
(г. Бельцы, Республика Молдова)

оскільки завдання педагога – поліпшити якість життя дитини і дати їй можливість не тільки самостійно обслуговувати себе, але і бути корисним суспільству.

Ключові слова: дрібна моторика, розвиток, діти з особливими освітніми потребами, ресурсний центр, допоміжний педагог.

This article focuses on one of the most urgent problems of the development of fine motor skills of special needs children. In particular, it is based on the experience from the inclusive education resource centre in the Republic of Moldova. Nowadays, the number of special needs children is constantly increasing. Thus, the problem of finding new effective directions and ways to provide individual assistance to this category of children is up to date. One of the goals of the occupational therapy is to develop fine and large motor skills. This article illustrates techniques used for the development of children's fine motor skills. The presented techniques lead to the improvement of children's everyday life activity and their self-care skills that in consequence contribute to their socialization and social integration. The main task is to familiarize young teachers and parents with the variety of exercises that will restore special needs children's motor functions, and also help them becoming independent, socially fit and able to do everyday

life activities independently. As success brings pleasure, the teacher's job is to organize classes that would not only make it possible to succeed, but would also be interesting and motivating for the child. The children develop better useful skills that will help them in their future real life during the educational game performance. Different types of games and exercises are used during the classes in order to develop children's social skills. Such activities as games for developing sensory perception, memory and attention, art-therapy, and games which reflect personal hygiene measures are also used. A positive attitude to work and enthusiasm during classes are those qualities that are necessary for a successful progress with a special needs child.

Thus, the main goal of the classes at school, as a consequence, is the social adaptation, which requires an integrated and individual approach to the child. In such situations, everything matters: the environment, educator's lifestyle, personal preferences and hobbies, and the level of intelligence. Everything mentioned above, is very important, since the task of the educator is to improve the quality of life and give these children the opportunity not only to take care of them independently, but also to be integrated and active within the society.

Key words: fine motor skills, development, special needed children, resource centre, support teacher.

Источник способностей и дарований детей – на кончиках их пальцев.

В. Сухомлинский

Общество, в котором мы живём, стремится к равным возможностям для всех детей посещать одну и ту же школу и учиться вместе, независимо от их культурной, социальной, религиозной и экономической принадлежности или их интеллектуальных, или физических способностей и потребностей. В настоящее время число детей с особыми образовательными потребностями постоянно увеличивается, а проблема поиска новых эффективных направлений, способов оказания индивидуальной психо-педагогической помощи этой категории детей становится всё более актуальной.

Все дети могут освоить жизненно важные навыки, но если большинство обычных детей учится в естественной среде, наблюдая за другими людьми и подражая им, то детям с особыми потребностями нужно больше времени, специальное обучение и индивидуальные условия.

В последнее десятилетие разработано большое количество методик для восстановительного лечения двигательных, речевых и психических функций детей. Кроме того, существуют методики эрготерапии, которые значительно улучшают у детей с ограниченными возможностями активность в повседневной жизни и навыки самообслуживания, что способствует их социализации и интеграции в общество здоровых людей (О. В. Камаева, 2003, Е. Townsend, 1997, М. Nestadi, 1998).

Родители детей с ограниченными возможностями активно изучают информацию об эрго-

терапии, чтобы адаптировать обычную домашнюю среду в пространство для формирования и развития у ребёнка жизненно важных навыков. В эрготерапии термин «занятость» (occupation) относится не только к работе или трудотерапии. Термин «занятость», с точки зрения эрготерапии, характеризует различные виды деятельности, которые встречаются в жизни каждого человека и придают ей смысл.

Кара Косински, американский эрготерапевт и мама двоих сыновей с аутизмом, разработала системный подход, который успешно практикует в работе с детьми с расстройствами аутистического спектра. «Меня часто спрашивают, почему мои терапевтические сессии выглядят так, будто я всего лишь играю с ребёнком. Если речь идёт о детях, то именно в игровой деятельности и заключается их «работа». Дети учатся во время различных дел, которыми они занимаются в повседневной жизни. Когда ребёнок понимает, что его действия вызывают ответную реакцию (от другого человека или от игрушки), он переживает ощущение успеха. Если та или иная деятельность успешна, то ребёнок с большей долей вероятности захочет её повторить. И наоборот, если ребёнку не удалось достичь успеха, он, скорее всего, не захочет заниматься этим делом снова» [6, с. 9].

Одна из целей эрготерапии состоит в развитии мелкой и крупной моторики. В данной статье описаны в контексте вышеупомянутых заявлений приёмы развития мелкой моторики у детей с особыми образовательными потребностями, которые обеспечат исправление трудностей в обучении

структурного, організаційного, емоційного або іншого характеру у дітей.

Основна задача цієї статті полягає в ознайомленні молодих батьків і допоміжних педагогів з різноманітними вправами, які не тільки максимально відновлять рухові функції дитини, але і допоможуть стати самостійним, соціально пристосованим і незалежним в побуті, незалежно від того, чи є у нього порушення, обмеження життєдіяльності або обмеження участі в житті суспільства.

За допомогою служби психолого-педагогічної підтримки і адміністрації закладу було створено і адаптовано функціональний ресурсний центр для інклюзивного навчання, придатний для вільного вибору, вивчення і маніпулювання іграшками, навчальними матеріалами і спортивним інвентарем (мат, килим, закриті шафи, гімнастична драбина), що полегшує рухову діяльність учнів.

В ресурсному центрі також можна використовувати і шкільні належності, які знаходяться під рукою: ручки, олівці, клей, кольорові олівці, гуашь, пензлики, пластилін, тетрадь для прописи, альбом, кольорова папір, таймер і піщані години.

Успіх приносить задоволення, і робота педагога полягає в організації таких занять, які не тільки дозволяють досягти успіху, але і були б веселими і цікавими [6, с. 10]. Що стосується роботи, то гра – це і є робота, яку виконує дитина. В час ігрової діяльності він оволодіває корисними навичками, які знадобляться йому в дорослому житті. Таким чином, гра дитини в «магазин», в «дочки-матері» або використання іграшкових інструментів готує його до відповідних видів діяльності в дорослому віці [3, с. 25].

Коробки з кнопками і буси різних кольорів і розмірів, різні макаронні вироби, мозаїка,



Рис. 1. Ресурсний центр для інклюзивного навчання



Рис. 2. Сортувальні вправи

карандаши, шарики, кубики, пенопласт, палочки, семена подсолнечника, пластилин доступны каждому для организации занятий с учениками в зависимости от их психомоторного и интеллектуального развития.

Перед началом занятий проводятся ряд упражнений по активации нервных окончаний при помощи мячей разных по размерам и текстуре (гладкие, шипованные и заполненные орбизом).

При активации нервных окончаний используются мелкая фурнитура:

- шпатель;
- прищепка;
- ключ;
- лист бумаги;
- бисер;
- карандаш с рифлёной поверхностью; и более крупные предметы:
- кубик с гранью 4 см;
- скалка;
- книга;
- сумка с ручкой;
- мячик диаметром 6 см.

Если нужен захват мелких предметов и их удержание, то предлагается дощечка с отверстиями, болты, шайбы и гайки.

В дальнейшем подбираются упражнения, которые развивают практическую направленность:

- переложить предмет;
- переставить стул;

- набрать номер телефона;
- открыть крышку.

Также используются игры:

- шахматы;
- домино;
- шашки;
- лабиринты;
- лепка;
- конструктор;
- пазлы;
- рисование кисточкой, карандашами, фломастерами и пальцами;
- вырезание ножницами.

Все упражнения подбираются строго индивидуально и зависят от целей занятия. Также для развития сенсорных и моторных навыков употребляются ёмкости с песком, мукой и разными крупами. В дошкольной и школьной практике существует большое разнообразие игр: сбор песка, спящие пальцы, волны, следы [5, с. 31].

В процессе занятий используются такие методы, как:

- игры и упражнения, направленные на развитие социальных навыков (обучение алгоритму мытья рук по карточкам с картинками либо тренировка непосредственного мытья рук, либо тренировка в мини-группе, где происходит взаимодействие со сверстниками, обучение совместной игре и многим другим видам полезных и интересных навыков);

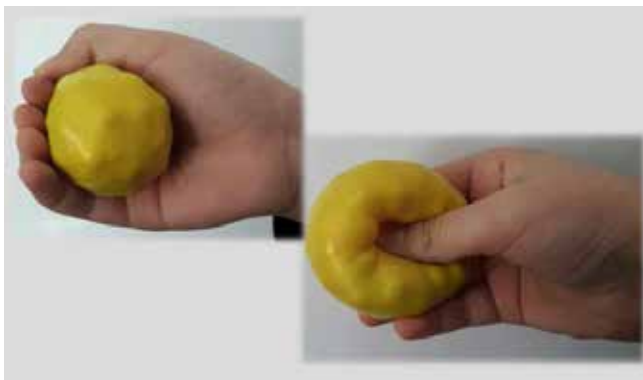


Рис. 3. Мячи разные по размеру и текстуре



Рис. 4. Активация нервных окончаний



Рис. 5. Рисование кисточкой

- игры на развитие сенсорного восприятия, памяти, внимания;
- арт-терапия (рисование, лепка, оригами, квиллинг (в том числе из пластилина), поделки из природных материалов...).



Рис. 6. Лабиринт

Активность в повседневной жизни включает в себя мероприятия по личной гигиене:

- уход за волосами;
- умывание;
- использование туалета;
- одевание;
- приём пищи.

К примеру, при обучении обуванию и шнурованию наиболее оптимальные положения для обувания следующие:

- сидя на стуле, ноги на полу, корпус наклонен вперёд;
- сидя на стуле, ноги на подставке, на высоте чуть ниже стула;

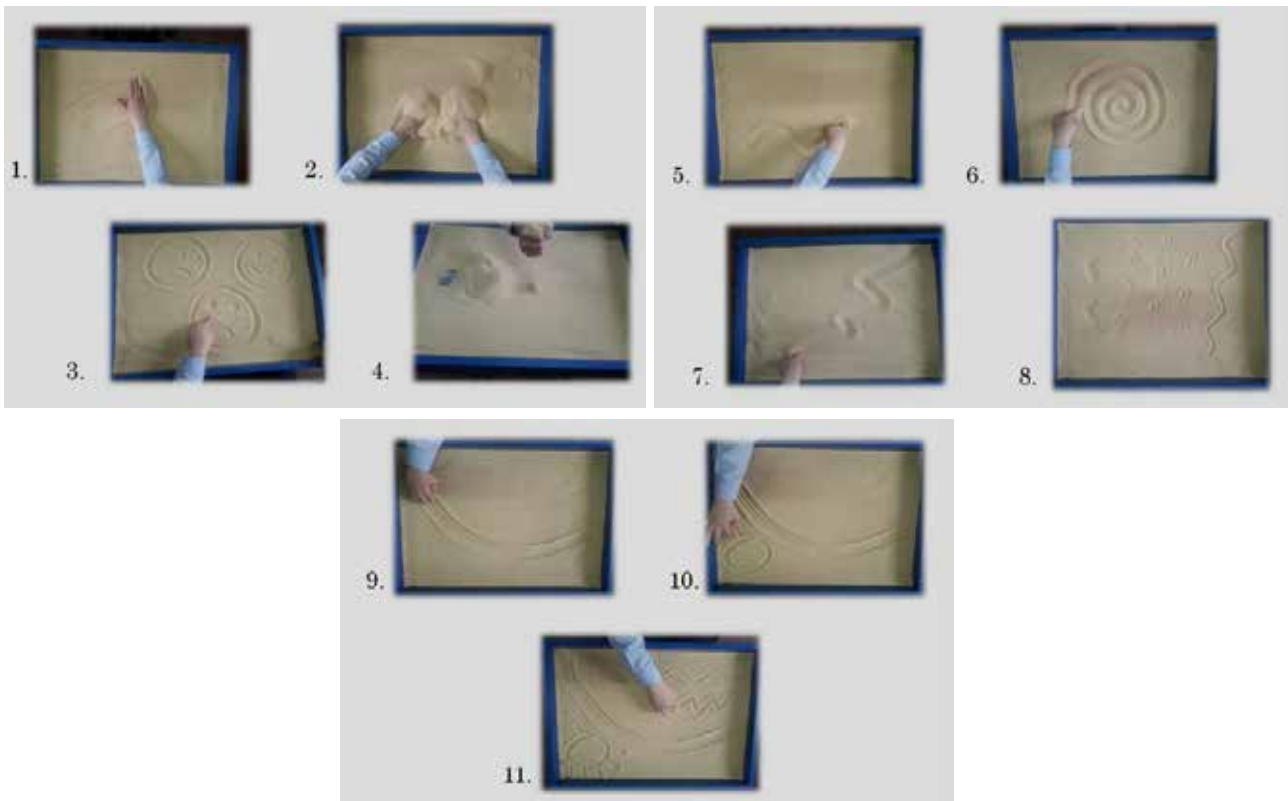


Рис. 7. Упражнения для развития сенсорных и моторных навыков



Рис. 8. Заняття на розвиток уваги

– сидя на полу, колени согнуты.

При обучении шнурованию необходимо развивать захват большим и указательным пальцами. Если есть какие-либо проблемы, то сначала тренируются на деревянной обуви (макете), используя шнурки разного цвета, чтобы было легче запомнить механизм шнурования [3, с. 79]. Шнурки должны быть с толстым наконечником. Затем используются шнурки одного цвета. Ребёнок шнурует обувь, поставленную перед ним на столе пяткой к нему. В случае затруднений со шнуровкой необходимо повторять операцию каждый раз сначала. Для завязывания шнурка узлом необходимо научить ребёнка скрещивать шнурки, образуя круг, пропуская один конец шнурка внутрь этого круга.

Обучение застёгиванию пуговиц – долговременный и трудный процесс. Застёгивание требует хорошего захвата большим и указательным пальцами доминирующей руки. Сначала ребёнка учат вставлять пуговицы (продолговатые деревянные, картонные) в отверстия, затем – застёгивать и расстёгивать пуговицы, начиная с больших, при этом петли должны быть немного больше необходимого размера. Следующий этап – обучение ребёнка застёгиванию собственной одежды, положенной перед ним на столе, затем – застёгиванию одежды на себе.

Позитивное отношение к работе и энтузиазм во время занятий – это те качества, которые необходимы для успешной работы с ребёнком. Нужно, чтобы педагог улыбался ребёнку, подбадривал его

и хвалил за работу во время занятий. Кроме того, педагог должен уметь гибко адаптировать упражнения и задания в соответствии с потребностями ребёнка [2, с. 165]. Чаще всего ребёнок приходит на занятия один-два раза в неделю, поэтому необходимо тесно сотрудничать с родителями, стараясь организовывать повседневную жизнь ребёнка так, чтобы развивать и закреплять результаты, достигнутые во время школьных занятий [1, с. 79; 4, с. 24].

Сегодняшний педагог должен лучше понимать теорию и практику своей деятельности, следовать определённым принципам, без которых немислим образовательный процесс детей с особыми образовательными потребностями для их успешной интеграции в обществе. Для более эффективной помощи этим детям необходимо менять представления о потребностях людей с нарушением развития и учиться воспринимать таких людей в целостном контексте, учитывая их жизненные ценности и интересы.

Таким образом, главная цель занятий в школе – это социальная адаптация, которая требует комплексного и индивидуального подхода к ребёнку. В таких ситуациях имеет значение все: окружение человека, образ его жизни, личные склонности и увлечения, уровень интеллекта. Всё это очень важно, поскольку задача педагога – улучшить качество жизни и дать ребёнку возможность не только самостоятельно обслужить себя, но и быть полезным обществу.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК:

1. Bulat G. Suport educațional. Asistența copiilor cu cerințe educaționale speciale. Chișinău: Lumos Foundation, 2015. 150 p.
2. Colette de Bruin. Auti-comunicare. Give me 5. Nederlande: Graviant educatieve uitgaven, Doetinchem, traducere Inge J. Smelik, 2012. 176 p.
3. Degrieck S. Gândește și aplică. Iași, România: Fides, 2010. 118 p.
4. Walsh K. Crearea claselor orientate după necesitățile copiilor de 8,9,10 ani. Chișinău: Pas cu Pas, 1999. 231 p.
5. Zorilo L., Pereteatcu M., Rusov V., Panco T. *Jocul cu nisip în educația incluzivă*. Ghid pentru cadrele didactice și părinți. Bălți: Tipografia din Bălți, 2017. 52 p.
6. Косински К. Эрготерапия для детей с аутизмом: Эффективный подход для развития навыков самостоятельности у детей с аутизмом и РАС. Рама Паблшинг, 2017. 160 с.

ВИВЧЕННЯ МОТИВАЦІЇ ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ
ДО ЗАНЯТЬ АКВАЕРОБІКОЮ

STUDIES OF MOTIVATION OF MATURE AGES WOMEN TO ACQUAEROBIC

У статті проаналізовано аналіз наукової, методичної, спеціальної літератури, узагальнення практичного досвіду щодо даної теми. Мотивація – процес формування й обґрунтування намірів що-небудь зробити або не зробити. Мотив – це внутрішній стан особистості, який визначає та спрямовує її дії в кожний момент часу. У результаті дослідження встановлено, що мотивація – один із найважливіших компонентів у процесі організації різних форм оздоровчої діяльності для людей різного віку та рівня фізичної підготовленості. Процес фізичного виховання жінок зрілого віку потребує якісного й інноваційного підходу для формування їхніх стійких мотивацій до занять фізичними вправами як важливої складової частини здорового способу життя й позитивної соціальної поведінки. Розглядаються мотиваційні потреби жінок зрілого віку, які відвідують секційні заняття з аквааеробіки, у заняттях фізичними вправами. Нами проведено анкетування (розроблена анкета) жінок щодо мотивів спонукання їх до занять аквааеробікою. Анкета складалася із дванадцяти питань. У дослідженні взяли участь тридцять жінок віком від двадцяти п'яти до шістдесяти семи років (троє жінок I зрілого віку; двадцять одна жінка II зрілого віку, шестеро жінок III зрілого віку), які займаються аквааеробікою на секційних заняттях у Сумському державному педагогічному університеті імені А.С. Макаренка (стаж занять – 1–3 роки). Нами встановлено, що мотивація – один із найважливіших компонентів у процесі організації навчальної діяльності й оздоровчої спрямованості. Жінки керуються різноманітними мотивами, серед яких найбільш важливі такі: досягти гармонійної тілобудови та нормалізувати масу тіла (16,7%), розрядити після розумового навантаження (16,7%), покращити стан здоров'я (13,3%), задоволення від рухової активності (6,7%) та підвищення рівня фізичної підготовки (3,3%). 43,3% жінок зазначили декілька мотивів, які спонукають до занять: два мотиви зазначили 3,3%, 3 мотиви – 23,3%, 4 мотиви – 16,7%. Дотить високий рівень оздоровчо-фізкультурної мотивації в опитаних нами жінок, про що свідчить бажання займатися аквааеробікою 2 рази на тиждень – 63,4%; три і більше разів – 30%, відвідувати тренування за станом свого здоров'я – 6,6%, що є необхідною передумою

самоствердження й досягнення поставленої мети.

Ключові слова: жінки, мотивація, жінки зрілого віку, аквааеробіка, фізичні вправи, здоров'я.

The article analyzes the scientific, methodological, special literature, summarizing practical experience on the topic. Motivation is the process of forming and justifying intentions whether doing something or not. The motive is the inner state of the individual, which defines and directs his actions at every moment of time. The study found that motivation is one of the most important components in the process of organizing various forms of wellness activities for different ages people and levels of their physical fitness. The physical education process of mature age women requires a qualitative and innovative approach forming their sustainable motivations to exercise as an important part of the healthy lifestyle and positive social behavior. The motivational needs of mature age women to exercise, who attend aqua aerobics section classes, are considered. The survey (developed questionnaire) of women about the motives to encourage them to do aqua aerobics was conducted. The questionnaire included 12 questions. The study involved 30 women aged 25–67 years (3 women I mature age; 21 women II mature age and 6 women III mature age), who are engaged in aqua aerobics at sectional classes at Makarenko Sumy State Pedagogical University (experience to take – 1–3 years). It was found out that motivation was one of the most important components in the process of organizing educational activities and health orientation. Women are guided by a variety of motives, the most important of which are getting a harmonious body structure and normalizing body weight (16,7%) and discharging after a mental load (16,7%), improving health status (13,3%), motive from the receipt of physical activity (6,7%) and increased physical fitness (3,3%). Also, 43,3% of women noted several motives that stimulate employment: 2 motives were isolated (3,3%); 3 motives – 23,3% and 4 motives 16,7%. A sufficiently high level of health and fitness motivation in the surveyed women, as evidenced by the desire doing aqua aerobics twice a week – 63,4%; three or more times – 30% and attending training for the health state – 6,6%, which is a prerequisite for self-affirmation and achievement of the goal.

Key words: women, motivation, mature women, aqua aerobics, exercise, health.

УДК 796.015.572:797.2-055.2-053.85:005.32
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.18>

Кулик Н.А.,

канд. з фіз. виховання і спорту,
доцент кафедри спортивних дисциплін
і фізичного виховання

Сумського державного педагогічного
університету імені А.С. Макаренка

Заяц С.В.,

старший викладач кафедри спортивних
дисциплін і фізичного виховання
Сумського державного педагогічного
університету імені А.С. Макаренка

Гученко Г.Б.,

старший викладач кафедри теорії
і методики спорту
Сумського державного педагогічного
університету імені А.С. Макаренка

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Проблема збереження і зміцнення здоров'я сучасної людини в останні роки є актуальною. Так, фізична активність у старшому і похилому віці позитивно впливає як на організм загалом, так і на окремі його системи, дає можливість добре себе почувати, позбутися деяких недуг, стресу, молодше виглядати, підвищити власну працездатність та ін.

Як свідчать дослідження Н. Гоглюватої [2], 19,15% жінок першого зрілого віку мають низький рівень фізичного стану, 29,79% – нижче серед-

нього, 31,91% – середній, 19,15% – вище середнього. Так, на сучасному етапі у сфері оздоровчої фізичної культури відбувається активне впровадження у практику інноваційних технологій для досягнення та підтримки оптимального фізичного стану людини згідно з її мотивацією й індивідуальними особливостями [5]. Великого значення для жінок набуває фізична активність, яка сприяє нормальному репродуктивному розвитку. Тому актуальність досліджуваного питання не викликає сумнівів.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження проводиться згідно із планом науково-дослідної роботи кафедри спортивних дисциплін і фізичного виховання Навчально-наукового інституту фізичної культури Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка «Застосування інноваційних технологій у спорті вищих досягнень та у фізичному вихованні різних груп населення», (номер державної реєстрації 0118U100447).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Фізична культура відіграє велику роль у зміцненні здоров'я жінок, запобіганні передчасному старінню та збереженні їхньої високої роботоспроможності протягом життя (Т. Круцевич, Г. Безверхня, Є. Приступа). У зв'язку із цим підвищується актуальність досліджень, що стосуються наукового обґрунтування ефективних засобів фізичного виховання та спорту для різних категорій населення (Е. Хоулі, Б. Френке, Т. Круцевич). Так, Віталій Осіпов [5] засвідчує, що програмування занять для жінок зрілого віку із залученням засобів фітнесу й аквааеробіки розглянуто недостатньо. Учені Марта Ярошик, Олег Лядик, Михайло Саврук [11] вивчали проблему покращення емоційного здоров'я жінок зрілого віку засобами аквафітнесу. Е. Колганова [4] стверджує, що фізіологічні та психологічні компоненти здоров'я істотно змінюються під впливом занять аквааеробікою.

Виділення не виділених раніше частин загальної проблеми. Аналіз стану питання свідчить, що аквааеробіка має багату історію становлення та розвитку, у даний час є ефективно діючою системою фізичних вправ аеробного характеру з метою спрямованої корекції морфофункціональних показників осіб різних статі, віку і рівня фізичного стану. Вивчення особливостей фізичного стану жінок зрілого віку дозволяє стверджувати, що використання засобів аеробіки є пріоритетним компонентом фізкультурно-оздоровчих занять із таким контингентом. На жаль, аналіз літератури виявив не достатню кількість досліджень мотивів жінок зрілого віку щодо занять цим видом рухової активності. Уважаємо за необхідне розробити анкету та систематизувати результати анкетних даних.

Завдання дослідження – дослідити мотиви, які спонукають жінок до занять аквааеробікою.

Матеріал і методи дослідження. У дослідженні застосовувалися методи теоретичного аналізу наукової, методичної, спеціальної літератури, узагальнення практичного досвіду щодо цієї теми. Для виявлення основних мотивів, які спонукають жінок до занять аквааеробікою, нами проведено анкетування (за розробленою анкетой). Анкета складалася із дванадцяти питань.

В експерименті взяли участь тридцятьоро жінок віком від двадцяти п'яти до шістдесяти семи років (трьох жінок I зрілого віку; 21 жінка II зрілого віку і

6 жінок III зрілого віку), які займаються аквааеробікою на секційних заняттях в Сумському державному педагогічному університеті імені А.С.Макаренка (стаж занять становить 1–3 роки).

Виклад основного матеріалу. Аналіз науково-методичної літератури доводить, що аквааеробіка – це ефективне тренування у воді на зміцнення всіх груп м'язів, особливо м'язів черевного преса і спини. Фізичні вправи у воді дають зовсім інші відчуття, ніж на суші, тому що вода має унікальні властивості, що впливають на тіло, оскільки тиск води у 50 разів перевищує тиск повітря, отже, на кожний рух витрачається значно більше сил. Виштовхуюча сила води вирівнює ці витрати настільки, що загалом рухи виходять більш вільними, розкутими. Додатковий опір рухів тіла вимагає великих м'язових зусиль і більшої витрати калорій. Долаючи постійний опір води, м'язи отримують більш серйозне багатопланове навантаження. У тренуванні задіяні всі м'язи тіла, зокрема й антагоністи. Заняття у воді в 7–14 разів ефективніші, ніж на суші. Доведено, що одне заняття у воді прирівнюється до трьох занять у залі [3; 8; 10].

Аквааеробіка – це система фізичних вправ у воді, які запозичені з гімнастики, шейпінгу, спортивного та синхронного плавання, виконувани під ритмічну музику [3; 10]. Вправи аквааеробіки мають свою специфіку. Їх виконують під музику і не в залі. Глибина басейну або природного водного середовища повинна мати два рівні: мілкий і глибокий. Залежно від глибини басейну і характеру вправ, що виконуються на заняттях з аквааеробіки, широко використовується різне обладнання (предмети): жилети, пояси, манжети, весла, гнучкі циліндри (нудли), гантелі, планки, диски, м'ячі, рукавиці, ласті [8].

Однією з особливостей аквааеробіки є виконання вправ у горизонтальному і вертикальному (на відміну від плавання) положеннях тіла на глибокій і мілкій воді. Водночас працюють практично всі м'язи тіла, що сприяє гармонійному розвитку мускулатури та рухливості в основних суглобах [3; 10]. Під впливом занять аквааеробікою відбуваються позитивні зрушення в будові і функціях серцево-судинної системи: збільшуються сила й обсяг серцевого м'яза; відзначається зменшення частоти серцевих скорочень у спокої, значно зростає систолічний об'єм серця порівняно з людьми, які не займаються спортом. Отже, заняття аквааеробікою збільшують силу, витривалість, гнучкість і спритність, а також сприяють поліпшенню функціонального стану організму [3].

Сучасна пропаганда здорового способу життя створює передумови до занять спортом, зокрема фітнесом. Нині значна кількість жінок звертаються до спортивно-оздоровчих занять, щоби покращити своє самопочуття і здоров'я загалом. Рухова активність здійснюється у процесі оздоровчо-фіз-

культурних тренувань, дає жінкам фізичну й емоційну насолоду. Проблема нашого часу – дефіцит рухової активності, що провокує виникнення порушень в опорно-руховому апараті, серцево-судинній системі, дихальній системі й інших системах організму, а також прояви зайвої ваги тіла, депресії, нервових стресів [9].

Вивчення мотивів, які активізують прагнення зрілих жінок до систематичних занять фізичними вправами, – одна з важливих педагогічних проблем у фізичному вихованні, оскільки мотиви мають вирішальне значення в поведінці та стимуляції активності діяльності.

Мотивація – процес формування й обґрунтування намірів що-небудь зробити або не зробити. Мотив – це внутрішній стан особистості, який визначає та спрямовує її дії в кожний момент часу. Мотиви зазвичай розділяються на соціально значущі, особистісно значущі та професійно значущі, позитивні та негативні, які визначаються знаннями, переконаннями, настановами, інтересами та проблемами [1; 6].

Мотивація до фізичної активності – особливий стан особистості, який спрямований на досягнення оптимального рівня фізичної підготовленості та працездатності [7].

У результаті дослідження встановлено, що мотивація – один із найважливіших компонен-

тів у процесі організації різних форм оздоровчої діяльності для людей різного віку та різних рівнів фізичної підготовленості. Процес фізичного виховання жінок зрілого віку потребує якісного й інноваційного підходу для формування їхньої стійких мотивацій до занять фізичними вправами як важливої складової частини здорового способу життя й позитивної соціальної поведінки.

Результат проведеного анкетування засвідчив, що основні мотиви, які спонукають жінок досліджуваного віку до заняття аквааеробікою, такі: бажання підвищити рівень фізичної підготовки, отримати задоволення від рухової активності, покращити стан здоров'я, отримати гармонійність тілобудови та нормалізувати масу тіла, отримати розрядку після розумового навантаження (рис. 1).

На питання «Які мотиви щодо занять аквааеробікою?» жінки відповіли, що основними є бажання досягнення гармонійної тілобудови та нормалізувати масу тіла (16,7%), розрядки після розумового навантаження (16,7%), на другому місці – прагнення покращити стан здоров'я (13,3%), потім отримання задоволення від рухової активності (6,7%) та підвищення рівня фізичної підготовки (3,3%).

Зауважимо, що 43,3% жінок обрали декілька мотивів: 2 мотиви зазначили 3,3% опитаних; 3 мотиви – 23,3%, 4 мотиви – 16,7%. Із віком домінують мотиви досягнення гармонійної тілобудови,

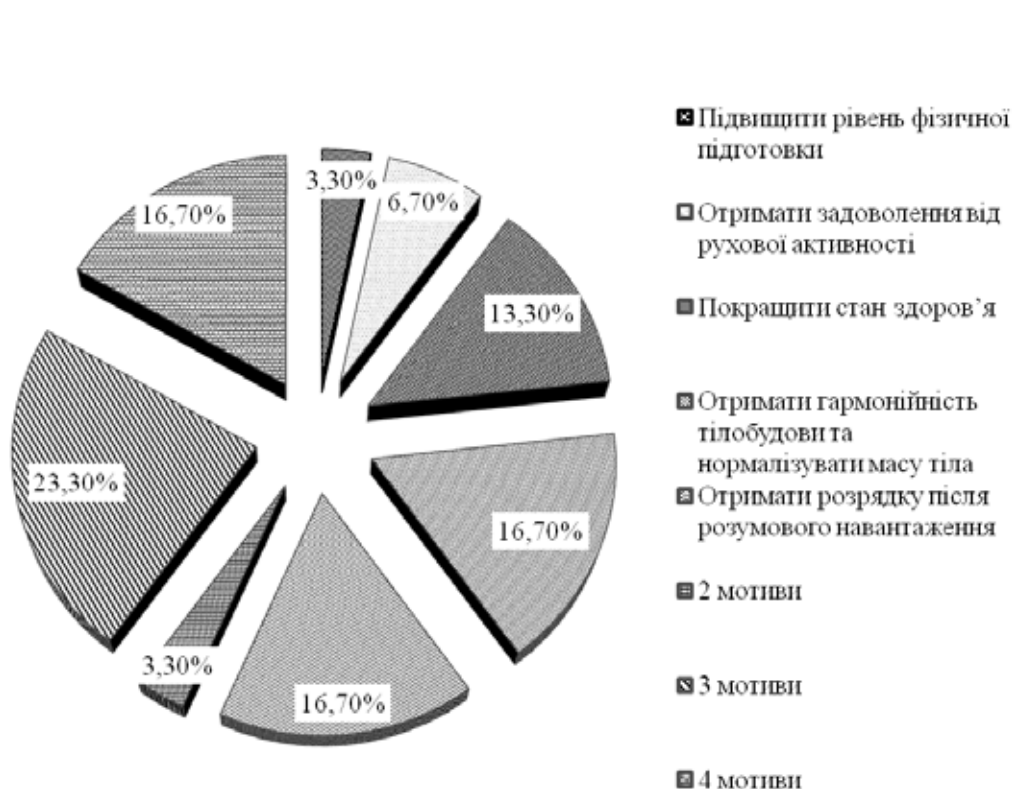


Рис. 1. Результати дослідження мотивів занять аквааеробікою

зменшення ваги тіла, укріплення здоров'я, знання втоми, яка є причиною нервових напружень і стресів.

Аналіз відповідей на питання «Чи знаєте Ви про оздоровчий вплив занять аквааеробікою на Ваш організм?» засвідчив, що 96,7% знають про оздоровчий вплив занять, тільки 3,3% не знають. 100% жінок зазначили, що засоби аквааеробіки підвищують їхній інтерес до занять фізичними вправами і допомагають поліпшити психоемоційний стан тих, хто тренується.

Наступне питання: «Чи потрібне для проведення занять аквааеробікою вивчення особистостей Вашого фізичного розвитку?» (рис. 2). Більшість вибрали відповідь «так» – 56,7%, «швидше так, ніж ні» – 33,3%; «швидше ні, ніж так» – 3,3%; «важко відповісти» – 6,7%.

На питання «Чи вважаєте Ви рівень своєї фізичної підготовки недостатнім?» більшість жінок відповіли «так» (36,7%); «швидше так, ніж ні» – 33,3%; «швидше ні, ніж так» – 20%; «важко відповісти» – 10%. Отже, аналіз показав, що більшість жінок розуміють значення рівня фізичної підготовки, який впливає на їхнє здоров'я і виконання вправ.

На питання «Яка форма занять фізичними вправами Вам подобається?» жінки відповіли так: 83,4% обрали колективну, 16,6% – індивідуальну.

Аналіз відповідей на питання «Скільки разів на тиждень Ви бажаєте займатися аквааеробікою для досягнення своєї мети?» показав таке: двічі на тиждень – 63,4%; тричі і більше – 30%, відвідувати тренування за станом свого здоров'я – 6,6%.

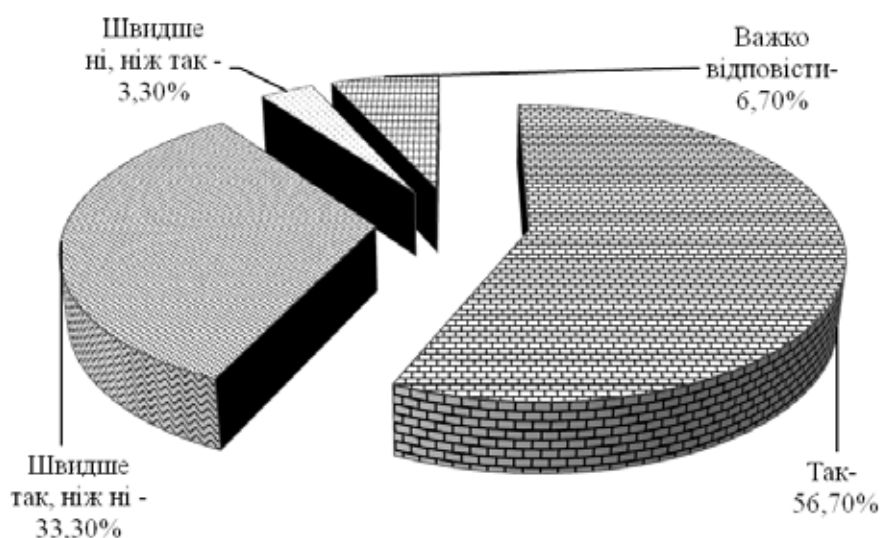


Рис. 2. Результати вивчення фізичного розвитку для проведення занять аквааеробікою

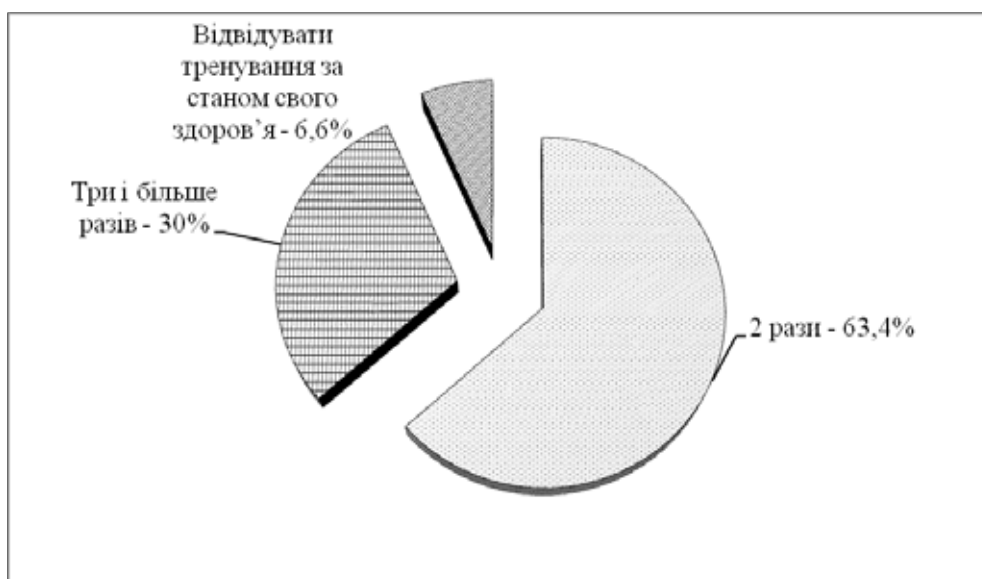


Рис. 3. Скільки разів на тиждень Ви бажаєте займатися аквааеробікою для досягнення своєї мети?

Отже, заняття двічі на тиждень задовольняють рухову активність респондентів.

Передостаннім питанням анонімного анкетування було виявлення особливостей спортивного життя опитаних протягом навчання у школі та іші. На питання «Займалися Ви спортом під час навчання у школі та виші?» «так» відповіли 86,7% жінок, 13,3% – «ні». На питання «Маєте Ви спортивний розряд?» респонденти дали такі відповіді: «так» – 20%, «ні» – 80%.

Наші дослідження підтверджують результати авторів [2; 3; 4] щодо мотивації до занять фізичною культурою і спортом, серед яких покращення здоров'я, фізичної підготовки, удосконалення форм тіла та досягнення своєї мрії. Водночас визначений нами значно вищий рівень мотивації жінок до занять аквааеробікою, на нашу думку, пов'язаний зі стажем – 2–3 роки тренування.

Варто зазначити, що покращення стану свого здоров'я потребує більшість жінок зрілого віку. Водночас в організації фізкультурно-оздоровчих занять з аквааеробіки потрібно враховувати такі чинники, як рівень життя, стан здоров'я, вік. Методика заняття має відповідати принципу біологічної доцільності в підборі фізичних вправ, що зумовлено будовою жіночого організму.

Висновки. Мотивація – один із найважливіших компонентів у процесі організації навчальної діяльності. Жінки різного віку, які займаються аквааеробікою, керуються різноманітними мотивами, серед яких такі: досягнення гармонійної тілобудови, бажання нормалізувати масу тіла (16,7%), прагнення розрядки після розумового навантаження (16,7%), покращити стан здоров'я (13,3%), отримання задоволення від рухової активності (6,7%), та підвищення рівня фізичної підготовки (3,3%). Отже, 43,3% жінок зазначили декілька мотивів: 2 мотиви – 3,3%; 3 мотиви – 23,3%, 4 мотиви – 16,7%.

Досить високий рівень оздоровчо-фізкультурної мотивації в опитаних нами жінок, про що свідчить бажання займатися двічі на тиждень (63,4%); тричі і більше – 30%, відвідувати тренування за станом свого здоров'я – 6,6%, що є необхідною передумовою самоствердження й досягнення поставленої мети.

Отже, на нашу думку, з віком домінують мотиви досягнення гармонійної тілобудови та ваги тіла, укріплення здоров'я, знання втомити, яка є причиною нервових напружень і стресів.

Перспективи подальшого досліджень. Процес формування мотивації жінок зрілого віку нерозривно пов'язаний зі специфічними психо-

логічними характеристиками, рівнями фізичного здоров'я та фізичного стану, що й буде нами досліджуватися в перспективі.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Бойко О. Теоретичні аспекти впливу мотиваційних складових на підвищення ефективності занять із фізичної культури. *Фізичне виховання, спорт і здоров'я у сучасному суспільстві* : збірник наукових праць Східноєвропейського національного університету ім. Лесі Українки / уклад. : А. Цьось, С. Козіброцький. 2013. № 1 (21). С. 94–98.
2. Гоглювата Н. Програмування фізкультурно-оздоровчих занять аквафітнесом із жінками першого зрілого віку : автореф. дис. ... канд. наук із фіз. виховання і спорту: 24.00.02. Київ, 2007. 21 с.
3. Казакова Н. Повышение физической подготовленности девушек в возрасте 17–19 лет на основе средств аквааэробики : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Москва, 2009. 170 с.
4. Колганова Е. Влияние занятий аквааэробикой на состояние организма женщин разного возраста : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Малаховка, 2007. 22 с.
5. Осіпов В. Оптимізація фізичного стану жінок зрілого віку засобами інноваційних фітнес-технологій. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : збірник наукових праць. 2012. № 4 (20). С. 305–309.
6. Взаємозв'язок пізнавальної активності та розвиток мотивації до занять фізичною культурою в навчально-виховному процесі загальноосвітніх шкіл / В. Пристинський та ін. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту* : наукова монографія / за ред. С. Єрмакова Харків : ХДАДМ (ХХІП), 2008. № 6. С. 59–63.
7. Раевский Р., Канишевский С. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / под. ред. Р. Раевского. Одесса : Наук и техника, 2008. 556 с.
8. Саниця С. Оздоровча аеробіка. Спортивно-педагогічне вдосконалення : навчальний посібник. Полтава : ПНПУ, 2010. 240 с.
9. Федорова О. Комплексное применение средства пилатеса и аквааэробики на занятиях с женщинами второго периода зрелого возраста : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Санкт-Петербург : Рос. гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена, 2012. 26 с.
10. Филатова Е. Аквааэробика : учебно-методический комплекс. Москва : Финансовая академия, 2007. 92 с.
11. Ярошик М., Лядик О., Саврук М. Аквафітнес як засіб покращення емоційного здоров'я жінок зрілого віку. *Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення* : матеріали Наукової конференції Львівського державного університету фізичної культури. С. 170–174. URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/3486/>.

BASKETBALL GAME A WAY OF ADAPTING AND SOCIALLY INTEGRATING STUDENTS WITH INTELLECTUAL DISABILITIES

БАСКЕТБОЛ ЯК ЗАСІБ АДАПТАЦІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ ІНТЕГРАЦІЇ СТУДЕНТІВ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ВАДАМИ

Physical exercises are powerful genetic modulators that induce structural and functional changes in the brain, resulting in enormous benefit over cognitive functions (Effects of Physical Exercise on Cognitive Functioning and Wellbeing: Biological and Psychological Benefits / L. Mandolesi et al. Front Psychol. 2018. № 9. P. 509). Basketball is one of the most widespread team sports in the world, it is characterized by the fineness, precision and fantasy of the technical and tactical exercises, by the high waist, the special psychophysical qualities of the athletes, all involved in a sport game that demands spirit of team, social integration, nervous resistance and intelligence. Group activities and sports games can provide people with disabilities a pleasant and socially integrated way to combat discrimination and differences in sports performance. Participants in group activities and games are subject to the «partial participation principle». Many of the participants will need help, but such an activity will lead to an improvement in their self-image as well as an improved image of them in the community. The skills that are developed in the participants with disabilities are: mobility, ability, one hand-kick, kick by foot, use of wheelchair, non-verbal communication, team spirit, desire for performance.

The game of basketball contributes to the popularization of the sport in general for the students with intellectual disabilities, to the development of the educational and recuperative valences realized with the help of the games. Also, we want to make known the existence of our concerns in the investigation and elaboration of methodologies of particularization of the physical exercise in general and of the playful activity in particular, of recovery and improvement of certain behaviors and motor perceptual structures. The structures and the perceptual-motor behaviors that impose physical exercise are: the body diagram, the laterality, the orientation – the organization and the spatial-temporal structure. The game is the most appropriate way to test physical and mental parameters, laterality and disorders of the body scheme and to measure their progress.

Key words: social integration, community, basketball, sport.

Робота присвячена фізичній активності, зокрема баскетболу як засобу адаптації та соціальної інтеграції студентів з інтелектуальними вадами. Основні питання, що розглядаються у статті, такі: важливість заохочення учнів з інтелектуальними осо-

бливостями до навчання та тренування; систематичність у фізичних навантаженнях, які здатні покращити показники у процесі відновлення, удосконалити основні рухові навички, а також сприяти соціальній адаптації й інтеграції дітей з інтелектуальними особливостями; важливість вивчення теорії баскетболу та практичне проведення ігор у процесі навчання та в позаурочний час; фізична культура та спорт у рамках інтегративної програми; інтегративно-приспосувальні рухливі ігри, що відповідають запитам соціального середовища.

У статті теоретично обґрунтовано та практично підтверджено спосіб адаптації та соціальної інтеграції студентів з інтелектуальними вадами засобами гри в баскетбол. Дослідження у вигляді експерименту було проведено протягом 2018–2019 навчального року. Експериментальну групу склали шестеро учнів-хлопчиків, серед яких три учні із середньою інтелектуальною недостатністю та три учні з вираженою розумовою недостатністю. Під час дослідження за допомогою різноманітних тестів проаналізовано сфери можливих покращень у фізичному й інтелектуальному планах. В експериментальній групі були виявлені такі кондиції: відеопросторові й аудіовербальні розлади сприйняття, рухові розлади, пов'язані з координацією рухів, перцептивно-рухові розлади просторово-часової організації, орієнтації та структуризації, порушення складу тіла та відсталість, мовні розлади через порушення рухового апарату та порушення сприйняття. Практична частина присвячена системі фізичних навантажень у процесі навчання та позаурочний час. Усі деталі проведення експерименту розкрито у статті. У процесі дослідження учасники з обмеженими можливостями розвинули такі навички, як: рухливість, здатність виконувати удар рукою й удар ногою, виступання інвалідного візка у спортивних цілях, невербальне спілкування, командний дух, прагнення до виступу на змаганнях. Гра в баскетбол є одним із найкращих способів, щоб перевірити фізичні та психологічні дані, відсталість і розлади схеми тіла, оцінити їхній прогрес. Крім того, тренування на регулярній основі допомагають дітям покращити бачення самих себе та їхнього становища в суспільстві.

Ключові слова: соціальна інтеграція, співтовариство, баскетбол, спорт.

UDC 796.323-615.825:796

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.19>

Iacob Mihai-Radu,

Lecturer Ph. D.

Faculty of Physical Education and Sport
“Al. I. Cuza” University of Iassy (Romania)

Abăla'ei Beatrice Aurelia,

Professor Ph. D.

Faculty of Physical Education and Sport
“Al. I. Cuza” University of Iassy (Romania)

Puni Alexandru-Rare,

Lecturer Ph. D.

Faculty of Physical Education and Sport
“Al. I. Cuza” University of Iassy (Romania)

Hagiu Bogdan-Alexandru,

Associate Professor Ph. D.

Faculty of Physical Education and Sport
“Al. I. Cuza” University of Iassy (Romania)

Material and method. The premises from which we started in this study are the following:

- the desire to show that students with intellectual disabilities have training and encouragement;
- systematic in the field of physical exercises and can make leaps in the field of recovery and improvement of basic motor skills and skills, but also of social adaptation and integration;

- learning and practicing the place of basketball in a playful form, not only during education hours;
- physical, and in advanced-sport form within the integrative program;
- adaptation of the school syllabus for the proper learning of some physical exercises based on:
 - integrative-adaptive movement games to the demands of the social environment;

- integrating the drive technologies into motor images and mental actions as a form:
- the learning process on which the mental development and organization itself is based.

Watching carefully the path that the student goes through with a deficiency of intellect from his entry into the school and until the entry into production, the influence process to which he is subjected, we find the special complexity of this road, in which the interdisciplinary relations occupy an important place decisive.

Precisely from the point of view of interdisciplinarity, we will try to continue to address the role that basketball plays in the hours of physical education in the process of recovery and socio-professional integration of students in special education.

In the figure 1, below we have presented the scheme of distribution of physical education activities in one week (5 days), the calculation of the number of hours being done only for one class.

Figure 1 shows the fun activities that are performed with the whole group of students, daily (refreshment games, gear games, dynamic, fun games, competitions organized in breaks, in the morning and in the afternoon) totaling 45min / child / day, as and class hours, trainings, medical physical culture and psychomotor therapy, totaling 6 hours / class / week.

We considered that this system created and applied yielded, because it has had a sustained, rhythmic influence on the motility of students with intellectual disabilities, creating an objective fund for achieving interdisciplinary correlations.

Movement games also operate positively on the intellectual capabilities of the mentally challenged, stimulating initiative and inventiveness, defining features of the requirements of socio-professional integration.

Perceptual-motor skills, spatial organization and perceptual reasoning are indispensable for the formation of basketball-specific school acquisitions. Therefore, the availabilities that appear in this sphere give indications regarding the directions of educability for the social integration of the investigated ones.

Test «Rey Complex Figure» was proposed by Andre M. Rey in 1941, consists of a series of complex geometric figures, the child must reproduce the first memory (one time) and copy them (time this test highlights in an original way the difficulties of perceiving and representing the space in children with intellectual disabilities).

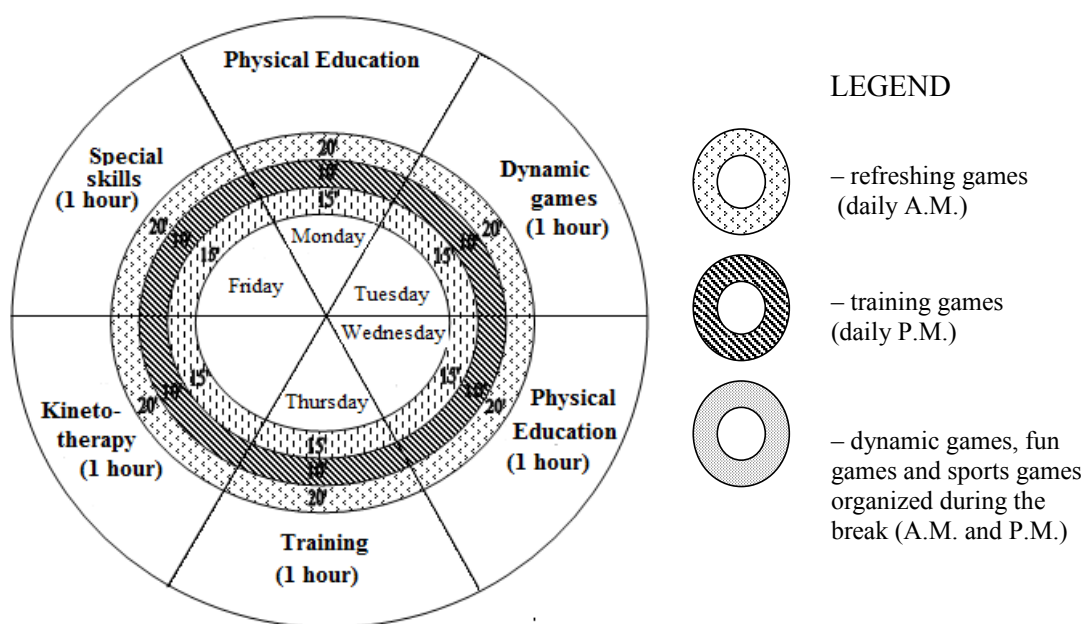
Visual perception is not just a simple sensory contact: it is about reactivating visual skills in relation to the reality of the stimulus. The visual exploration of the complex figure by the deficiencies of the intellect is characterized either by an uncoordinated and chaotic oculomotor activity, or by a reduced and inefficient activism, all of these negatively influencing the efficiency of the visual operational memory and the capacity of the students of perceptual-motor structure of the space.

Normal children are drawn first and foremost to a central structure, around these details they place the external details and the interior details.

This test highlights the difficulty of children with intellectual disabilities in acquiring movements within the model games. Intensive exercise, systematic repetition remain ways of assimilating information and gesture baggage.

Other tests used to calculate the age of psychomotor are:

– **Ozeretski-Guilmain test** – the five chapters cover the dynamic coordination of the hands, the general dynamic coordination, the balance, the speed, the orientation in space;



Pic. 1

– **Suzanne Naville test** – includes body diagram, movement education, global motor skills (1. C. Păunescu 241).

The experimental group that makes the subject of this study presents the following groups of conditions:

- a) video-spatial, audio-verbal perception disorders;
- b) motor disorders related to the coordination of movements;
- c) perceptual-motor disorders of spatial-temporal organization, orientation and structuring;
- d) disorders of body layout and lateralization;
- e) language disorders due to motor and perceptual impairments.

The experiment was conducted during a school year 2018–2019. The experimental group consisted of 6 pupils, boys, representing students of a class V (A) with medium intellectually deficient (DIM) – 3 pupils and severe intellectually deficient (DIS) – 3 pupils (Table 1).

The experiment was conducted as follows:

In the first semester when the sports activities were carried out on the school sports ground, the sample under investigation was checked for establishing the individual physical particularities, the modes of action and recovery of the psychomorality.

The initial evaluation and the final (summative) evaluation of the general motility was performed with the help of a complex targeting the 50m speed run, the 250 m endurance run and the orientation in space

(left – right). After carrying out the initial test, the students followed a training and recovery program with the objectives of influencing and improving the physical, mental but also social parameters throughout the first semester, and in the second semester the efficiency of the physical activity and of social-cultural integration were considered. in the community.

The chosen recovery programs had as purpose the formation of a debasket team that represented the school on various occasions, the students having I. Q. from 20 to 55.

Description of control samples:

- a) global motricity:
 - if he is able to go on a route;
 - if he is able to run;
 - if he is able to jump over obstacles;
 - if he is able to go on the scale with alternative steps;
 - if he’s able to throw a basketball,
 - if he’s able to grab and throw a running ball;
- b) specific motricity and visual-motor coordination:
 - if he is able to voluntarily catch or drop small objects;
 - if he is able to reach the teacher’s left or right hand;
 - if he is able to show his left hand, right, left eye, right to his own person;
 - if he is able to show the left side, the right side, a field, a football gate, a building, a street;

Table 1

**General information on the subjections of the 5th class
6 boys – i. q. = 20–55**

№ crt.	Name and surname	Chronological and mental age	Waist weight	Somato-scopic examination	Neuromotor examination	Functional diagnosis	Objectives
1.	L.G.	13 years 10 years	140 cm 37 kg	Physical development of puberty, short neck, shoulders detached, normal walking, without spine deviations	Low muscle tone, poor coordination	Low muscle tone, poor coordination; Q.I. = 52	harmonious development of the chest; formation reflex of the right attitude
2.	B.I.	13 years 12 years	144 cm 40 kg	Normal physical development, without deviations of the spine	Medium muscle tone	Moderate deficiency Q.I. = 55	general training of the body
3.	M.C.	12 years 10 years	146 cm 42 kg	Omoplați asimetrici	Tonus muscular medium	Deficiență mintală moderată Q.I. = 50	general training; formation of the correct attitude reflex
4.	M.P.	12 years 11 years	142 cm 41 kg	Low joint mobility, poor limb trunk coordination	Rachitis	Severe deficiency Q.I. under 20	Maintaining and stimulating the tone muscular
5.	C.V.	13 years 10 years	150 cm 49 kg	Good joint mobility, Mild form of scoliosis of type “C” major deficiencies in the coordination of movements	Reduced muscle tone	Severe mental deficiency Q.I. = 25–39	Exercise correction of spinal deficiency
6	M.O.	12 years 11 years	153 cm 50 kg	Poor coordination, ocular-motor	Medium muscle tone	Severe deficiency Q.I. = sub 20 dyslalia, dysgraphia	Exercises for developing coordination in space, but also motor coordination

– standing crouched on the tip of the feet (with the side arms, the knees apart, the heels close, the ends pointed, the eyes closed) unsuccessful attempt in: falling forward on the hands or back on the seat; laying on heels on the ground, lowering the arms; eyes open;

– reproduction of the movements according to certain schematic figures – 8 movements to be executed with the following explanations: you will do the same as the one in your drawing, with the same hand and with the same foot and vice versa;

– reproduction of movements according to the teacher's model, at his command, or on musical background taking into account rhythm;

– exercises with a character of skill, mobility, in correct and corrective positions, favorable to the growth and development processes.

1. Coordination exercises:

initial position – Standing:

t1 – step forward with the left foot with the right arm forward, left to the shoulder, looking left;

t2 – changing the position of the arms, looking to the right;

t3 – step back with the left foot with the arms up, looking up;

t4 – return to the initial position.

4 x 4t.

2. Exercises for the legs: bending, stretching, balancing, arching, with positions or movements of the arms:

initial position – Standing with hands on hips:

t1 – lateral fusion with the left with the diagonal arms leading, the upper left;

t2 – change of the fusion to the right, the arms diagonal, straight up;

t3 – stretching the right leg while standing away with the hands on the shoulders;

t4 – return to the initial position.

4 x 4t.

It aims at the correct execution of all the elements.

3. Jumping – on both legs or one with different arm positions or movements. These exercises energetically mobilize the great functions and are dosed based on the number of repetitions, the timing but also the difficulty of the actions.

Initial position – Standing:

t1–2 – jumps in the distance with the hands to the shoulders;

t3–4 – jumping with the feet close, with the lateral arms leading;

t5 – jump on the right foot with the hug of the left knee to the chest;

t6 – jumps on both legs;

t7 – jump on the left foot with the hug of the right knee to the chest;

t8 – return – by jumping – to the initial position.

4 x 8t.

Results. Following the application of the experiment and by carrying out activities to improve the psy-

chomotor activity, the students with intellectual deficiency made progress by increasing the speed and achieving a high homogeneity of the group, although initially the group subjected to the experiment had an average homogeneity.

Following the application of the experiment and by carrying out activities to improve the psychomotor activity, the students with intellectual deficiency made progress by increasing the resistance and achieving an average homogeneity of the group.

Initially, the group undergoing the experiment lacked homogeneity.

Initially, none of the students with intellectual disabilities subjected to the experiment had a good orientation in the field, did not know which is the left or right side of the basketball court and from this situation did not retain their place in the field, they ran all over the field without any strategy, they ran where the ball was.

Students with intellectual disabilities in 5th grade did not know the left or right side of a building, even the street, and hardly noticed the left or right side of the person in front of them,

Multilateral development develops through the psychic preparation along with the acquisition and improvement of the correct technique of the basketball game. In fact this is an important requirement in the harmonious development of the main muscle groups, the gradual lifting of the effort capacity (of the respiratory and circulatory devices), the gradual development of the specific basic physical qualities through the acquisition of the efficient technique.

We have used competitions on a large scale, as a method of great importance in the training of the physical, mental and technical qualities required in the performance sport. But also as a method of social integration Without a doubt that the competition, together with the training, is the engine of progress in performance sports in general and in football in particular and especially is very important for social integration.

Settling on the field for the basketball game, different types of running with meaning change: forward-backward, left-right, knowledge of cardinal points in relation to the times of the day (morning-east or east, left-north, right-south, evening – west-west), the expression of laterality in an open field such as the basketball court or other spaces, the achievement of psychomotricity based on running on a predetermined route with a left-right bypass, have decisively contributed to the formation of the spatial orientation as follows:

– 4 students have acquired information, formed spatial orientation skills through various games, and have an important knowledge useful for social integration;

– 2 students have made insignificant progress, they can orient themselves in the field, but they only keep their place without knowing on which part of the land they are at a certain moment, they do not know

which is the right or left side of a building, but I know to perceive in concrete form by comparison which is the right or left side of a person in front of them.

No student has managed to learn to know the clock.

Through the games of motility development, through the achievement of tips or through the basketball game, students with intellectual deficiency have acquired important knowledge of spatial orientation and laterality, sustained through the hours of training and personal and social autonomy.

Discussions. People with disabilities are an integral part of the society, their task being to provide them with an environment with the same rights and responsibilities as people without disabilities, participating fully and equally in all social activities, allowing them to maximize their capabilities and talents and ensure their integration into community life.

In practicing in special education with students with intellectual disabilities, I considered the study of psychomotor activity, ways of recovering and improving motor skills and skills through the game of basketball, to be considered as important as possible for social integration.

Disorders of motor skills have been considered which is a complex problem due to the fact that insufficient attention on the recovery of children with intellectual disabilities has as a consequence the apparent impossibility of social and professional adaptation.

In order to acquire the knowledge and skills that are needed for a job – students with intellectual disabilities are required to have adequate motor skills and skills, whose training and development mainly depends on physical education.

Physical education by its means, exercise structures, dynamic and sports games develops in students with intellectual deficiency, punctuality, precision, coordination, laterality – elements that will ensure the work of children with the same characteristics – which have become defining traits of the attitude towards work.

In the organized competitions, students with and without disabilities participated alongside and not infrequently the victory was on the part of the intellectually deficient. The participation of students from different schools as referees or officials in these competitions has given new dimensions to the integrative process of students from special schools. Students with intellectual disabilities may not be referees or officials but they may be aware (as a role play) that this posture may be favorable to them.

The participation of children with disabilities in Romania in the specific Olympics, in the World Championships, etc., requires a sustained preparation process, which should be carried out only under the guidance of the knowledgeable people of the specific problems of the activity with each type of disability.

After analyzing the results obtained by conducting the experiment, it can be stated with certainty

that basketball is one of the most used recreational means of education, the game with a high index of socialization-community integration, but also for recovery purpose.

The working hypotheses are confirmed. Although the progress made by these students seems small in terms of acquisitions, they can still be considered as important if we compare them to their psychomotor activity. The specific elements of basketball will be taught and demonstrated so that they become therapeutic tools for educating and re-educating the psychomotor skills of children with mental disabilities.

They work in teams due to the different execution possibilities depending on I. Q. the individual pace and the slow pace imposed by it.

In general, the method used with these students is the classic one: analytical (on parts), the global use can be used after working individually and the whole team correctly executes all the elements.

It is necessary to first create an overview of the entire complex of movements and then their cursive execution, followed by the soundtrack. The movements used will have a very simple structure, grouped on operations necessary for learning.

Using the game of basketball in physical education lessons conducted with students with mental disabilities I found:

- improving the overall motor skills, but also improving the lateral disorders (leftness, preferentially using all the segments belonging to the left half of the body);
- stimulation during the game has led to an increase in confidence in one's own possibilities;
- leaving school within various competitions or partnerships with schools in the city increased the degree of adaptability to new, optimized the attitude of tolerance of the spectators, they were highlighted by a sustained basketball game;
- influence the development of movements to increase the thoracic elasticity, the possibility of apnea, thus contributing to better pulmonary ventilation, ensuring a better oxygenation of the tissues and cerebral cortex with stimulating effects on the intellectual activity but also on the great organic functions.

Physical education teachers as well as specialists from special schools have a duty to initiate sports activities in collaboration with other high schools or those from mass education, thus contributing to a much faster social insertion.

REFERENCES:

1. Păunescu Constantin, Mușu Ionel. Psihopedagogia specială integrată. București : Editura Didactică Pro "Humanitate", 1997.
2. Păunescu Constantin, Mușu Ionel. Recuperarea medico-pedagogică a copilului handicapat mintal. București : Editura Medicală, 1976.
3. Păunescu Constantin. Deficiența mintală și procesul învățării. București : Editura didactică și Pedagogică, 1976.

4. Popescu Paul Neveanu. Dicționar de psihologie. București : Editura Albatros, 1984.
5. Bâlțeanu Veronica. Îndrumar practic de kinetoterapie. Iași : Editura Universității "Al.I. Cuza", 1997.
6. Fiedler P. Metodica educației fizice și sportive. Iași : Editura Universității "Al.I. Cuza", 1994.
7. Jipa Ileana. Lecția de gimnastică modernă. Editura Stadion, 1972.
8. Ionescu Romeo. Gimnastica de bază în școala generală. București : Editura Didactică și Pedagogică, 1970.
9. Luca Alice. Fitness și Aerobică. Iași : Editura Fundației Altius Academia, 2002.
10. Zazzo R. Debilitatea mintală. București : Editura Medicală, 1970 ; Special Olympics, Connecticut, 1995 ; Special Olympics, Regulament General, 1994 ; Special Olympics, Ireland, 2003 ; Special Olympics, Olimpiada România, 11 ianuarie 2006.
11. Revista de Educație Specială. 1992. № 1.
12. Neveanu Popescu Paul. Dicționar de psihologie. Editura Albatross, 1978.

ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ ФУТБОЛУ В РЕКРЕАЦІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПІДЛІТКІВ

THE USE OF FOOTBALL IN TEENAGERS' RECREATIONAL ACTIVITIES

Стаття присвячена актуальній проблемі впровадження засобів футболу в рекреаційну діяльність підлітків. Дослідницька робота проводилась на базі закладу загальної середньої освіти № 27 міста Чернівці в період із вересня 2018 року по травень 2019 року. У науковому дослідженні взяли участь 31 підліток віком 13–14 років, на початок педагогічного експерименту всі вони були віднесені до основної медичної групи.

Метою дослідження було визначення впливу рекреаційних занять із засобами футболу на фізичний стан підлітків.

Для вирішення поставлених у науковій роботі завдань були використані методи, які застосовують у теорії та практиці фізичного виховання і спорту та педагогіці. У роботі ми використовували такі методи дослідження: аналіз і узагальнення спеціальної науково-методичної літератури; антропометричні методи досліджень; фізіологічні методи досліджень; психофізіологічні методи досліджень; методи математичної статистики. Дані, отримані в результаті теоретичного аналізу, допомогли нам під час інтерпретації й обговоренні результатів наукового дослідження. Особливу увагу у процесі узагальнення даних науково-методичної літератури приділяли вивченню: опублікованих досліджень із питань контролю морфо-функціонального стану підлітків 13–14 років у процесі фізичного виховання; методичних розробок, документів і статистичних матеріалів для визначення рівня фізичного розвитку, функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем; розробок із питань використання методів математичної статистики у фізичному вихованні та спорті.

Запропонована рекреаційна програма із засобами футболу була розрахована на вісім місяців і містила теоретичний і практичний розділи.

У процесі педагогічного експерименту простежена динаміка змін морфо-функціонального стану та психофізіологічного стану підлітків віком 13–14 років. Протягом занять антропометричні характеристики хлопців змінювались відповідно до природних біологічних процесів. Статистичні зміни ($p < 0,05$) відбулися в показнику маси тіла, дана величина збільшилась на 7,9%. Достовірні зміни ($p < 0,05$; $p < 0,01$) спостерігаються в показниках серцево-судинної і дихальної систем. У хлопців на кінець педагогічного експерименту середньостатистичний результат частоти серцевих скорочень у стані спокою зменшився на 5,5 уд. хв.⁻¹, що становило 7,9% ($p < 0,05$). Спостерігається значний приріст середньостатистичного результату життєвої ємності легень, він збільшився на 0,5 л, що склало 20,8% ($p < 0,01$). Достовірно ($p < 0,01$) зменшився латентний час простої зорово-моторної реакції на світло і звук. Достовірно ($p < 0,01$) покращився середньогруповий показник складної реакції вибору, обсягу короткостро-

кової пам'яті, обсягу переробки інформації, ускладненої проби Ромберга.

Ключові слова: засоби футболу, фізичний стан, підлітки.

The article is devoted to the actual problem of the introduction of football in the recreational activities of teenagers. The research was conducted on the basis of the Chernivtsi School № 27, from September 2018 till May 2019. 31 teenagers, aged 13–14, participated in the research. At the beginning of the pedagogical experiment, they were all assigned to the main medical group.

The purpose of the study was to determine the impact of football recreational activities on the physical condition of teenagers.

To solve the goals and objectives set out in the research, the methods used in the theory and practice of physical education and sports and pedagogy were studied. We used the following research methods in our work: analysis and generalization of special scientific and methodological literature; anthropometric research methods; physiological methods of research; psycho-physiological research methods; methods of mathematical statistics. The data obtained from the theoretical analysis helped us to interpret and discuss the results of the scientific research. Particular attention in the process of generalizing data of scientific and methodological literature was given to the study of: published studies on the control of morpho-functional state of teenagers 13–14 years in the process of physical education; methodological elaborations, documents and statistical materials for determining the level of physical development, functional state of the cardiovascular and respiratory systems; materials in the use of mathematical statistics in physical education and sports.

The proposed recreational program with football facilities was designed for 8 months and contained theoretical and practical sections. In the course of the pedagogical experiment the dynamics of changes in the morpho-functional state and psycho-physiological state of teenagers 13–14 years were traced. During the classes, the anthropometric characteristics of the boys varied according to natural biological processes. Statistical changes ($p < 0,05$) occurred in the body mass index, this value increased by 7,9%. Significant changes ($p < 0,05$; $p < 0,01$) are observed in cardiovascular and respiratory indices. At the end of the pedagogical experiment, the boys' average of heart rate at the rest state decreased by 5,5 beats for a minute, which was 7,9% ($p < 0,05$). A significant increase was observed in the average result of the vital capacity of the lungs; it increased by 0,5 liters, which was 20,8% ($p < 0,01$). Significantly ($p < 0,01$) decreased latency of simple visual motor response to light and sound. The average group index of complex response of choice capacity, a quantity of short-term memory, a quantity of information processing complicated by Romberg sample significantly ($p < 0,01$) improved.

Key words: football, physical condition, teenagers.

УДК 796.035:379.8 (075.8)

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.20>

Мосейчук Ю.Ю.,

докт. пед. наук,
професор кафедри фізичної культури
та основ здоров'я
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Ярмак О.М.,

канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доцент кафедри здоров'я і фізичної
рекреації

Білоцерківського національного
аграрного університету

Мужичок В.О.,

канд. пед. наук,
доцент кафедри фізичного виховання
Вінницького державного
педагогічного університету
імені Михайла Коцюбинського

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Один з основних напрямів державної політики України – підвищення рівня здоров'я школярів. Сьогодні ведуться інтенсивний пошук та розроблення заходів, спрямованих на покращення рівня здоров'я та корекцію показників фізичного стану школярів [12, с. 2423].

Цілеспрямоване використання ігрових засобів у рекреаційно-оздоровчій діяльності школярів може сприяти оптимізації рухового режиму [6, с. 6]. Застосування ігрових видів спорту дозволяє розширити можливості педагогічного впливу на формування рухових умінь і навичок [4, с. 16–27]. Колективний характер ігрової діяльності сприяє вихованню у школярів моральних якостей, як-от відповідальність, повага до партнера і суперника, дисциплінованість [14, с. 1701]. В ігровій діяльності школярі можуть проявити свої особисті якості: самостійність, ініціативу, творчий підхід.

Гра у футбол передбачає деякі вимоги до особистості школяра. Результатом ігрової діяльності є не лише фізична, тактична і технічна підготовленість, але і психологічні зміни [15, с. 497].

Водночас шкільний вік 13–14 років характеризується як основний етап розвитку особистості. У цьому віковому періоді формується стійка система особистісних якостей, зокрема самооцінка. Ігрова діяльність сприяє розвитку особистості школяра. Підлітки, які займаються спортивними іграми, характеризуються підвищеним рівнем мотивації, більш високим рівнем інтелектуального розвитку, стійкішою нервовою системою, мають вищий рівень соціалізації [9, с. 19–35].

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Аналіз науково-методичної літератури вказує на наявність значної кількості публікацій щодо організації оздоровчих занять зі школярами [1, с. 772; 2, с. 35]. Автори наголошують, що в більшості дітей середнього та старшого шкільного віку внаслідок великих інтелектуальних навантажень та низького рівня рухової активності виникають порушення моторики, відбувається значне зниження фізичної та розумової працездатності, що суттєво ускладнює їх навчання [8, с. 224; 13, с. 667]. Тому виникає потреба в корекції основних компонентів фізичного стану учнів засобами фізичного виховання. Натепер найбільш ефективними засобами оздоровлення школярів є регулярні, цікаві, організовані заняття фізичними вправами в позанавчальний час [6, с. 6]. Оптимальним засобом оздоровчого тренування, а також ефективною фізичною й інтелектуальною підготовкою можуть бути заняття футболом. Сама гра є засобом комплексного фізичного навантаження на організм і активним відпочинком [3, с. 129]. Основні переваги гри у футбол – це різноманітні рухи, які впливають на розвиток швидкісних якостей, швидкісно-силових, спритності, витривалості. Ігрова діяльність сприяє

зміцненню нервової системи, рухового апарату, покращенню обміну речовин, а також роботи всіх систем організму [16, с. 652–654].

Вищезазначене дозволяє зробити висновок про актуальність обраної теми наукової роботи.

Мета статті – з'ясувати вплив рекреаційних занять із засобами футболу на фізичний стан підлітків.

Виклад основного матеріалу. Для написання рекреаційної програми з футболу ми врахували анатомо-фізіологічні особливості школярів віком 13–14 років. З літературних джерел відомо, що середній шкільний вік характеризується швидким збільшенням тотальних розмірів тіла. Протягом року в підлітків у середньому довжина тіла збільшується на 4–7 см, передусім завдяки подовженню нижніх кінцівок. Щорічно маса тіла збільшується в середньому на 3–6 кг. Інтенсивне збільшення всього тіла, особливо кінцівок, значно переважає над приростом м'язової маси. У підлітків віком 12–15 років адаптаційні можливості системи кровообігу за м'язових зусиль значно менші, ніж в юнацькому віці. Система кровообігу школярів 13–14 років під час фізичних навантажень працює менш економічно. Повного морфо-функціонального вдосконалення серце досягає лише у 20 років. У віковий період із 12 до 15 років спостерігається найбільш високий темп розвитку дихальної системи. У підлітків збільшується майже удвічі об'єм легень, підвищується хвилинний об'єм дихання і зростає показник життєвої ємності легень.

Отже, ураховуючи особливості розвитку школярів у даному сенситивному періоді, рекреаційна програма з футболу для підлітків віком 13–14 років була розроблена з дотриманням усіх педагогічних принципів. Програма характеризується спрямованістю на посилення оздоровчого ефекту освітнього процесу. Вона розрахована на вісім місяців із тижневим навантаженням шість годин. Програма складалась із таких блоків: теоретичної підготовки, загальної фізичної підготовки, спеціальної фізичної підготовки, технічної підготовки, тактичної підготовки, психологічної підготовки. Основною метою програми було зміцнення здоров'я школярів, набуття рухового досвіду завдяки опануванню основ техніки і тактики гри у футбол з оздоровчо-коригуючою направленістю.

У таблиці 1 представлені результати динаміки морфо-функціональних показників протягом педагогічного експерименту.

Статистично значуща різниця антропометричних показників спостерігається лише в масі тіла, так, протягом 8 місяців вона збільшилась на 7,9% ($p < 0,05$). Такий приріст середньостатистичного результату маси тіла зумовлений особливістю розвитку даного вікового періоду у хлопчиків і не пов'язаний із заняттями футболом. Решта показників у хлопців розвивались відповідно до природ-

них біологічних змін. Середньостатистичні показники довжини тіла, маси тіла, обхвату грудної клітки у хлопців 13–14 років відповідали віковим нормам.

Заняття футболом позитивно вплинули на серцево-судинну і дихальну системи. На кінець педагогічного експерименту спостерігаються достовірні ($p < 0,05$; $p < 0,01$) зміни в досліджуваних показниках. Середньостатистичний показник частоти серцевих скорочень у хлопців зменшився на 7,9% ($p < 0,05$). Середньогруповий результат життєвої ємності легень у хлопців збільшився на 20,8% ($p < 0,01$). Значно покращились середньогрупові результати проб із затримкою дихання. У хлопців результат проби Штанге покращився на 13% ($p < 0,05$). Результат проби Генче виріс на 26,5% ($p < 0,01$).

Значних позитивних змін набула здатність серцево-судинної системи реагувати на динамічне навантаження. Середньогруповий результат індексу Руф'є покращився на 45,3% ($p < 0,01$). На нашу думку, позитивна динаміка досліджуваних показників серцево-судинної та дихальної систем зумовлена використанням на рекреаційних заняттях значної кількості рухливих ігор. Ігри – ефективний засіб фізичної рекреації, сприяють розвитку працездатності. Гра у футбол містить активний

фізичний компонент, який вирішує комплекс важливих завдань у роботі з учнями віком 13–14 років. Насамперед задовольняє потреби в руховій активності, стабілізації емоцій, покращує адаптаційні властивості організму.

Наступним етапом нашої роботи був аналіз впливу засобів футболу на психофізіологічний стан школярів 13–14 років. Результати, які представлені в таблиці 2, свідчать про значну позитивну динаміку когнітивних і нейродинамічних функцій і координаційних здібностей школярів.

Гра у футбол характеризується значним м'язовим зусиллям, але водночас передбачає різнобічну рухову активність, спостереження, увагу і реакцію, оперативність тактичних дій, а також уміння мобілізуватись.

Наприкінці педагогічного експерименту середньогруповий результат обсягу короткострокової пам'яті покращився на 41,7% ($p < 0,01$). Середньогруповий результат обсягу переробки інформації покращився на 23,7% ($p < 0,01$).

Гра у футбол передбачає тактичні дії, які формують у школярів уміння вести боротьбу із суперником, швидко мислити, опрацьовувати інформацію і вирішувати. Тому здатність реагувати

Таблиця 1

Динаміка морфо-функціональних показників школярів віком 13–14 років під впливом занять футболом (n = 31)

Досліджувані показники	До педагогічного експерименту		Після педагогічного експерименту		± Δ, %	p
	\bar{x}	S	\bar{x}	S		
Довжина тіла, см	161,2	4,18	164,1	4,13	1,8	$p > 0,05$
Маса тіла, кг	44,1	5,58	47,9*	5,83	7,9	$p < 0,05$
Обхват грудної клітки, см	77,1	3,26	79,9	3,84	3,5	$p > 0,05$
ЧСС _{сп} , уд·хв. ⁻¹	91,5	6,55	84,8*	5,91	7,9	$p < 0,05$
ЖЄЛ, мл	1,9	0,34	2,4**	0,21	20,8	$p < 0,01$
Проба Штанге, с	36,9	5,04	42,4*	4,88	13,0	$p < 0,05$
Проба Генче, с	17,2	3,11	23,4**	2,21	26,5	$p < 0,01$
Індекс Руф'є, у. о.	12,5	2,09	8,6**	0,72	45,3	$p < 0,01$

Примітки: ± Δ, % – різниця на кінець експерименту; * – різниця статистично значуща на рівні $p < 0,05$; ** – статистично значуща різниця на рівні $p < 0,01$.

Таблиця 2

Динаміка показників психофізіологічного стану школярів віком 13-14 років під впливом занять футболом (n = 31)

Досліджувані показники	До педагогічного експерименту		Після педагогічного експерименту		± Δ, %	p
	\bar{x}	S	\bar{x}	S		
Обсяг короткострокової пам'яті, %	24,3	6,51	41,7**	5,31	41,7	$p < 0,01$
Обсяг переробки інформації, біт	271,3	46,25	355,7**	32,41	23,7	$p < 0,01$
Проста зорово-моторна реакція на світло, мс	378,1	51,13	330,4**	28,37	14,4	$p < 0,01$
Проста зорово-моторно реакція на звук, мс	386,1	52,61	338,7**	35,29	14,0	$p < 0,01$
Складна реакція вибору, мс	491,6	62,15	421,4**	27,35	16,7	$p < 0,01$
Ускладнена проба Ромберга, с	5,4	2,14	13,6**	1,22	60,3	$p < 0,01$

Примітки: ± Δ, % – різниця на кінець експерименту; ** – статистично значуща різниця на рівні $p < 0,01$.

на зміни ситуації під час гри у футбол сприяла розвитку нейродинамічних функцій.

Проста зорово-моторна реакція на світло покращилась на 14,4% ($p < 0,01$). Проста зорово-моторна реакція на звук у хлопців покращилась на 14% ($p < 0,01$). Середньогруповий показник складної реакції покращився на 16,7% ($p < 0,01$).

У підлітків під впливом занять футболом значно покращились координаційні здібності. Аналіз середньогрупового показника ускладненої проби Ромберга на кінець педагогічного експерименту вказує на значну позитивну динаміку. У хлопців середньогруповий результат збільшився на 60,3% ($p < 0,01$). Отже, заняття футболом не лише розвивають функціональні можливості організму, а й позитивно впливають на когнітивні функції, зокрема на швидкість реакції, пам'ять, обсяг і переробку інформації. Серед основних переваг рекреаційних занять засобами футболу можливість регулювати фізичне і психічне навантаження, індивідуально визначати інтенсивність навантажень, тривалість занять.

Висновки. Отримані під час педагогічного експерименту результати вказують на ефективність застосування засобів футболу в рекреаційній діяльності школярів віком 13–14 років. У підлітків достовірно ($p < 0,05$; $p < 0,01$) покращились показники серцево-судинної та дихальної систем. Достовірно ($p < 0,01$) виріс рівень фізичної працездатності, на кінець педагогічного експерименту став відповідати середньому рівню. Заняття футболом сприяли швидкості і точності зорових реакцій, збільшенню обсягу переробки інформації й обсягу короткострокової пам'яті. Позитивний вплив ігрової діяльності спостерігається в покращенні координаційних здібностей підлітків, достовірно ($p < 0,01$) покращився показник ускладненої проби Ромберга.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Андреева Е. Мотивационные факторы учебной и физкультурно-оздоровительной деятельности школьников. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : збірник наукових статей Волинського державного університету імені Лесі Українки. Луцьк : MEDIA, 1999. С. 771–775.
2. Андреева О., Чернявський М. Проблеми та перспективи впровадження рекреаційно-оздоровчих занять у загальноосвітніх школах. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2005. № 4. С. 34–37.
3. Васильчук А., Мосейчук Ю. Технологія визначення технічної та фізичної підготовленості студентів у процесі підвищення спортивної майстерності з фут-

болу. *Physical Education, Sport and Health Culture in Modern Society*. № 2 (30). С. 126–130.

4. Костюкевич В. Побудова тренувальних занять у футболі : навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2013. 194 с.
5. Костюкевич В. Статистичні методи опрацювання результатів вимірювань у фізичному вихованні та спорті : навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2013. 146 с.
6. Круцевич Т., Андреева О., Благій О. Рекреативні заняття як чинник формування дозвільної культури. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2008. № 1. С. 3–8.
7. Круцевич Т., Воробьев М. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей. Киев : Олимпийская литература, 2005. 195 с.
8. Млинко О. Характеристика рухової активності дітей середнього шкільного віку. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : збірник наукових праць / Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського. Вип. 17. Вінниця : ТОВ «Планер», 2014. С. 220–225.
9. Доукина Ю., Коломоець Г., Тимчик М. Фізичне виховання підлітків у позакласній роботі загальноосвітніх навчальних закладів : навчально-методичний посібник / за ред. М. Тимчика. Кіровоград : Імекс-Лтд, 2014. 172 с.
10. Хрипкова А., Антропова М., Фарбер Д. Возрастная физиология и школьная гигиена : пособие для студентов пединститутов. Москва : Просвещение, 1990. 319 с.
11. Шамардин В., Савченко В. Футбол : методическое пособие. Днепропетровск, 1997. 213 с.
12. Peculiarities of physical activity regimen of 11–14-year-old children during curricular and extracurricular hours / O. Andrieieva et al. *Journal of Physical Education and Sport*. 2017. № 17 (4). Art. 269. P. 2422–2427. DOI: 10.7752/Jpes.2017.04269.
13. Monitoring the physical condition of 13-year-old schoolchildren during the process of physical education / Y. Galan et al. *Journal of Physical Education and Sport*. 2018. № 18 (2). P. 663–669. DOI: 10.7752/Jpes.2018.02097.
14. Psychophysiological state of female handball players with different game roles / G. Korobeynikov et al. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019. Vol. 19 (3). Art. 248. P. 1698–1702. DOI: 10.7752/Jpes.2019.03248.
15. The influence of table tennis training on the physical condition of schoolchildren aged 13–14 years / M. Baidiuk et al. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019. Vol. 19 (Supplement issue 2). P. 495–499. DOI: 10.7752/Jpes.2019.S2072.
16. Comparative characteristics of psychophysiological indicators in the representatives of cyclic and game sports / Zh. Kozina et al. *Journal of Physical Education and Sport*. 2017. № 17 (2). Art. 97. P. 648–655. DOI: 10.7752/Jpes.2017.02097.

ВПЛИВ УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА РІВЕНЬ ЗНАНЬ З ОЗДОРОВЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА ФІЗИЧНУ ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

INFLUENCE OF PHYSICAL CULTURE WITH THE APPLICATION OF HEALTHY TECHNOLOGIES ON THE LEVEL OF KNOWLEDGE ON RECREATIONAL PHYSICAL CULTURE AND PHYSICAL CONDITION OF PRIMARY SCHOOL-AGED CHILDREN

Висвітлені в статті отримані дані доповнюють відомості про здоров'яспрямовану діяльність загальноосвітніх навчальних закладів міста Чернівці, уточнюють поняття «оздоровчі технології в роботі вчителя фізичної культури».

Практичне значення отриманих результатів полягає в тому, що запропонована схема здоров'яспрямованої діяльності може бути використана в загальноосвітніх навчальних закладах на уроках фізичної культури. Отримані результати роботи можуть бути застосовані під час проведення лекцій і семінарських занять з теорії й методики фізичного виховання на факультеті фізичної культури та здоров'я людини Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича. Проведені дослідження вказують на те, що режим дня молодших школярів не відповідає нормі, більшість дітей має низький рівень фізичної підготовленості. До першого класу приходять тільки 48% дітей першої групи здоров'я, що свідчить про низький рівень уваги, що приділяється оздоровчим технологіям у шкільних закладах, та ігнорування батьками занять фізичною культурою з дітьми.

Відповідно до результатів досліджень, проведених нами, й аналізу науково-методичної літератури, відмічено, що вчитель фізичної культури недостатньо уваги приділяє оздоровчим технологіям у фізичному вихованні. Тому, згідно з розділами програми з фізичної культури, нами запропонована схема здоров'яспрямованої діяльності вчителя фізичної культури та розроблені методичні рекомендації щодо впровадження оздоровчих технологій на уроках фізичної культури з дітьми молодшого шкільного віку.

Проведений нами педагогічний експеримент показав, що впровадження оздоровчих технологій на уроках фізичної культури з дітьми молодшого шкільного віку зумовило зростання рівня їхньої фізичної підготовленості. Аналіз даних показує, що в чотирьох тестах (біг 30 м, стрибок у довжину з місця, нахили тулуба з положення сидячи, «човниковий» біг) експериментальної групи відбулися значні зрушення між початковими та кінцевими результатами

Ключові слова: здоров'яспрямована діяльність, уроки фізичної культури, оздоровчі технології, оздоровча фізична культура.

The data covered in the article, supplement the information on the health-oriented activities of secondary schools in Sumy; the concept of "improving technologies in the work of physical education teacher" has been clarified.

The practical implications of the results are that the proposed scheme for health-oriented activities can be used in general education in physical education lessons. The obtained results can be used during lectures and seminars on the theory and methods of physical education at the Faculty of Physical Education and Human Health of Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University. The conducted researches show that the regime of the day of the younger schoolchildren is not in accordance with the norm, the majority of children have low level of physical fitness. Only 48% of children in the first group of health come to the first class, which indicates a low level of attention paid to wellness technologies in schools and the neglect of parents to exercise with their children. According to the results of our research and the analysis of the scientific and methodological literature, it was noted that the physical education teacher does not pay enough attention to health technologies in physical education. Therefore, in accordance with the sections of the program on physical culture, we were offered a scheme of health-oriented activities of physical education teachers and developed methodological recommendations for the introduction of health technologies in physical education lessons with young children of school age.

The pedagogical experiment we conducted showed that the introduction of health technologies in physical education lessons with young children of school age was marked by an increase in their level of physical fitness. The analysis of the data shows that in the four tests (30 m running, long jump from the seat, torso slopes from sitting, "shuttle" running) of the experimental group there were significant shifts between the initial and final results.

Key words: health-focused activity, physical education lessons, wellness technologies, wellness physical education.

УДК 37.372.879.6

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.21>

Путятіна Г.М.,

канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доцент,
проректор з науково-педагогічної

роботи
Харківської державної академії фізичної
культури

Гауряк О.Д.,

канд. пед. наук,
викладач кафедри фізичної культури
та основ здоров'я

Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Канівець Т.В.,

канд. психол. наук,
доцент кафедри практичної психології
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Увага суспільства й держави сьогодні спрямовані на вирішення проблем збереження та зміцнення здоров'я українців. Сучасні реалії стану здоров'я дітей і молоді спонукають до пошуку шляхів кардинального рішення проблем оздоровлення й фізичного розвитку, розроблення технологій оздоровчого впливу на дитину в процесі її навчання [5].

У сучасних умовах винятково важливою стає роль початкової освіти в становленні та розвитку особистості молодшого школяра, збереженні та зміцненні його здоров'я. Одним із найважливіших завдань загальноосвітньої школи є охорона та зміцнення здоров'я дітей молодшого шкільного віку.

У молодшому шкільному віці закладається фундамент фізичного та психічного здоров'я

дитини; розвиваються його адаптивні можливості, підвищується стійкість до зовнішніх впливів, розвиваються основоположні фізичні та морально-вольові якості й формуються риси характеру, без яких неможливий здоровий спосіб життя. У зв'язку з цим школа та сім'я повинні створити сприятливі педагогічні умови, що сприяють не тільки розвитку інтелектуальних здібностей, а й збереженню та зміцненню фізичного й психічного здоров'я молодшого школяра. Однак у сучасному суспільстві виникає серйозна проблема виховання здорової людини, що володіє новим педагогічним мисленням, надійним фізичним станом, здатної до активної життєдіяльності.

Т. Круцевич у 2016 році розроблена нова програма для молодших школярів. На відміну від попередніх, у ній навчальний матеріал розподілений не за видами спорту, а за «способами рухової діяльності», до яких увійшли вправи для формування культури рухів з елементами гімнастики, вправи для оволодіння навичками пересувань, вправи для опанування навичками володіння м'ячем, стрибкові вправи, ігри для активного відпочинку, вправи для розвитку фізичних якостей, вправи для формування постави і профілактики плоскостопості. Ця програма дає можливість більш широко застосовувати на практиці новітні оздоровчі технології.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Питанням розвитку теорії фізичного виховання й упровадження сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій науковці займаються вже давно. Значну увагу аналізу давно відомих технологій й розробленню нових приділяли в працях М. Булатова, Є. Вільчковський, Л. Волков, Г. Дзяк, О. Дубинська, С. Дудіцька, О. Зендик, Т. Круцевич, Л. Міхно, І. Мурашов, Б. Москаленко, П. Мухін, В. Платонов, Б. Шиян, К. Ушинський та інші [1; 2; 4; 6; 7; 8].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. У класифікації освітніх технологій останнім часом виокремилася нова група - здоров'язберігаючі технології, яка об'єднує в собі всі напрями діяльності загальноосвітнього закладу з формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів. Саме збереженням та зміцненням здоров'я школярів займаються оздоровчі технології [3].

Діяльність загальноосвітнього закладу зі збереження та зміцнення здоров'я учнів лише тоді може вважатися повноцінною та ефективною, якщо повною мірою професійно й ефективно в єдиній системі реалізуються здоров'язберігальні та здоров'яформувальні технології.

Тому актуальність статті полягає в дослідженні особливостей застосування оздоровчих технологій на уроках фізичної культури з дітьми молодшого шкільного віку. Учені-практики досі дискутують з приводу того, до якої з освітніх технологій зарахувати здоров'язберігальні й оздоровчі технології. Відкрите питання щодо видів оздоровчих техно-

логій, але спільної думки дослідники дійшли в їх спрямованості – зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я.

Мета статті – дослідити особливості застосування оздоровчих технологій на уроках фізичної культури з дітьми молодшого шкільного віку.

Виклад основного матеріалу. Провівши опитування в кінці навчального року, ми отримали кращі результати порівняно з опитуванням на початку року. Діти на уроках стали більш активними та зацікавленими, особливо подобається використання музики й дихальних вправ. Сподобалися дітям вправи з йоги та роуп-скіпінгу.

Також можна відмітити, що майже всі діти знають, як правильно виконувати дихальні вправи, виконують їх на уроках разом з учителем. Розуміють, навіщо потрібне загартовування. Так, порівняно з початком навчального року кількість дітей, які загартовуються, збільшилася на 15%, що становило на кінець року 30%.

На питання стосовно ранкової гімнастики на початку року діти відповідали неоднозначно, тому особлива увага під час розроблення рекомендацій приділялася саме їй. Якщо на початок навчального року в 1-2 класах ранкову гімнастику виконувала третина учнів, що становило 34,5%, а в 3-4 класах – лише 9%, то на кінець року відслідковувалося помітне покращення: 1-2 класах – 60%, в 3-4 класах – майже 40%.

Проаналізувавши медичні картки учнів на початку року, з'ясували, що 41% дітей мають другу та третю групи здоров'я. При цьому лікувальною фізичною культурою займаються лише одиниці. Різновиди засобів і методів занять фізичною культурою розкрили перед дітьми більше можливостей реалізувати себе й покращити стан здоров'я. Кількість дітей, які ходять на гурткові заняття, збільшилося на 5%. Також батьки деяких дітей теж зацікавилися вдосконаленням свого здоров'я, почали відвідувати заняття з йоги і стрейчингу в спортивних клубах. Кількість дітей, які належали до другої групи, здоров'я зменшилася на 7%.

Отримавши рекомендації з виконання фізичних вправ на звичайних уроках, учитель фізичної культури на нараді в школі роздав учителям приблизний приклад вправ для фізкультпауз, фізкультхвилинок і вправ для гімнастики очей. Відмічено, що наприкінці навчального року діти практично кожен тиждень виконували вправи на звичайних уроках і нагадують про них учителям, про що свідчать результати опитувальника.

Учителі-предметники стали брати активну участь в організації активних перерв та активних відпочинків у режимі продовженого дня.

Виключно важливим заходом у роботі з дітьми молодшого шкільного віку на уроках фізичної культури є вивчення рівня їхньої фізичної підготовленості.

З метою визначення особливостей фізичної підготовленості молодших школярів проведено тестування фізичної підготовленості в експериментальній (далі – ЕГ) і контрольній (далі – КГ) групах.

Проведений нами педагогічний експеримент показав, що впровадження оздоровчих технологій на уроках фізичної культури з дітьми молодшого шкільного віку позначилося зростанням рівня їхньої фізичної підготовленості, про що свідчить поліпшення результатів тестування. Зміна результатів фізичної підготовленості молодших школярів протягом експерименту представлена в таблиці 1.

У дівчат контрольної групи в тесті на гнучкість (нахил тулуба) не відбулося змін, хлопці покращили свої результати з 6,4 см до 7,0 см. У тесті на спритність («човниковий» біг) і хлопці, і дівчата КГ покращили свої результати (таблиця 2).

У тесті на швидкість у хлопців відбулися невеликі зміни в результаті з 6,8 с до 6,2 с, а в дівчат – із 7,2 с до 6,1 с. У тесті зі стрибку в довжину значно покращили результати хлопці зі 140 см до 167 см, що становить 19,28%, також хлопці покращили результати в тесті на гнучкість із 5,5 см до 7,0 см, що становить 27,27%. А дівчата значно покращили свої результати в тесті на спритність («човниковий» біг) зі 12,7 с до 12,3 с, що у відсотковому еквіваленті становить 18,46% (таблиця 2).

У тесті на швидкість змін між показниками до експерименту та після в хлопців КГ не відбулося. Хлопці ЕГ покращили свої результати з 6,8 с до 6,2 с, що становить 0,1%. Дівчата контрольної групи в цьому тесті покращили свій результат із 7,1 с до 6,0 с. Результати бігу на 30 м у дівчат у відсотковому еквіваленті становлять 1,41%. Дівчата

Таблиця 1

Динаміка фізичної підготовленості школярів контрольної групи протягом експерименту

Етап	Показники тестування (\bar{x})							
	Біг 30 м, с		Стрибок у довжину, см		Нахили тулуба, см		«Човниковий» біг, с	
	х	д	х	д	х	д	х	д
До експерименту	6,8±0,2	7,1±0,2	150±15,3	130±12,4	6,4±0,1	10,5±0,4	12,1±0,8	12,7±0,9
Після експерименту	6,8±0,2	7,0±0,2	155±15,5	135±12,7	7,0±0,2	10,5±0,4	12,0±0,8	12,3±0,9
P	<0,05		<0,05		<0,05		<0,05	
Приріст, %	0	1,41	3,33	3,85	9,38	0	0,83	3,14

Таблиця 2

Динаміка фізичної підготовленості школярів експериментальної групи протягом експерименту

Етап	Показники тестування (\bar{x})							
	Біг 30 м, с		Стрибок у довжину, см		Нахили тулуба, см		«Човниковий» біг, с	
	х	д	х	д	х	д	х	д
До експерименту	6,8±0,2	7,2±0,2	140±13,3	130±12,4	5,5±0,1	10,0±0,4	12,3±0,9	12,7±0,9
Після експерименту	6,2±0,1	6,1±0,2	167±17,2	140±13,3	7,0±0,2	11,0±0,5	12,0±0,8	12,3±0,9
P	<0,05		<0,05		<0,05		<0,05	
Приріст, %	0,1	4,11	19,28	7,7	27,27	10	2,44	18,46

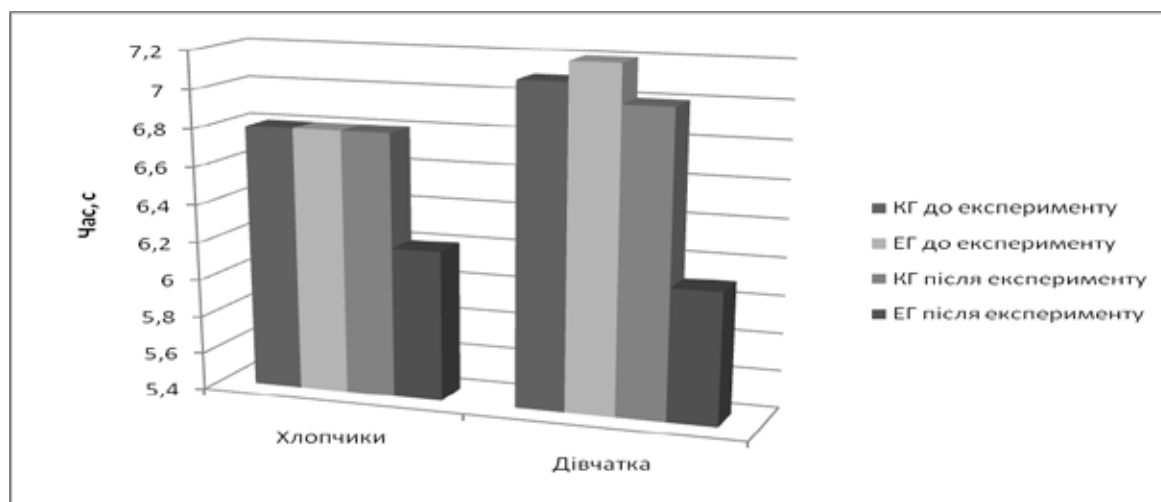


Рис. 1. Динаміка зміни результатів бігу 30 м школярів КГ й ЕГ до та після експерименту

експериментальної групи покращили результат із 7,2 с до 6,1 с, що становить 4,11% (рис. 1).

Аналіз тесту на швидкість показав, що в дітей молодшого шкільного віку в хлопців і дівчат контрольної й експериментальної груп ця якість знаходилася на середньому рівні.

Результати стрибка в довжину з місця покращилися зі 150 см до 155 см у хлопців КГ, що

становить 3,33%, і зі 140 см до 167 см в ЕГ, що становить 19,28%. У дівчат також відбулися позитивні зміни: зі 130 см до 135 см у КГ, що становить 3,85%; дівчата ЕГ також покращили результати: зі 130 см до 140 см, це 7,7% (рис. 2).

Швидкісно-силові якості в хлопців експериментальної й контрольних груп знаходилися до експерименту на середньому рівні, а після експе-

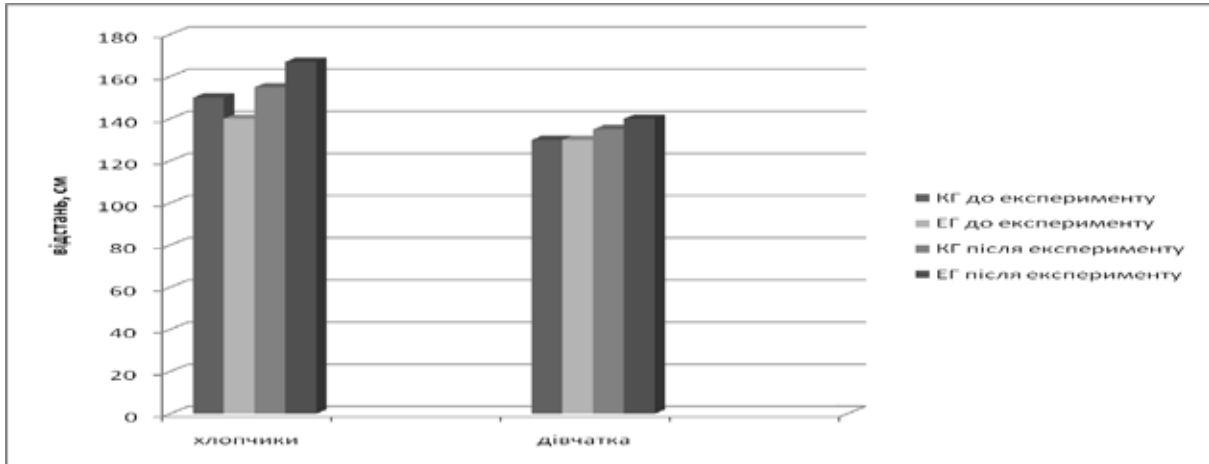


Рис. 2. Динаміка зміни результатів стрибка з місця школярів КГ й ЕГ до та після експерименту

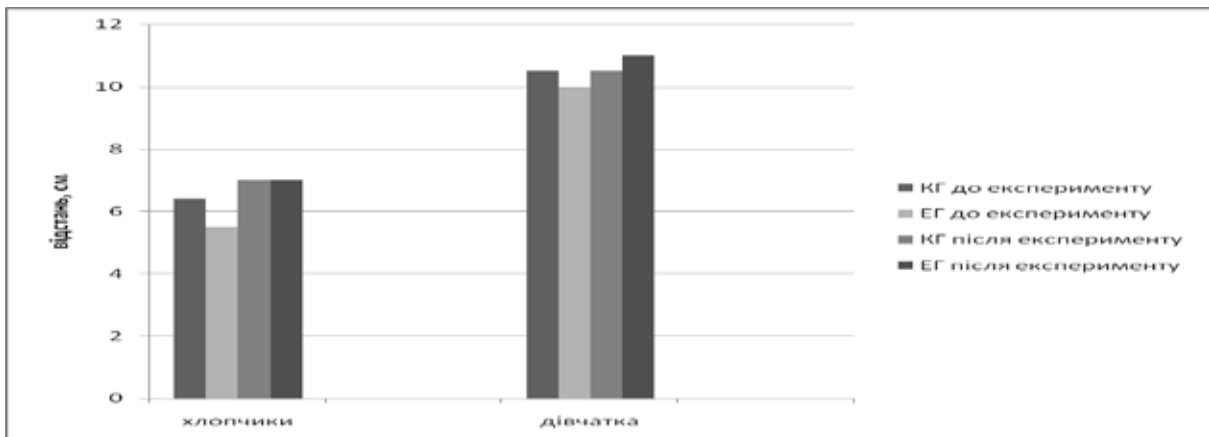


Рис. 3. Динаміка зміни результатів нахилу тулуба школярів КГ й ЕГ до та після експерименту

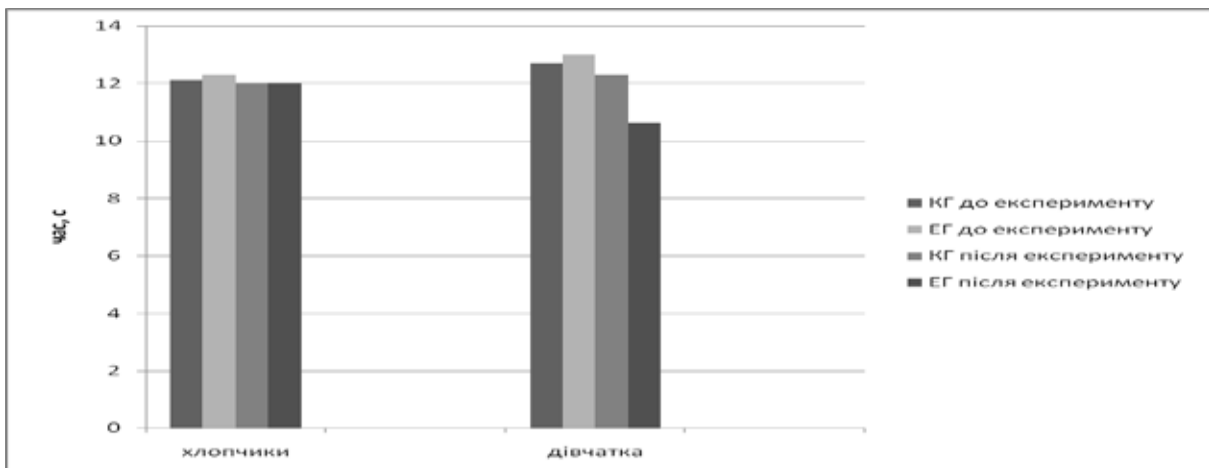


Рис. 4. Динаміка зміни результатів «човникового» бігу школярів КГ й ЕГ до та після експерименту

рименту на високому рівні. Такі ж результати спостерігалися й у дівчат контрольної й експериментальної груп.

Однією з необхідних рухових якостей людини є гнучкість. Вона характеризує ступінь рухливості в суглобах і стан м'язової системи. Недостатньо розвинена гнучкість ускладнює координацію рухів, лімітує можливості просторових переміщень тіла і його сегментів.

Результати нахилу тулуба з положення сидячи в хлопців КГ покращилися з 6,4 см до 7 см, що становить 9,38%, а хлопці ЕГ з 5,5 см покращили свої результати до 7,0 см, це становить 27,27%. У свою чергу, дівчата КГ не змінили свої результати, а дівчата ЕГ мали позитивний приріст: зі 10,0 до 11,0 см, що становить 10% (рис. 3).

Вивчаючи показники гнучкості в молодших школярів, установили, що в хлопців ця якість розвинена на середньому рівні як у контрольній, так і в експериментальній групах. Але можна відмітити, що в дівчат контрольної і експериментальної груп гнучкість розвинена краще, ніж у хлопців, це пов'язано з анатомо-фізіологічними відмінностями між хлопцями й дівчатами, у дівчат розвиток цієї якості знаходилася на високому рівні.

Також відбулися деякі зміни в результаті тесту «човниковий» біг: у КГ в хлопців – зі 12,1 с до 12,0 с, що становить 0,83%, а в експериментальній – на 2,44%. У дівчат такі зміни: зі 12,7 с до 12,3 с, що становить 3,14% у КГ, та 18,46% в дівчат ЕГ (рис. 4).

Аналіз тесту на спритність показав, що в дітей молодшого шкільного віку в хлопців і дівчат контрольної й експериментальної груп ця якість знаходилася на низькому рівні.

Отже, результати експериментального дослідження підтвердили правильність гіпотези дослідження та довели ефективність запропонованих нами методичних рекомендацій щодо впровадження оздоровчих технологій на уроках фізичної культури з дітьми молодшого шкільного віку.

Висновки. Реалізовувати оздоровчі технології необхідно з участю всіх суб'єктів педагогічного процесу – учнів, батьків, педагогів. Вагомий значення має робота вчителя фізичної культури. Основними складниками оздоровчих технологій є інноваційні види гімнастики, профілактично-лікувальні й терапевтичні.

Проведені дослідження вказують на те, що режим дня молодших школярів не відповідає нормі, більшість дітей має низький рівень фізичної підготовленості. До першого класу приходять тільки 48% дітей першої групи здоров'я, що свідчить про низький рівень уваги, що приділяється оздоровчим

технологіям у шкільних закладах, та ігнорування батьками занять фізичною культурою з дітьми.

Відповідно до результатів досліджень, проведених нами, й аналізу науково-методичної літератури, відмічено, що вчитель фізичної культури недостатньо уваги приділяє оздоровчим технологіям у фізичному вихованні. Тому, згідно з розділами програми з фізичної культури, нами запропонована схема здоров'яспрямованої діяльності вчителя фізичної культури та розроблені методичні рекомендації щодо впровадження оздоровчих технологій на уроках фізичної культури з дітьми молодшого шкільного віку.

Проведений нами педагогічний експеримент показав, що впровадження оздоровчих технологій на уроках фізичної культури з дітьми молодшого шкільного віку зумовило зростання рівня їхньої фізичної підготовленості. Аналіз даних показує, що в чотирьох тестах (біг 30 м, стрибок у довжину з місця, нахил тулуба з положення сидячи, «човниковий» біг) ЕГ відбулися значні зрушення між початковими та кінцевими результатами

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Дудіцька С., Зендик О. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні. *Теорія та методика фізичного виховання і спорту*. 2002. № 2–3. С. 81–82.
2. Круцевич Т.Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания. Киев, 1999. 240 с.
3. Програма з фізичної культури для 1–4 класів загальноосвітніх навчальних закладів / Т.Ю. Круцевич, В.М. Єрмолова, Л.І. Іванова, О.Д. Кривчиков, Г.Г. Смолюс. Київ, 2016. 77 с.
4. Кулинкович Е.К., Зенькович Н.В. Эмоциональное и рациональное в пропаганде физической культуры. *Физическое воспитание и проблемы формирования и сохранения здорового образа жизни : материалы Международной научной конференции*. Ленинград, 2001. С. 60–61
5. Психологічні, педагогічні і медико-біологічні аспекти фізичного виховання : матеріали V Міжнародної електронної науково-практичної конференції, 21–25 квітня 2014 р. Одеса : Букаєв Вадим Вікторович, 2014. 434 с.
6. Москаленко Н.В. Фізичне виховання молодших школярів : монографія. Дніпропетровськ : Інновація, 2007. 252 с.
7. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : у 2 ч. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2001. Ч. 1. 272 с.
8. Ушинський К.Д. Праця в її психічному і виховному значенні. *Історія української школи і педагогіки : хрестоматія / уклад. О.О. Любар ; за ред. В.Г. Кременя*. Київ : Знання, 2005. С. 221–230.

РОЗДІЛ 4. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ

НАВЧАННЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ» КОРЕКЦІЇ ПОРУШЕНИХ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ СТАНІВ У ПРОЦЕСІ ВИКЛАДАННЯ СПОРТИВНОЇ ФІЗІОЛОГІЇ

TRAINING OF THE FUTURE "PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS" SPECIALISTS IN THE MEANS OF CORRECTING IMPAIRED FUNCTIONAL CONDITIONS DURING THE COURSE OF TEACHING SPORTS PHYSIOLOGY

Стаття присвячена одній із актуальних проблем підготовки майбутніх фахівців у галузі фізичної культури та спорту – корекції порушених функціональних станів, які можуть виникати у разі значних фізичних навантажень. Метою статті є визначення оптимальних засобів навчання під час викладання «Спортивної фізіології» для засвоєння студентами-спортсменами навичок корекції у разі порушень функціонального стану. У роботі розкривається сутність понять «нормальний», «порушений» та «патологічний функціональний стан», висвітлюються ознаки цих станів, критерії та способи їх визначення. Розглядаються способи корекції у разі функціональних відхилень, принципи їх застосування та можливі поєднання.

На основі аналізу літературних джерел обґрунтовується необхідність пошуку оптимального добору та використання методів і засобів навчання в процесі викладання «Спортивної фізіології», а також методика дослідження функціонального стану спортсменів. Висвітлюються методичні прийоми для проведення занять, які забезпечують можливість кращого засвоєння теоретичних знань і відпрацювання практичних навичок, а також послідовність опрацювання основних понять та досліджень фізичного та функціонального здоров'я.

У результаті проведеного тестування виявлено, що у значній частині студентів спостерігалися ознаки втоми та зниження адаптаційних можливостей. Після вивчення принципів, методів і засобів корекції та їх практичного застосування повторна діагностика підтвердила значне зниження кількості студентів з порушеннями функціонального стану, зокрема тих, які дотримувались рекомендацій щодо підбраного комплексу.

Під час підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту доцільно приділяти більше уваги вивченню змін в організмі спортсмена у разі високих навантажень, шляхам діагностики функціонального стану, працездатності, а також пошуку оптимального поєднання засобів корекції в кожному індивідуальному випадку. Це дасть змогу їм підтримувати належний рівень здоров'я, досягати високих результатів у спорті, а також правильно будувати навантаження в тренерській роботі.

Ключові слова: корекція, функціональний стан, спортсмени, студенти, навчання, фізіологія.

The article is devoted to one of the urgent problems of training future specialists in the field of physical education and sports – the correction of impaired functional conditions, which can occur as a result of considerable physical loads. The purpose of the article is to determine the best approaches to teaching "Sports Physiology" to the student-athletes, in order to impart the skills of correcting functional disorders.

The paper also reveals the essence of such concepts as normal, disturbed and pathological functional conditions, highlights the signs of these states, criteria and methods of their definition. The ways of correction during functional deviations, principles of their application and possible combinations are being considered as well. Based on the analysis of literary sources, this article substantiates the necessity of finding the optimal selection and application of methods and means of teaching "Sports Physiology", and the methodology of studying the functional conditions of athletes. The given paper also dwells on the methodical techniques of conducting classes, which provide the possibility of mastering theoretical knowledge and refining practical skills, the sequence of teaching the basic concepts and finally the study of physical and functional health. The conducted test has revealed that a considerable number of students displayed signs of fatigue and decreased adaptive capacity. After studying the principles, methods and means of correction and their practical applications, re-diagnosis confirmed a significant decrease in the number of students with functional impairments, in particular among those who had adhered to the recommendations for the selected complex. In the course of training the future physical education and sports specialists, it is thus advisable to pay more attention to the study of changes in the body of athletes at high physical loads, to ways of diagnosing functional conditions, performance, as well as to the matter of finding suitable combination of correction approaches in each individual case. This will allow them to maintain optimal health, achieve high performance in sports, and properly build workload while coaching.

Key words: correction, functional condition, athletes, students, training, physiology.

УДК 378.096

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.22>

Байцурак І.,

студентка V курсу факультету фізичної культури та здоров'я людини Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Козік Н.М.,

старший викладач кафедри фізичної реабілітації, ерготерапії та домедичної допомоги

Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Стратійчук Н.А.,

старший викладач кафедри фізичної реабілітації, ерготерапії та домедичної допомоги Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Проблема збереження здоров'я студентів-спортсменів набуває все більшого значення, оскільки стрімкий розвиток спорту ставить перед ними нові

вимоги. Підвищення навантажень часто призводить до порушення функціонального стану організму. Стан втоми у разі недостатнього чи неправильного використання засобів відновлення та

засобів підвищення працездатності з часом може переходити в перевтому та хронічну перевтому, тобто в патологічні функціональні стани, які потребують серйозної корекції або й лікування.

Значна частина майбутніх фахівців у галузі фізичної культури та спорту під час навчання має великі навантаження: багато тренується, готується до змагань різного рівня, працює на практичних заняттях, а також здобуває теоретичні знання. Тому під час їхньої підготовки доцільно приділяти більше уваги вивченню змін в організмі спортсмена у разі перевантаження, визначенню шляхів підвищення його працездатності, а також пошуку оптимального поєднання засобів відновлення в кожному індивідуальному випадку. Тільки набуваючи такі знання і вміння, студенти-спортсмени зможуть підтримувати належний рівень свого здоров'я, досягати високих результатів, а також правильно працювати з підопічними як тренери.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Збереження високого рівня ефективності функціонування центральної нервової системи спортсменів є передумовою підвищення результативності їхньої тренувальної та змагальної діяльності [2, с. 22].

Функціональний стан – це комплекс фізіологічних реакцій, які супроводжують різні аспекти людської діяльності та поведінки. Він оцінюється за результатами діяльності людини та розглядається як цілісна багатокомпонентна характеристика функцій організму людини. Вирізняють нормальний, порушений і патологічний стани людини [8, с. 266].

На основі критерію надійності функціональний стан характеризується з точки зору здатності людини виконувати діяльність на завданому рівні точності, своєчасності та безвідмовності; за показниками «ціни діяльності» дається оцінка стану з боку виснаження сил організму і впливу його на здоров'я людини. Спираючись на згадані критерії, все різноманіття станів поділяється на два основні класи – припустимих та неприпустимих. Також виділяють: нормальні, межові та патологічні стани; стани адекватної мобілізації й динамічного неузгодження; стани, що відповідають різним фазам працездатності та втоми тощо [3, с. 35].

Між нормальним функціональним станом і патологічним лежить проміжний або порушений, в якому перебуває майже половина людства. Він характеризується виснаженням функціональних ресурсів. Якщо діяльність організму адекватна до його можливостей, функціональний стан характеризується повною відповідністю ступеня напруженості до енергозабезпечення і вважається нормальним.

Особливість нормального стану полягає в тому, що витрати функціональних ресурсів організму не виходять за межі його можливостей. Оскільки ці ресурси постійно використовуються, то й відновлювальна функціональна система зазнає без-

перервної стимуляції. Нормальний стан характеризується тим, що процес збудження стимулює тільки основну функціональну систему. Інші функціональні системи у цей час ще не сформувались або заблоковані гальмуванням і не можуть негативно впливати на основну систему.

Порушений функціональний стан організму характеризується виснаженням функціональних ресурсів. Починає переважати відновлювальна система, яка гальмує приплив тонізуючої нервової імпульсації до нервових центрів, погіршуючи процеси збудження. Порушується перебіг рефлексорної діяльності, відбувається дискоординація функцій, що знижує працездатність [4, с. 156].

Перебуваючи в порушеному функціональному стані, виконавець діяльності має вольовим зусиллям стримувати бажання відпочити. Тому збільшується його нервово-емоційне напруження, яке виявляється в стомленості, подразливості, негативних емоціях. Тривале перебування в такому стані провокує перехід до патологічного функціонального стану.

Патологічний функціональний стан організму характеризується граничним загостренням нейрофізіологічного конфлікту. Воно проявляється різноманітними функціональними порушеннями. Через значну потребу у відпочинку відновлювальна функціональна система досягає великої потужності. Ця система намагається загальмувати активний стан мозку та перевести організм у сон. У цьому разі виконавець має проявити вольове зусилля, щоб змусити себе продовжувати певну діяльність. Ознаки патологічного функціонального стану виявляються у дискоординації граничних рівнів. При цьому відбуваються значні порушення серцево-судинної, газообмінної діяльності тощо. Організм у патологічному функціональному стані має дуже низький коефіцієнт корисної дії [1, с. 321].

Підвищення рівня спеціальної фізичної, техніко-тактичної та психологічної підготовленості спортсменів вимагає розробки показників функціональних станів, які потребують індивідуального підходу до вивчення психофізіологічних параметрів спортсмена [6, с. 32].

Сучасна підготовка спортсменів передбачає оптимальне планування тренувального процесу, підбір засобів і методів тренування, контроль тренувальних і змагальних навантажень, використання методів моделювання, застосування досягнень науки і техніки тощо. У переліку цих компонентів одне з важливих місць має відводитися засобам відновлення спортивної працездатності. Насамперед це зумовлено закономірностями тренувальних ефектів, величина яких залежить від раціонального чергування стимулюючих та відновлювальних фаз. Засоби відновлення спортивної працездатності розподіляються на три великі групи: педагогічні, медико-біологічні та психоло-

гічні. Варто зазначити, що основними є педагогічні засоби відновлення, які використовуються як протягом стимулюючих, так і відновлюючих фаз тренувальних циклів. Тому дуже важливо завчасно планувати відновлення працездатності спортсменів на оперативному, поточному й етапному рівнях. Основною особливістю педагогічних засобів є те, що вони застосовуються як у процесі, так і після тренувальних занять. Основною метою медико-біологічних засобів є стимуляція відновлювальних процесів, як правило, після тренувальних і змагальних навантажень. До цієї групи входять гігієнічні, фізичні, фармакологічні засоби, а також харчування. При цьому варто зазначити, що режим і зміст харчування відіграють практично основну роль у медико-біологічних засобах відновлення. Психологічні засоби спрямовані перш за все на створення позитивного емоційного фону перед тренуваннями і змаганнями, а також на відновлення затраченої нервової енергії після напружених тренувань і змагань. Загалом, для повноцінного відновлення спортивної працездатності необхідне комплексне використання педагогічних, медико-біологічних і психологічних засобів [5, с. 187].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Нині є багато публікацій, присвячених корекції фізичного та функціонального стану організму різних категорій населення. Проте проблема навчання студентів-спортсменів вміння запобігати порушенням функціональних станів, на нашу думку, потребує більш ґрунтовного вивчення.

Метою статті є визначення оптимальних засобів навчання під час викладання «Спортивної фізіології» для засвоєння студентами-спортсменами навичок корекції у разі порушень функціонального стану.

Згідно з метою дослідження було поставлено такі завдання:

1. Визначити функціональний стан студентів-спортсменів.
2. Визначити вплив засобів корекції на фізіологічні реакції організму.

У ході дослідження було використано такі методи: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел, антропометричні та фізіометричні методи, педагогічне та фізичне тестування, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Дослідження проводилося на базі факультету фізичної культури та здоров'я людини Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича в процесі викладання дисципліни «Спортивна фізіологія» для студентів другого курсу спеціальності «Фізична культура та спорт». В експерименті брали участь 68 студентів.

Виклад основного матеріалу. У програмі викладання «Спортивної фізіології» передбачено вивчення фізичного та функціонального станів

організму. Визначення фізичного стану, пропорційності та оцінка одержаних результатів згідно з навчально-методичним планом проводиться на першому практичному занятті. У процесі виконання практичної роботи студенти відпрацьовують навички антропометричних вимірювань зросту, маси тіла, обводу грудної клітини тощо. Оцінювання результатів проводиться методом індексів, а також сигмальним та центильним методами. Пропорційність тіла оцінюють методом П.І. Карузіна. Для визначення функціональних показників, зокрема артеріального тиску, використовують тонометри, а для життєвої ємності легень – спірометри. Студенти навчаються пальпаторно визначати частоту пульсу, а потім оцінювати його.

У процесі вивчення теми «Динаміка фізіологічних станів організму під час м'язової діяльності» детально розбираються зміни функцій органів та систем у передстартовому стані, під час відпрацьовування й основної роботи та процеси відновлення фізіологічних функцій після припинення занять фізичними вправами. Особлива увага звертається на такі функціональні стани організму, як стомлення та перевтома, та їх наслідки: перетренованість, перенапруження, хронічна втома. Студенти визначають стан втоми за методом Доскіна і Меркіна.

У процесі вивчення адаптаційних процесів у різних системах організму також повторюються і закріплюються знання щодо функціональних станів, одержані під час вивчення попередніх тем. На практичних заняттях проводяться також функціональні проби, що дає змогу спортсменам не тільки засвоїти навички їх виконання, а й оцінити свою здатність до адаптації, власні функціональні характеристики та виявити порушення функціональних станів. Студенти відпрацьовують методику проведення проби Руф'є, Гарвардського степ-тесту, дихальних проб Штанге та Генче, кліностатичної та ортостатичної проб, а також працюють на велоергометрі в різних режимах навантаження. Проводяться також експрес-тест фізичної працездатності та обчислення адаптаційного потенціалу. Це дає змогу одержати дані про функціональний стан кожного та проаналізувати результати обстеження.

Опрацьовуючи теми «Раціональне харчування спортсменів» та «Засоби відновлення працездатності спортсменів», студенти вивчають засоби та методи, якими можна вплинути на функціональний стан власного організму. На практичних заняттях вони складають харчовий раціон, а також навчаються оцінювати його і робити корекцію відповідно до власних енерговитрат, особливостей навантаження, виду спорту та періоду тренувального процесу. Крім того, майбутні фахівці у галузі фізичної культури та спорту вивчають принципи добору засобів впливу на працездатність і способи змен-

шення небажаних передстартових станів (передстартова гарячка та передстартова апатія), тобто можливості корекції функціональних станів у різні періоди тренувального процесу.

У результаті проведеного тестування виявлено, що у 28 студентів (41,18%) спостерігалися ознаки втоми, у 12 (17,6%) – зниження адаптаційних можливостей, а у 8 (11,76%) – низький фізичний стан. Після вивчення принципів, методів і засобів корекції та способів їх практичного застосування студентам було запропоновано самостійно обрати засоби підвищення працездатності з переліку дозволених і використовувати їх протягом двох тижнів. 22 студенти з попередніми проявами втоми взяли участь у дослідженні. Повторна діагностика показала значне зменшення кількості студентів з порушеннями функціонального стану, зокрема тих, які дотримувались рекомендацій щодо самостійно підбраного комплексу. Зокрема, у 18 студентів після застосування корекційних методів (ранкової та дихальної гімнастики, самомасажу, лазневих процедур, впорядкування режиму дня, вживання полівітамінів, зміни характеру харчування та ін.) під час повторного тестування ознак втоми не спостерігалось. Інші 4 – не дотримувались поставлених завдань або виконували їх нерегулярно.

Висновки. Під час підготовки майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту доцільно приділяти більше уваги вивченню змін в організмі спортсмена у разі високих навантажень, шляхам діагностики функціонального стану та працездатності, засобам відновлення працездатності, а також пошуку оптимального поєднання засобів корекції у кожному індивідуальному випадку. Це дасть змогу їм підтримувати належний рівень здоров'я, досягати високих результатів у спорті, а

також правильно будувати навантаження в тренерській роботі. Підтримувати нормальний функціональний стан спортсменів в умовах інтенсивного розвитку спорту та зростання навантажень можливо за умови здобуття ґрунтовних знань та вмінь зі спортивної фізіології.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Агаджанян Н.А. Нормальная физиология : учебник для студентов медицинских вузов / Н.А. Агаджанян, В.М. Смирнов. Москва : «Медицинское информационное агентство», 2009. 520 с.: ил. ISBN 978-5-9986-0001.
2. Вовканич Л. Функціональний стан центральної нервової системи кваліфікованих легкоатлетів / Л. Вовканич, А. Дунець-Лесько, Я. Свищ. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 2014. № 3. С. 22–25.
3. Кокун О.М. Оптимізація адаптаційних можливостей людини у психофізіологічному забезпеченні діяльності : дис. ...док. психол. наук : 19.00.02. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2004. 373 с. : іл., табл.
4. Кокун О.М. Психофізіологія : навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури, 2006. 184 с. ISBN 966-364-254-8.
5. Костюкевич В.М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації : навчальний посібник. Вінниця : «Планер», 2007. 273 с.
6. Кулініч І.Ф. Факторна структура психофізіологічного стану спортсменів високої кваліфікації ігрових видів спорту. *Теорія та методика фізичного виховання*, 2006. № 3. С. 32–35.
7. Маліков М.В. Функціональна діагностика в фізичному вихованні та спорті / М.В. Маліков, Н.В. Богдановська, А.В. Сватсьєв, 2006. ЗНУ. 227 с.
8. Семенов А.М. Особливості застосування масажу при порушеному функціональному стані людини. *Молодь: освіта, наука, духовність* : тези доповідей. Ч. II. Київ : Університет «Україна», 2013. С. 266–268.

ПОКАЗНИКИ, КРИТЕРІЇ ТА РІВНІ СФОРМОВАНOSTI ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ БАКАЛАВРІВ З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ ДО ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

INDICES, CRITERIA AND LEVELS OF PREPAREDNESS OF FUTURE BACHELORS IN PHYSICAL THERAPY, ERGOTHERAPY FOR THE APPLICATION OF FITNESS AND HEALTH TECHNOLOGIES IN PROFESSIONAL ACTIVITY

З метою формування високого рівня готовності майбутніх фахівців з фізичної терапії, ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у статті розкрито питання визначення критеріїв, показників та рівнів сформованості готовності, а також вибір методів психолого-педагогічної діагностики, які дають змогу нам за допомогою наукового інструментарію відслідкувати результативність навчально-виховного процесу. У результаті структурного аналізу визначено структуру готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності, яка включає взаємопов'язані та взаємозалежні компоненти: мотиваційно-ціннісний, когнітивно-змістовий, суб'єктивний та діяльний. Відповідно до компонентів були обрані критерії вимірювання та показники. Так, критерієм мотиваційно-ціннісного компонента визначений мотиваційний критерій, показником якого є сукупність мотивів навчально-професійної діяльності студентів, провідні ціннісні орієнтації, рівень сформованості та характер домінування мотивів. Критерієм когнітивно-змістового компонента є теоретичний критерій, який окреслює рівень професійно профільованих знань за обсягом, якістю, практичною спрямованістю, відповідністю кваліфікаційним вимогам фахівця з фізичної терапії, ерготерапії. Критерієм суб'єктивного компонента обрано особистісний, який окреслює рівень ініціативності, самостійності, стресостійкості, доброзичливості, емпатійності, толерантності, цілеспрямованості, наполегливості у досягненні мети засобами фізкультурно-оздоровчих технологій, загального рівня фізичної культури. Праксіологічний критерій характеризує діяльний компонент готовності та передбачає наявність умінь у майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії застосовувати фізкультурно-оздоровчі технології у практичній професійній діяльності. Також визначені та обґрунтовані рівні сформованості готовності (високий, середній та низький), які є основою для діагностики вихідного стану готовності досліджуваної категорії фахівців та аналізу дієвості впливу педагогічних чинників на формування зазначеного виду готовності.

Ключові слова: фахівці з фізичної терапії, ерготерапії, професійна діяльність, готовність, структура готовності, компоненти,

критерії, показники, рівні сформованості готовності.

In order to form a high level of readiness of future specialists in physical therapy, ergotherapy for the use of physical and recreational technologies, the article discusses the definition of criteria, indicators and levels of readiness, as well as the choice of methods of psychological and pedagogical diagnostics that allow us to use the result of scientific tools of educational process. As a result of the structural analysis, the structure of future bachelors' degrees in physical therapy and ergotherapy for the application of physical and recreational technologies in professional activity is determined, which includes interrelated and interdependent components: motivational-value, cognitive-content, subjective and activity. Measuring criteria and indicators were selected according to the components. Thus, the criterion of the motivational-value component is determined by the motivational criterion, the indicator of which is the set of motives of educational and professional activity of students, the leading value orientations, the level of formation and the nature of dominance of motives. The criterion of the cognitive-content component is a theoretical criterion, which defines the level of professionally profiled knowledge in terms of volume, quality, practical orientation, compliance with the qualification requirements of a specialist in physical therapy, ergotherapy. The criterion of the subject component was chosen as a personal one, which outlines the level of initiative, independence, stress resistance, kindness, empathy, tolerance, determination of perseverance in achieving the goal by means of physical and fitness technologies, general level of physical culture. The praxiological criterion characterizes the activity component of readiness and presupposes the ability of future bachelors in physical therapy and ergotherapy to apply physical and health technologies in practical professional activity. The levels of readiness formation (high, medium and low) that are the basis for the diagnosis of the initial state of readiness of the studied category of specialists and the analysis of the effectiveness of the influence of pedagogical factors on the formation of a certain type of readiness are also determined and justified.

Key words: specialists in physical therapy, occupational therapy, professional activity, preparedness, readiness structure, components, criteria, indicators, readiness formation levels.

УДК 378.147:[615.825+615.851.3]-051
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.23>

Беспалова О.О.,
старший викладач
кафедри здоров'я, фізичної терапії,
реабілітації та ерготерапії
Сумського державного педагогічного
університету імені А.С. Макаренка
Лянной М.О.,
канд. пед. наук, професор,
директор
Навчально-наукового інституту
фізичної культури
Сумського державного педагогічного
університету імені А.С. Макаренка
Бугаєнко Т.В.,
канд. пед. наук,
старший викладач
кафедри здоров'я, фізичної терапії,
реабілітації та ерготерапії
Сумського державного педагогічного
університету імені А.С. Макаренка
Авраменко Н.Б.,
викладач
кафедри здоров'я, фізичної терапії,
реабілітації та ерготерапії
Сумського державного педагогічного
університету імені А.С. Макаренка

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Для організації ефективного освітнього процесу з метою формування готовності майбутніх фахівців з фізичної терапії, ерготерапії до застосування фіз-

культурно-оздоровчих технологій важливим залишається питання вивчення динаміки змін у рівнях сформованості зазначеного виду готовності за відповідними структурними компонентами. Наявні

методи психолого-педагогічної діагностики дають змогу нам за допомогою наукового інструментарію відслідкувати результативність навчально-виховного процесу, з'ясувати основні недоліки з подальшим їх усуненням. Вирішення цього питання відбувається у процесі вимірювання, яке передбачає виокремлення відповідних критеріїв та показників сформованості готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії, ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема професійної підготовки фахівців з фізичної терапії, ерготерапії (фізичної реабілітації) висвітлюється у дослідженнях сучасних вітчизняних науковців, зокрема визначенню фундаментальних та прикладних основ їхньої професійної підготовки присвячені роботи О.А. Атамась, Н.О. Белікової, Т.М. Бугері, Л.Б. Волошко, В.В. Клапчук, В.В. Крупи, В.О. Кукси, Ю.О. Ляного, Р.В. Маслової, Л.П. Сущенко, А.В. Фатівець та ін.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Проте у літературі невисвітленими залишаються питання визначення критеріїв, показників та рівнів сформованості готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії, ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

Метою статті є визначення критеріїв, показників та рівнів сформованості готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії, ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності. Завдання дослідження: розкрити сутність понять «критерії» та «показники», у відповідності до структури готовності обрати критерії та показники сформованості готовності і розкрити їх змістове наповнення; визначити рівні готовності та дати їм характеристику; обрати діагностичний інструментарій з метою оцінювання рівнів сформованості готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення спеціальної науково-методичної літератури для визначення стану розробленості проблеми у напрямі фахової підготовки фахівців з фізичної терапії, ерготерапії, узагальнення результатів дослідження науковців; термінологічний аналіз для уточнення ключових понять.

Виклад основного матеріалу дослідження. Результативність процесу формування готовності до майбутньої професійної діяльності окреслюють різні аспекти якості освіти: якість знань, якість навчання, результати освітньої діяльності [6, с. 33]. Їх оцінювання відбувається шляхом вимірювання, яке здійснюється через «встановлення кількісного відношення між певною характеристикою об'єкта й деякою величиною, яка приймається за еталон» [11, с. 15]. Це дає змогу встановити відпо-

відність навчальних досягнень студентів до мети навчання. Таким еталоном, на думку О.В. Бородієнко [4, с. 109–115], прийнято вважати критерій.

Відзначимо, що в психолого-педагогічній літературі поняття «критерій» розглядається доволі широко, оскільки його тлумачення у словниках і довідковій літературі є неоднозначним. У філософському енциклопедичному словнику подано таке визначення: «Критерій істини – засіб перевірки істинності або хибності того чи іншого твердження, гіпотези...» [5]. У «Словнику української мови» під критерієм розуміється «підстава для оцінки, визначення або класифікація чогось; мірило» [8], а під показником розуміють «дані про результати якоїсь роботи, якогось процесу» або «свідчення, доказ, ознака чого-небудь» [8].

Критеріями оцінювання якості професійної підготовленості студентів як результату фахової підготовки й ефективності методів її досягнення науковці визначають: якість знань (повнота, міцність, системність тощо); обсяг і рівень оволодіння професійно значущими вміннями і навичками; ступінь оволодіння основами самостійної діяльності; рівень сформованості професійної самостійності та мобільності як риси особистості фахівця [9]. Критерії дають змогу визначити результативність роботи, оцінити ефективність діяльності суб'єктів системи, що впливає на формування оптимальної професійної мотивації, рівень професійної майстерності, ступінь адаптації та соціалізації фахівця тощо [4, с. 109–115].

У контексті нашого дослідження у відповідності до структури визначено мотиваційний, особистісний, когнітивний, праксіологічний критерії готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій:

– *мотиваційний* критерій визначає сукупність мотивів навчально-професійної діяльності студентів, провідні ціннісні орієнтації, характер домінування мотивів;

– *особистісний* критерій сформованості готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій окреслює рівень ініціативності, самостійності, стресостійкості, доброзичливості, емпатійності, толерантності, цілеспрямованості, наполегливості, загального рівня фізичної культури;

– *теоретичний* критерій сформованості готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій окреслює рівень професійно профільованих знань за обсягом, якістю, практичною спрямованістю, відповідністю кваліфікаційним вимогам;

– *праксіологічний* критерій характеризує наявність умінь у майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії застосовувати фізкультурно-

Таблиця 1
Показники готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій

Структурні компоненти готовності	Змістові характеристики	Критерії вимірювання	Показники	Діагностика
Мотиваційно-ціннісний	Свідомість вибору майбутньої професії; розуміння мотивів власної навчально-професійної діяльності; усвідомлення перспектив професійного розвитку; інтерес до змісту фізкультурно-оздоровчих технологій; ставлення до життя і здоров'я як до суспільної та індивідуальної цінності; внутрішня потреба у здоровому способі життя	Мотиваційний	Рівень сформованості та характер мотивації	Методика «Мотиви вибору професії», «Мотивація до успіху» Т. Елерса
Суб'єктивний	Ініціативність, самостійність; стресостійкість, доброзичливість, емпатійність, толерантність; цілеспрямованість, наполегливість; рівень фізичної підготовленості	Особистісний	Рівень емпатійних здібностей Рівень самооцінки готовності	Методика «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В.В. Бойко Інтегральна анкета самооцінки рівня готовності
Когнітивно-змістовий	Професійно-фахові знання (психолого-педагогічні, медико-біологічні, технологічні)	Теоретичний	Рівень сформованості професійних знань	Тестові завдання для визначення якості знань теоретичної і практичної спрямованості
Діяльнісний	Професійні уміння (організаційно-методичні, пізнавальні, комунікативні, рухові)	Практикологічний	Рівень сформованості професійних умінь	Комплекс практичних (ситуативних) завдань

оздоровчі технології у практичній професійній діяльності [2, с. 278–280].

Показники сформованості готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій, що відповідають змістовому наповненню компонентів структури готовності, представлено у табл. 1.

У відповідності до критеріїв готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій було підібрано діагностичні методи, що дали можливість психолого-педагогічної оцінки стану сформованості професійної готовності за кожним компонентом.

В експериментальному дослідженні було використано:

- методику вивчення мотивації «Мотиви вибору професії», «Мотивація до успіху» Т. Елерса;

- тестові завдання для визначення професійно орієнтованих знань у напрямі застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у майбутній професійній діяльності;

- комплекс розроблених нами ситуативних завдань, що вимагають практичної реалізації знань, застосування професійних умінь і навичок;

- методику «Діагностика рівня емпатійних здібностей» за В.В. Бойко;

- інтегральну анкету самооцінки рівня готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

Методика «Мотиви вибору професії» [10, с. 373–374] має універсальне призначення і спрямована на виявлення домінуючої мотивації вибору професії. Результати опрацьовуються за блоками: внутрішні індивідуально значущі мотиви; внутрішні соціально значущі мотиви; зовнішні позитивні; зовнішні негативні. Внутрішня мотивація виникає із потреб особистості, як наслідок, діяльність виконується із задоволенням, без зовнішнього примусу. До таких мотивів належать інтерес, задоволення від зусиль і результату діяльності, можливість самореалізації, спілкування з іншими, отримання соціальної позиції тощо. Переважання внутрішніх мотивів найбільш ефективно забезпечує відчуття задоволеності професійною діяльністю. Зовнішня мотивація позитивної модальності – престиж професії, матеріальне забезпечення, можливість кар'єрного зростання, схвалення колективу; негативна зовнішня мотивація проявляється у різноманітних впливах на особистість шляхом психологічного тиску, критики, покарання, осуду з боку оточення та інших негативних санкцій.

Студенти мають оцінити, якою мірою представлені твердження вплинули на вибір професії. Максимальна сума балів за блоками запитань вказує на домінуючу мотивацію.

Методика «Мотивація до успіху» спрямована на визначення рівня мотивації до успіху, де на кожну із запропонованих обставин необхідно було відповісти «так» чи «ні». Результатом тестування є загальна сума балів за правильні відповіді, яка вказує на рівень мотивації до успіху (низький, середній, помірно високий, високий).

Рівень сформованості готовності за когнітивним критерієм оцінювався за показником якості знань з дисциплін циклу професійної підготовки, основу яких становлять такі дисципліни: «Функціональний фітнес», «Теорія і методика фізичного виховання», «Фітнес-програми аеробного та силового спрямування», «Сучасні фітнес-технології», «Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності», «Лікувальна фізична культура», «Біомеханіка», «Фізіологія рухової активності». У результаті студенти засвоюють теоретичні, методичні, практичні аспекти застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності. З метою діагностики рівня навчальних досягнень студентів використовувалося комп'ютерне тестування знань (програмний продукт RegTest-SL). Тестові завдання передбачали чотири варіанти відповідей з одним правильним. Сума балів за правильні відповіді вказує на рівень володіння спеціальними знаннями щодо теоретико-методичних аспектів застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у практичній діяльності фізичного терапевта. Приклади розроблених тестів наведено у [1; 3].

Зразок завдань тесту

1. Тонізуючий вплив фізичних вправ полягає:

- a) у пониженні активності центрів регулювання функцій;
- b) зміні інтенсивності біологічних процесів в організмі;
- c) посиленні інтенсивності біологічних процесів від впливом фізичних навантажень;
- d) у зниженні показників функціональних систем.

2. Який механізм енергоутворення забезпечує м'язові скорочення під час виконання довготривалих вправ помірної потужності:

- a) анаеробний гліколіз;
- b) окислення;
- c) фосфагенна реакція;
- d) усі відповіді правильні.

Діагностика сформованості діяльнісного компонента готовності за практикологічним критерієм здійснювалася за показниками рівня сформованості професійних умінь. Оцінювання готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у практичній діяльності за показником сформованості професійних умінь відбувалося у разі вирішення ситуативних завдань, спрямованих на з'ясування рівня сформованості у майбутніх фахівців з фізичної терапії та ерготерапії професійно важливих навичок і умінь. Якщо студент не

виконав завдання, він отримає 1 бал; за часткове виконання завдання із суттєвими фактичними чи методичними помилками студент отримує 2 бали; у разі виконання завдання з незначними помилками – 3 бали; повне виконання завдання без помилок – 4 бали.

Зразок ситуаційного завдання.

ЗАВДАННЯ № 1

У пацієнта/клієнта спостерігається однобічне укорочення нижньої кінцівки, поперековий біль з одного боку, асиметрія сідничних складок, порушення біомеханіки руху.

Розв'яжіть завдання, дотримуючись поданої схеми.

1. *Визначте функціональне порушення за вищезазначеними ознаками.*
2. *Вкажіть основні причини названого функціонального порушення.*
3. *Функціональна анатомія визначеного м'язу (м'язової групи).*
4. *Вказати м'язи-синергісти та м'язи-антагоністи, їх функціональний стан.*
5. *Вказати компенсаторні порушення у разі вказаного функціонального порушення.*
6. *Які потенційні наслідки очікують клієнта/пацієнта у функціональному стані?*
7. *Основні мета та завдання функціонального тренування.*

8. *Засоби функціонального тренування та методика їх застосування.*

9. *Методичні рекомендації.*

Діагностика сформованості суб'єктного компонента готовності за особистісним критерієм здійснювалася за такими показниками, як: рівень розвитку емпатійних здібностей та самооцінка готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

Рівень розвитку емпатійних здібностей досліджувався за методикою «Діагностика рівня емпатійних здібностей» В.В. Бойко [6, с. 301]. Метою діагностування є дослідження проявів емпатії. Обробка результатів відбувається за такими шкалами: як: раціональний канал емпатії; емоційний канал емпатії; інтуїтивний канал емпатії; установки, що сприяють емпатії; здатність до емпатії; ідентифікація в емпатії, також визначається сумарний показник емпатії, який вказує на рівень емпатії: надзвичайно високий, середній, занижений, дуже низький.

Інтегральна анкета самооцінки рівня готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності містить 40 тестових запитань, кожне з яких має кілька варіантів відповідей. Студенти самостійно оцінювали власну готовність до практичної реалізації знань, умінь і навичок професійної спрямованості.

Сумарна кількість балів вказувала на рівень готовності (високий, середній, низький).

Зразок тестових завдань.

1. Чи можете ви обґрунтувати значення фізкультурно-оздоровчих технологій у процесі фізичної терапії (реабілітації)?

- а) так, можу обґрунтувати;
- б) можу пояснити, але в загальних рисах;
- в) ні, не можу обґрунтувати;
- г) важко відповісти.

2. Як ви вважаєте, наскільки ви підготовлені до підвищення ефективності процесу фізичної терапії осіб різних нозологічних та вікових груп шляхом застосування фізкультурно-оздоровчих технологій?

- а) повністю підготовлений;
- б) частково підготовлений;
- в) ні, не підготовлений;
- г) важко відповісти.

Визначена система критеріїв та показників дала змогу охарактеризувати рівні (високий, середній, низький) готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій.

Низький рівень готовності характеризується відсутністю інтересу до процесу навчання; наявністю особистісних рис характеру, які перешкоджають створенню професійної взаємодії; відсутністю ціннісного ставлення до фізкультурно-оздоровчої діяльності; зневажливим ставленням до індивідуальних та суспільних цінностей; низьким рівнем теоретичних знань та практичних навичок застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності.

Середній рівень готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій вказує на достатній обсяг теоретико-методичних знань з фізкультурно-оздоровчих технологій та практичних умінь і навичок їх застосування у професійній діяльності; на позитивне ставлення до навчання; розуміння можливостей самореалізації в обраній професії; прагнення до професійного саморозвитку та самовдосконалення; прийняття здорового способу життя як суспільної та індивідуальної цінності; наявністю умінь переносити знання у практичну діяльність.

Високий рівень готовності характеризується свідомим вибором професії фізичного терапевта, ерготерапевта; вмотивованістю до опанування фізкультурно-оздоровчих технологій як головного засобу майбутньої професійної діяльності; усвідомленням перспектив щодо професійної самореалізації в галузі охорони здоров'я; сформованістю навичок здорового способу життя, їх дотримання і прийняття як цінності; наявністю ґрунтовних професійно орієнтованих знань, професійно важливих умінь і навичок щодо застосування засобів

фізкультурно-оздоровчих технологій у реабілітаційній, оздоровчій, профілактичній та інших видах професійної діяльності.

Отже, в ході дослідження нами було обрано відповідно до структурних компонентів критерії та показники, описані рівні готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій, а також обрано психолого-педагогічні методи для визначення рівнів сформованості готовності.

Висновки. Таким чином, у результаті аналізу визначено структуру готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності, яка включає мотиваційно-ціннісний, когнітивно-змістовий, особистісний та діяльнісний компоненти. Відповідно до зазначених компонентів були сформульовані критерії (мотиваційний, особистісний, теоретичний, праксіологічний) та показники (сформованість та характер мотивації, сформованість професійних знань та умінь, прояв емпатійних здібностей та самооцінка готовності), а також охарактеризовані рівні сформованості готовності (високий, середній та низький), які є основою для діагностики вихідного стану готовності досліджуваної категорії фахівців та аналіз дієвості впливу педагогічних чинників на формування зазначеного виду готовності. Перспективи подальших досліджень полягають в аналізі змісту професійної підготовки фахівців з фізичної терапії, ерготерапії, визначенні найбільш ефективних засобів, методів та форм організації освітнього процесу з метою формування високого рівня готовності майбутніх фахівців з фізичної терапії, ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у майбутній професійній діяльності.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Беспалова О.О. Методичні рекомендації до практичних занять з навчальної дисципліни «Функціональний фітнес». Суми. 2019.
2. Беспалова О.О. Сутність та структурні компоненти готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії, ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*, 2019. № 5(89). С. 269–280.
3. Беспалова О.О. Фітнес-програми силової та аеробної спрямованості : методичні рекомендації. Суми, 2018. 65 с.
4. Бородієнко О. Критерії, показники, рівні сформованості професійної компетентності керівників структурних підрозділів підприємств сфери зв'язку. *Молодь і ринок*, 2017. № 7. С. 109–115.
5. Ильичев Л.Ф., Федосеев П.Н., Ковалев С.М., Панов В.Г. *Философский энциклопедический словарь*. Москва : Советская энциклопедия, 1983.
6. Карамушка Л. Психологія управління. Київ : Міленіум, 2003. 650 с.

7. Кисельова О.І. Проблема вимірювання знань у системі педагогічної методології. *Наука і освіта*, 2013. № 5. С. 32–36.

8. Наумчук В.І. Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури в процесі самостійної роботи зі спортивних ігор : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Тернопіль, 2002.

9. Марцинівська О.Є. Словник української мови : в 11 томах. Том 4. Київ : Наукова думка, 1973.

10. Семиченко В.А. Проблемы мотивации поведения и деятельности человека. Модульный курс психологии. Модуль «Направленность». (Лекции, практические занятия, задания для самостоятельной работы). Киев, 2004.

11. Федієнко В.В. Моделі кваліметрії і порівняння рівнів навчальних досягнень студентів у різних оціночних системах : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.09. Кіровоград, 2009.

ГОТОВНІСТЬ МАЙБУТНІХ БАКАЛАВРІВ З ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ ДО ЗАСТОСУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ЗА МОТИВАЦІЙНО-ЦІННІСНИМ КОМПОНЕНТОМ

THE READINESS OF FUTURE BACHELORS OF PHYSICAL THERAPY, ERGOTHERAPY FOR THE APPLICATION OF RECREATIONAL TECHNOLOGIES IN THE PROFESSIONAL ACTIVITY UNDER THE MOTIVATIONAL AND VALUABLE COMPONENT

Професійна діяльність фізичного терапевта спрямована на максимально можливе відновлення втрачених або послаблених функцій організму людини, отриманих внаслідок травм та захворювань. З огляду на те, що фізкультурно-оздоровчі технології є обов'язковим компонентом програм фізичної реабілітації (терапії), нині завдання постає у визначенні методик формування готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії, ерготерапії до їх застосування у майбутній професійній діяльності, виборі діагностичного інструментарію, що дасть змогу відстежувати динаміку її формування за окремими компонентами. У структурі зазначеної готовності виділяємо мотиваційно-ціннісний, суб'єктивний, когнітивно-змістовий та діяльнісний компоненти. З урахуванням того, що внутрішня мотивація є підґрунтям для усвідомленого глибокого засвоєння фахових знань важливим залишається питання визначення ефективності запропонованих методів організації навчальної діяльності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії, ерготерапії та рівень сформованості їх готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності за мотиваційно-ціннісним компонентом. Застосування відповідного діагностичного інструментарію (методика вибору професії, методика мотивації до успіху Т. Елсера) дала нам змогу вивчити рівень сформованості готовності за цим компонентом. За результатами емпіричного дослідження був виявлений недостатній рівень сформованості мотиваційно-ціннісного компонента. Для посилення мотивації студентів спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія» розроблена та впроваджена методична система впливу на її формування, яка передбачала впровадження сучасних освітніх технологій навчання (проблемні та проектні методи, інтерактивні технології). Отримані результати дають підстави стверджувати, що мотиваційна сфера студентів експериментальної групи наприкінці формульованого експерименту є більш сприятливою з точки зору формування готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій, ніж у контрольній групі студентів.

Ключові слова: фахівці з фізичної терапії, ерготерапії, готовність, мотивація, цінності, компоненти, критерії, показники, рівні сформованості готовності.

The professional activity of a physical therapist is aimed at maximizing the restoration of the lost or weakened functions of the human body resulting from injuries and diseases. Taking into account that physical and recreational technologies are an obligatory component of programs of physical rehabilitation (therapy), today appears in determining the methods of forming the readiness of future bachelors in physical therapy, ergotherapy for their use in future professional activity, the choice of diagnostic toolkit, which will allow molding by individual components. In the structure of determined readiness we distinguish motivational-value, subjective, cognitive-content and activity components. Given that intrinsic motivation is the basis for conscious deep mastering of professional knowledge, the question remains to determine the effectiveness of the proposed methods of organizing educational activities of future bachelors in physical therapy, ergotherapy to the level of formation of their readiness for the use of physical education and technology, whose criterion was the motivational criterion. Applying the appropriate diagnostic tools (the technique of choosing a profession, the method of motivation for T. Ehlers' success) allowed us to study the level of readiness generated by this component. According to the results of empirical research, insufficient level of motivational-value component formation was revealed. To enhance the motivation of students of the specialty "Physical therapy, ergotherapy" a methodological system of influence on its formation was developed and implemented, which included the introduction of modern educational technologies of teaching (problem and design methods, interactive technologies). The results obtained suggest that the motivational sphere of the students of the experimental group at the end of the forming experiment is more favorable in terms of forming readiness for the use of fitness and health technologies than in the control group of students.

Key words: specialists in physical therapy, ergotherapy, readiness, motivation, values, components, criteria, indicators, levels of readiness.

УДК 378.147:[615.825+615.851.3]-051
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.24>

Беспалова О.О.,
старший викладач кафедри здоров'я,
фізичної терапії, реабілітації
та ерготерапії
Сумського державного педагогічного
університету імені А.С. Макаренка
Лянной Ю.О.,
докт. пед. наук, професор, ректор
Сумського державного педагогічного
університету імені А.С. Макаренка
Бугасенко Т.В.,
канд. пед. наук,
старший викладач кафедри здоров'я,
фізичної терапії, реабілітації
та ерготерапії
Сумського державного педагогічного
університету імені А.С. Макаренка
Лянна О.В.,
канд. пед. наук,
старший викладач кафедри здоров'я,
фізичної терапії, реабілітації
та ерготерапії
Сумського державного педагогічного
університету імені А.С. Макаренка

Постановка проблеми у загальному вигляді. Вимоги Міністерства охорони здоров'я та потреби суспільства створюють попит на конкурентоспроможного фахівця, який здатен до безперервного професійного самовдосконалення та фахової мобільності у напрямі застосування сучасних засобів реабілітації, серед яких головне місце

посідають фізкультурно-оздоровчі технології. Це зумовлює потребу у визначенні методик формування готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії, ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у майбутній професійній діяльності, виборі діагностичного інструментарію, що дасть змогу відстежувати динаміку її форму-

вання за окремими компонентами. З огляду на те, що внутрішня мотивація є підґрунтям для усвідомленого глибокого засвоєння фахових знань важливим залишається питання визначення ефективності запропонованих методів організації навчальної діяльності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії, ерготерапії та рівень сформованості їх готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності за мотиваційно-ціннісним компонентом.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Питаннями сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій займаються Н.Н. Венгерова, М.В. Верховська, А.А. Горелов, В.Л. Кондаков, О.Г. Румба, О.А. Качан, Ю.О. Усачев та ін.

Проблему мотивації людини вивчали Д. Макклелланд, Г. Хекхаузен, Г. Келлі, К. Роджерс, Р. Мей, А.Н. Леонтьєв та ін. Суттєвий науковий внесок щодо педагогічних та психологічних аспектів мотивації був зроблений С.Л. Рубінштейном, Ю.К. Бабанським, В.О. Сухомлинським, Л.І. Божович, С.С. Занюк, Є.М. Ільїним, В.І. Ковальовим, І.П. Подласим та ін.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. У результаті аналізу науково-методичної літератури з'ясовано, що у системі формування готовності майбутніх фахівців з фізичної терапії, ерготерапії відсутні дидактичні і методичні аспекти розвитку мотивації та ціннісного ставлення до професії фізичного терапевта, ерготерапевта загалом та застосування фізкультурно-оздоровчих технологій зокрема.

Метою статті є висвітлення результатів експериментального дослідження у напрямі сформованості готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії, ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності за мотиваційно-ціннісним компонентом.

Методи дослідження: теоретичні: аналіз та узагальнення спеціальної науково-методичної літератури; емпіричні: анкетування – для визначення динаміки зрушень під час формування готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності; статистичні – методи математичної статистики для визначення значущості й вірогідності отриманих результатів.

Виклад основного матеріалу. З метою оцінки стану професійної готовності майбутніх фахівців з фізичної терапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій нами було уточнено поняття «готовність до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій» як складне динамічне особистісне утворення, яке забезпечує поточну реалізацію фізкультурно-оздоровчої професійної діяльності і полягає у оволодінні спеціальними знаннями фізкультурно-оздоровчих технологій та вміннями, пов'язаними з ними, прийомами та

методами їх використання та передбачає наявність психологічних якостей, необхідних для фахівця з фізичної терапії та ерготерапії, є підґрунтям для професійного самовдосконалення. Відповідно, стан готовності до майбутньої професійної діяльності являє собою складну динамічну систему, яка забезпечується єдністю її компонентів.

Дослідження науковців щодо структури готовності фахівців до майбутньої професійної діяльності вказують, що провідним у формуванні та розвитку фахових знань, умінь та навичок, особистісних якостей є саме мотиваційно-ціннісний компонент. Цей факт підтверджується результатами наукових розвідок Ю.О. Лянного, який розглядає мотиваційно-ціннісний компонент як базис формування і реалізації інших компонентів у структурі готовності магістрів фізичної реабілітації, основними характеристиками якого є позитивна мотивація до наукової і професійної діяльності реабілітолога, інтерес до діяльності, усвідомлення її значущості, розуміння перспектив саморозвитку в професії [6, с. 136–140].

Мотивація є рушійною силою зовнішньої і внутрішньої активності суб'єкта та посідає провідне місце в структурі особистості [7, с. 104]. У своїх дослідженнях І.С. Войтович підкреслює, що мотивація є регуляторним компонентом навчальної діяльності, який забезпечує високу результативність навчання унаслідок педагогічного впливу та прогнозує пізнавальну активність студентів і перетворює зовнішню регуляцію на саморегуляцію [3, с. 47–59].

У нашому дослідженні мотиваційно-ціннісний компонент характеризується наявністю у студентів системи цінностей, інтересів, потреб і мотивів засвоєння змісту теоретичних та процесуально-методичних аспектів застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності. Оцінювання рівня сформованості за цим компонентом здійснювалося за мотиваційним критерієм, показниками якого виступали: рівень сформованості та характер мотивації.

Констатувальним дослідженням були охоплені майбутні фахівці 4–5 курсів спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія (фізична реабілітація)» Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка, Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка, Бердянського державного педагогічного університету та Ужгородського національного університету загальною кількістю 124 студенти.

З метою виявлення мотивів, які найбільше посприяли вибору професії фізичного терапевта, ерготерапевта (фізичного реабілітолога), нами була використана методика «Мотиви вибору професії», де студенти оцінювали рівень впливу

зазначених тверджень за п'ятибальною шкалою. У результаті з'ясовано, що найбільш значущими мотивами вибору професії фізичного терапевта та ерготерапевта (фізичного реабілітолога) стали: відповідність професії індивідуальним здібностям (середня оцінка 4,9 бала); можливість розумового і фізичного розвитку (середня оцінка 4,9 бала); можливість зростання професійної майстерності (середня оцінка 4,9 бала); можливість реалізувати творчий потенціал у професії (середня оцінка 4,9 бала); привабливість професії (середня оцінка 4,8 бала); престижність (середня оцінка 4,6 бала); достойний рівень оплати праці (середня оцінка 4,6 бала); можливість застосування професійних умінь поза роботою (середня оцінка 4,6 бала).

Отримані результати вказують на те, що від обраної професії студенти очікують самореалізації в професійному середовищі, можливості кар'єрного зростання і надання якісної професійної допомоги пацієнтам/клієнтам, а також розширення соціальних зв'язків та кола спілкування. Зміст провідних мотивів вказує на усвідомленість вибору цієї професії та розуміння перспектив подальшого професійного розвитку.

Серед найменш актуальних мотивів зазначена висока відповідальність обраної професії, що вказує на невпевненість майбутніх фахівців у власній готовності до здійснення професійної діяльності.

Рівень сформованості та характер мотивації оцінювався за допомогою методики Т. Елерса. Отримані результати дослідження вказують, що більшість досліджуваних (58 осіб, або 46,8%) виявили низький рівень мотивації успіху. Також значна кількість студентів мають середній рівень мотивації (51 студент, що відповідає 41,1%) і лише 15 студентів (або 12,1%) характеризуються високим рівнем мотивації успіху.

Отже, аналіз вищезазначених емпіричних даних зумовлює необхідність посилення мотивації студентів. На нашу думку, перспективним у цьому напрямі є усвідомлення студентами рівня професійної відповідальності фахівця з фізичної терапії, ерготерапії, цілеспрямована робота щодо реалізації в процесі навчання професійних і пізнавальних інтересів, актуалізація мотивації успіху в навчально-професійній діяльності.

З метою оптимізації мотиваційно-ціннісного компонента готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у нашому дослідженні було використано широкий спектр методів навчання: проблемне та проєктне навчання, інтерактивні технології. Для їх упровадження в освітній процес користувалися рекомендаціями та спиралися на досвід сучасних науковців [5; 7–9].

Під час впровадження методів проблемного навчання відбувається інтенсифікація пізнавальної активності студентів та підвищення моти-

ваційного ефекту. Розумові зусилля, спрямовані на пошук способів вирішення проблемного завдання, зумовлюють внутрішню зацікавленість, стають чинником активізації навчального процесу, підвищують ефективність засвоєння фізкультурно-оздоровчих технологій. Запропоновані проблемні завдання спонукають студентів до творчого мислення – висунення, обґрунтування і перевірки припущень щодо вирішення проблеми, аналізу отриманих результатів. Виконання завдання має викликати потребу у здобутті раніше невідомих знань або способів дій, розвивати інтерес до навчання [5, с. 120–121].

Базовою дисципліною з огляду на потенційні можливості щодо формування готовності фахівців з фізичної терапії, ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності обрано «Функціональний фітнес». Як інформаційно-методичний супровід навчального процесу застосовувався розроблений нами навчально-методичний комплекс дисципліни «Функціональний фітнес», у змісті якого розкрито мету і завдання дисципліни, інформаційний обсяг програми, структуру навчальної дисципліни, представлено опорний конспект лекцій, плани практичних занять. Також були розроблені «Методичні рекомендації до практичних занять з навчальної дисципліни «Функціональний фітнес» [1] та «Робочий зошит для практичних занять з навчальної дисципліни «Функціональний фітнес» [2], в яких викладено детальну структуру практичних занять, яка включає теоретичні запитання, практичні, домашні, індивідуальні науково-дослідні завдання, контрольні питання для оцінювання підсумкових знань студентів. Вказані матеріали були викладені в особистому кабінеті викладача на сайті університету та мали відкритий доступ для студентів відповідної спеціальності, що дало їм змогу зорієнтуватися у змісті дисципліни. Серед електронних засобів навчання нами використовувалися електронні версії підручників, словники, енциклопедії. Це дало змогу студентам зорієнтуватися у змісті та структурі дисциплін. З метою діагностики навчальних досягнень студентів використовувалися комп'ютерні засоби (комп'ютерне тестування на базі програмного продукту RegTest). Технічні засоби навчання (мультимедіа, аудіо- та відеоматеріали) сприяли покращенню сприйняття та осмислення програмного матеріалу, а спеціальні програмні продукти (імітаційні й моделюючі тренажери, програми діагностики рухових функцій) стали ефективним засобом стимулювання емоційного сприйняття інформації та активізації емоційного впливу на заняттях. Для активної комунікації викладача та студентів використовувалися такі засоби комунікації, як електронна пошта, соціальні мережі, месенджери тощо.

Основними організаційними формами навчальної роботи у процесі формування готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій були лекційні та практичні заняття, самостійна робота студентів та практика (ознайомча, за профілем майбутньої професії, клінічна). Лекційний матеріал створює інформаційне забезпечення щодо основних питань змісту навчальної дисципліни. Практичні заняття забезпечують формування відповідних професійних умінь і навичок застосовувати теоретичні знання у процесі планування, розробки і впровадження фізкультурно-оздоровчих технологій для здійснення різних видів фахової діяльності. У разі самостійної роботи формуються уміння та навички щодо прийняття самостійних усвідомлених рішень та здійснення самостійних дій у випадках, які вимагають вирішення складних навчальних ситуацій. Практика сприяє ознайомленню з наявним практичним досвідом спеціалістів у галузі охорони здоров'я, його аналізу та запозичення, оцінці матеріально-технічної бази лікувально-профілактичного, оздоровчо-реабілітаційного та інших закладів, розвитку продуктивного мислення щодо можливостей їх застосування у роботі із пацієнтами/клієнтами різних нозологічних груп.

У формувальному експерименті взяли участь 180 студентів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка, Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г.Шевченка, Бердянського державного педагогічного університету, Ужгородського національного університету, які були розподілені на експериментальну (92 студенти) та контрольну (88 студентів) групи. В експериментальній групі освітній процес організовувався за розробленою та обґрунтованою нами освітньою методикою формування готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній діяльності. Освітній процес у контрольній групі реалізовувався за ustalеними підходами і технологіями.

З метою перевірки ефективності впровадженої нами методики формування у майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій здійснювався аналіз динаміки рівнів сформованості готовності за мотиваційним критерієм.

Оцінка рівня сформованості готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій за показником «Рівень сформованості та характер мотивації» мотиваційного критерію відбувалася на основі методики «Мотивація до успіху» Т. Елерса. Узагальнені результати сформованості готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії, ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій представлено в таблиці 1 та на рисунку 1.

Таким чином, аналіз результатів формувального дослідження рівня сформованості у майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій за показником «Рівень сформованості та характер мотивації» мотиваційного критерію показав збільшення кількості студентів з високим рівнем сформованості готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій на 21,8% в експериментальній та на 9% – у контрольній групі.

Нами зафіксовано збільшення кількості студентів із середнім рівнем сформованості готовності в експериментальній групі на 14,1%, у контрольній групі – на 12,3%; кількість бакалаврів з низьким рівнем мотиваційної готовності зменшилася в обидвох групах – на 35,9% в експериментальній та на 14,3% – у контрольній групі.

Ступінь статистичної значущості відмінностей рівнів сформованості готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій між експериментальною та контрольною групами студентів визначався з використанням χ^2 -критерію (критерію К. Пірсона).

На початку формувального експерименту між експериментальною та контрольною групами за показником «Рівень сформованості та характер мотивації» мотиваційного критерію не існувало значущих відмінностей ($\chi^2 = 0,38$), що свідчить про однорідність досліджуваних груп.

Таблиця 1

Динаміка рівнів сформованості готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій за показником «Рівень сформованості та характер мотивації» мотиваційного критерію

Рівні	Експериментальна група (n=92)					Контрольна група (n=88)				
	Початок експерименту		Кінець експерименту		Різниця, %	Початок експерименту		Кінець експерименту		Різниця, %
	абс.	%	абс.	%		абс.	%	абс.	%	
Високий	7	7,6	27	29,4	+21,8	8	9	15	17	+9
Середній	39	42,4	52	56,5	+14,1	35	40	46	52,3	+12,3
Низький	46	50	13	14,1	-5,9	45	51	27	30,7	-14,3

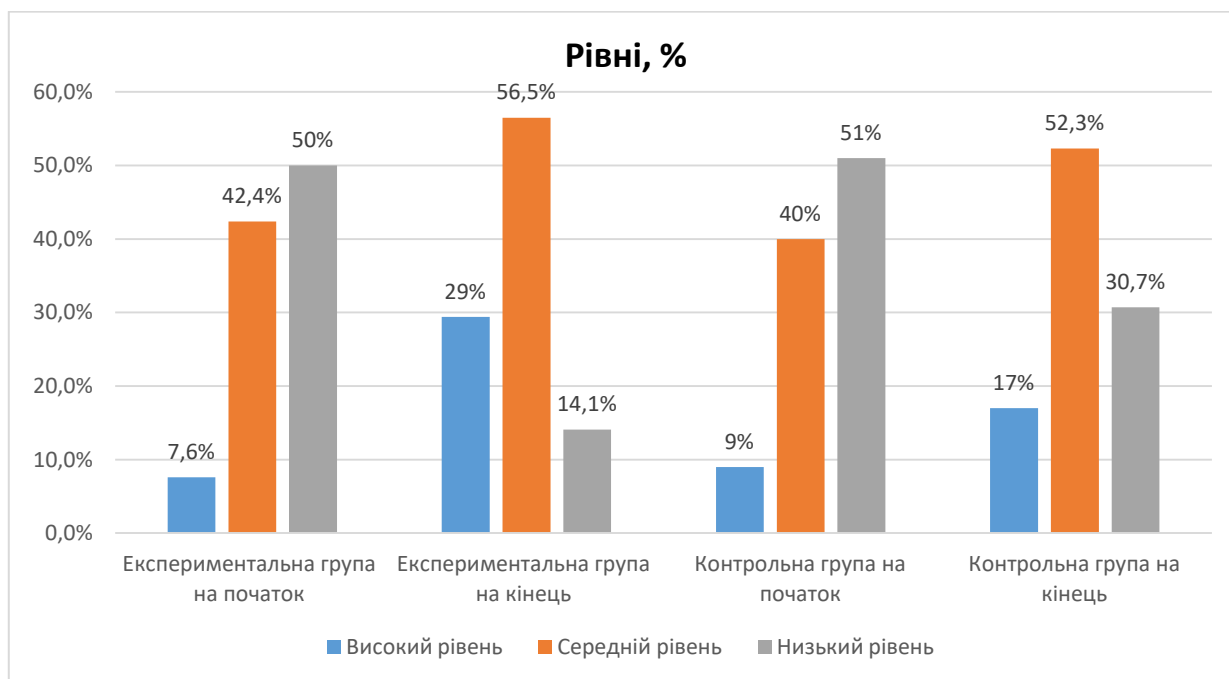


Рис. 1. Динаміка рівнів сформованості готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій за показником «Рівень сформованості та характер мотивації» мотиваційного критерію, %

Після проведення формувального дослідження значення показника мотиваційного критерію в експериментальній і контрольній групах значно відрізняються ($\chi^2 = 18,36$) на рівні значущості $p=0,05$.

Зафіксована в результаті експерименту більш позитивна динаміка сформованості мотиваційної готовності майбутніх бакалаврів з фізичної терапії та ерготерапії до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій у експериментальній групі, на нашу думку, пов'язана з упровадженням в освітній процес інноваційних технологій навчання, спрямованих на активізацію пізнавальної діяльності і самостійності студентів, уможливлення реалізації індивідуальних інтересів, потенційних творчих можливостей, самореалізації студентів у навчально-професійній діяльності.

Висновки. Готовність до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій – це складне динамічне особистісне утворення, яке забезпечує поточну реалізацію фізкультурно-оздоровчої професійної діяльності і полягає у оволодінні спеціальними знаннями фізкультурно-оздоровчих технологій та вміннями, пов'язаними з ними, прийомами та методами їх використання та передбачає наявність психологічних якостей, необхідних для фахівця з фізичної терапії та ерготерапії, є

підґрунтям для професійного самовдосконалення. У структурі зазначеної готовності виділяємо мотиваційно-ціннісний, суб'єктний, когнітивно-змістовий та діяльнісний компоненти. З огляду на те, що мотивація є регулятором навчальної діяльності та впливає на її продуктивність мотиваційно-ціннісний компонент був визначений як провідний. Застосування відповідного діагностичного інструментарію (методика вибору професії, методика мотивації до успіху Т. Елерса) дав нам змогу вивчити рівень сформованості готовності за цим компонентом. Результати емпіричного дослідження вказують на недостатній рівень сформованості мотиваційно-ціннісного компонента. Для посилення мотивації студентів спеціальності «Фізична терапія, ерготерапія» розроблена та впроваджена методична система впливу на її формування, яка передбачала впровадження сучасних освітніх технологій навчання (проблемних та проєктних методів, інтерактивних технологій). Отримані результати дають підстави стверджувати, що мотиваційна сфера студентів експериментальної групи наприкінці формувального експерименту є більш сприятливою з точки зору формування готовності до застосування фізкультурно-оздоровчих технологій, ніж у контрольній групі студентів.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Беспалова О.О. Робочий зошит для практичних занять з навчальної дисципліни «Функціональний фітнес». Суми, 2018. 63 с.
2. Беспалова О.О. Методичні рекомендації до практичних занять з навчальної дисципліни «Функціональний фітнес». Суми, 2019. 64 с.
3. Войтович І.С. Мотивація навчання майбутніх учителів у процесі їх підготовки до професійної діяльності. *Наукові записки. Серія: Педагогіка*, 2014. № 4. С. 47–59.
4. КурляндЗ.Н. Педагогікавищоїшколи. Київ. 2007.
5. Курнишев Ю.А. Педагогічні умови професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури : дис. ... канд. пед. наук. Київ. 2017. 249 с.
6. Лянной Ю.О. Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх магістрів з фізичної реабілітації у вищих навчальних закладах : дис. ... докт. пед. наук. Київ, 2017. 663 с.
7. Нечипоренко М. Мотивація як ключовий фактор майбутніх учителів іноземних мов до професійно особистісного саморозвитку. *Наукові записки. Серія: Педагогіка*, 2017. № 2. С. 102–109.
8. Нікітіна І.Н. Формування професійної мотивації студента як детермінанти його творчого розвитку і працевлаштування / І.Н. Нікітіна, В.В. Мартич. *ВІСНИК НТУУ-КПІ. Філософія. Психологія. Педагогіка*, 2010. Випуск 1. С. 206–211.
9. Тригуб І.П. Мотивація студентів як один з основних факторів успішної професійної підготовки. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія» : збірник наукових праць*, 2014. Випуск 48. С. 318–321.

ПОЗНАВЧАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЯК УМОВА ФОРМУВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ

EXTRACURRICULAR ACTIVITIES OF STUDENT YOUTH AS A CONDITION OF FITNESS AND HEALTH COMPETENCES FORMATION

Стаття присвячена одній з актуальних проблем підготовки майбутніх висококваліфікованих фахівців технічних галузей виробництва. Зокрема, формуванню у студентів вищих технічних закладів освіти не тільки професійної компетентності, а і фізкультурно-оздоровчої компетентності. У вищому технічному закладі освіти здоров'язбереження не може бути основною метою освіти, але має бути головною умовою освітнього процесу в університеті, пов'язаного зі здобутками особистих досягнень освіти студентів. Мета проведеного нами дослідження – зробити аналіз освітнього процесу вищого технічного закладу освіти з формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх висококваліфікованих фахівців технічних галузей виробництва та охарактеризувати особливості фізичної активності студентської молоді у позанавчальній діяльності. Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань використовувалися методи дослідження: психолого-педагогічне спостереження з метою з'ясування мотивованості студентської молоді на досягнення успіху в діяльності; анкетування; методи психологічної діагностики з метою оцінки психічного стану осіб, психоемоційної реакції на навантаження; фізіологічні методи (пульсометрія, тонометрія, функціональні проби) з метою виявлення функціонального стану здоров'я; методи рухових тестів з метою визначення індивідуальних рухових здібностей студентів. Результати: обґрунтовані та експериментально перевірені педагогічні умови, які забезпечують ефективність формування фізкультурно-оздоровчої компетентності, ведення здорового способу життя сучасними студентами та орієнтують молодь на якісно активне, позитивно заряджене (здоров'язберігаюче) середовище у вищому технічному навчальному закладі. Відзначено особливості, що вирізняють позанавчальну самостійну роботу від аудиторної, а саме: організація у рамках позанавчального часу студентів і викладачів, тісний міжпредметний зв'язок (професійно-прикладний складник), добровільність участі у спортивних та оздоровчих заходах, гнучкість, різноманітність форм позанавчальної роботи, яскраво виражений емоційний та творчий характер (психологічний складник), поповнення і збагачення новими знаннями та практичними навичками. Розділ самостійної позанавчальної роботи забезпечений навчально-методичним матеріалом, організаційно розпланований. Проте ми вважаємо, що він потребує постійного оновлення та удосконалення згідно із сучасними спортивно-оздоровчими програмами, тенденціями в освіті та спорті.

Ключові слова: самоорганізація, середовище, компетентність, студентська молодь, здоров'я, освіта, особистість.

The article is devoted to one of the topical problems in the training of future highly qualified specialists in technical fields of production. In particular, the formation of not only professional competence but also physical and fitness competence among students of higher technical education institutions. In a higher education institution, health education may not be the primary purpose of education, but it should be a central condition of the educational process at the university related to the achievements of the personal achievements of the students' education. The purpose of our research was to analyze the educational process in a higher technical institution of education concerning the formation of physical and health competences of future highly qualified specialists in the technical fields of production and to characterize the peculiarities of physical activity of student youth in extracurricular activities. Research methods. To solve these problems we used the following research methods: psychological and pedagogical observation in order to find out the motivation of student youth to succeed in their activities; questionnaire; methods of psychological diagnostics in order to assess the mental state of persons, psycho-emotional response to stress; physiological methods (heart rate, tonometry, functional tests) to identify a functional state of health; methods of motor tests to determine the individual motor abilities of students. Results. The pedagogical conditions, which are substantiated and experimentally tested, which ensure the effective formation of physical and fitness competences, maintain a healthy lifestyle for modern students, and orient the youth to a qualitatively active, positively charged (health-saving) environment in higher technical education.

The peculiarities that distinguish non-academic independent work from the classroom are marked, namely: organization of students and teachers outside the educational time, close boundaries of subject communication (professional-applied component), voluntary participation in sports and recreation activities, flexibility, variety of forms in outside educational work, pronounced emotional and creative character (psychological component), replenishment and enrichment with new knowledge and practical skills. The section of extracurricular activity is provided with educational and methodical material and organizationally planned. However, we believe that it needs constant updating and improvements in accordance with modern sports and wellness programs, trends in education and sports. **Key words:** self-organization, environment, competence, student youth, health, education, personality.

УДК 796.0111: 378.147
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.25>

Глагоцук О.Г.,
канд. пед. наук, доцент,
завідувач кафедри фізичного виховання
Дніпровського державного технічного
університету

Постановка проблеми у загальному вигляді.

В обстановці зростання кризових явищ у сучасному світі все більшого соціального значення набуває проблема здоров'я учнівської та студент-

ської молоді. Особливо актуальною ця проблема стає в наш час, коли Україна переживає складний період становлення незалежної держави і реформування суспільно-економічних відносин.

Як свідчить історичний досвід, період інтенсивних реформ завжди негативно відбивається на соціальній сфері. Не винятком є розвиток фізичної культури та спорту, зокрема серед студентської молоді, яка в умовах розбалансування системи вузівського фізичного виховання швидко втрачає мотивацію до занять руховою активністю.

Життя і навчання студентів поряд із загальними характеристиками проблем життя сучасної людини – соціально-економічними, духовними, матеріальними, екологічними – має цілу низку особливостей, які притаманні цій категорії молоді. Нове покоління незалежної України виросло в умовах становлення ринкової економіки. Воно суттєво відрізняється від попередніх і має свої цінності та пріоритети, з якими потрібно рахуватися. Сучасні науковці стверджують, що лише сформована з чітко визначеними гуманістичними орієнтаціями молода людина (особистість) за умови фізичної та психологічної підтримки спроможна протидіяти тисковій згаданих негативних чинників і залишатися фізично і психічно здоровою, врівноваженою, толерантною, здатною контролювати й регулювати власний психічний стан, що абсолютно необхідно для забезпечення становлення майбутнього молодого фахівця. Все наведене підвищує значимість предмета наших досліджень.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Сучасна система освіти, яка розвивається в умовах статусності відповіді на потреби людини знайти своє місце і можливості до самоорганізації та самореалізації у новому глобальному просторі, своїми орієнтирами починає вбачати не лише знання, уміння й навички, але й загальну фізичну, психологічну, моральну складові частини людини. Загальна спрямованість на гармонійний розвиток особистості визначає головну мету сучасної освіти як розвиток можливостей особистості, які потрібні їй самій та суспільству, як включення її в соціально-ціннісну діяльність [4, с. 187].

У системі вищої освіти особливого значення набувають принципи виховання, орієнтовані на визнання цінності студента як особистості, його права на вільний розвиток і прояв своїх здібностей. Таким чином, формування професійної компетентності майбутніх висококваліфікованих фахівців технічного профілю є соціально значущою проблемою, а інноваційні процеси, що відбуваються в системі сучасної технічної освіти, виступають механізмом розроблення нових цілей, змісту й технологій формування фізкультурно-оздоровчої компетентності студентів у технічних навчальних закладах. Аналіз стану висвітлення проблеми свідчить про те, що питанням підготовки майбутніх висококваліфікованих фахівців технічних напрямів присвячено чималу кількість наукових праць вітчизняних та зарубіжних учених:

– упровадження компетентнісного підходу в систему освіти висвітлено у роботах Є.Н. Приступи (2012), А.В. Цюся, (2017), І.В. Манжелей (2016) та ін.;

– основи професійної підготовки майбутніх педагогів у вищих навчальних закладах, особливості формування їхньої професійної компетентності розкривають В.П. Андрущенко (2015), О.В. Тимошенко (2018), Н.Н. Завидівська, (2015), Л.В. Волков (2013), Н.В. Москаленко (2014) та ін.;

– руховій активності як складнику здорового способу життя приділяють увагу О.Д. Дубогай (2018), Г.П. Грибан (2016), Л.П. Сущенко (2019) та ін.

Обмеження рухової активності студентів знижує захисні механізми організму до несприятливих впливів навколишнього середовища, сприяє розвитку схильності до різних захворювань. Систематичні заняття фізичними вправами, оздоровчою фізичною культурою піднімають організм на новий, більш високий рівень розвитку. Інтенсивні спортивні заняття формують також пристосувальні перетворення в організмі, які не можуть бути досягнуті у звичайному дозованому використанні засобів фізичної культури та фізичній роботі. Важливу роль у залученні студентів до активних занять фізичними вправами відіграють спортивні традиції сім'ї, школи, ЗВО, система освіти, місце і роль фізичного виховання та спорту в цій системі, наявність сучасних програм фізичного виховання та їх виконання викладачами [2, с. 38].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. У літературних джерелах та наукових публікаціях О.В. Тимошенко (2018), Г.П. Грибана (2016), О.Д. Дубогай (2018), О.Г. Гладощука (2017) обґрунтована актуальність побудови освітньо-орієнтованого, здоров'язберігаючого середовища для формування фізкультурно-оздоровчої компетентності, але структура, зміст і процедура їх побудови та фізкультурно-оздоровчі, спортивні уподобання, потреби студентської молоді не висвітлюються. Навчально-виховний процес з фізичного виховання потребує оновлення і модернізації, які мають закласти основи фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутнього фахівця в дотриманні здорового способу життя.

Мета проведеного нами дослідження – зробити аналіз освітнього процесу вищого технічного навчального закладу із формування фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх висококваліфікованих фахівців технічних галузей виробництва та охарактеризувати особливості фізичної активності студентської молоді у позанавчальній діяльності.

Завдання дослідження:

1) визначити сутність та значення освітнього здоров'язберігаючого середовища у вищому технічному навчальному закладі;

2) визначити показники ефективності фізичної активності студентської молоді у позанавчальній діяльності.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань використовувалися методи дослідження: психолого-педагогічне спостереження з метою з'ясування мотивованості студентської молоді на досягнення успіху в діяльності; анкетування; методи психологічної діагностики з метою оцінки психічного стану осіб, психоемоційної реакції на навантаження; фізіологічні методи (пульсометрія, тонометрія, функціональні проби) з метою виявлення функціонального стану здоров'я; методи рухових тестів з метою визначення індивідуальних рухових здібностей студентів.

Виклад основного матеріалу. На сучасному етапі розвитку технічної освіти Л.Л. Товажнянський визначив низку узагальнених завдань підготовки фахівців. Серед них, зокрема, – гуманітарна підготовка, самопізнання та саморозвиток професіоналізму, здібностей до самостійного мислення та самоорганізації, готовність до конкурентної боротьби, формування духовності, моральності, естетичних ідеалів та смаків, індивідуальної та професійної психофізичної культури [6, с. 5].

У вищому технічному закладі освіти навчальна дисципліна «Фізичне виховання» за своєю суттю – єдина орієнтована дисципліна, що робить прямий, а не опосередкований вплив на здоров'я студентської молоді, орієнтована на формування його фізкультурно-оздоровчих компетенцій у процесі спеціально організованої навчальної та позанавчальної рухової діяльності.

Змістовий і системний аналіз компетентнісного підходу до навчальної діяльності з фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчих заходів в університетах дали змогу виділити складники фізкультурно-оздоровчої компетентності майбутніх висококваліфікованих фахівців. Основною ідеєю є те, що фізкультурно-оздоровчі компетентності студентів забезпечують процес саморозвитку і самовдосконалення, збереження здоров'я, підтримання високого рівня фізичної підготовленості і працездатності, дотримання здорового способу життя, наявність умінь і навичок залучити до цього інших у процесі професійної діяльності [3, с. 9].

Процес розвитку фізкультурно-оздоровчої компетентності студентів має три стадії: *становлення, активний розвиток і стадія саморозвитку*. На стадії *становлення* відбувається засвоєння студентами необхідних знань щодо режиму рухової активності та оздоровчих технологій, формування відповідних умінь і навичок, формування мотивації до систематичних занять фізичними вправами, ціннісного та позитивного ставлення до власного здоров'я. На стадії *активного розвитку* студенти осмислено оперують знаннями і використовують уміння та навички, мають потребу в особистій

самореалізації в освітньому середовищі, мають такі розвинені якості, як рефлексивність, креативність, критичність мислення, мають сформовані навички саморегуляції навчально-пізнавальної діяльності. Основна мета стадії *саморозвитку* – розвиток самостійності, творчої активності, самоорганізації та самоуправління своєю діяльністю, актуалізація потреби у саморозвитку [1, с. 135].

Провідний науковець І.В. Манжелей стверджує, що в процесі формування фізкультурних компетенцій максимум уваги необхідно приділяти набуттю особового досвіду фізкультурно-спортивної діяльності через організацію різного роду практик і фізкультурно-спортивних середовищ. Важливо відзначити, що у разі середовищного підходу акценти в діяльності викладача зміщуються з активного впливу на особу студента в сферу побудови елективного (позанавчального) середовища фізичного виховання, яке насичується різними мікросередовищами, а також сприятливе для активізації внутрішніх механізмів саморозвитку та самовираження студентської молоді [5, с. 274].

Для вирішення поставлених завдань дослідження із формування фізкультурно-оздоровчої компетенції студентської молоді ми запропонували реалізацію педагогічних умов орієнтування студента на якісно активне, позитивне (здоров'язберігаюче) середовище у вищому технічному навчальному закладі. Реалізація педагогічних умов орієнтування студента на культивування спортивного стилю життя, можливості участі у спортивно-масових заходах різного рівня, досягнення спортивних результатів з метою самореалізації і самовираження в Дніпровському державному технічному університеті здійснюється в рамках фізкультурно-оздоровчої освіти та Концепції виховної роботи університету. Навчальна дисципліна «Фізична культура», на нашу думку, сприяє інформаційному орієнтуванню студента на здоровий спосіб життя за рахунок поєднання двох компонентів – базового (обов'язкового) та елективного (для вирішення окремих завдань). Оптимальне поєднання змісту базового та елективного компонентів програми дисципліни «Фізична культура» ми пов'язуємо з реалізацією, з одного боку, отримання інформації від студентів, а з іншого – надання більш повної інформації студентам у теоретичному і практичному розділах програми щодо орієнтування їх на здоровий спосіб життя.

У Дніпровському державному технічному університеті в 2017 році було розроблено «Положення про організацію студентського рейтингу». Метою впровадження студентського рейтингу є підвищення рівня мотивації студентів до отримання кращих результатів у навчанні, а також до більш результативної участі студентів у науковій, громадській, спортивній роботі та у художній самодіяльності факультету та університету. Усі резуль-

тати діяльності студентів оцінюються балами. Максимальна кількість балів, розрахованих за всіма критеріями, становить 100 балів. У тому числі максимальна кількість балів за навчальну роботу становить 90 балів, максимальна сума балів за всі інші види роботи та діяльності – 10 балів.

Дослідження проводилось з 2017 року по 2019 рік за програмою НДР «Психолого-педагогічні умови вдосконалення рівня фізичної культури студентської молоді в процесі формування професійної компетентності». У дослідженні брали участь студенти I–III курсів, які за станом здоров'я зараховані до основної та підготовчої медичної груп. Психолого-педагогічне дослідження проводилось у три етапи. На I етапі (перший курс) ставилися такі задачі: отримання первинної інформації (анкетування); отримання практичних показників за ЗФП (контрольні нормативи та тести). На II етапі (другий та третій курси): психолого-педагогічне спостереження; надання теоретичного матеріалу; отримання показників із ЗФП та ігрових видів спорту. На III етапі (четвертий курс): отримання підсумкової інформації про рівень фізкультурно-оздоровчої активності студентської молоді.

На лекціях з фізичного виховання студентів I курсу знайомили з тими якостями, які забезпечують успішне опанування професійних навичок.

Надавалася інформація про способи діагностики загальної і спеціальної фізичної підготовленості і методичні матеріали з її визначення та оцінки.

На практичних заняттях проводилося тестування із загальної і спеціальної фізичної підготовленості, надавалася інформація про зміст і методику складання індивідуальних програм самостійних занять.

У позанавчальний час в університеті як організовані заняття студентам пропонувалися на вибір секції з легкої атлетики, баскетболу, атлетичної гімнастики, волейболу, настільного тенісу та аеробіки.

Усім студентам давалася психологічна настанова на досягнення нормативного рівня розвитку загальнофізичних і професійно-прикладних фізичних якостей, які сприяють загальному безпечному рівню фізичного здоров'я та успішному опануванню професійних навичок, тобто мета у всіх студентів була одна й та сама, а засоби і форми занять фізичними вправами, руховий режим були різними.

Також на першому етапі було проведено статистичне опитування, в якому взяли участь 350 респондентів, студентів першого курсу – представників різних факультетів денної форми навчання. Зробивши аналіз отриманих даних (рис. 1), ми встановили, що головним на заняттях з фізичного виховання 68% студентів вважають отримання

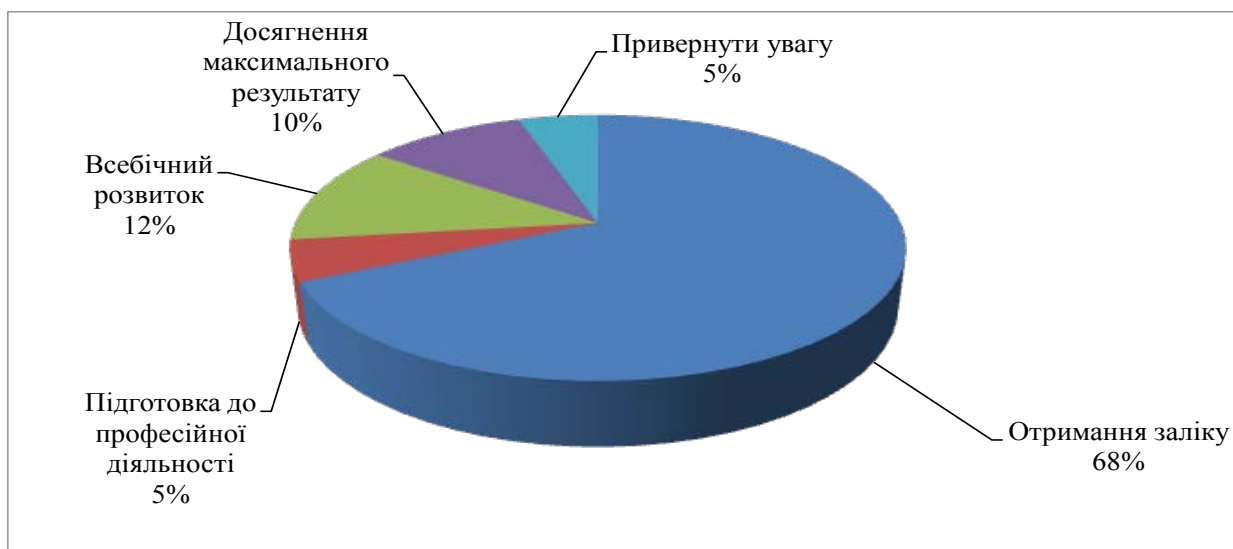


Рис. 1. Результати мотивацій до занять з фізичного виховання студентів I курсу ДДТУ

Таблиця 1

Позанавчальна діяльність студентської молоді (%)

№	Спортивна та фізкультурно-оздоровча діяльність студентів	I курс	II курс	III курс
1	Спортивні секції університету	8,4	8,2	6,0
2	Спортивні заходи університету	12,0	12,6	10,4
3	Фізкультурні та спортивні організації, клуби	7,6	5,2	1,4
4	Самостійні заняття	26,8	32,4	32,0
5	Участь у спортивно-масових та оздоровчих заходах	32,6	43,6	36,4

заліку з фізичного виховання як одного з багатьох заліків у програмі навчання, на всебічний розвиток відведено 12%, досягнення максимального результату – 10%, привернути увагу до себе та підготовку до професійної діяльності – відповідно по 5%.

Для визначення рівня фізкультурно-оздоровчої активності студентської молоді нами був проведений аналіз участі студентської молоді у спортивно-масових та фізкультурно-оздоровчих заходах університету. Проведення Спартакіади університету серед студентських команд факультетів вирішує завдання популяризації студентського спорту, укріплення зв'язків між факультетами, укріплення студентського середовища у рамках реалізації Концепції виховної роботи Дніпровського державного технічного університету.

Відповідно до «Положення про організацію студентського рейтингу» студенти мали можливість протягом усього навчального року заробляти додаткові бали своєю участю у позанавчальній діяльності. Студентам була дана можливість активно долучатись до фізкультурно-оздоровчого та спортивного життя університету, займаючись у спортивних секціях (легкої атлетики, волейболу, баскетболу, футболу, атлетичної гімнастики, настільного тенісу, спортивної аеробіки, шашок та шахів), беручи активну участь у змаганнях (Спартакіада університету, кубки деканів, легкоатлетичні пробіги), а також у туристичних заходах. Участь у міських та обласних змаганнях та спортивно-оздоровчих заходах студенти мали підтвердити відповідними документами.

Студенти з ослабленим здоров'ям, які з урахуванням діагнозу захворювань і рішенням лікарняної комісії переведені до спеціальної медичної групи, також мають можливість заробити додаткові бали за рахунок участі у спортивних змаганнях та фізкультурно-оздоровчих заходах як помічники судді або волонтерської діяльності. Також студенти спеціальної медичної групи беруть активну участь у конкурсі соціального плаката «Здоровий спосіб життя».

Проведене дослідження підтверджує, що на кожному з трьох етапів найбільшого розвитку набувають окремі компоненти фізкультурно-оздоровчої компетентності. На підготовчому етапі такими компонентами є мотиваційний та емоційно-вольовий, на другому етапі (базовому) – когнітивний та діяльнісний, на третьому етапі відбувається інтегрування всіх компонентів на базі рефлексивної діяльності.

Висновки. Обґрунтовані та експериментально перевірені педагогічні умови, які забезпечують ефективність формування фізкультурно-оздоровчої компетентності, ведення здорового спо-

субу життя сучасними студентами та орієнтують молодь на якісно активне, позитивно заряджене (здоров'язберігаюче) середовище у вищому технічному навчальному закладі.

Доведена ефективність формування фізкультурно-оздоровчої компетентності студентів у здоров'язберігаючому середовищі вищого технічного закладу освіти, що проявилось у підвищенні показників їх активності у позанавчальній діяльності, в підвищенні показників мотивації та потреб до рухової активності, в достовірному підвищенні фізкультурної обізнаності і позитивній динаміці їхнього фізичного стану та фізичній підготовленості. Відзначено особливості, що вирізняють позанавчальну самостійну роботу від аудиторної, а саме: організація у рамках позанавчального часу студентів і викладачів, тісний міжпредметний зв'язок (професійно-прикладний складник), добровільність участі у спортивних та оздоровчих заходах, гнучкість, різноманітність форм позанавчальної роботи, яскраво виражений емоційний та творчий характер (психологічний складник), поповнення і збагачення новими знаннями та практичними навичками.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Глагощук О.Г. Формування фізкультурно-оздоровчої компетентності студентів вищих технічних навчальних закладів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. Фізична культура і спорт»* : зб. наукових праць / За ред. О.В. Тимошенка. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2017. Випуск 3К(84)17. С. 132–135.
2. Грибан Г.П. Життєдіяльність та рухова активність студентів : монографія. Житомир : Вид-во Рута, 2009. 594 с.
3. Грибан Г. Технологія формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів засобами особистісно орієнтованого підходу до фізичного виховання. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : збірник наукових праць. Вип. 2. Житомир : Вид-во ФОП Євенок О.О., 2016. С. 18–25.
4. Гуцина Т.Н. Педагогическая сущность феномена «образовательная среда»: по материалам исследования. *Общество. Среда. Развитие (Terra Humana)*. 2011. № 4. С. 187–190.
5. Манжелей И.В. Формирование физкультурной компетентности бакалавров / И.В. Манжелей, С.Н. Чернякова. *Вестник Тюменского государственного университета. Гуманитарные исследования. Humanitates*. 2016. Том 2, № 1. С. 270–282.
6. ТОВАЖНЯНСЬКИЙ Л.Л. Нова парадигма інженерної освіти і підготовка національної гуманітарно-технічної еліти. *Теорія і практика управління соціальними системами*. 2002. № 2. С. 3–9.

ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ ДО ВЗАЄМОДІЇ З УЧАСНИКАМИ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЯК АКТУАЛЬНА ПРОБЛЕМА ПРОФЕСІЙНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ

FORMING OF READINESS OF FUTURE PRIMARY SCHOOL TEACHERS TO INTERACT WITH THE PARTICIPANTS IN THE EDUCATIONAL PROCESS AS AN URGENT PROBLEM OF VOCATIONAL AND PEDAGOGICAL EDUCATION

У статті автор розкриває проблему формування готовності майбутніх учителів початкових класів до взаємодії з учасниками навчально-виховного процесу. Проаналізовано визначення термінів «взаємодія», «педагогічна взаємодія». Виділено особливості педагогічної взаємодії, а саме: визначення соціокультурної та освітньої ситуації; взаємозв'язок соціальних, психологічних та педагогічних підходів в організації педагогічної взаємодії; послідовність, наступність та одночасність розсуду педагогічної взаємодії; необхідність створення умов для самоактуалізації та самореалізації кожного учасника (вчителя, учня, батьків, адміністрації навчального закладу), що входить до системи педагогічної взаємодії.

Проаналізовано функції педагогічної взаємодії, зокрема: специфічну та пізнавальну функції, що пов'язані з необхідністю розуміння, розуміння та вирішення найближчої навчальної, проблемної ситуації в процесі спільного мислення; комунікативну та розвиваючу функції діалогу у процесі розвитку навичок спільної роботи в групі, а також усвідомлення логіки та послідовності міркувань; соціально-орієнтаційну функцію, яка орієнтована на виховання стійкої позиції студента, на його самореалізацію та самоактуалізацію, адекватну соціальним потребам суспільства.

Представлена структура готовності майбутніх учителів початкових класів до педагогічної взаємодії з учасниками навчально-виховного процесу у вигляді структурних компонентів, а саме: ціннісно-мотиваційний компонент, який передбачає формування професійних цінностей, спонукає до творчості, формує в уяві модель педагогічної взаємодії; пізнавально-діяльнісний компонент передбачає формування готовності майбутнього вчителя до педагогічної взаємодії через формування професійної компетентності, яка охоплює теоретичні знання з їх застосуванням на практиці; особистісно-творчий компонент, що являє собою сукупність професійно значущих якостей та креативності, які надають професійній діяльності вчителя яскраво вираженого особистісного характеру; рефлексивно-оціночний компонент, який представлений здатністю до рефлексії та творчого саморозвитку, а також здатністю оцінювати результати педагогічної взаємодії та власної діяльності.

Ключові слова: вчитель початкових класів, професійне навчання, готовність майбутніх учителів початкових класів, навчально-

виховний процес, педагогічна взаємодія, учасники навчально-виховного процесу.

In the article the authors reveal the problem of forming the readiness of future primary school teachers to interact with the participants of the educational process. The definitions of the terms "interaction", "pedagogical interaction" are analysed. The features of pedagogical interaction are distinguished, namely: determination of socio-cultural and educational situation; interconnection of social, psychological and pedagogical approaches in the organization of pedagogical interaction; consistency, continuity and simultaneous discretion of pedagogical interaction; the need to create the conditions for self-actualization and self-realization of each subject (teacher, student, parents, administration of the educational institution) included in the pedagogical interaction system.

The functions of pedagogical interaction are analysed, in particular: a specific and cognitive function, which is connected with the need to understand, understand and solve the immediate educational, problematic situation in the process of common thinking; the communicative and developing function of dialogue, in the process of developing the skills of working together in a group, as well as an awareness of the logic and sequence of reasoning; social-orientation function, which is focused on nurturing a stable position of the student, on his self-realization and self-actualization, adequate to the social needs of society.

The structure of future primary school teachers' readiness for pedagogical interaction with the participants of the educational process in the form of structural components is presented, namely: value-motivational component that anticipates the formation of professional values, motivates to creativity, forms in imagination a model of pedagogical interaction; cognitive-activity component involves the formation of the future teacher's readiness for pedagogical interaction through the formation of professional competence, which covers theoretical knowledge with their application in practice; personality-creative component, which is a set of professionally significant qualities and creativity, which give the teacher professional activity of a pronounced personal character; reflexive-evaluation component, which is represented by the ability to reflect and creative self-development, as well as the ability to evaluate the results of pedagogical interaction and own activity. **Key words:** elementary school teacher, vocational training, readiness of future elementary school teachers, educational process, pedagogical interaction, participants in the educational process.

УДК 378.14

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.26>

Дідух В.В.,

аспірантка кафедри педагогіки та методики початкової освіти факультету педагогіки, психології та соціальної роботи Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Нині суспільство висуває низку завдань, які полягають у пошуку нових шляхів підготовки сучасного вчителя. Відповідно до Концепції «Нова укра-

їнська школа» (2016 р.) формування готовності майбутніх учителів початкової школи до взаємодії з учасниками освітнього процесу є актуальним та складним завданням, що потребує вироблення

таких педагогічних умінь у майбутніх педагогів, які сприяють розвитку особистості як самого вчителя, так і школяра. Під час взаємодії учасників освітнього процесу (вчителя, учня, батьків, адміністрації закладу освіти) на перший план висувують завдання розвитку індивідуальності дитини, її здібностей і нахилів, розкриття творчого потенціалу здобувачів освіти. Сучасний стан діяльності вчителів початкової школи щодо організації педагогічної взаємодії, посилена увага до питань співпраці в освітньому процесі є передумовою до необхідності удосконалення професійної підготовки майбутніх учителів до взаємодії з учасниками освітнього процесу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Формування готовності до професійної діяльності майбутнього педагога завжди було актуальною проблемою, на яку звертали увагу педагоги-класики (А. Дістервег, Я. Коменський, К. Ушинський, В. Сухомлинський, М. Стельмахович та ін.). Питання міжособистісної взаємодії досліджували В. Зінченко, А. Добрович, І. Зимня, В. Кудашова, Н. Новікова, Г. Цукерман та ін. Теоретичні аспекти налагодження взаємодії в навчальному процесі вивчали В. Гершунський, І. Демакова, А. Джуринський, Г. Зборівський, Б. Лихачов, І. Підласий та ін. Психологічні основи взаємодії між учасниками освітнього процесу висвітлено у працях Б. Ананьєва, Р. Бенедикта, О. Больнова, Р. Лохнера, М. Міда, В. Кулікова, які досліджували наукові розвідки того чи іншого аспекту взаємодії в контексті освітніх змін. Педагоги-новатори В. Сухомлинський, О. Захаренко, Ш. Амонашвілі впроваджували гуманістичні зразки налагодження педагогічної взаємодії з учнями в умовах школи. Технологічні підходи до організації взаємодії в педагогічному процесі відображені в роботах В. Дьяченко, І. Іванова, Г. Селевко.

Однак аналіз наявного педагогічного досвіду та наукових досліджень із зазначеної проблеми дає змогу стверджувати, що формування готовності майбутніх учителів до взаємодії з учасниками освітнього процесу потребує подальших теоретичних та практичних досліджень у зв'язку з реформуванням початкової школи та оновленням вимог до професійної підготовки педагогів для реалізації ідей Концепції Нової української школи.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Поза увагою вчених, дослідників залишається проблема формування готовності майбутніх учителів початкової школи до взаємодії з учасниками освітнього процесу під час професійно-педагогічної освіти; визначення структурних компонентів готовності майбутніх учителів початкової школи до педагогічної взаємодії, що сприяють ефективному формуванню.

Мета статті полягає в аналізі педагогічної взаємодії як загальнонаукової та педагогічної катего-

рії та її функцій в освітньому процесі; визначенні структурних компонентів готовності майбутніх учителів початкової школи до взаємодії з учасниками освітнього процесу.

Виклад основного матеріалу. Вирішення проблеми формування готовності майбутніх учителів початкової школи до взаємодії з учасниками освітнього процесу потребує розкриття понять «взаємодія» та «педагогічна взаємодія».

Термін «взаємодія», згідно з академічним тлумачним словником, складається із двох частин «взаємо» і «дія». «Взаємний» означає «той, який однаково виявляється з двох сторін, обопільний»; «дія» – це сукупність вчинків кого-небудь [9, с. 208].

У педагогічній взаємодії передбачають участь різних сторін, але це зовсім не означає, що цих сторін може бути тільки дві (як на це вказує визначення «обопільний»). Саме педагогічна взаємодія – явище надзвичайно різнобічне, тому воно включає в себе: контакт у діаді (два учасники, прямо або опосередковано включені в освітній процес), тріаді (і далі за збільшенням кількості учасників: учитель, учень, батьки, адміністрація школи), групі як сукупному суб'єкті освітнього процесу. Таким чином, залежно від конкретної ситуації кількість сторін, що беруть участь у педагогічній взаємодії, може бути різною, без обов'язкового посилання на двобічність.

Педагогічну взаємодію, до налагодження якої має бути готовий майбутній учитель, можна розглядати як необхідну умову: особистісного саморозвитку учнів і вчителя; вдосконалення освітнього процесу.

Варто відзначити, що серед властивостей педагогічної взаємодії вчені виокремлюють такі, які характерні тільки для неї, а саме:

- детермінованість соціокультурної та освітньої ситуації, тобто будь-які дії під час взаємодії мають бути чіткими та однозначними;

- взаємозв'язок соціальних, психологічних і власне педагогічних підходів в організації педагогічної взаємодії;

- послідовність, безперервність і одночасна дискретність педагогічної взаємодії;

- необхідність створення умов для самоактуалізації і самореалізації кожного суб'єкта (вчителя, учня, батьків, адміністрації закладу освіти), включеного в систему педагогічної взаємодії [1, с. 4].

Педагогічна взаємодія, на думку О. Матвієнко, виконує низку функцій, зокрема:

- *конкретно-пізнавальну функцію*, яка пов'язана з необхідністю в процесі спільних міркувань зрозуміти, усвідомити і вирішити безпосередню освітню, проблемну ситуацію;

- *комунікативно-розвиваючу функцію* діалогу, в процесі якої виробляються навички спільної роботи в групі, а також усвідомлення логіки і послідовності міркувань;

– *соціально-орієнтаційну функцію*, яка орієнтована на виховання стійкої позиції учня, на його самореалізацію і самоактуалізацію, адекватну соціальним потребам суспільства [7, с. 125].

Таким чином, взаємодія виступає найбільш ефективним як у освітньому, так і у розвивально-виховному плані способом комунікації між суб'єктами освітнього процесу, провідною ідеєю, на якій ґрунтується діяльність Нової української школи.

У контексті реалізації ідей реформування основою організації сучасного освітнього процесу є налагодження суб'єкт-суб'єктної взаємодії його учасників, на чому наголошує професор О. Вишневський. Суб'єкт-суб'єктний тип освітньої взаємодії є оптимальним, бо, з одного боку, він зберігає за педагогом функцію керівництва, з іншого – надає учневі можливість діяти самостійно. Такі стосунки виступають психологічними засадами педагогіки взаємодії [4, с. 147].

Здійснюючи аналіз досліджень Ю. Вороніної, Ф. Гоноболіна, Н. Кузьміної, В. Сластьоніна, Т. Смаглій, А. Щербакова, проблему підготовки до взаємодії майбутніх педагогів науковці розглядають з позиції цілісного підходу до формування особистості майбутнього вчителя, аналізуючи зміст, структуру і форми підготовки студентів до професійної діяльності.

Узагальнюючи підходи вчених до формування готовності майбутніх вчителів до професійної діяльності, можна стверджувати, що готовність є цілісним стійким утворенням і має низку позитивних якостей, а саме: ґрунтується на досвіді; вільно актуалізується; стійка, не потребує постійно нового формування у зв'язку зі змінами в педагогічній ситуації; динамічна, легко піддається розвитку та може досягати більш високих рівнів [3, с. 35].

Готовність майбутнього вчителя до взаємодії з учасниками освітнього процесу можна виділити як частину готовності вчителя початкової школи до професійної діяльності і певний стан, який виникає внаслідок інтеграції мотивів, установок, психологічних якостей, професійно-педагогічних знань, умінь і навичок, досвіду навчальної діяльності в багатопредметному середовищі початкової школи та професійній індивідуальності.

Зміст професійної підготовки майбутніх учителів до взаємодії з учасниками освітнього процесу є відправною точкою у практичній діяльності та подальшій самоосвіті та самовдосконаленні педагогів. Це своєю чергою зумовлює вибір технологій професійної підготовки вчителів початкової школи до взаємодії, що є синтезом науково обґрунтованого навчального матеріалу та методів навчання, що стимулюють навчально-пізнавальну діяльність.

Структуру готовності до педагогічної взаємодії з учасниками освітнього процесу можна представити як сукупність взаємопов'язаних компонентів:

- ціннісно-мотиваційного;
- когнітивно-діяльнісного;
- особистісно-творчого;
- рефлексивно-оцінювального.

Вважаємо, що компоненти готовності вчителя початкової школи до педагогічної взаємодії є пов'язаними складовими частинами й мають відображати найважливіші ознаки особистісної та діяльнісної сторін учасників освітнього процесу.

Таким чином, готовність до здійснення педагогічної взаємодії з учасниками освітнього процесу є одним з ефективних засобів вирішення проблеми якості початкової освіти, оскільки сприяє формуванню низки ключових компетенцій, таких як ціннісно-смыслових, загальнокультурних, навчально-пізнавальних, інформаційних, комунікативних в усіх учасників освітнього процесу [5, с. 32]. Це зумовлено тим, що впровадження в освітній процес взаємодії на основі співпраці створює умови, які дають змогу учню знайти способи самореалізації; формують уміння самовдосконалення, самонавчання, самоосвіти; сприяють самовизначенню та самовираженню, становленню особистісних якостей учнів; підсилюють мотивацію навчання.

Аналізуючи вищезазначене, ми вважаємо, що формування готовності майбутнього вчителя початкової школи до педагогічної взаємодії має відбуватися щодо кожного компонента.

Так, *ціннісно-мотиваційний компонент* передбачає формування професійних цінностей, що пробуджує у майбутніх учителів відповідальне ставлення до педагогічної та професійної діяльності; мотивів, які мотивують засвоєння професійних компетентностей; професійної спрямованості на позитивну модель педагогічної взаємодії, що слугує орієнтиром у професійному саморозвитку.

Когнітивно-діяльнісний компонент передбачає формування професійної компетентності, яка поєднує сформованість теоретичних знань та умінь із застосуванням їх на практиці.

Особистісно-творчий компонент передбачає формування професійно значущих якостей, які надають професійній діяльності вчителя початкової школи вираженого особистісного характеру.

Рефлексивно-оцінювальний компонент охоплює формування здатності до рефлексії як здібності до оцінювання результатів педагогічної взаємодії й власної діяльності, а також творчого саморозвитку для підвищення її ефективності.

Висновки. Готовність майбутніх учителів початкової школи до професійної діяльності – це процес взаємодії потреб, інтересів, ціннісних орієнтацій, мотивів, професійних знань та практичних умінь, а також професійно значущих якостей, що дає змогу фахівцеві ефективно здійснювати практичну діяльність. Формування готовності майбутніх учителів початкової школи до взаємодії з учасниками

освітнього процесу є важливою складовою частиною їх підготовки як фахівців; складним і тривалим процесом, на результативність якого впливають різні чинники й умови. Сформована готовність до взаємодії з учасниками освітнього процесу сприятиме швидкому адаптуванню майбутніх учителів до мінливих умов праці в Новій українській школі, використанню інноваційних підходів до успішного розв'язання завдань професійної діяльності.

Перспективи подальшого наукового пошуку пов'язані з обґрунтуванням педагогічних умов, форм, засобів та методів формування готовності до взаємодії майбутніх учителів початкової школи з учасниками освітнього процесу в професійній діяльності.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Барабаш О.А. Педагогіка партнерства – сучасний тип взаємодії між учасниками освітнього процесу. *Учитель початкової школи*. 2018. № 8. С. 3–7.
2. Бібік Н.М. Нова українська школа : poradnik dla vchitelja. Київ : Літера ЛТД. 2018, 175 с.
3. Бродська Л.В. Педагогічна підготовка в контексті сучасних вимог до професійної готовності майбутніх учителів. *Вісник Запорізького національного університету*. 2008. № 1. С. 34–39.
4. Вишневський О.І. Теоретичні основи сучасної української педагогіки : навчальний посібник. Київ : Знання, 2008, 566 с.
5. Данильченко С.В. Сутність професійної підготовки майбутніх учителів початкових класів. *Педагогіка, психологія і соціологія*. 2013. № 2 (14).
6. Коханова О.П. Психологія партнерської взаємодії в освіті : навчально-методичний посібник. Київ : Либідь, 2011, 104 с.
7. Матвієнко О.В. Педагогічне спілкування вчителя як складник професійної готовності до педагогічної взаємодії в навчально-виховному середовищі школи першого ступеня. *Педагогічні науки*. 2011. Вип. 95. С. 123–130.
8. Нова українська школа : poradnik dla vchitelja / ред. Бібік Н.М. Київ : ТОВ «Видавничий дім «Плеяда», 2017, 206 с.
9. Сучасний тлумачний словник: 65 000 слів / за заг. ред. В.В. Дубічинського. Харків : Школа, 2012, 1008 с.

САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ ЯК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА

SELF-REALIZATION OF PRIMARY SCHOOL TEACHER PERSONALITY AS A PSYCHOLOGICAL-PEDAGOGICAL PROBLEM

Стаття присвячена проблемі самореалізації особистості вчителя як важливого педагогічного аспекту в проблемі самовиховання вчителя початкової школи. На основі аналізу наукових підходів до цієї проблеми виявлено, що категорія самореалізації, будучи предметом міждисциплінарного вивчення, розглядається такими науками, як філософія, психологія, соціологія, педагогіка тощо.

У статті розкрито сутність поняття «самореалізація», основні етапи розвитку цього поняття, необхідність професійного самовдосконалення майбутніх учителів. Механізм самореалізації особистості вчителя початкової школи тісно пов'язаний з низкою основних понять («самоідентифікація», «самопроєктування», «самоактуалізація», «самосвідомість» та «самовиховання»), які розглядаються як так звані етапи на шляху професійної самореалізації. Професійна самореалізація вчителя початкової школи полягає у вияві свого «Я» у свідомій, цілеспрямованій реалізації особистісно-цінної, вільно обраної соціальної ролі.

Висвітлено аспекти поняття «самореалізація»: внутрішній (особистісний, завдяки якому така категорія визначає стан, мету або результат, яких можна досягнути в результаті власного росту і розвитку, аспект) та зовнішній (діяльнісний – самореалізація розглядається як процес і засіб досягнення успіху, безпосередньо і в професійній сфері).

Розглянуто функції самореалізації вчителя: рефлексивну (свідому зміну себе і навколишнього світу), ціннісну (оцінювання та вдосконалення себе), комунікативну (розуміння та взаємодію з іншими), мотиваційну (мотиви саморозвитку та самовдосконалення), домінування яких буде залежати від специфіки професійної діяльності.

Під поняттям «самореалізація вчителя початкової школи» розглянуто процес цілеспрямованого втілення предметних сутнісних сил, особистісних якостей та фахових компетентностей, що виявляються як здатність розкривати професійно-педагогічний потенціал у діяльності.

Ключові слова: самореалізація, особистість, самореалізація особистості, самореалізація вчителя, самовиховання, саморозвиток.

The article is devoted to the problem of self-realization of the personality of the teacher as an important pedagogical aspect in the problem of self-education of the primary school teacher. Based on the analysis of scientific approaches to this problem, it is revealed that the category of self-realization, being the subject of interdisciplinary study, is considered by such sciences as philosophy, psychology, sociology, pedagogy and others.

The article describes the essence of the concept of "self-realization", the main stages of development of this concept, the need for professional self-improvement of future teachers. The mechanism of self-realization of the elementary school teacher is closely related to a number of basic concepts ("self-identification", "self-design", "self-actualization", "self-awareness" and "self-education"), which are considered as so-called stages in the path of professional self-realization. The professional self-realization of the elementary school teacher is to express his/her "I" in a conscious, purposeful realization of a personally valuable, freely chosen social role.

Aspects of the concept of "self-realization" are covered: internal (personal, by which this category determines the condition, purpose or result that can be achieved as a result of one's own growth and development, aspect) and external (active – self-realization is considered as a process and a means of success, directly and in the professional field.) aspects.

The functions of the teacher's self-realization are considered: reflexive (conscious change of self and surrounding world), value (evaluation and improvement of self), communicative (understanding and interaction with others), motivational (motives of self-development and self-improvement), the domination of which will depend on the specificity of the profession.

Under the concept of "self-realization of elementary school teachers" is considered the process of purposeful embodiment of tangible essential forces, personal qualities and professional competences, which are manifested as the ability to uncover professional and pedagogical potential in the activity.

Key words: self-realization, personality, self-realization of personality, teacher's self-realization, self-education, self-development.

УДК 378.013

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.27>

Катеринюк Х.М.,

студентка III курсу факультету педагогіки, психології та соціальної роботи

Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Шульга А.В.,

канд. пед. наук,
асистент кафедри педагогіки та методики початкової освіти факультету педагогіки, психології та соціальної роботи

Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Стрімкий розвиток у системі освіти України, інноваційні технології навчання, запровадження у практику нових підходів до подачі інформації, яка надзвичайно швидко оновлюється, вимагають від учителів початкової школи здатності мобільно і самостійно приймати рішення стосовно завдань, які можуть постати перед ними у власній педагогічній діяльності. Тому ще під час навчання у вищих закладах освіти майбутній учитель має набути здібностей щодо самоактуалізації, само-

розвитку та самореалізації, які стануть ефективними показниками професіоналізму на шляху самовдосконалення особистості. Отже, формування особистості вчителя – це проблема не нова, проте надзвичайно актуальна в наш час. Вчителів початкової школи потрібно створити всі умови для того, щоб його творчий потенціал не загубився в сучасному оточенні.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Цю проблему досліджували у педагогіці та психології в рамках «Я-концепції» (Р. Берне, Е. Еріксон), про-

блеми людського «Я» і самосвідомості особистості (Р. Ленг, К. Роджерс та ін.), саморегуляції діяльності (О. Конопкін, А. Сосніцький, Ю. Міславський, Г. Чернявська та ін.), самовизначення особистості (Е. Клімов, А. Пряжников та ін.), самовиховання особистості (Л. Рувінський та ін.)

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Як показав аналіз сучасних наукових публікацій, проблема самореалізації особистості вивчається вченими, однак потребує більш конкретного вивчення проблема самореалізації особистості вчителя початкової школи.

Мета статті полягає в розкритті сутності поняття «самореалізація особистості вчителя» як важливого педагогічного аспекту в проблемі самовиховання вчителя початкової школи.

Виклад основного матеріалу. Зміни в системі освіти України сприяли підвищеній увазі до особистісного потенціалу людини, створення середовища, що допомагає саморозвитку особистості. Відповідно, процес педагогічних інновацій, пошуку нових шляхів розв'язку педагогічних задач активно розвивається. Діяльність сучасних учителів початкової школи спрямована на організацію навчального процесу в умовах широкого вибору нових підходів. Тільки справжній професіонал, який здатний до самореалізації, може забезпечити її для учнів. Саме тому в наш час виникла необхідність формування спроможності вчителів початкової школи до творчої самореалізації у власній професійній діяльності.

Термін «самореалізація» історично пройшов декілька етапів розвитку. Вперше його визначення сформувалося у Давній Греції, де його пов'язували із самопізнанням (*"nosce de ips um"*, Сократ), розкриттям власного духовного начала, пізнанням істини (Платон), розвитком потенційних можливостей особистості, «повнотою доброчесності», а отже, щастям (Аристотель). З настанням епохи Середньовіччя цю категорію розглядали як постійне духовне самовдосконалення, служіння Богу та життя в гармонії з ним. В епоху Відродження філософи трактували самореалізацію як суб'єктний процес якісних внутрішніх перетворень. Значний внесок стосовно обґрунтування цього концепту здійснили психологи гуманістичного напрямку (А. Маслоу, К. Роджерс, Е. Фромм). Саме тоді розглядалася характеристика особистості, яка самореалізується, насамперед на рівні самоактуалізації як природної вродженої потреби. У наш час аналіз наукових підходів до цієї проблеми показав, що категорія «самореалізація», будучи предметом міждисциплінарного вивчення, розглядається такими науками, як філософія, психологія, соціологія, педагогіка тощо [10].

На філософському рівні під самореалізацією розуміють:

– реалізацію життєвих цілей (Л. Фейєрбах, В. Мартинюк);

– прояв власної індивідуальності (І. Кант, Г. Чернявська);

– творіння власного життя на матеріалі своєї індивідуальності (Ж.-П. Сартр, М. Бердяєв);

– розкриття індивідуальності особистості в процесі використання сутнісних сил особистості (В. Муляр, Л. Циренова);

– розвиток своєї індивідуальності (Н. Полуабкіна);

– реалізацію сутності людини, її сил; реалізацію своїх бажань, вмінь, самого себе (Р. Гегель, Б. Братусь, Л. Буєва, І. Донцов, І. Іванов, Л. Коган, І. Кон, В. Кемеров, Н. Кулик, Г. Чернявська).

Етап психологічного осмислення та вивчення явища самореалізації пов'язують із представниками американської «гуманістичної психології». У середині ХХ століття почалося інтенсивне вивчення феномена самореалізації та її ролі в розвитку особистості. Істотний внесок у розвиток ідеї самореалізації внесли А. Адлер, Р. Ассаджолс, А. Маслоу, Р. Олпорт, К. Роджерс, Е. Шострем, У. Шутц, Е. Еріксон та ін. Характерною рисою цієї течії є особлива увага до внутрішнього світу окремої людини, її емоційної сфери. Їх дослідження здійснювалися в рамках ідеї життєвої стратегії людини, заснованої на перевазі внутрішніх і зовнішніх прагнень. Життєва стратегія – це мистецтво організації власного життя, головною метою якого є пошук і здійснення свого унікального сенсу. Представників гуманістичної психології об'єднує загальний підхід до розгляду самоактуалізації, самореалізації особистості, що розуміється як «зростання зсередини», як властива потреба в неперервному саморозвитку. Окрім цього, в роботах зарубіжних психологів самоактуалізація розглядається в трьох аспектах: як потреба, процес, як результат [12].

На думку дослідника І. Шендріка, особистість, яка самореалізується, – це людина, здатна самостійно визначити напрям свого розвитку, але яка при цьому не завжди чітко уявляє його кінцеві результати. Він говорить про те, що необхідно шукати шляхи подолання суперечностей спочатку між директивним характером проєктування освіти і прагненням особистості до життєвого й професійного самовизначення, що відповідає принципам сучасної освіти, заснованим на синергетичному підході, зокрема, принципі самовизначення педагогічних пріоритетів, який базується на закономірності підвищення ефективності самоврядування й саморозвитку педагогічних систем [13]. Отже, поняття «самореалізація» на психологічному рівні розглядається як потреба в неперервному саморозвитку, реалізації всіх своїх здібностей; процес, у результаті якого відбувається прояв, здійснення психологічних властивостей, якостей, цілей, сенсів, емоцій, відчуттів, можливостей, здібностей, самозвеличення індивідуальних можливостей

«Я»; відкриття і розвиток справжньої особистості, реалізація всієї людської індивідуальності; процес прояву, результат самовизначення.

У науковій літературі синонімами поняття «самореалізація» виступають терміни «самоствердження», «самоактуалізація», «самовираження», «саморозкриття» тощо. Значна кількість науковців (Є. Андрієнко, Є. Горячева, Н. Кулик, Н. Полубабкіна) намагалися в своїх роботах порушити питання про розмежування цих понять. На наш погляд, «самореалізація» є найбільш широкою і змістовою категорією, позаяк у ній знайшли своє бачення і «самоздійснення», і «самоактуалізація», і «самоствердження» особистості.

Щоб з'ясувати сутність професійної самореалізації вчителя початкової школи, потрібно зіставити її з поняттям педагогічної діяльності (рис. 1.). Сучасні науковці дійшли висновку, що самореалізація впливає на особистісний аспект педагогічної діяльності й полягає у виокремленні власного «Я» за допомогою свідомої, цілеспрямованої, соціальної ролі вчителя початкової школи [11].

Сучасними дослідниками пропонується різне трактування поняття «самореалізації вчителя початкової школи»:

- стадія професійного розвитку вчителя, на якій вчителем як суб'єктом діяльності не тільки досягається професійна майстерність, але й гармонійно розвивається особистість (Л. Мітіна);
- процес, під час якого відбувається усвідомлення особистістю того, чим володіє і чого прагне досягнути, а також обрання практичних дій для реалізації досвіду (В. Радул);
- практичне опредметнення сутнісних сил в умовах вільної педагогічної праці (І. Колеснікова);
- процес реалізації цінностей за умови ефективної організації професійної діяльності вчителя (Р. Скульський).

Наявність значної кількості визначень зумовлена тим, що саме самореалізація вчителя початкової школи може бути одночасно як характеристикою особистості загалом, так і рівнем її соціальної (професійної) активності зокрема. Тому механізм самореалізації особистості безпосередньо пов'язаний з такими категоріями, як самоідентифікація (самовизначення, самоаналіз), самопроєктування (самопланування, самоорганізація, самоуправління); самоактуалізація, саморозвиток, самовдосконалення, саморегуляція, самови-

ховання. Ці поняття можна охарактеризувати як так звані етапи на шляху самореалізації вчителя у професійній діяльності. Спробуємо визначити основні визначення поданих категорій.

Самоідентифікація – це початкова точка професійного розвитку вчителя, усвідомлення ним свого покликання, вибору професії. Зазвичай цей етап настає під час вибору майбутньої професії і впливає на подальше життя людини. Н. Нікітіна зазначала, що культура професійно особистісного самовизначення вчителя вказує на єдність свідомості та діяльності, що визначають, з одного боку, внутрішні цінності, а з іншого – взаємозв'язок і відкритість з навколишнім світом [7].

Проблема самопроєктування особистості вчителя досліджувалася в психології, філософії та педагогіці. Філософи і психологи розглядали самопроєктування як сутнісну природу людини, яка знаходить своє вираження в «її здатності будувати саму себе, а значить і змінювати зміст відповіді на питання про власну сутність» (А. Леонтьєв), як спосіб культурного самовизначення, як механізм сприйняття наукового і художнього образу (А. Счастливцев). У менеджменті обґрунтована ефективність використання самопроєктування як «навчання дією» (Л. Гительман). Отже, самопроєктування вчителя початкової школи можна розглядати як безперервний процес, який триває впродовж усього свідомого життя і скерований на створення, корегування, уточнення ідеального образу себе як професіонала своєї справи. Таким чином, процес самопроєктування – це так зване програмування і конструювання провідних деталей майбутньої діяльності, що забезпечують успішне становлення професійної свідомості вчителя і є невід'ємним чинником його саморозвитку та самореалізації [8].

Разом із тим самопроєктування особистості тісно пов'язане із самоактуалізацією. Вона передбачає пізнавальну діяльність, звернення до самого себе задля актуалізації власних здібностей і якостей, потрібних для вдосконалення якостей особистісних та професійних. Тому дієвим чинником самоактуалізації є здатність до самоаналізу. Досвід рефлексії, спрямованої насамперед на особисту діяльність, власні вияви в педагогічному становищі, на думку І. Зязюна, дають так званий ключ до наступної самостійної роботи стосовно самовдосконалення і дають змогу чітко форму-

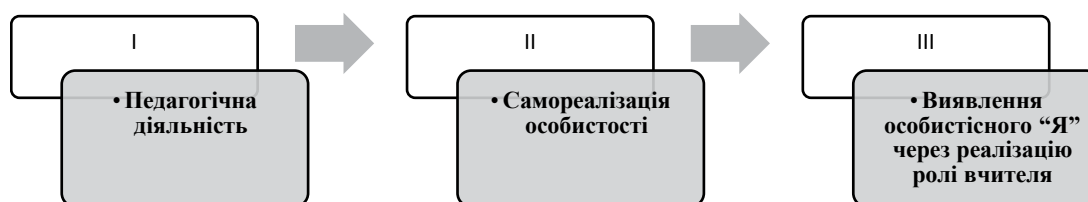


Рис. 1. Сутність самореалізації вчителя початкової школи

вати інформаційні запити до джерел педагогічної науки, досвіду педагогів, науковців, колег [4].

Не менш важливу роль у становленні особистості має людська самосвідомість. С. Максименко трактував категорію «самосвідомість» як усвідомлення людиною самої себе, її ставлення до навколишнього світу та інших. Самоусвідомлення особистості вчителя початкової школи сприяє зміні процесів, що відбуваються, допомагає глибшому самопізнанню, критичності їх оцінки [6].

Поняття «самовиховання» – це завжди діяльність, спрямована на внутрішні прагнення людини до кращої версії себе. А. Бойко розглядав саморозвиток і самореалізацію особистості вчителя як основні продукти самовиховання і не менш важливі функції власного стилю діяльності, без якого неможливо говорити про педагогічну майстерність учителя. Тому за допомогою самовиховання, самопізнання і саморозвитку особистість, що вибрала професію вчителя початкової школи, здатна успішно реалізувати себе у педагогічній діяльності [2].

Педагогічна діяльність, своєю чергою, надзвичайно багатогранна, гуманістична і поліфункціональна за своєю природою. Отже, професійна самореалізація вчителя початкової школи може повноцінно розвиватися тільки в умовах повноцінного освітнього середовища. Завдання вчителя, який став на шлях самореалізації, – проєктувати власну діяльність у багатомірному освітньому просторі. Завдання адміністрації освітнього закладу – створити всі умови для розвитку кожного вчителя.

Розглядаючи поняття «самореалізація», можна виділити два аспекти: внутрішній – особистісний аспект, завдяки якому ця категорія визначає стан, мету або результат, яких можна досягнути в результаті власного росту і розвитку, та зовнішній – діяльнісний аспект, коли самореалізація розглядається як процес і засіб досягнення успіху, безпосередньо і в професійній сфері.

Зрозуміти основні функції професійно особистісної самореалізації можна з огляду на специфіку діяльності людини, різносторонні відношення і спілкування, можливості і саморозвиток. Важливою функцією в діяльності вчителя є рефлексивна. Ця функція характеризується бажанням людини свідомо і творчо змінити себе і навколишній світ. Якщо не розвивати цю функцію, то діяльність вчителя призведе до вигорання, відсутності цілісного уявлення своєї діяльності та оцінки власної діяльності, що призводить до зупинки професійно особистісного розвитку. Ціннісна функція дає змогу вчителю оцінювати і вдосконалювати себе. Відсутність ціннісної функції веде до того, що людина «губиться в житті», надає перевагу діяльності під чиймось керівництвом, не проявляючи самостійності. Водночас надмірний розвиток цієї функції призведе до втрати цікавості до навчання, бо

людина не може співставити свої цінності із реальними можливостями. Комунікативна функція самореалізації вчителя пов'язана з потребою розуміти оточуючих та взаємодіяти з ними. Якщо не розвивати цю функцію, то діяльність людини зводиться до замкнутості і байдужості до себе і оточуючих. Такі працівники освіти, як правило, володіють низьким рівнем знань та вмінь. Мотиваційна функція дає змогу за наявності досить сильних і позитивних мотивів спонукати людину до саморозвитку та самовдосконалення. За відсутності мотивації діяльність вчителя зводиться до того, що немає зацікавленості і бажання до вдосконалення [1].

Отже, всі вищезазначені функції пов'язані між собою та є залежними одна від одної. Самореалізація вчителя буде залежати від діяльності, яка визначатиме домінування тієї чи іншої функції. Важливо, щоб провідною була мотиваційна функція, вона створює умови для самореалізації.

Висновки. Отже, узагальнюючи проаналізовані джерела, під поняттям «самореалізація вчителя початкової школи» можна розглядати процес цілеспрямованого втілення предметних сутнісних сил, особистісних якостей та фахових компетентностей, що виявляються як здатність розкривати професійно-педагогічний потенціал у діяльності.

Трактуванням терміна «самореалізація» займалися багато науковців. Тому це поняття пройшло складний та тривалий етап у своєму розвитку. Самореалізація безпосередньо пов'язана з філософією та психологією. Механізм самореалізації особистості вчителя початкової школи тісно пов'язаний з низкою основних понять, які розглядаються як так звані етапи на шляху професійної самореалізації. Професійна самореалізація вчителя початкової школи полягає у вияві свого «Я» у свідомій, цілеспрямованій реалізації особистісно-цінної, вільно обраної соціальної ролі. Також на особистісний розвиток вчителя впливають функції самореалізації. Вони є взаємопов'язаними та доповнюють одна одну.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Базаева Ф.У. Функции самореализации будущего педагога в его профессионально-личностном саморазвитии. *Успехи современного естествознания*. 2011. № 4. С. 143–144.
2. Бойко А.І. Самовиховання вчителя як чинник вдосконалення педагогічної майстерності. *Вісник НТТУ «КПІ»*. Філософія. Психологія. Педагогіка. 2009. 3. С. 8.
3. Жураковская В.М. Самореализация личности как ведущая задача образования. *Преподаватель XXI века*, 2007. 2. С. 176–182.
4. Зязюн І.А. Філософія педагогічної якості в системі неперервної освіти. URL: studentam.net.ua/content/view/7596/97.
5. Загальна психологія. / За загальною редакцією академіка С.Д. Максименка. Вінниця : Нова Книга, 2004. 704 с.

6. Максименко С.Д. Психологія особистості. ТОВ «КММ». 2007. 296 с.

7. Никитина Н.Н. Становление культуры профессионально-личностного самоопределения учителя : монография. Прометей, МНГУ, 2002. 316 с.

8. Остапчук О.Є. Самопроекування як засіб професійної самореалізації майбутнього вчителя. *ВІСНИК НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка*. 2009. № 3.

9. Слостенин В.А. Профессионализм учителя как явление педагогической культуры. *Педагогическое образование и наука*. 2004. № 5. С. 4–15.

10. Тимощук Г.В. Професійна самореалізація особистості як педагогічна проблема. *Наукові записки кафедри педагогіки*. 2018. № 43.

11. Чобітько М. Г. Особистісне і професійне самовизначення майбутнього вчителя. URL: http://intellect-invest.org.ua/ukr/pedagog_editions_e-magazine_pedagogical_science_arhiv_pn_n3_2009_st_9/.

12. Чуба О.Є. Самореалізація особистості майбутнього вчителя як психолого-педагогічна проблема. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2012. № 38. С. 398–402.

13. Шендрік І.Г. Самореалізація личности в контексте проектування образования. *Педагогіка*. 2004. № 4. С. 36.

ЗМІСТ І ФОРМИ ДУАЛЬНОЇ ОСВІТИ У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ

THE CONTENT AND FORMS OF A DUAL EDUCATION WITHIN THE PROFESSIONAL PREPARATION OF STUDENT YOUTH IN THE INSTITUTIONS OF HIGHER EDUCATION

Швидкі зміни в усіх сферах життя сучасного суспільства, активний розвиток новітніх технологій зумовлюють підвищення уваги до професійної підготовки фахівців у закладах вищої освіти. Значні реформи у вищій освіті, зокрема на рівні функціонування професійної освіти, висувають вимоги і до виховання нового покоління, підготовки висококваліфікованих спеціалістів, актуалізують проблеми підвищення якості професійної підготовки через опанування знань, умінь і навичок обраної професії.

Населення України надзвичайно освічене, у загальному рейтингу ми на четвертому місці у світі за кількістю громадян, які мають вищу освіту. Однак за якістю підготовки персоналу в компаніях і організаціях ми 94-ті, а 80% громадян узагалі не використовують свої дипломи за призначенням. Роботодавці скаржаться, що навіть магістри виявляються не готовими до роботи, а тому студентську молодь доводиться перенавчати.

Термін «дуальна система» як педагогічний термін був введений в середині 1960-х років у Німеччині – як нова, більш гнучка форма організації професійного навчання.

Як показує практичний досвід, поряд з отриманими студентами знаннями, уміннями та навичками, у формуванні майбутнього педагога саме рівень підготовки до професійної діяльності є важливим складником його характеристики. Отже, результатом роботи закладу освіти в теперішніх умовах має стати переорієнтація освітнього процесу на формування у студентів компетентностей, які відіграють важливу роль у розв'язанні фахових завдань.

Усунення недоліків під час професійної підготовки студентів за використанням традиційних форм і методів навчання вбачаємо у впровадженні дуальної форми навчання в освітній процес закладів вищої освіти, яка дозволить подолати розрив між теорією і практикою. Саме в такому контексті вбачаємо професійну підготовку майбутніх фахівців, де б теоретична частина їх підготовки проходила в освітньому закладі, а практична – на робочому місці.

Проте для реалізації будь-якої практичної чи наукової діяльності недостатньо висловити міркування, потрібно знайти форму, за втілення в яку ця ідея могла б реалізуватись у житті, зробитися придатною для використання.

Ключові слова: професійна підготовка, вища освіта, студентська молодь, дуальна освіта, форми.

The rapid changes in all spheres of life in modern society, the active development of new technologies, lead to increased attention to professional training of specialists in higher education institutions. Significant reforms in higher education, in particular at the level of functioning of vocational education, also require the education of a new generation in the training of highly qualified specialists, and actualize the problems of improving the quality of vocational training through the acquisition of knowledge, skills and skills of the chosen profession.

Ukraine's population is extremely educated and we are ranked fourth in the world by number of citizens with tertiary education. However, the quality of training in companies and organizations is 94, and 80% of citizens do not use their diplomas for their intended purpose. Employers complain that even masters are not ready for work, and therefore student youth have to retrain. The term "dual system" as a pedagogical term, was introduced in the mid-1960s in Germany – as a new, more flexible form of vocational training organization.

Practical experience shows that, in addition to the students' knowledge, skills and abilities, in shaping the future teacher, the level of preparation for professional activity is an important component of the future teacher's characteristics. Therefore, as a result of the work of the educational institution in the present conditions, there should be a reorientation of the educational process to the acquisition of competencies by students, which play an important role in solving professional problems. The elimination of shortcomings in the professional training of students using traditional forms and methods of learning, we see in the introduction of dual forms of education in the educational process of institutions of higher education, which will bridge the gap between theory and practice. It is in this context that we see the professional training of future specialists, where the theoretical part of their training would take place in an educational institution, and practical – in the workplace.

However, in order to carry out any practical or scientific activity it is not enough to express an opinion, it is necessary to find a form, embodied in which, this idea could be realized in life, become suitable for use.

Key words: vocational training, higher education, student youth, dual education, forms.

УДК 378.147.091.31-027.22

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.28>

Кожокар М.В.,

канд. пед. наук,
викладач кафедри фізичного виховання
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Галан Я.П.,

канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доцент кафедри теорії та методики
фізичного виховання і спорту
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Палагнюк Т.В.,

канд. пед. наук,
доцент кафедри фізичного виховання
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Васкан І.Г.,

канд. пед. наук,
доцент кафедри фізичної культури
та основ здоров'я
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Ще більш фундаментальною та загальною проблемою натеper є слабка відповідність викладачів у закладах вищої освіти (далі – ЗВО) специфіці професійної діяльності у сфері зайнятості. Зараз стало необхідним засвоювати навички та знання поза робочим місцем.

Сьогодні перед закладами вищої освіти поставлені завдання забезпечити високі освітні та наукові стандарти, задовольнити культурні й соціальні потреби людей, суспільства та держави у процесі підготовки висококваліфікованих спеціалістів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.
Дуальна система освіти вважається високое-

фективною у прискоренні переходу молоді від навчання до роботи, тому привернула свою увагу у світі протягом останніх років.

Аналізуючи «Концепцію підготовки фахівців за дуальною формою здобуття освіти в Україні», зазначимо, що залишається відкритим питання про те, які саме предметні знання та які педагогічні знання є справді функціональними й актуальними для професійної підготовки молодого покоління в закладах вищої освіти.

Проблему дуальної освіти в європейських освітніх закладах, яка посідає одне з важливих місць, висвітлено в роботах таких європейських дослідників, як: Д. Бауд, Дж. Бреннан, Дж. Гарнетт, І. Каннінгем, К. Костлі, Б. Літл, І. Ніксон, Дж. Релін, Н. Соломон, Б. Уокмен та інші.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Кардинальні зміни, що відбуваються в системі освіти України, потребують формування нового підходу до навчання фахівців, який забезпечить не лише високу якість знань, а й достатній рівень професійних навичок, розвиток самостійності в ухваленні рішень, уміння їх реалізовувати в майбутній професійній діяльності. Зв'язок між теорією та практикою є темою різноманітних наукових моделей і дискурсів і ще не з'ясований у повному обсязі [13, с. 29].

Мета статті – проаналізувати вплив дуальної освіти на процес підготовки студентів до їх професійної діяльності.

Виклад основного матеріалу. Конкурен-тоспроможність України у світі і високий рівень життя громадян у першу чергу залежать від якісної професійної підготовки фахівців. Один із чільних міжнародних лідерів із професійної підготовки висококваліфікованих працівників натеper – Євро-союз, який, у свою чергу, завдячує новій системі професійної освіти і навчання – дуальній.

Незважаючи на високий рівень безробіття серед молоді в багатьох країнах Європейського Союзу, передбачається, що впровадження дуальної форми навчання в освітній процес є ключовим чинником для забезпечення молоді прямим доступом до ринку праці. Крім того, розглядають її як стійку модель системи освіти, яка враховує потреби ринку праці та використовує їх для всебічного розвитку компетенції на основі професійного стандарту. Це вигідно для підприємств, коли випускники навчальних закладів, яких вони братимуть на роботу, матимуть широку кваліфікацію та будуть «професійно кваліфікованими». Тому підприємства, установи чи організації в момент прийняття на роботу не матимуть необхідності в «навчанні на роботі» [2]. Така форма роботи практикується в Німеччині, Данії та інших країнах Євро-союзу. Часто німецькі та датські системи професійної освіти подаються як прототипи подвійних систем навчання, які варто наслідувати [12, с. 6].

Німеччина є лідером в європейських країнах за кількістю дуальних програм. Це перша країна, яка розвинула дуальну систему навчання, завдяки якій економіка стала набагато сильнішою, а рівень працевлаштування молоді – найвищим.

Навчання за дуальною освітою передбачає поєднання навчального та виробничого процесів. Це для нашої країни нова і перспективна форма здобуття якісної та професійної освіти [10].

Концепція з підготовки фахівців у закладах освіти за дуальною формою – це результат багаторічного проекту, у якому були задіяні університети, міжнародні організації та Міністерство освіти і науки України, упровадження такої системи надзвичайно актуальне. Спеціалісти повинні здобувати знання високого рівня, а такі знання можуть надати заклади вищої освіти.

Процес напрацювання законодавчої бази, кращих практик з імплементації дуальної освіти розпочався в Україні вже майже п'ять років тому.

Основним завдання запровадження дуальної освіти навчання в освітній процес закладів вищої освіти є усунення застарілих методів і форм навчання майбутніх фахівців, подолання розриву між теорією і практикою, підвищення рівня якості підготовки майбутніх кваліфікованих кадрів з урахуванням вимог роботодавців [7].

Студенти поєднують навчання та стажування на підприємстві. Тому кількість підготовлених фахівців із конкретної спеціальності буде відповідати замовленням конкретної кількості місць освітнім закладам від підприємств, які і будуть брати активну участь у розробленні та формуванні навчальної програми [6].

Ми повинні чітко відокремити досвід поєднання студентами навчання і роботи від дуальної освіти. Коли студент працює, він не відвідує обов'язкові заняття, які, звичайно ж, доведеться відпрацювати. За дуальною формою навчання робота стає невід'ємною частиною навчання. Отже, кількість практичних годин на роботі, що приблизно дорівнює кількості навчальних годин у закладі вищої освіти, називається дуальною формою навчання [6]. В Україні вже запрацювала дуальна освіта, але це поодинокі випадки, а нам потрібна система. Державним закладам вищої освіти потрібна підтримка бізнесу, за допомогою якого відбудеться швидка реалізація змін у системі освіти. Упровадження дуальної форми навчання у ЗВО є вигідним, тому що виші перебувають у постійному пошуку фінансів, які їм украй необхідні для оновлення застарілої матеріально-технічної бази.

Сучасна вища освіта покликана забезпечити фундаментальну наукову і професійно-практичну підготовку до певного освітнього рівня. Тому ЗВО забезпечують таку підготовку фахівців щодо освітніх рівнів, які зазначені в Законі України «Про освіту» [5].

Основна мета реформи вищої освіти – забезпечення якості освіти. Поліпшення якості освіти зупинить відтік молодих людей за кордоном.

Питання збільшення відтоку кваліфікованих фахівців з України обговорювались під час круглого столу «Майбутнє ринку праці в Україні», організованого та проведеного 19 березня 2018 р. Учасники круглого столу обговорили питання формування та збереження трудового потенціалу з огляду на тенденцію масової міграції українських громадян працездатного віку, а також катастрофічну нестачу кадрів, необхідність запровадження нових форм і видів професійної підготовки, зокрема в закладах вищої освіти. Уже сьогодні вища освіта розвивається в контексті ринкових перетворень [14, с. 243].

До недавнього часу роботодавці не мали суттєвого впливу на зміст освіти, повинні були приймати фахівців після закінчення навчання з недостатнім рівнем умінь і знань, оскільки зміст освіти був поза їхнім контролем.

Як засіб забезпечення реалізації цього набору цілей треба виконати такі завдання:

- провести глибокий аналіз потреб ринку праці щодо кваліфікованих спеціалістів відповідно до попиту на конкретні професії;
- забезпечити відповідність попиту та пропозицій робочої сили щодо професій та спеціалізацій на ринку праці;
- створити нові робочі місця для кваліфікованих працівників;
- підвищити якість освітньої та професійної підготовки;
- розширити сфери підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації;
- створити сучасні системи безперервного трудового навчання;
- запровадити концепції навчання протягом усього життя як звичайної практики [14, с. 244].

Основними умовами у виборі форм організації освітньої діяльності студентської молоді є: зміст дисципліни, тема й мета заняття, вибір основних методів і засобів навчання, побудова заняття, форми організації студентів на занятті, якість знань студентів, рівень педагогічної майстерності педагога.

У результаті навчання студенти повинні вивчати соціально-психологічний клімат у колективі; працювати з активом групи; застосовувати на практиці нові освітні технології; завбачувати рівень досягнення мети інновацій; в умовах спільної діяльності колективу залежно від виробничих завдань за відповідними методиками застосовувати адекватні методи комунікації; розв'язувати практичні завдання, використовувати теоретичний матеріал та досвід під час вирішення завдань у майбутній професійній сфері діяльності.

Упровадження дуальної форми навчання привело до змін в освітньо-виховному про-

цесі, як-от: зміни в навчальному часі: теоретичні заняття – 30%, практика – 70% годин; запровадження блочно-модульного освітнього процесу: теорія – 1–2 тижні, практика – 4–8 тижнів.

Як ми вже зазначали, невід'ємною складовою частиною підготовки фахівців у ЗВО є здобуття практичних навичок студентів. Аналізуючи сучасний етап підготовки фахівців, ми бачимо, що відбувається тісний зв'язок із ринком, де пропозиції домінують над попитом.

Через радикальні зміни соціально-економічних перетворень, які відбуваються у країні, спостерігається величезний розрив між попитом і пропозицією. Щодо прогнозування запиту в підготовці спеціалістів у закладах вищої освіти, то тенденція невідповідності темпів підготовки наукових та інженерних кадрів темпам наукового і технічного прогресу наявна дотепер.

Висновки. Охарактеризувавши дуальну форму освіти в Україні, зауважимо, щоб економіка нашої держави могла на рівних конкурувати з європейськими країнами, необхідно готувати професійно підготовлених висококваліфікованих фахівців, які матимуть відповідний професійний рівень. Для цього насамперед необхідно змінити методологію, трансформувати навчальні програми відповідно сучасному рівню. Процес підготовки спеціалістів у закладах вищої освіти підтримується на державному рівні, його необхідно пришвидшити та впровадити в якомога більшій кількості освітніх закладів.

Ми готові констатувати, що загальна тенденція освітніх реформ у цій частині абсолютно коректна. Однак її реалізація на практиці стикається із серйозними перешкодами, тому великі зусилля щодо роз'яснення повинні бути зроблені на державному рівні.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Бойчевська І. Роль системи дуальної освіти у професійній підготовці молоді Німеччини. *Порівняльно-педагогічні студії*. 2009.
2. Всеосвіта 2018. URL: <https://vseosvita.ua/news/urad-zatverddiv-koncepciu-dualnoi-osviti-2432.html> (дата звернення: 25.02.2020).
3. Дрозач М. Розвиток професійного навчання кадрів на виробництві в контексті зарубіжного досвіду. *Наука та інновації*. 2008. Т 4. № 3. С. 88–94.
4. Національна стратегія розвитку освіти в Україні на період до 2021 р., схвалено Указом Президента України від 25 червня 2013 р. № 344/2013 / Верховна Рада України. *Законодавство України*. URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/> (дата звернення: 20.02.2020).
5. Про вищу освіту : Закон України. *Відомості Верховної Ради України*. 2017. № № 38–39. Ст. 10. Пп. 2. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.
6. Про схвалення Концепції підготовки фахівців за дуальною формою здобуття освіти : розпорядження КМУ від 19 вересня 2018 № 660-р. URL:

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/660-2018-%D1%80#n9> (дата звернення: 26.02.2020).

7. МОН. Дуальна освіта. 2017. URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/profesijno-tehnichna-osvita/dualna-osvita> (дата звернення: 23.02.2020).

8. Мельник О. Професійна підготовка викладачів економічних дисциплін у вищих навчальних закладах Німеччини : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Київ, 2017. 299 с.

9. Пешкова Г. Український інтерес. 2020. URL: <https://uain.press/articles/vchytysya-na-roboti-yak-zapratsuyuе-dualna-osvita-v-ukrayini-943921> (дата звернення: 25.02.2020).

10. Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки. 2020. URL: <https://eenu.edu.ua/>

[uk/articles/dualna-osvita-v-diyi-u-snu-pidpisali-tristoronnyu-ugodu-universitet-biznes-studenti](https://eenu.edu.ua/uk/articles/dualna-osvita-v-diyi-u-snu-pidpisali-tristoronnyu-ugodu-universitet-biznes-studenti) (дата звернення: 22.02.2020).

11. Щудло А. Інституційні ризики вищої педагогічної освіти. *Український соціум*. 2012. № 4 (43). С.185–196.

12. Approaching Apprenticeship Systems from a European Perspective / T. Deissinger et al. *Waxmann Verlag GmbH*. 2018. URL: <https://www.bibb.de/veroeffentlichungen/en/publication/show/7987> (дата звернення: 28.02.2020).

13. Approaching Apprenticeship Systems from a European Perspective / P. Sergii et al. *Waxmann Verlag GmbH*. 2018. URL: <https://www.bibb.de/veroeffentlichungen/en/publication/show/7987>.

ОРГАНІЗАЦІЯ СИСТЕМИ ПІДГОТОВКИ МЕНЕДЖЕРІВ
У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУORGANIZATION OF MANAGEMENT TRAINING SYSTEM
IN THE SPHERE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS

Стаття присвячена одній з актуальних проблем – підготовці майбутніх керівників (менеджерів) фізкультурно-спортивних організацій різних форм власності. Зокрема, комплексно схарактеризовано організацію системи підготовки менеджерів у сфері фізичної культури та спорту. На основі проведеного аналізу науково-педагогічної літератури розглянуто досвід підготовки спортивних менеджерів у навчальних закладах Великобританії, Франції, Швейцарії, Німеччини, Росії та в Україні. Виявлено, що лідером в Європі з підготовки менеджерів для сфери фізичної культури і спорту вважається Великобританія. З'ясовано необхідність підготовки спортивних менеджерів для українських фізкультурно-спортивних організацій у сучасних ринкових умовах функціонування. Установлено, що в Україні підготовка менеджерів для сфери фізичної культури і спорту почала здійснюватися із 2001 року на базі Харківського державного інституту фізичної культури (зараз Академія) та із 2007 року на базі Національного університету фізичного виховання і спорту України. Сьогодні система підготовки спортивних менеджерів в Україні здійснюється також тільки двома закладами вищої освіти фізкультурно-спортивного профілю за двома освітньо-кваліфікаційними рівнями – бакалаврським і магістерським. Проаналізовано базові нормативно-правові акти, на основі яких здійснюється підготовка менеджерів у сфері фізичної культури та спорту в Україні. Проаналізовано статистичні дані, які щороку висвітлює центральний орган виконавчої влади у сфері фізичної культури і спорту, щодо кількості менеджерів у сфері фізичної культури і спорту. Подано результати проведеного опитування здобувачів вищої освіти Харківської державної академії фізичної культури спеціалізації «Менеджмент у спортивній діяльності». У результаті дослідження ми дійшли висновку, що для підвищення якості професійної підготовки менеджерів в Україні необхідно приділяти особливу увагу в навчальному процесі формуванню управлінських здібностей у здобувачів вищої освіти, активно використовувати інноваційні форми та методи навчання, постійно оновлювати навчальні програми відповідно до вимог практики, що сприятиме підвищенню конкурентоспроможності таких фахівців в сучасних ринкових умовах функціонування фізкультурно-спортивних організацій.

Ключові слова: менеджер, фізична культура, спорт, система, підготовка, фізкультурно-спортивна організація.

This article is devoted to one of the topical problems of preparation of future managers (managers) of sports and sports organizations of different forms of ownership. In particular, the organization of the system of training of managers in the field of physical culture and sports is characterized. On the basis of the analysis of the scientific and pedagogical literature the experience of training of sports managers in educational establishments of Great Britain, France, Switzerland, Germany, Russia and in Ukraine is considered. It is revealed that the leader in Europe in training managers for the field of physical education and sport is considered the United Kingdom. The necessity of training of sports managers for the Ukrainian sports and sports organizations in the modern market conditions of functioning is clarified. It is established that in Ukraine training of managers for the field of physical culture and sports began to be carried out in 2001 on the basis of the Kharkiv State Institute of Physical Education (now the Academy) and in 2007 on the basis of the National University of Physical Education and Sports of Ukraine. Today, the system of training sports managers in Ukraine is also carried out by only 2 higher education institutions of physical and sports profile at two educational and qualification levels – bachelor's and master's degrees. The basic normative legal acts on the basis of which the training of managers in the field of physical culture and sports in Ukraine is analyzed. The statistical data, which is annually reported by the central body of executive power in the field of physical culture and sports, are analyzed, regarding the number of managers in the field of physical culture and sports. The results of the survey of higher education applicants of the Kharkiv State Academy of Physical Culture of the specialty "management in sports activities" are presented. As a result of the research, we concluded that in order to improve the quality of professional training of managers in Ukraine, special attention should be paid to the formation of managerial skills in higher education applicants, to actively use innovative forms and methods of training, to constantly update training programs in accordance with the requirements of practice, will promote the competitiveness of such specialists in the current market conditions of functioning of sports and sports organizations.

Key words: manager, physical culture, sport, system, training, sports organization.

УДК [796.075.6:796.062] 796
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.29>

Корольова М.В.,
канд. юрид. наук,
проректор з науково-педагогічної роботи
Харківської державної академії
фізичної культури

Постановка проблеми в загальному вигляді.

У контексті модернізації навчального процесу, формування інформаційно-технологічного суспільства, докорінні зміни в соціально-економічному, духовному розвитку держави потребують підготовки менеджерів фізичної культури нової генерації. Реалізація цього стратегічного завдання

зумовлена також глибинними змінами в системі та структурі фізкультурної вищої освіти та необхідністю інтеграції національної освіти в європейський освітній простір [5, с. 82].

Сучасні умови функціонування фізкультурно-спортивних організацій характеризуються складністю і динамічністю. Щоб вижити і розвиватися

в сучасних умовах, керівництво організацій повинно здійснювати пошук нових підходів до ефективного управління їх діяльністю [16, с. 1].

Це зумовлює потребу фізкультурно-спортивних організацій у фахівців, які могли б ефективно виконувати функції управління відповідно до вимог ринку. Завдання навчальних закладів полягає в тому, щоб навчити майбутнього керівника фізкультурно-спортивної організації адаптуватися до умов, які постійно змінюються, творчо мислити, оновлювати свої професійні знання, учитися новому [1, с. 103; 4, с. 4; 6, с. 57; 8, с. 414].

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

У науково-педагогічній літературі найбільш повно розглядається досвід підготовки спортивних менеджерів у навчальних закладах Великобританії, Франції, Швейцарії, Німеччини, Росії (М. Дутчак, О. Ельбрехт). В Україні питання підготовки спортивних менеджерів розглядали у своїх роботах Ю. Дутчак, О. Жданова, Л. Чеховська, А. Бондар, І. Приходько, С. Стадник.

Основна увага авторів зосереджувалась на описі навчальних планів підготовки в закладах вищої освіти, аналізі змісту дисциплін і розгляді професійних, особистісних якостей, навичок і умінь, необхідних для майбутнього спортивного менеджера.

Незважаючи на значну кількість наукових розвідок із даної теми, проблема організації системи підготовки менеджерів у сфері фізичної культури і спорту в Україні ще не була предметом окремого наукового дослідження, що й зумовило вибір теми.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. На основі аналізу психолого-педагогічних праць із проблеми дослідження встановлено, що менеджер – це унікальна сучасна професія, яка вимагає від особистості управлінця постійного вдосконалення, набуття практичних навичок швидкого реагування на зміни, що відбуваються в організації і в зовнішньому середовищі, підвищеного інтересу до самоосвіти, високого рівня самодисципліни [9, с. 23]. Саме професіоналізм, відповідальність, ініціатива й заповзятливість менеджерів здатні в будь-якій ситуації забезпечити організації успіх, високу ефективність реалізованої практичної діяльності та досягнення поставлених цілей [15, с. 147].

Зазначимо, що проблема підготовки спортивних менеджерів була предметом вивчення науковців, але організація самої системи підготовки, на нашу думку, потребує обґрунтування з позиції системного підходу.

Мета статті – комплексно охарактеризувати організацію системи підготовки менеджерів у сфері фізичної культури та спорту.

Виклад основного матеріалу. У закордонних енциклопедіях і енциклопедичних словниках зазвичай характеризують менеджера як керівника,

що обіймає постійну посаду в організації, наділеного повноваженнями в області ухвалення рішень із питань її діяльності в ринкових умовах.

Менеджери – це люди, які забезпечують виконання роботи іншими людьми. Про їхні успіхи судять не за тим, що вони роблять, а за тим, як вони спонукають до роботи інших. Менеджер обов'язково обіймає постійну посаду в організації, йому підпорядковуються співробітники. Менеджер – це найманий керівник. Спортивний менеджер – ключова фігура у спортивній організації, що функціонує в ринкових умовах. Управлінська діяльність – один із найважливіших чинників функціонування та розвитку фізичної культури і спорту. Окремі елементи управлінської діяльності деякою мірою властиві всім категоріям працівників фізичної культури і спорту: тренерам, викладачам, учителям фізичної культури, інструкторам та ін. [10, с. 232].

У своїй праці І. Приходько, С. Стадник [11, с. 93] до основних посад, які обіймають спортивні менеджери, правомірно відносять такі, як:

- директор спортивної школи;
- заступник директора спортивної школи;
- голова (президент) спортивного клубу;
- заступники голови спортивного клубу;
- начальник відділу спортивного клубу;
- директор (завідувач) спортивної споруди;
- президент спортивної федерації (союзу, асоціації);
- віце-президент спортивної федерації;
- голова ФСТ і заступники голови;
- менеджер (начальник) футбольної команди (та з інших ігрових видів спорту);
- керівник (начальник) структурного підрозділу фізкультурно-спортивної організації;
- персональний менеджер спортсмена-професіонала (у тенісі, футболі, хокеї, легкій атлетіці й ін.);
- начальник та заступник начальника управління з фізичної культури і спорту;
- керівник структурних підрозділів управління з фізичної культури і спорту;
- управляючий, керівник, менеджер фітнес-клубу та фізкультурно-оздоровчого центру.

Спортивних менеджерів підрозділяють і за видами професійної діяльності, виділяючи, наприклад, такі їх види: менеджер із персоналу організації, менеджер із реклами, менеджер із маркетингу, менеджер із фінансів, менеджер-представник спортсмена й ін. [1, с. 38].

У фітнес-клубах виділяють менеджерів за напрямками діяльності та за відповідними програмами. Наприклад, фінансовий менеджер, менеджер із продажу, менеджер із персональних програм, менеджер із тренажерів та ін. [12, с. 42].

Структура діяльності менеджера включає такі компоненти:

1. Проєктування, планування та програмування цільової діяльності – створення системи комплексного впливу на членів колективу.

2. Комунікативний компонент – здатність установлювати соціально-педагогічні доцільні відносини із членами колективу [4, с. 12].

Властиві ринку невизначеність ситуації та ризик вимагають від менеджерів самостійності та відповідальності за рішення, що ухвалюються, сприяють пошуку оптимальних управлінських і науково-методичних рішень щодо надання фізкультурно-спортивних послуг населенню і підготовки висококваліфікованих спортсменів [13, с. 131; 14, с. 52].

Професіоналізм менеджера виявляється у знанні технології управління організацією і законів ринку, у вмінні організувати злагоджену роботу колективу і прогнозувати розвиток організації [10, с. 148].

У різних країнах світу система підготовки спортивних менеджерів у вищих навчальних закладах почала складатися із другої половини 80-х рр. XX ст. Дослідник М. Дутчак [3, с. 45] зазначає, що підготовка менеджерів у цей період включала два головні напрями. У Сполучених Штатах Америки й Канаді вищі навчальні заклади орієнтувалися на підготовку менеджерів вузької спеціалізації, які могли працювати переважно в бейсболі, боксі та гольфі.

Освітня практика підготовки менеджерів у вищих навчальних закладах країн Західної Європи ґрунтувалася на принципі універсальності. У Великобританії, Франції, Швейцарії, Німеччині впроваджена багаторівнева система освіти, чітко визначені навчальні дисципліни та спецкурси із загальної теорії та прикладних аспектів менеджменту, які враховують специфіку фізкультурно-спортивних організацій і періодично переглядаються з метою вдосконалення змісту підготовки [5, с. 108].

Лідером у Європі з підготовки менеджерів для сфери фізичної культури і спорту вважається Великобританія. Варто підкреслити, що у вищих Великобританії та Німеччині підготовка спортивних керівників здійснюється за двома освітньо-кваліфікаційними рівнями – бакалаврським і магістерським [3, с. 46].

В Україні підготовка менеджерів у сфері фізичної культури і спорту почала здійснюватися із 2001 р., коли на базі Харківського державного інституту фізичної культури була створена кафедра менеджменту фізичної культури. Сьогодні кафедра випускає фахівців за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» із галузі знань 01 «Освіта / Педагогіка» за спеціалізацією «Менеджмент у спортивній діяльності» (бакалавр) і «Менеджмент та маркетинг у сфері фізичної культури і спорту» (магістр).

У 2007 р. на базі Національного університету фізичного виховання і спорту України була створена кафедра менеджменту і економіки, яка сьогодні готує фахівців за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» освітнього ступеня «бакалавр» за спеціалізацією «Менеджмент у спортивній діяльності», а також освітнього ступеня «магістр» за спеціалізаціями «Менеджмент і логістика у спорті» та «Менеджмент і маркетинг у спорті».

Підготовка менеджерів I (бакалаврського) освітньо-професійного рівня передбачає чотирирічний термін навчання за денною формою та п'ятирічний заочно. Підготовка менеджерів II (магістерського) освітнього рівня передбачає тільки денну форму навчання тривалістю півтора року.

Навчальний план підготовки менеджерів у спортивній діяльності включає нормативні та вибіркові навчальні дисципліни циклу гуманітарної та соціально-економічної підготовки, циклу природничо-наукової підготовки, а також циклу професійної та практичної підготовки.

Велике значення в навчальному плані має цикл практичної підготовки. Протягом першого року навчання здобувачі вищої освіти під час «Ознайомчої практики» знайомляться з фізкультурно-спортивними організаціями й органами управління у сфері фізичної культури і спорту міста Харкова й області з урахуванням особливостей їх практичної діяльності. Другий рік навчання присвячується формуванню практичних навичок за допомогою «Організаційно-управлінської практики», мета якої – робота з документацією фізкультурно-спортивних організацій і органів управління, а також організація спортивних заходів тощо. На третьому році навчання здобувачі вищої освіти проходять педагогічну практику, мета якої – ознайомлення з документацією, що ведеться вчителем фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах, передбачає написання конспектів уроків, проведення уроків, участь в організації змагань тощо. Головним завданням четвертого року навчання є «Практика за фахом». Мета практики – безпосередня підготовка до виконання фахових обов'язків у фізкультурно-спортивній організації та в органах управління фізичної культури та спорту. Під час проходження цієї практики формуються вміння організувати ділові наради, аналізувати та планувати фінансове забезпечення організацій тощо.

Отже, під час практики студенти формують навички майбутньої фахової діяльності у відповідних організаціях, установах і закладах.

Здобувачі вищої освіти II (магістерського) освітньо-професійного рівня спеціалізації «Менеджмент та маркетинг у сфері фізичної культури та спорту» проходять стажування у фізкультурно-спортивних організаціях. Основна мета – формувати навичок організації й управління, діловодство тощо.

Базові нормативно-правові акти, на основі яких здійснюється підготовка менеджерів у сфері

фізичної культури та спорту, такі: закони України «Про вищу освіту», «Про освіту», «Про фізичну культуру і спорт», постанова Кабінету Міністрів України від 23 листопада 2011 р. № 1341 «Про затвердження Національної рамки кваліфікацій», постанова Кабінету Міністрів України від 29 квітня 2015 р. № 266 «Про затвердження переліку галузей знань і спеціальностей, за якими здійснюється підготовка здобувачів вищої освіти», Національний класифікатор України: «Класифікатор професій» ДК 003:2010, Стандарт вищої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти та освітньо-професійна програма.

Відповідно до статистичних даних, які щороку висвітлює центральний орган виконавчої влади у сфері фізичної культури і спорту, у нашій країні на кінець 2018 р. налічувалося всього 70 135 штатних працівників. Завданням проведеного аналізу даного звіту було визначити кількість менеджерів у сфері фізичної культури і спорту. До менеджерів насамперед належать працівники структурних підрозділів із фізичної культури і спорту органів виконавчої влади (місцевого самоврядування) – 1 867 осіб. Необхідно звернути увагу на кількість працівників:

– у центральних осередках (міністерствах) – 91 особа;

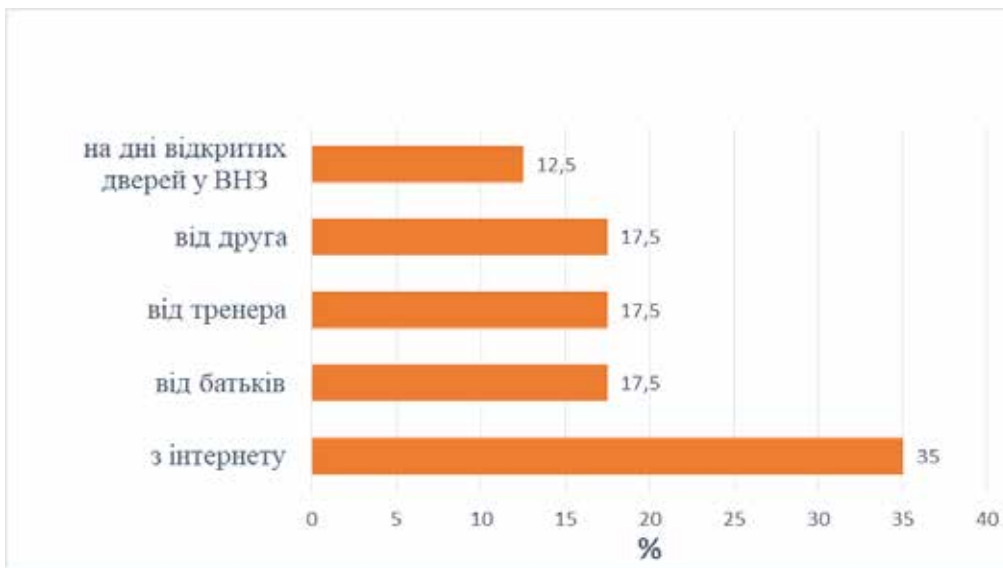


Рис. 1. Розподіл відповідей респондентів щодо джерел інформації про спеціалізацію «Менеджмент у спортивній діяльності»

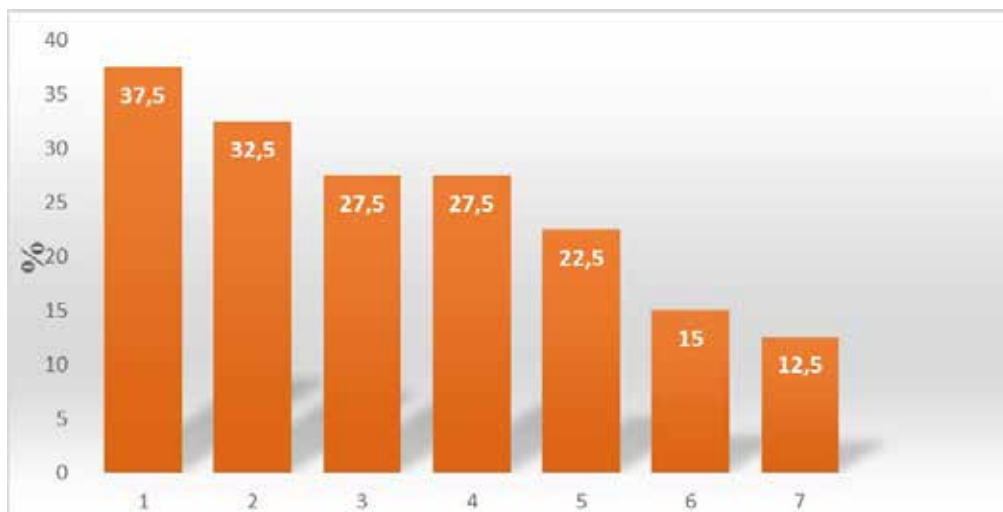


Рис. 2. Пропозиції респондентів щодо поліпшення процесу навчання за спеціалізацією:

1 – більше уваги приділяти практиці в управліннях з питань фізичної культури і спорту, спортивних школах, фітнес-клубах та інших фізкультурно-спортивних організаціях; 2 – приділяти більше уваги вивченню психології; 3 – проводити більше ділових, проектних ігор, тренінгів; 4 – більше уваги приділяти питанням в області економіки; 5 – поповнити фонд бібліотеки Академії; 6 – підвищити професіоналізм викладачів; 7 – поглиблено вивчати іноземні мови

- в обласних управліннях з питань фізичної культури та спорту – 220 працівників;
- у районних управліннях з питань фізичної культури та спорту – 668 працівників;
- у міських управліннях з питань фізичної культури та спорту – 346 працівників;
- в об'єднаних територіальних громадах сіл, селищ, міст – 542 працівники.

Варто також зазначити, що працівники дитячо-юнацьких спортивних шкіл усіх типів, тобто директори, заступники директорів, методисти – це також менеджери (3 762 осіб). До кагорти менеджерів також ми відносимо директорів, заступників директорів, методистів шкіл вищої спортивної майстерності, центрів олімпійської підготовки, спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю – 561 осіб.

Управлінські функції у сфері фізичної культури та спорту виконують працівники фізкультурно-спортивних товариств і установ, тобто директори та заступники, які також є менеджерами – 1 627 осіб, працівники відокремлених підрозділів національних спортивних федерацій – 154.

Працівники спортивних споруд, які також менеджери, тому що виконують управлінські функції: планування, організацію, контроль над діяльністю спортивних споруд – 1 926 осіб.

Варто звернути увагу на те, що кількість менеджерів у сфері фізичної культури та спорту значно більше, оскільки комерційні фізкультурно-спортивні клуби не звітують до органів державної статистики.

У межах нашого дослідження проводилось опитування здобувачів вищої освіти другого, третього, четвертого, п'ятого курсів денної та заочної форм навчання спеціалізації «Менеджмент у спортивній діяльності» Харківської державної академії фізичної культури. Одним із завдань нашого дослідження було виявлення джерел інформації про спеціалізацію. Аналіз результатів дослідження показав, що більшість респондентів дізналися про спеціалізацію «Менеджмент у спортивній діяльності» з Інтернету – 35% (рис. 1). Ми пояснюємо це тим, що Академія проводить широку агітаційну роботу в Інтернеті за допомогою офіційного сайту й акаунтів у соціальних мережах.

Наше дослідження також охопило такий аспект, як вибір професії менеджера. У процесі анкетування було визначено, що вибір даної професії для більшості респондентів зумовлений прагненням до самореалізації і самовдосконалення – 37,5%. Бажання стати авторитетним фахівцем у сфері фізичної культури та спорту зумовило вибір 37,5% респондентів, бажання керувати людьми – 30%. Цікава думка 22,5% опитаних щодо того, що праця

керівників є високооплачуваною, що й зумовило їхній вибір. Прагненням до влади, лідерства зумовлений вибір професії менеджера для 7,5% респондентів. Вибір решти – 7,5% – можливістю навчитися грамотно організувати свою роботу.

Велике значення під час нашого опитування мало питання, яке було спрямоване на визначення думки респондентів щодо поліпшення якості підготовки здобувачів вищої освіти спеціалізації «Менеджмент у спортивній діяльності» (рис. 2.). Більшість респондентів вважають, що зараз необхідно більше уваги приділяти практиці в управліннях із питань фізичної культури і спорту, спортивних школах, фітнес-клубах та інших фізкультурно-спортивних організаціях, – 37,5%. На думку 32,5%, необхідно приділяти більше уваги вивченню психології. Проводити більше ділових, проєктних ігор, тренінгів хотілося б 27,5% опитаних, більше уваги приділяти питанням в області економіки – 27,5%, поповнити фонд бібліотеки Академії – 22,5%; підвищити професіоналізм викладачів – 15%; поглиблено вивчати іноземні мови – 12,5%.

Одним із головних завдань анкетування було визначення необхідності нашої спеціалізації. Тому ми запитали респондентів: «Ви б порекомендували своїм друзям, знайомим, родичам вчитися на спеціалізації «Менеджмент у спортивній діяльності»?». Більшість респондентів відповіли – «скоріше так, ніж ні» – 37,5%. Цей відсоток говорить про те, що наші здобувачі вищої освіти зацікавлені в популяризації нашої спеціалізації та вважають її необхідною. Відповіді: «так, звичайно» – 32,5%, «скоріше ні, ніж так» – 20%, категорично «ні» – 7,5%.

Більшості опитаних подобається навчатися за спеціалізацією «Менеджмент у спортивній діяльності» – 62,5%. Ще 30% опитаних відповіли, що їм дуже подобається навчатися. Решта (7,5%) обрали варіант відповіді «важко відповісти». Однак жодний респондент не відповів на дане запитання «ні».

Висновки. Отже, отримані результати нашого дослідження свідчать, що для підвищення якості професійної підготовки менеджерів в Україні необхідно приділяти особливу увагу в навчальному процесі формуванню управлінських здібностей у здобувачів вищої освіти, активно використовувати інноваційні форми та методи навчання, постійно оновлювати навчальні програми відповідно до вимог практики, що сприятиме підвищенню конкурентоспроможності таких фахівців у сучасних ринкових умовах.

Перспективи подальших досліджень у цьому напрямі стосуються вивчення ринку праці спортивних менеджерів в Україні, зокрема потреби і попиту на фахівців цієї професії.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Бондар А., Стадник С. Менеджмент фізичної культури: навчальний посібник. Ч. II. Харків, 2017. 124 с.
2. Дутчак М. Особливості підготовки майбутніх менеджерів спорту для всіх. *Спортивний вісник Придніпров'я*, Дніпро, 2007. № № 2–3. С. 95–98.
3. Дутчак М. Підготовка фахівців з менеджменту і управління спортом для всіх у зарубіжних країнах. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми з фізичного виховання і спорту*. Харків, 2009. № 3. С. 43–48.
4. Дутчак Ю. Особистісні детермінанти організованості спортивного менеджера як суб'єкта управлінської діяльності: автореф. дис. ... канд. наук із фіз. вих. Львів, 2003. 20 с.
5. Ельбрехт О. Підготовка менеджерів у вищих навчальних закладах Великобританії, Канади, США: порівняльний аналіз: монографія. Київ: Основа, 2009. 256 с.
6. Жданова О., Чеховська Л. Управління сферою фізичного виховання і спорту: навчальний посібник. Дрогобич, 2009. 224 с.
7. Про внесення змін до Закону України «Про фізичну культуру і спорт» та інших законодавчих актів України»: Закон України від 17 листопада 2009 р. № 1724–VI. *Офіційний вісник України*. 2009. № 97. С. 30–52.
8. Криштанович С. Формування у майбутніх менеджерів фізичної культури і спорту готовності до професійної діяльності. *Молодий вчений*. 2017. № 3. С. 414–417. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2017_3_99.
9. Куделко В., Куделко А. Конкурентоспроможність освітньої послуги за напрямом підготовки «Менеджмент у спорті» на освітянському ринку України. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Харків, 2014. № 4. С. 22–26. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/konkurentosposobnost-obrazovatelnoy-uslugi-po-napravleniyu-podgotovki-menedzhment-v-sporte-na-rinke-obrazovatelnyh-uslug-ukrainy/viewer>.
10. Переверзин И. Менеджмент спортивной организации: учебное пособие. 3-е изд., перераб. и доп. Москва: Физическая культура и спорт, 2006. 464 с.
11. Приходько И., Стадник С. Совершенствование подготовки менеджеров в сфере физической культуры и спорта в Украине. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми з фізичного виховання і спорту*. Харків, 2013. № 9. С. 91–95.
12. Приходько І., Оксененко А. Організація і менеджмент фізичної культури: навчальний посібник. Харків, 2010. 178 с.
13. Тягур Р. Особливості управлінської праці у сфері фізичного виховання і спорту. *Вісник Прикарпатського університету*. Івано-Франківськ, 2013. Вип. 18. С. 129–137.
14. Чеховська Л. Теоретичні основи управлінської праці фізкультурного керівника. *Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення: матеріали III Міжрегіональної науково-практичної конференції*. Львів, 2002. С. 51–54.
15. Шерин В. Модель формирования компетентности управленческой деятельности специалиста по физической культуре и спорту. *Вестник Томского государственного университета*. 2011. № 347. С. 147–150.
16. Danylchuk K. Internationalizing Ourselves: Realities, Opportunities, and Challenges. *Journal of Sport Management*. 2011. Vol. 25. Iss. 1. P. 1–10. DOI: <https://doi.org/10.1123/jsm.25.1.1>.

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ АДАПТАЦІЇ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

PEDAGOGICAL CONDITIONS OF ADAPTATION OF FUTURE PHYSICAL TRAINING TEACHERS

Статтю присвячено визначенню показників рівня адаптованості майбутніх учителів фізичної культури під час навчання в закладі вищої освіти, виявленню педагогічних умов адаптації майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності; реалізації педагогічних умов адаптації майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності в закладах загальної середньої освіти.

Було уточнено поняття «адаптація» як процес пристосування особистості до нових умов життєдіяльності, включення в нове соціальне середовище в період будь-якої діяльності. Адаптованість було визначено як результат пристосування особистості до нових умов життєдіяльності, до нового соціального середовища, адаптивність як здатність пристосуватися до нових умов життєдіяльності, до нового соціального середовища. Під адаптацією майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності в закладах загальної середньої освіти розуміємо опанування майбутніми вчителями професійних знань у процесі навчання в закладі вищої освіти, пристосування майбутніх учителів до вимог своєї професії, становлення майбутніх учителів як професіоналів. Під професійною діяльністю майбутніх учителів фізичної культури ми розуміємо складне психолого-педагогічне утворення, систему педагогічних умінь і навичок, самоаналіз власних дій; набір компетентностей, що притаманні учителям фізичної культури.

Під педагогічними умовами ми розуміємо сукупність обставин, які сприятимуть успішній адаптації майбутніх учителів фізичної культури до простору закладів вищої освіти та до обраного фаху.

Виявлено педагогічні умови, що сприятимуть адаптації майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності: стимулювання позитивної мотиваційної настанови до майбутньої професійно-педагогічної діяльності; відображення у змісті нормативних дисциплін специфіки та складності професійно-педагогічної діяльності; посилення рефлексивної складової частини підготовки до професійно-педагогічної діяльності шляхом урахування потенціалу педагогічної практики.

Ключові слова: майбутні вчителі фізичної культури, адаптація, професійна діяльність, педагогічні умови.

This article is devoted to clarification of the essence and structure of the phenomenon of "adaptation of future teachers of physical culture for professional activity"; definition of the components, criteria and indicators of adaptability of future teachers of physical culture while learning in a higher education institution, the identification of pedagogical conditions of adaptation of future teachers of physical culture, to professional activities; develop a structural-functional model of realisation of pedagogical conditions of adaptation of future teachers of physical culture. to professional activity and testing its effectiveness. We have refined the concept of «adaptation» as a process of adaptation of personality to the new conditions of life and integration into a new social environment during the period of any activity. Adaptability was identified as the result of adaptation of personality to the new conditions of life, to the new environment, adaptability as the ability to adapt to new conditions of life, to a new social environment. Under the adaptation of future teachers of physical culture to the profession understand the mastery of future teachers' professional knowledge in the learning process in higher education institution, adaptation of future teachers to the demands of their profession, the formation of future teachers as professionals. Under the professional activity of future teachers of physical culture we understand the complex psychological-pedagogical education, pedagogical skills, self-awareness of their own actions; a set of competencies that are inherent in teachers of physical culture.

Under pedagogical conditions, we understand the totality of the circumstances that foster successful adaptation of future teachers of physical culture to the space of institutions of higher education and their chosen profession.

We have identified pedagogical conditions, contributing to the adaptation of future teachers of physical culture for professional work: promoting positive motivational attitudes for future professional pedagogical activity; reflected in the content of the normative disciplines of the nature and complexity of vocational and educational activities; strengthening the reflective component of preparation for professional pedagogical activities by considering the potential of pedagogical practices.

Key words: future teachers of physical culture, adaptation, professional activity, pedagogical conditions.

УДК 371.134:373
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.30>

Мосейчук Ю.Ю.,

докт. пед. наук,
професор кафедри фізичної культури та основ здоров'я

Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Курнишев Ю.А.,

канд. пед. наук,
доцент кафедри фізичної культури та основ здоров'я

Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді. Однією з найбільш актуальних і складних проблем сучасності є цілеспрямоване підвищення ефективності особистісного та професійного розвитку майбутнього фахівця під час професійної діяльності в закладі загальної середньої освіти (далі – ЗЗСО). Без сумніву, це стосується і діяльності, ефективність якої безпосередньо залежить від рівня та якісних характеристик особистісного і

професійного розвитку майбутніх учителів фізичної культури. У цьому контексті ми виходили з тих міркувань, що лише на основі семантичного аналізу сутності й особливостей розвитку можна виокремити основні засади, яких будемо дотримуватися, готуючи майбутніх учителів фізичної культури до активної професійної діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій засвідчує, що питання професійної підготовки

майбутніх учителів фізичної культури перебувало в полі зору педагогів. Зокрема, протягом останніх років захищено низку дисертаційних робіт, які висвітлюють різноманітні аспекти теорії та методики професійної освіти. Так, у роботі Л. Сущенко [4] проаналізовано процедуру проєктування професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури на засадах контекстного навчання; у дослідженні вивчено формування професійної компетентності майбутніх учителів фізичної культури у процесі опанування природничих дисциплін; у публікаціях Л. Сущенко [4] проаналізовано методологічні аспекти професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту; розкрито теоретико-методичні засади оптимізації професійної підготовки вчителів фізичної культури; А. Чепелюк [5] розглядала теоретико-практичні аспекти формування психолого-педагогічної компетентності майбутніх учителів фізичної культури.

Мета статті – теоретично обґрунтувати ефективність педагогічних умов адаптації майбутніх учителів фізичної культури у процесі професійної діяльності у ЗЗСО.

Методи дослідження. Для реалізації окреслених у дослідженні завдань використано комплекс взаємопов'язаних методів: теоретичні (аналіз педагогічної, психологічної літератури та навчально-методичних матеріалів із метою визначення реального стану підготовки майбутніх учителів фізичної культури); емпіричні (анкетування, бесіда, спостереження; педагогічний експеримент; констатувальний і формувальний експерименти, аналіз педагогічного досвіду з метою перевірки ефективності запропонованих педагогічних умов і їх упровадження у процес професійної підготовки у ЗЗСО України); математичної статистики (критерій 2χ).

Опрацювання результатів опитування здійснювали шляхом аналізу відповідей респондентів за допомогою спеціального ключа, який дозволяє розрахувати й оцінити рівень соціально-психологічної адаптації майбутніх учителів фізичної культури.

Виклад основного матеріалу. За період незалежності в Україні було визначено нові пріоритети розвитку освіти, розпочато практичне формування галузі на базі ухваленної урядом програми «Освіта. Україна XXI століття» [1]. Відомо, що розвиток освіти виступає стратегічним ресурсом подолання кризових процесів, покращення людського життя, забезпечення національних інтересів та зміцнення авторитету української держави на міжнародній арені. У Законі «Про вищу освіту» акцентовано важливість підготовки конкурентоспроможного фахівця для високотехнологічного й інноваційного розвитку країни, самореалізації особистості, забезпечення потреб суспільства, ринку праці та держави у кваліфікованих спеціалістах. А це можна реалізовувати через патріотичне, правове, екологічне вихо-

вання; через утвердження в учасників освітнього процесу моральних цінностей, соціальної активності, громадянської позиції та відповідальності, здорового способу життя, уміння вільно мислити та самоорганізовуватися в сучасних умовах [2]. Освіта та виховання майбутнього покоління здійснюються в рамках освітнього середовища навчального закладу. У період навчання майбутнього вчителя в освітньому середовищі вищого педагогічного навчального закладу дуже важливо сприяти позитивній професійній адаптації майбутнього фахівця до обраної професійної педагогічної діяльності. Під час адаптації майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності важливу роль відіграють педагогічні умови, що сприятимуть успішній адаптації майбутнього фахівця галузі освіти до професійної діяльності.

Аналіз наукових напрацювань учених, у яких представлено феномен адаптації фахівця до роботи в освітньому закладі, доводить, що дослідники пропонують зосереджувати увагу на таких напрямках. Перший стосується інтеграції фахових і психолого-педагогічних дисциплін із метою виявлення специфіки професійної діяльності вчителя. Другий напрям – відображення посиленням мотиваційної та рефлексивної складових частин підготовки студентів у ЗВО. Третій напрям пов'язаний з установленням сприятливої професійно насиченої атмосфери навчання, тобто збагачення навчально-виховного середовища практичним досвідом. Узагальнення власного практичного досвіду роботи вчителем, вивчення стану адаптованості вчителів на практиці дали нам можливість визначити такі педагогічні умови адаптації майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності: стимулювання позитивної мотиваційної настанови до майбутньої професійно-педагогічної діяльності; відображення у змісті нормативних дисциплін складності професійно-педагогічної діяльності; посилення рефлексивної складової частини підготовки до професійно-педагогічної діяльності шляхом урахування потенціалу педагогічної практики.

Перша педагогічна умова – стимулювання позитивної мотиваційної настанови до майбутньої професійно-педагогічної діяльності

Друга педагогічна умова – відображення у змісті нормативних дисциплін специфіки та складності психолого-педагогічної діяльності. У даній умові, на наш погляд, великого значення набувають створення та розвиток позитивної «Я-концепції» майбутнього вчителя

Майбутньому вчителю необхідно навчитися використовувати свої сильні якості, а слабкі – компенсувати своєю організацією праці. Однією з колективних форм, які використовують із метою психологічної підготовки студентів-старшокурсників до професійної діяльності, як і в період адапта-

ції до загальноосвітнього навчального закладу, є психологічний тренінг. У формуванні професіоналізму майбутнього вчителя основна роль належить удосконаленню його особистості, професійної самосвідомості, професійним позиціям як системі стосунків з іншими людьми. Так, професійний педагогічний тренінг може бути спрямований на: удосконалення професійної позиції («діагност», «дослідник»); розвиток психологічних процесів (педагогічне мислення, педагогічна рефлексія й ін.), якостей особистості; удосконалення педагогічних умінь (наприклад, прийомів вирішення педагогічних завдань, засобів зняття напруження, конструктивних прийомів виходу з конфлікту); розширення професійних знань [3].

Третя педагогічна умова – посилення рефлексивної складової частини підготовки до професійно-педагогічної діяльності шляхом урахування потенціалу педагогічної практики. На нашу думку, великого значення в адаптації майбутніх учителів фізичної культури набуває ставлення до себе як до професіонала.

Отже, нами виділено такі педагогічні умови адаптації майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності: стимулювання позитивної мотиваційної настанови до майбутньої професійно-педагогічної діяльності; відображення у змісті нормативних дисциплін складності професійно-педагогічної діяльності; посилення рефлексивної складової частини підготовки до професійно-педагогічної діяльності шляхом урахування потенціалу педагогічної практики.

Для визначення рівнів адаптованості майбутніх учителів до професійної діяльності ми обрали єдину діагностику, яка дозволила віднести студентів до того чи іншого рівня згідно зі ступенем прояву ознак запропонованих критеріїв. Рівні сформованості адаптованості майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності визначались за середнім значенням показників обраних критеріїв, як-от: високий, достатній, середній, низький. Із метою впровадження педагогічних умов адаптації майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності нами було розроблено спецкурс «Учитель-фізичної культури XXI століття», який реалізований через секційну, гурткову роботу та включав в себе: лекції, практичні заняття, семінари, засідання круглого столу, ділові ігри.

На першому курсі ми реалізовували педагогічну умову «Стимулювання позитивної мотиваційної настанови до майбутньої професійно-педагогічної діяльності». Із цією метою ми розробили комплекс заходів «Знайомство із професією «вчитель»», який складався з лекцій, семінарських занять, диспутів, захисту проєктів.

На другому – третьому курсах ми втілювали педагогічну умову «Відображення у змісті нормативних дисциплін специфіки та складності профе-

сійно-педагогічної діяльності». Нами було проведено комплекс заходів, спрямованих на проблеми ставлення студентів, майбутніх учителів фізичної культури до себе як до майбутніх професіоналів у галузі освіти: вправи, лекції, семінарські та практичні заняття, ділові ігри.

На четвертому курсі ми реалізовували педагогічну умову «Посилення рефлексивної складової підготовки до професійно-педагогічної діяльності шляхом урахування потенціалу педагогічної практики». Реалізацію даної педагогічної умови ми проводили через педагогічну практику студентів: психологічна підготовка до педагогічної практики; методи та засоби роботи з учнівської молоддю, їхніми батьками; допомога студентам у період проходження педагогічної практики; аналіз студентами педагогічної практики. У процесі реалізації педагогічних умов ми приділяли багато уваги самостійній роботі майбутніх учителів: створення презентацій, власне оцінювання, надання власних рекомендацій, робота з довідковою літературою, написання доповідей, рефератів, складання планів-заходів.

На основі одержаних результатів дослідження робимо висновок, що визначені педагогічні умови ефективно вплинули на рівень адаптованості майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності. Достовірність отриманих результатів підтверджено емпіричним значенням критерію χ^2 . Тому є підстави стверджувати, що розрахунки рівнів адаптованості майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності в експериментальних групах є об'єктивними.

Висновки. Нами було виявлено педагогічні умови, що сприятимуть адаптації майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності: стимулювання позитивної мотиваційної настанови до майбутньої професійно-педагогічної діяльності; відображення у змісті нормативних дисциплін специфіки та складності професійно-педагогічної діяльності; посилення рефлексивної складової частини підготовки до професійно-педагогічної діяльності шляхом урахування потенціалу педагогічної практики.

На основі одержаних результатів дослідження робимо висновок, що визначені педагогічні умови вплинули на рівень адаптованості майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності. Достовірність отриманих результатів підтверджено емпіричним значенням критерію χ^2 . Тому є підстави стверджувати, що розрахунки рівнів адаптованості майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності в експериментальних групах є об'єктивними. Проведене дисертаційне дослідження не вичерпує повною мірою всіх проблем, пов'язаних із покращенням процесу адаптації майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності, дає змогу окреслити мож-

ливі шляхи подальших наукових пошуків, зокрема визначення чинників (об'єктивних і суб'єктивних), що впливають на адаптацію майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності, та технологій професійно-педагогічної підготовки майбутніх учителів фізичної культури.

Підсумовуючи, наголошуємо, що фізична культура покликана формувати всебічно розвинену особистість, головного суб'єкта й об'єкта суспільно-історичного процесу. Відома тріада – «духовне багатство», «моральна чистота», «фізична досконалість» – виступає головним атрибутом гармонійно розвиненої, суспільно активної особистості. Вони перебувають у нерозривному взаємозв'язку одне з одним, що проявляється, зокрема, у впливі фізичної культури на духовну, моральну і матеріальну культуру. Даний підхід є також актуальним з погляду виявлення формування засобами фізичної культури в системі загальнолюдських цінностей майбутніх учителів фізичної культури.

У сучасних соціально-економічних умовах особливої актуальності набуває проблема підвищення рівня культури студентської молоді, як загальної, так і окремих її видів. Вимога сучасності щодо підготовки конкурентоспроможних фахівців у ЗВО робить проблему збереження і зміцнення їхнього здоров'я під час професійної підготовки майбутніх

учителів фізичної культури особливо актуальною. Отже, професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури повинна базуватися на такій методологічній стратегії, яка визначає цільову спрямованість організації освітньої діяльності.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Державна національна програма «Освіта» («Україна XXI століття»). URL: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/896-93-p>.
2. Про вищу освіту : Закон України. URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.
3. Сарсенбаева Б. Психология личностного и профессионального самосовершенствования будущих педагогов : монография. Москва, 2005. 176 с.
4. Сущенко Л. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах : дис. ... докт. пед. наук: 13.00.04. Київ, 2003.
5. Чепелюк А. Методи навчання як одна із складових у формуванні психолого-педагогічної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)». 2015. Вип. 5 (1). С. 258–261. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2015_5%281%29__84.

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВІДБОРУ ТА ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ
ПОЧАТКОВИХ КУРСІВ ДО ПРОФЕСІЙНОГО ФУТБОЛУPSYCHOLOGICAL ASPECTS OF SELECTING AND TRAINING
UNDERGRADUATE STUDENTS FOR PROFESSIONAL FOOTBALL

У статті розкрито проблеми відбору та підготовки студентів початкових курсів для участі у всеукраїнських змаганнях серед студентів. На сучасному етапі розвитку футболу зростає важливість поняття змагальної діяльності, унаслідок чого підвищуються вимоги до фізичного та психологічного стану футболістів. Розглянуто рівень досягнень, згідно з кількістю студентів початкових курсів у складі команди. Розкрито особливості психологічного контролю юнаків перед відбором до професійної команди, необхідні аспекти та якості футболістів, з'ясовано та перевірено етапи для своєчасного відбору. Акцентовано увагу на етапах підготовки, проблемах, методах їх усунення. Проаналізовано вплив загальної та спеціальної психологічної підготовки студентів перших курсів для участі у всеукраїнських та міжнародних змаганнях. Зображено етапність і зони впливу підготовки на гравців і тренерський штаб у різні періоди тренувального процесу для досягнення очікуваного результату. Під час дослідження було розглянуто педагогічні особливості тренерів різних поколінь, їхні авторські методи психологічного впливу на формування спортивної особистості студентів початкових курсів під час технічної підготовки й ігрової діяльності.

Охарактеризовано відмінності системи підготовки європейських і вітчизняних команд. На цій основі проведено аналіз, контроль і експериментальну перевірку даних закордонних фахівців з авторами подібних статей. Доведено, що у студентів, які з ранніх років займаються футболом у секціях, потенціал розвитку психологічної підготовленості вищий, ніж у студентів, які самостійно тренуються, чим зумовлені проблеми успішності їхніх результатів у команді. У процесі дослідження використовувались методи аналізу та синтезу, психоаналізу, аналізу науково-методичної літератури, опитування й експериментальної перевірки.

Ключові слова: психологічний відбір, психологічна підготовка, особистісні якості, тренувальний процес, тренер, початкові курси, чоловіки.

The article deals with the problems of selection and preparation of elementary students for participation in all-Ukrainian competitions among students. At the present stage of the development of football, the concept of competitive activity is growing and as a result the requirements for the physical and psychological state of football players are increasing. The level of achievement is considered, according to the number of elementary students in the team. The peculiarities of the psychological control of young men before selection to a professional team are revealed, the necessary aspects and the quality of football players, the stages for timely selection are clarified and checked. The attention is paid to the stages of preparation, problems, and methods of their elimination. The influence of general and special psychological training of first year students for participation in national and international competitions is analyzed. The stages and areas of influence of training on the players and the coaching staff in different periods of the training process are shown in order to achieve the expected result. The study considered the pedagogical features of coaches of different generations and their author's methods of psychological influence on the formation of athletic personality of elementary students during technical training and playing activities.

The differences in the training system between European and national teams are characterized. On this basis, the analysis, control and experimental verification of the data of foreign experts with the authors of similar articles were carried out. It is proved that in students who from early years are engaged in football in sections, the potential of development of psychological readiness is higher than in students who train independently, which causes the problems of success of their results in the team. The study used methods of analysis and synthesis, psychoanalysis, analysis of scientific and methodological literature, questioning and experimental verification.

Key words: psychological selection, psychological training, personal qualities, training process, coach, elementary courses, men.

УДК 796.332.071:159.938-057.875
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.31>

Осадець М.М.,
професор,
професор кафедри фізичного
виховання
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді.

На даний момент гра у футбол посідає перше місце серед інших видів спорту за кількістю вболівальників, чим зумовлене заохочення всіх юнаків у розвитку своїх фізичних якостей у цьому виді спорту. Гра у футбол висуває суворі вимоги до фізичних, психологічних якостей, особливо до інтелектуальних. Складні та різні умови гри, напруженість під час матчу (особливо на чужому стадіоні), проблеми в комунікації напарників під час матчу та після, перехід у команду, вищу за рівнем чи лігою, усе це виявляє психологічні якості футболіста. Від психологічних якостей сту-

дента, який займається футболом, залежать як його індивідуальні досягнення, так і досягнення його команди.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Дослідження наукової літератури та наукових праць довело, що зазначеному питанню приділяється мало уваги, а більше приділяють увагу дорослим футболістам. Є багато моделей футболістів професійного футболу, але немає інформації щодо порівняльного аналізу моделей юних футболістів і гравців професійних клубів, на підставі яких можна було б переглянути перспективи юнаків у професійному футболі.

Останніми роками питанням психологічного відбору у професійні команди юних гравців цікавилися Вікторія Ковальчук і Олег Байрачний, які у своїх працях висвітлювали аспекти відбору в команду нових гравців за психологічними критеріями. У праці науковця В. Никитушкина розкрито особливості тренувального процесу футболістів віком 16–19 років, запропоновано методичні рекомендації тренерам і викладачам.

Мета статті – виявити основні критерії психологічних особливостей і якостей студентів перших курсів під час відбору та підготовки до професійного футболу.

Виклад основного матеріалу. У багатьох працях різних дослідників зазначають важливість різних психологічних, анатомо-фізіологічних та інтелектуальних показників футболістів. Згідно з даними вітчизняних дослідників даного питання, було вирішено робити відбір більш комплексо [3].

Відбір у футболі належить до складних комплексних проблем, залежить від педагогічних, соціальних, анатомо-фізіологічних і психологічних аспектів.

Педагогічний аспект – питання узгодження із загальними тренуваннями в юнацькому віці темпів фізичного розвитку.

Соціальні аспекти – економічні проблеми в розвитку, адже правильне харчування, спортивне обладнання, організування тренувальних ігор потребують певного рівня матеріальних витрат.

Анатомо-фізіологічний аспект – включення великого обсягу досліджень із питань діагностики стану здоров'я, рівня розвитку життєво-важливих систем організму.

Психологічний аспект складається з оцінки психологічних особливостей особистості, рівня розвитку психологічних якостей щодо певного виду спорту [2].

Провівши аналіз даних різних досліджень, ми поділили відбір підлітків на три етапи:

Перший етап – перевірити відповідність фізіологічних, психологічних особливостей юнаків вимогам даного виду спорту.

Другий етап – спрямований на теоретичне визначення можливого потенціалу в досягненні майбутніх результатів.

Третій етап (експериментальний) – спрямований на виявлення можливості спортсмена на досягнення високих спортивних результатів у середовищі великої конкуренції серед гравців основного складу команди [7].

Під час дослідження варто звернути увагу на те, що чим швидше відбувається ріст антропометричних даних, тим кращим стає потенціал даного гравця.

Відбір спортсменів-підлітків до професійного футболу великою мірою залежить від критеріїв застосовуваних тестів щодо різних видів спорту (циклічні, швидкісно-силові, спортивні ігри). Тому

потрібно виокремити тести лише для футболу, щоб уникнути неконкретизації даних дослідження.

Перш ніж почати опис психологічного відбору, варто розглянути «психологічну підготовленість». У результаті проведеного аналізу робіт закордонних спеціалістів було встановлено, що на території таких європейських країн, як Іспанія, Італія, Англія, найбільшу увагу у тренуванні професійних і аматорських команд приділяють психологічній роботі тренера та психолога [10].

У психологічній підготовці майбутнього футболіста важливі розвиток і удосконалення швидкісного мислення, а саме вибір швидкого та правильного рішення в ситуації, що постійно змінюється, за максимально коротким проміжком часу.

Для контролю за психічними процесами не варто обмежуватись аспектами сенсорно-моторного самоконтролю, рівнем оперативного мислення, швидкістю реагування в тій чи іншій спортивній дисципліні [11].

Контроль за психічними процесами передбачає з'ясування рівня розвитку таких здібностей і якостей, як:

- стійкість до стресових ситуацій;
- рівень сприйняття рухових параметрів;
- зосередженість і об'єм уваги;
- особистісні якості (мотивація, здатність до лідерства, здатність до емоційного самоконтролю).

У своїй роботі Н. Платонов виділяє як основні три етапи відбору:

1) формування цілей та їхніх ознак. Здебільшого як цільові ознаки можна використати оцінки майстерності футболіста. Найбільш достовірне використання об'єктивно зафіксованих показників змагальних процесів;

2) вибір психологічних і прогностичних ознак – результати психологічних обстежень спортсменів. Саме ці ознаки дозволяють зробити прогноз щодо потенціалу, психологічної та емоційної стійкості під час змагань, мотивів, інших характеристик спортсмена. Саме із цією метою складаються психоспортограми – психологічні характеристики для конкретного виду спорту;

3) практика психологічного відбору – це остаточний момент відбору. Вона здійснюється за допомогою тестів, показники яких дають можливість зробити інтегральну оцінку психологічної придатності спортсмена [3].

Хоча відбір у футболі здебільшого базується на загальноприйнятих принципах відбору у спорті, він має і характерні риси, які виділяються під час змагального та тренувального процесів.

Варто звернути увагу на те, що футбол характеризується великою фізичною активністю, великою інтенсивністю м'язових напружень, що можна пояснити його динамічністю. У футболі навіть рухові навички не є стабільно стійкими, радше мають високий рівень мінливості, чи варіативності [4].

Зважаючи на особливості рухливості футболіста, варто зазначити його швидке заміщення одного руху другим, зовсім протилежним за своїм характером і енерговитратою.

Ефективність усіх техніко-тактичних прийомів визначається насамперед таким:

1. Ефективністю прийому за різних умов, що цілковито залежить від технічної майстерності футболіста, його вміння якнайшвидше ухвалювати дієве рішення під час гри, оцінюючи ігрову ситуацію.

2. Точністю виконання прийомів, а саме точним виконанням рухів залежно від окремих моментів гри.

3. Своєчасністю виконання прийому, що зумовлена швидкістю й точністю сприйняття відстані та часу [1].

Переглянувши й опрацювавши всі ці особливості діяльності футболіста під час гри, зауважимо, що саме вони впливають на вимоги до гравців даного віку та кваліфікації.

На основі досліджених оцінок визначено низку якостей, необхідних для професійного футболу, а саме:

- тактичне мислення;
- здатність швидкого перебудування дій залежно від змін ситуації;
- швидкість опанування прийомів;
- уміння точного виконання складних рухових завдань;
- силові якості;
- координаційні здібності;
- стартова швидкість;
- дистанційна швидкість.

Перші чотири якості мають більше значення в розвитку професійних футболістів та, на думку професійних тренерів і фахівців, зумовлені психофізіологічними та психологічними особливостями. Перед відбором до тренувального процесу, за нашими гіпотезами, варто оцінити особистісні якості спортсмена, як-от:

- рівень самооцінки;
- тип темпераменту;
- рівень суб'єктивного контролю;
- рівень мотивації;
- рівень тривожності.

Що стосується тренувального процесу підготовки студентів до професійного футболу, то варто зауважити, що психологічна підготовка спортсмена має дві точки впливу з погляду психології, а саме розвиток загальної та спеціальної психологічної підготовки. Загальна не настільки сильно впливає на досягнення результатів, як спеціальна, проте вона стає початком для подальшого тренування. Вона впливає на розвиток футболіста як особистості, розвиває в ньому універсальні властивості для формування спортивного характеру, необхідні підготовка до тривалого тренувального процесу рівнем, вище попереднього, соціально-психоло-

гічну підготовка, вольова підготовка, набуття змагального досвіду [9].

Спеціальна підготовка спрямована на формування й удосконалення психічних якостей і особистісних властивостей спортсменів, які передують успіхові, у конкретних умовах спортивної діяльності. Вона включає підготовку до конкретних змагань, до конкретного супротивника, до тренувального етапу, ситуативного самоконтролю [8].

Психологічну підготовку під час тренувального процесу і змагальної діяльності здійснюють попередньо і називають загальною психологічною підготовкою (далі – ЗПП).

Психологічну підготовку до певного змагання називають спеціальною психологічною підготовкою (далі – СПП).

До причин, які впливають на зміни психічного напруження перед змагальним процесом, відносять такі:

- значення змагання;
- склад учасників команд перед змаганням;
- рівень організації змагання;
- поведінку осіб, що мають психологічний вплив на футболіста;
- індивідуальні психологічні характеристики спортсмена;
- ступінь опанування способів саморегуляції;
- ступінь опанування способів самоконтролю.

Як показує сучасна практика, перед стартом у футболі виділяємо етап безпосередньої психологічної підготовки до виконання спортивної дії. Така підготовка здійснюється в умовах концентрації уваги, що дає змогу спортсмену вийти на необхідний рівень мобільної підготовки до старту матчу.

Для проведення повного комплексу заходів із психологічного забезпечення підготовки футболіста потрібно залучати спеціалістів – психологів-практиків, мати відповідну матеріальну базу, необхідну підготовку тренера, керівників, усього персоналу.

Між ЗПП і СПП можуть проводитись спеціальні заходи з корекції психічного стану спортсмена на заключному етапі підготовки. Такі заходи являють собою комбіновані варіанти психологічної дії з метою оптимізації психічного стану спортсмена ситуаційно, як перед змаганнями, так і під час їх проведення. Необхідність в цих заходах посилюється за відсутності систематичності у психологічній підготовці; вони можуть бути доповненням чи уточненням до попередньо проведеної роботи. Крім цього, такі заходи можуть бути пов'язані зі здійсненням психологічної чи психотерапевтичної роботи [6].

Кожний розділ психологічної підготовки спортсмена має свої напрям, завдання, зміст, передбачає проведення відповідних заходів.

Загальна психологічна підготовка спортсмена до конкретного тренувального процесу. Досягнення високих результатів в сучасному спорті

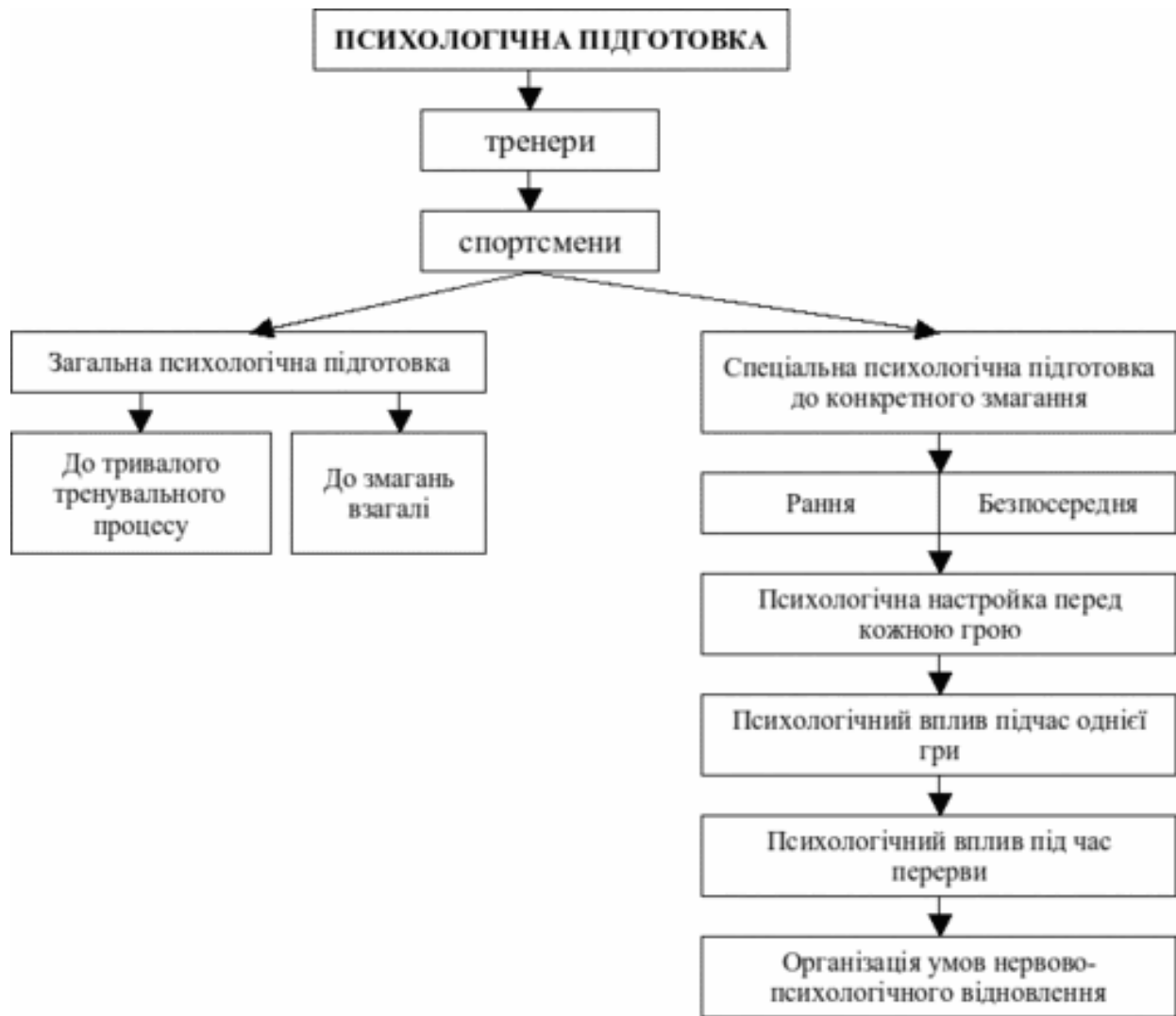


Рис. 1. Схема поетапного впливу на психологічну підготовку футболіста

Джерело: [5]

можливе лише за умови здійснення багаторічної систематичної підготовки, непорушного дотримання життєвого і спортивного режиму. До цього спортсмен повинен бути психологічно готовий. Досягнення підготовки повинно постійно здійснюватись під час тренування.

Психологічна підготовка команди та гравців до професійного рівня залежить від планування психологічної підготовки, яка поділяється на такі види:

- 1) оперативна (перед грою, турніром, конкретним змаганням);
- 2) поетапна (на місяць, період підготовки, навчально-тренувальний збір);
- 3) поточна (на річний цикл);
- 4) перспективна (на кілька років).

Обидва ці види підготовки (загальна та спеціальна) у процесі діяльності взаємопов'язані: успіхи чи невдачі у спеціальній підготовці приводять до покращення загальної підготовки, а також навпаки.

Існують багато спортсменів, талант яких оцінювали на міжнародному рівні, які, на жаль,

залишали заняття футболом, не досягнувши соціально-психологічної зрілості, навіть люди, які відповідають за пошуки молодих талантів, не розуміли, що причина різкого погіршення футбольної кар'єри полягає не у зміні способу життя чи в командних проблемах, а в невідповідності даного спортсмена до нового професійного рівня. Варто звертати увагу на те, що прості факти невизначеності подальшого майбутнього після закінчення спортивної діяльності найбільше впливають на динаміку результатів навіть у період постійних занять іншим видом спорту [5]. Варто розуміти, що спортсмен, який уже працює або має диплом фахівця будь-якої спеціальності, чи спортсмен-студент, що лише вступив у ЗВО, мають вищий психологічний рівень стійкості, ніж спортсмени, які не мають іншої професії чи реальної перспективи її одержання. Отже, як гравці, що можуть представити команду на міжнародному рівні, наприклад, у складі збірної команди країни, ідеально підходять студенти.

За словами англійського спортивного експерта Н. Kormelink, який вивчав систему тренування відомого тренера Луї Ван Гала, зміст етапу психологічної підготовки, під який попадає віковий проміжок 16–18 років, зводиться до розв'язання таких основних завдань, як:

– підвищення тактико-технічних дій футболістів завдяки засвоєнню командних принципів, тобто взаємодії в різних фазах гри на всіх ділянках поля;
– вивчення й удосконалення навичок і умінь ведення гри залежно від суперника, рахунку та напруженості гри [12].

Тренеру будь-якого виду спорту, не лише футболу, варто завжди мати вільний час для довірливого спілкування, бесід, повчальних прикладів і аналогій, для обґрунтованих наказів, спільних із підопічними роздумів, для вдумливого та багатозначного регулювання цілей, аргументованого прогнозування успіху на майбутніх турнірах, для виявлення мотивів спортсменів, необхідних у тій чи іншій ситуації.

Висновки. Отже, підсумовуючи дані аналізу науково-методичної літератури й Інтернету щодо досліджуваної проблематики, нами було виявлено, що проблемі психологічного відбору та тренування футболістів за кордоном виділяється дуже багато часу, що ж стосується України, то на першому місці – розвиток фізичних якостей спортсмена.

У результаті дослідження показників команди ФК «Університет» сезону 2019–2020 рр. було з'ясовано, що успішність команди значної мірою залежить від кількості студентів перших курсів у складі команди, що свідчить про зміни результативності команди через недостатню психологічну підготовленість.

Перспективи подальших досліджень. Важливими питаннями залишаються індивідуальний під-

бір і застосування психологічних методик у підготовці та математичному відображенні отриманого результату.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Гагаєва Г. Психологическая характеристика футбола. Психология спорта. 1969. С. 45–109.
2. Филин В. Спортивный отбор. Москва : Физкультура и спорт, 1983. 176 с.
3. Платонов В., Запорожанов В. Теоретические аспекты отбора в современном спорте. *Отбор, контроль и прогнозирование в спортивной тренировке*. 1990. С. 5–16.
4. Гиссен А. Психологическая подготовка спортсмена. Готовность спортсмена к соревнованиям. Москва, 1970.
5. Роднонов А. Психология спорта высших достижений. Москва, 1979.
6. Туманян Г. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера. Москва : Сов. спорт, 2006. 496 с.
7. Келлер В., Платонов В. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. Львів : Українська спортивна асоціація, 1992. С. 171–173.
8. Психорегуляция в подготовке спортсменов / под ред. В. Некрасова. Москва : Физкультура и спорт, 1985. 176 с.
9. Вяткин В. Роль темперамента в спортивной деятельности. Москва, 1978.
10. Никитушкин В. Многолетняя подготовка юных спортсменов : монография. Москва : Физ. культура, 2010. 240 с.
11. Ніколаєнко В., Балан Б. Практичні аспекти вдосконалення тренувальної діяльності та системи проведення змагань на етапі підготовки до вищих досягнень у футболі. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2013. № 2. С. 23–27.
12. Kormelink H., Seeverens T. The Coaching Philosophies of Louis van Gaal and the Ajax Coaches. 1997. 121 p.

ЗАСТОСУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ПІД ЧАС ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ ЛІКАРІВ

APPLICATION OF HEALTH SAVING TECHNOLOGIES WHEN FORMING HEALTH CULTURE OF FUTURE DOCTORS

Стаття присвячена проблемі формування культури здоров'я як складової частини професійної підготовки майбутніх лікарів засобами здоров'язбережувальних технологій. Зокрема, уточнено сутність змісту і структуру культури здоров'я майбутніх лікарів, критерії, показники та рівні її сформованості. Визначено особливості формування культури здоров'я майбутніх лікарів у процесі фізичного виховання й оптимальні здоров'язбережувальні технології.

Велике значення у формуванні культури здоров'я належить дисципліні «Фізичне виховання», завданнями якої є забезпечення різнобічної фізичної підготовки та гармонійного фізичного розвитку особистості студента, здобуття ним необхідного багажу знань, умінь, навичок і практичних дій у напрямі збереження та зміцнення власного здоров'я й уміння передавати цей досвід іншим людям. Лише за умови успішного вирішення цих завдань можна сподіватися на досягнення кінцевої мети – сформованості культури здоров'я майбутніх лікарів.

Шляхом узагальнення результатів наукових пошуків конкретизовано особливості формування культури здоров'я майбутніх лікарів у процесі фізичного виховання, а саме: необхідність починати формувати їхню культуру здоров'я вже з перших днів навчання у вищому медичному навчальному закладі; необхідність вироблення стійкої звички студентів до систематичної та наполегливої праці в напрямі збереження здоров'я, постійного фізичного розвитку й удосконалення; недооцінку викладачами та студентами дієвості самостійних занять із фізичної підготовки; зв'язок фізичного виховання з майбутньою професійною діяльністю; необхідність удосконалення механізмів ефектної адаптації студентів до майбутньої професійної діяльності; те, що професійна діяльність сучасного лікаря вимагає особливого виду рухових дій, умінь і навичок; необхідність удосконалення точності рухів і координації м'язів рук та кистей.

Ключові слова: здоров'я, культура здоров'я, здоров'язбережувальні технології, майбутні лікарі, фізичне виховання.

The article is devoted to the problem of forming a culture of health as a component of professional training of future doctors by means of health-saving technologies. Specifically, the content and structure of future physician' health culture, criteria, indicators and levels of their formation are specified. Features of formation of health culture of future physicians in the process of physical education and optimal health saving technologies are defined.

Important importance in the formation of health culture belongs to the discipline "Physical Education", the task of which is to provide versatile physical training and harmonious physical development of the student's personality, to obtain the necessary luggage knowledge, skills, and practical actions in the direction of preserving and promoting their own health. and the ability to share that experience with others. Only with the successful completion of these tasks should we expect to achieve the ultimate goal of forming a health culture for future physicians.

By generalizing the results of scientific research, the specifics of forming the health culture of future physicians in the process of physical education were specified, namely: the need to begin to shape their culture of health from the very first days of study at a higher education institution; the need to develop a stable habit for students to work systematically and hard in the direction of maintaining health, constant physical development and improvement; underestimating the effectiveness of independent physical education classes for teachers and students; linking physical education with future professional activity; the need to improve mechanisms for effective adaptation of students to future professional activity; the fact that the professional activity of a modern doctor requires a special kind of motor activity, skills and skills; the need to improve the accuracy of movements and coordination of the muscles of the hands and hands.

Key words: health, health culture, health-saving technologies, future doctors, physical education.

УДК 378.147

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.32>

Палічук Ю.І.,

канд. пед. наук,
доцент кафедри медицини катастроф та військової медицини
Буковинського державного медичного університету

Слобожанінов П.А.,

канд. пед. наук,
викладач кафедри фізичного виховання
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Ківерник О.В.,

старший викладач кафедри фізичного виховання
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Важливу роль у збереженні здоров'я відіграють фахівці медичної галузі, що актуалізує формування в них культури здоров'я ще під час професійної підготовки у вищих медичних навчальних закладах. Культура здоров'я майбутнього лікаря – це багатогранне утворення, що базується на знаннях, уміннях і практичних діях із формування, збереження і зміцнення власного здоров'я шляхом ведення здорового способу життя, оволодінням здоров'язберігаючою компетентністю.

Окреслені вище особливості свідчать про те, що велике значення у формуванні культури здоров'я має дисципліна «Фізичне виховання», завданнями якої є формування фізичної культури, забезпе-

чення всебічної фізичної підготовки та гармонійного фізичного розвитку особистості студента, здобуття ним необхідного комплексу знань, умінь і навичок виконання практичних дій щодо збереження та зміцнення власного здоров'я й уміння передавати цей досвід своїм майбутнім пацієнтам. Лише за умови успішного вирішення означених завдань можна розраховувати на досягнення кінцевої мети – сформованості культури здоров'я майбутніх лікарів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Важливе місце в ієрархії чинників активної життєдіяльності та самореалізації особистості належить культурі здоров'я та здоров'язбереження майбутнього фахівця. Науковці досліджують

теоретичні та практичні аспекти формування в них здоров'язбережувальної компетентності (О. Шукатка [8]), визначають основи та напрями формування культури здорового способу життя (Н. Башавець [1]), реалізують педагогічні умови вдосконалення культури зміцнення здоров'я студентів у системі фізичного виховання й ін. Особливу увагу науковці приділяють теоретичним і практичним аспектам реформування професійної освіти щодо формування культури здоров'я майбутніх фахівців (Ю. Драгнєв, Г. Кривошеєва, О. Микитюк, Н. Рибачук та ін.).

Виходячи з ідеї здорового способу життя, особлива роль у здоров'язбереженні належить лікарям, які повинні орієнтуватися не тільки на патологію, але й займатися профілактикою захворювань, здоров'ям здорової людини, щоб зберегти здоровий генофонд країни, нації, народ України від вимирання. Концепція підготовки майбутніх лікарів розширює вимоги до випускника медичного університету щодо опанування компетенцій здорового способу життя, застосування засобів фізичної культури і спорту з урахуванням стану здоров'я, фізичної підготовки, статі, віку пацієнтів.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Попри існування наукових розробок із даної теми, питання про необхідність вирішення назрілих суперечностей і врахування потреби оптимізації професійної підготовки майбутніх лікарів щодо формування культури здоров'я студентів на засадах інноваційних педагогічних підходів залишається відкритим.

Мета статті полягає у перевірці педагогічних умов формування культури здоров'я майбутніх лікарів засобами здоров'язбережувальних технологій.

Виклад основного матеріалу. Створення теоретичного фундаменту дослідження процесів формування здоров'язбереження майбутніх лікарів актуалізується уточненням термінів і визначень, які є засадничими в галузях валеології, педагогіки, психології, медицини й інших суміжних наукових сфер, дотичних до проблем здоров'я та підготовки людини до ведення здорового способу життя з метою здоров'язбереження [3].

Поняття «здоров'я» у контексті нашого дослідження розглядаємо як найвищу цінність особистості студента, що складається з фізичної, соціальної, психічної, духовної складових частин, забезпечує можливість максимальної реалізації в навчальній, професійній і особистій сферах життя. Здоровий спосіб життя майбутнього лікаря охоплює низку важливих чинників, а саме: вплив навколишнього середовища й екології, умов навчання, фізичної активності, відпочинку і дозвілля, раціонального та збалансованого харчування, фізичного розвитку та підготовленості, міжособистісних відносин, уміння контролювати емоції та долати стресові ситуації, дотримання правил гігієни в

різних сферах життєдіяльності [7]. У контексті нашого дослідження здоров'язбережувальні технології визначаємо як цілеспрямовану педагогічну діяльність, яка забезпечує взаємозв'язок навчання і виховання студентів завдяки комплексу підібраних принципів, прийомів, методів, що спрямовані на збереження, зміцнення і покращення здоров'я майбутніх лікарів, формування в них культури здоров'я як важливої життєвої цінності.

Здоров'язберігаюча компетентність студента вищого медичного навчального закладу – це результат надбання майбутнім лікарем у процесі професійної підготовки знань із питань розуміння сутності здоров'я та позитивних і негативних змін під впливом на його стан різних чинників; умінь, навичок і досвіду виконання практичних дій щодо дотримання ЗСЖ, що є важливими чинниками для його майбутньої повноцінної діяльності.

Культура здоров'я майбутнього лікаря – це багатогранне утворення, що базується на знаннях, уміннях і практичних діях із формування, збереження і зміцнення власного здоров'я шляхом ведення здорового способу життя, опанування здоров'язберігаючої компетентності. Основними компонентами структури культури здоров'я студента ВМНЗ є: фізична, психофізіологічна, соціальна, духовно-моральна, інтелектуальна й інформаційна складові частини.

Одним із ключових засобів реалізації здоров'язбережувальних технологій (далі – ЗТ) у ВМНЗ є фізичне виховання, яке спрямоване на:

- формування в майбутніх лікарів фізичних, психологічних, естетичних і моральних якостей;
- сприяння збереженню та зміцненню здоров'я майбутніх лікарів, їхньому всебічному розвитку, забезпеченню високої працездатності;
- засвоєння необхідної бази знань із теорії та методики, проведення самостійних занять із фізичної культури та рухової активності, уміння застосовувати здобуті знання з фізичного виховання в майбутній професійній діяльності лікаря.
- Інструментальна складова частина використання ЗТ у фізичному вихованні студентів передбачає наявність:
 - спортивних і гімнастичних залів, стадіонів, басейнів, майданчиків з їхніми санітарно-гігієнічними умовами, навколишнім природним середовищем;
 - фізкультурно-спортивного інвентарю й обладнання, тренажерів, різних пристроїв і пристосувань належного технічного стану;
 - наявністю аудіо- та відеотехніки, комп'ютерів, діагностичної апаратури та спеціальної апаратури, що дозволяє проводити наукові дослідження;
 - підручників, навчальних і методичних посібників із різних напрямів фізичної культури, програм і наочних посібників. Однак ми вважаємо, що соціальна складова частина (кадровий потенціал)

використання здоров'язбережувальних технологій у фізичному вихованні є основною.

Заслуговує на увагу поділ здоров'язбережувальних технологій за характером діяльності основних суб'єктів на вузькоспеціалізовані та комплексні, проведений Ю. Палічуком. На думку науковця, до вузькоспеціалізованих відносяться такі ЗТ:

- *освітні*, які сприяють збереженню здоров'я у процесі навчання і виховання;

- *медичні*, що забезпечують профілактику різноманітних захворювань, корекцію та реабілітацію соматичного здоров'я, санітарно-гігієнічну діяльність;

- *психологічні*, призначені для здійснення профілактики і психокорекції психічних відхилень;

- *соціальні*, що сприяють організації ЗСЖ, профілактиці й корекції девіантної поведінки [4].

У процесі формування культури здоров'я майбутніх лікарів використовувався комплекс здоров'язбережувальних технологій.

Технологія проведення занять із фізичного виховання у природних умовах засвідчила можливість комплексного поєднання фізичних вправ, природних сил і гігієнічних чинників як засобів фізичного виховання; організації спеціальних процедур загартовуючого й оздоровчо-відновного характеру (повітряних, сонячних, водних тощо), під час яких дію природних чинників дозують і використовують як відносно самостійний засіб загартування й оздоровлення; поєднання фізичних вправ із дією холодового подразника (низьких і високих температур повітря), коливань атмосферного тиску, надмірної чи недостатньої вологості, атмосферних опадів тощо, що сприятливо впливає на терморегуляційні механізми центральної нервової системи [10].

Технологія емоційної підтримки студентів (на основі використання методів арт-терапії, зокрема музики, на заняттях із фізичного виховання). На основі опрацювання результатів фізіологічних досліджень встановлено науково обґрунтований позитивний вплив музики на нервову, серцево-судинну, дихальну, імунну й інші системи організму людини. Практикою доведено, що музика впливає на фізіологічні процеси організму людини, сприяє підвищенню амплітуди дихання, легеневої вентиляції, емоційного тону, покращує працездатність, викликає реакції, пов'язані зі змінами системи кровообігу і дихання, пришвидшує навчання рухових дій тощо. Виконання фізичних вправ під музику привчало студентів до відчуття музичного ритму, такту, розміру, висоти звуків і форм музичних композицій, що опоможе майбутнім лікарям у їхній професійній діяльності, а саме: вимірювати частоту серцевих скорочень і встановлювати відсутність чи наявність брадикардії та тахікардії; вимірювати артеріальний тиск і прослуховувати слабкі удари; прослуховувати за допомогою фонендоскопа та діагностувати трахеїти, бронхіти і запалення

легень; точно діагностувати звуки під час застосування методу перкусії людського тіла тощо [9].

Виконання студентами фізичних вправ під музику забезпечувало підвищення ефективності педагогічного процесу, а саме: створювало для викладача можливість уважно спостерігати за студентами у процесі їхньої фізичної активності, висловлювати зауваження щодо правильності виконання фізичних вправ, навчати та контролювати їх дихання та техніку виконання рухів тощо. Залежно від змісту занять із фізичного виховання музику використовували як: елемент супроводу рухової діяльності (ведення м'яча та виконання штрафних кидків у баскетболі, індивідуальне володіння м'ячем і подачі у волейболі); музичне тло під час виконання фізичних вправ (проведення естафет, рухливих ігор, вправ на розслаблення та відновлення працездатності); як засіб, що безпосередньо пов'язаний із рухом виконання під музику різних танцювальних і гімнастичних вправ [6].

Технологія самооздоровлення використовувалася для активізації внутрішніх сил студента й організації самостійної роботи у формуванні культури здоров'я. Основними методами застосування цієї технології були: виконання вправ для профілактики порушення зору та запобігання комп'ютерного синдрому, оскільки значну частину часу, відведеного на навчання, майбутні лікарі проводять за комп'ютером; ходіння босоніж, що має загальнозміцнюючу дію, оскільки між підшвою і слизовою оболонкою верхніх дихальних шляхів існує тісний рефлексорний зв'язок; систематичне виконання комплексів вправ ранкової гігієнічної гімнастики (РГГ), що їх майбутній лікар повинен використовувати для підвищення працездатності та зміцнення здоров'я; самомасаж, що є різновидом масажу як найдавнішого гігієнічного та лікувального засобу, історія якого сягає в давнину [2].

Комплексне використання методів усіх здоров'язбережувальних технологій сприятиме активізації внутрішніх сил студентів і застосуванню ефективних засобів на шляху до формування культури здоров'я майбутніх лікарів. Отже, здоров'язбережувальна освіта, що базується на використанні сукупності методів як складників ЗТ у вищому медичному навчальному закладі, має бути спрямована на формування культури здоров'я майбутніх лікарів.

Висновки. За результатами дослідження можна зробити висновки, що оптимальним середовищем для формування культури здоров'я майбутніх лікарів засобами здоров'язбережувальних технологій є реалізація визначених педагогічних умов, а саме: створення сприятливого навчально-виховного середовища для мотивування студентів до занять фізичною культурою і спортом, формування особистості лікаря як носія культури здоров'я; використання міждисциплінарних

зв'язків для поєднання студентами фізкультурно-оздоровчих і медико-біологічних знань як основи формування культури здоров'я майбутніх лікарів.

Подальші наукові пошуки вбачаємо у продовженні вдосконалення методики підготовки майбутніх лікарів до здоров'язбережувальної діяльності на основі формування в них культури здоров'я на старших курсах.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Башавець Н. Теоретико-методичні засади формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вищих економічних навчальних закладів : дис. ... докт. пед. наук: 13.00.04. Одеса, 2012. 555 с.

2. Назарук В. Формування культури здоров'я майбутніх лікарів засобами здоров'язбережувальних технологій : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Тернопіль, 2015. 267 с.

3. Палічук Ю. Методика реалізації технології і педагогічних умов здоров'язбереження економіста. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : збірник наукових праць / Волинський національний університет ім. Лесі Українки. Луцьк, 2014. Вип. № 1 (25). С. 29–32.

4. Палічук Ю. Гуманізація навчально-виховного процесу вищої економічної школи засобами здоров'язбереження. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського*. 2013. № № 5–6. С. 111–116.

5. Палічук Ю. Структура, зміст і функції здоров'язбереження в освітньому процесі економічного вищого навчального закладу. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка*. Серія «Педагогіка». 2011. Вип. 4. С. 56–62.

6. Палічук Ю. Формування мотивації до здоров'язбереження студентів ВНЗ. *Історичні, теоретико-методичні, медико-біологічні аспекти фізичної культури і спорту* : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції, 5–6 квітня 2016 р. Чернівці, 2016. С. 265–269.

7. Палічук Ю. Модель здоров'язбереження в навчально-виховному процесі вищої економічної школи. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології* : збірник наукових праць / Сумський державний педагогічний університет ім. А.С. Макаренка. 2014. № 6 (40). С. 230–236.

8. Шукатка О. Формування здоров'язберігаючої компетентності майбутніх економістів на засадах аксіології : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Хмельницький, 2013. 255 с.

9. Characteristics of physical conditions of 7–9-year-old schoolchildren / Y. Galan et al. *Journal of Physical Education and Sport*. 2018. Vol. 18. Art. 297. P. 1999–2007.

10. Analysis of the acquisition of expertise and mastery of physical skills for performing techniques by young footballers / A. Hakman et al. *Journal of Human Sport and Exercise*. 2018. Vol. 18. Art. 184. P. 1237–1242.

ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ Й СПОРТУ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В УМОВАХ ІНКЛЮЗИВНОГО НАВЧАННЯ

DETERMINING THE LEVEL OF PROFESSIONAL READY FOR FUTURE PROFESSIONALS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TO PROFESSIONAL ACTIVITIES IN THE CONDITIONS OF INCLUSIVE SCIENCE

У статті визначено необхідність професійної підготовки кадрів для роботи в умовах інклюзивної освіти. Установлено проблему вдосконалення педагогічної освіти в навчанні майбутніх фахівців фізичного виховання й спорту для підвищення якості викладання дисципліни «фізична культура» в інклюзивних класах. У результаті дослідження підтверджено, що суспільно-політичні зміни в Україні суттєво змінили сутність професійної діяльності вчителів фізичного виховання, а традиційний зміст, форми й методи підготовки вчителів фізичного виховання неповною мірою відповідають вимогам сьогодення. Стаття присвячена вивченню професійної готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання й спорту до роботи з дітьми з особливими освітніми потребами, тому що це є одним із головних завдань держави та закладів вищої освіти, де проходить підготовка фахівців у галузі фізичної культури і спорту. Упровадження інклюзивного навчання в Україні та підвищення уваги до осіб з особливими потребами, залучення їх до занять фізичними вправами підтвердили актуальність досліджуваної проблеми.

У статті наголошується, що модифікація змісту професійної підготовки фахівців з фізичного виховання й спорту в профільних закладах вищої освіти є важливим засобом забезпечення якості освітніх послуг у системі інклюзивної освіти. Вивчення професійної готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання й спорту до роботи з дітьми з особливими освітніми потребами вказує на те, що більшість студентів потребує особистої підготовки до професійної діяльності в інклюзивному освітньому середовищі. Підтверджено необхідність додаткової практичної підготовки студентів до організації й проведення фізкультурних свят і заходів фізкультурно-оздоровчої спрямованості безпосередньо для дітей з особливими потребами.

Ключові слова: професійна готовність, професійна підготовка, діти з особливими освітніми потребами, інклюзивне освітнє

середовище, фахівці з фізичного виховання і спорту.

The article identifies the need for vocational training for inclusive education. The problem of improvement of pedagogical education in training of the future specialists of physical education and sport for raising the quality of teaching of the discipline "physical culture" in inclusive classes is established. As a result of the research it is confirmed that socio-political changes in Ukraine have significantly changed the essence of professional activity of teachers of physical education, and the traditional content, forms and methods of training of teachers of physical education do not fully meet the requirements of today. The article is devoted to studying the professional readiness of future specialists in physical education and sports to work with children with special educational needs (OOP) because it is one of the main tasks of the state and institutions of higher education (ZVO), where specialists in the field of physical culture and sports are trained. The introduction of inclusive education in Ukraine and increasing the attention to persons with special needs to engage them in physical exercises confirmed the relevance of the problem under study. The article emphasizes that modification of the content of professional training of specialists in physical education and sports in specialized higher education institutions is an important means of ensuring the quality of educational services in the inclusive education system. Studying the professional readiness of future specialists in physical education and sports to work with children with special educational needs (OOP) indicates that most students require personal preparation for professional activity in an inclusive educational environment. The necessity of additional practical preparation of students for the organization and holding of physical culture holidays and activities of physical and health orientation is confirmed, aimed directly at the categories of children with special needs.

Key words: vocational readiness, vocational training, children with special educational needs, inclusive educational environment, specialists in physical education and sports.

УДК 378.147:796-051]:376-056.2/.3
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.33>

Скрипка І.М.,

канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доцент кафедри теорії та методики
спорту

Сумського державного педагогічного
університету імені А.С. Макаренка

Солоненко Є.В.,

старший викладач кафедри теорії
та методики спорту

Сумського державного педагогічного
університету імені А.С. Макаренка

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Розвиток сучасної України й інтеграція в європейський простір висуває нові більш високі вимоги до професійної підготовки фахівців різних напрямів, що потребує суттєвих змін у професійній підготовці. Проблеми вдосконалення педагогічної освіти існує також у навчанні майбутніх фахівців фізичного виховання й спорту, а їх вирішення підвищить якість викладання дисципліни «фізична культура» в інклюзивних класах. Саме тому в умовах перебудови освітньої сфери підготовка фахівців високої кваліфікації з фізичного виховання та

спорту до роботи з дітьми з особливими освітніми потребами (ООП) є одним із головних завдань держави, закладів вищої освіти (далі – ЗВО), де проходить підготовка фахівців у галузі фізичної культури і спорту, та суспільства загалом.

За даними І. Малишевської [7], провідною ознакою розвитку сучасної української спеціальної освіти є прагнення до рівного доступу до якісної освіти дітей із особливими освітніми потребами, що є основоположним для інклюзивної освіти. У контексті європейських цінностей інклюзивна освіта вимагає значної переорієнтації свідомості

педагогічних працівників різних спеціальностей, а також здійснення педагогами своєї професійної діяльності з урахуванням принципів толерантності, поваги до індивідуальних особливостей дітей, неупередженості й недопущення дискримінації [10, с. 5]. За даними Т. Матвійчук [7, с. 5], усупереч педагогічній спрямованості ЗВО галузі ФКіС, чинна система підготовки не забезпечує необхідну професійну підготовку кадрів для роботи в умовах інклюзивної освіти та не забезпечує випускникам рівня педагогічної майстерності, який відповідає соціальному запиту, а проблема вивчення професійної готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до роботи з дітьми з особливими потребами залишається мало дослідженою.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

У дослідженнях І. Іваній [4] визначає, що фізичне виховання громадян пов'язано насамперед з особистістю вчителя фізичної культури, його професійними знаннями, педагогічною майстерністю та професійною компетентністю. Водночас Н. Степанченко [17, с. 7] указує, що традиційний зміст, форми й методи підготовки вчителів фізичного виховання неповністю відповідають вимогам сьогодення, так як суспільно-політичні зміни, що відбулися в Україні, суттєво змінили сутність професійної діяльності вчителів фізичного виховання. О. Форостян, Д. Правдов (2013), О. Силаєва (2016), Є. Приступа, Ю. Петришин, І. Бондар (2013), аналізуючи проблеми впровадження інклюзивного фізичного виховання, визначили, що суттєвою перешкодою цього процесу є рефлексія вчителів фізичної культури.

О. Томащук [19] указує, що зміст фахової підготовки викладачів з фізичного виховання, тренера з виду спорту неповною мірою передбачає формування спеціальних умінь і навичок з адаптивної фізичної культури й адаптивного спорту. Питання специфіки загальних теоретико-методичних основ підготовки вчителів фізичної культури проаналізовано в дослідженнях Т. Дереки (2017), Н. Степанченко (2017), Л. Суценко (2003), М. Данилевич (2015); питання щодо теоретико-методичного стану підготовки фахівців фізичного виховання та спорту до роботи в умовах центрів інваспорту розглянуто О. Томащук (2017); особиста фізична й мотиваційна готовність до професійної діяльності в інклюзивному освітньому просторі вивчали Г. Куртова, О. Архипов, М. Короп, В. Гамов, О. Вертель (2017); формування готовності до професійної діяльності майбутніх учителів фізичного виховання досліджують такі провідні науковці, як В. Шафранський (2011), І. Скрипченко (2015), Л. Чалій (2017).

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Готовність майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту до викладання дисципліни «фізична культура» в школах з інклюзивною

формою навчання недостатньо досліджено, тому її вивчення є актуальним.

Мета статті – визначити та проаналізувати готовність майбутніх фахівців із фізичного виховання й спорту закладів вищої освіти до роботи з дітьми з особливими освітніми потребами (в умовах інклюзивного освітнього середовища). Для її досягнення необхідно виконати такі завдання:

1) окреслити сучасний стан професійної підготовки майбутніх вчителів фізичної культури та тренерів у вищих навчальних закладах України;

2) розробити форму анкетування для вивчення рівня готовності майбутніх фахівців фізичного виховання й спорту до роботи з дітьми з особливими освітніми потребами;

3) проаналізувати та систематизувати отриманні результати проведеного анкетування серед студентів вищих навчальних закладів з проблеми дослідження.

У дослідженнях використовували такі методи: аналіз літературних джерел та інтернет-сайтів, анкетування, методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу. Згідно зі статтею 20 «Інклюзивне навчання» Закону України «Про освіту» [4], заклади освіти зобов'язані утворити інклюзивні класи для навчання особи з особливими освітніми потребами в разі звернення її батьків із заявою про прийняття такої дитини до навчального закладу, а також створити умови для навчання осіб із особливими освітніми потребами відповідно до індивідуальної програми розвитку та з урахуванням їхніх індивідуальних потреб і можливостей.

В Україні практика впровадження інклюзивних форм освіти в систему загальноосвітніх навчальних закладів є складною, що пов'язано з наявністю бар'єрів загальної освіти, такими як недостатній рівень компетентності в межах цієї проблеми педагогічного корпусу вищих педагогічних навчальних закладів [8, с. 17]. Характерними рисами сучасної інклюзивної освіти є необхідність удосконалення у ЗВО навчальних програм і методик викладання, тобто повномасштабної підготовки педагогічних фахівців до роботи в умовах інклюзії.

Незважаючи на значну кількість досліджень з проблеми професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання і спорту, у ЗВО недостатньо приділяється увага її оновленню і проектуванню [4], а впровадження інклюзивного навчання в Україні та підвищення уваги до осіб з особливими потребами, залучення їх до занять фізичними вправами надають більшої актуальності цій проблемі. О. Томащук [19] указує на необхідність посилення вимог до професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання, а саме: модернізацію навчально-педагогічного процесу у ЗВО, зміну структури його організації, детальне проектування професійної підготовки, використання інноваційних технологій навчання.

Професійна підготовка фахівців з фізичного виховання й спорту в ЗВО необхідна також для підвищення їхньої професійної готовності до проведення оздоровчо-спортивних занять з пріоритетним використанням елементів різних видів спорту для початкового ознайомлення дітей з особливими потребами вже на початку їх навчання, що сприятиме розширенню кола виконуваних рухових дій і дасть їм змогу підвищити свої фізичні кондиції з метою подальшої інтеграції в повноцінне суспільне життя.

У дослідженнях Н. Агаркової [1] указується, що традиційна загальнопедагогічна підготовка фахівців для ефективної роботи з дітьми з особливими освітніми потребами недостатня, у більшості педагогів відсутня мотивація до роботи із цією категорією дітей, є страх, бажання уникнути такої роботи. Для подолання цих проблем підтверджується актуальність вирішення завдання сучасної професійної освіти у сфері фізичної культури і спорту.

За даними А. Молдован [10], такі завдання полягають у тому, щоб навчити майбутнього спеціаліста реалізувати себе в діяльності, сформувати власний професійний вигляд та образ (у тому числі й фізичну культуру особистості), розвинути творчі, духовно-інтелектуальні та психофізичні здатності, пов'язані з умінням трансформувати ідеї гуманізму в професійну практику.

Але вирішення завдання сучасної професійної освіти у сфері фізичної культури і спорту неможливе без вивчення загальнопрофесійних термінів, що безпосередньо стосуються професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту. Л. Гуцул (2015) указує, що одним із актуальних завдань мовної підготовки вчителя є опанування фаховою термінологією, а оволодіння основами будь-якої професії розпочинається із засвоєння системи загальних і професійних знань, опанування майбутнім фахівцем спеціальної наукового дискурсу професії.

У педагогічному енциклопедичному словнику «професійна підготовка» – це система професійного навчання, яка має на меті прискорене придбання тими, хто навчається, навичок, необхідних для виконання конкретної роботи або групи робіт [10, с. 223]. Педагогічна енциклопедія дає змогу встановити сутнісний зміст поняття «професійне самовизначення» – процес прийняття рішення особистістю щодо вибору майбутньої трудової діяльності, пов'язаний із формуванням професійних інтересів, засвоєнням соціальних норм, виробленням соціальних позицій [18, с. 153].

Так за даними Т. Матвійчук [3, с. 37], на основі педагогічного потенціалу в процесі навчання в студентів формуються педагогічні знання й уміння, на основі яких у подальшому формуватиметься їхня професійно-педагогічна компетентність. У педагогічній енциклопедії зазначено, що й готовність, і

компетентність – це рівні професійної педагогічної майстерності [10, с. 68], а взаємозв'язок професійної підготовки та професійної компетентності підтверджують дослідження науковців [4; 10; 17].

Р. Маслюк [8] під поняттям «фізична культура майбутнього вчителя» визначає таку якість майбутнього вчителя, для формування якої задіяні комплекси заходів, спрямованих на зміцнення здоров'я, загартування організму, гармонійний розвиток фізичних можливостей особистості, формування життєво важливих рухових умінь і навичок. Професійна готовність студента визначається як особистісна якість, яка проявляється в позитивній самооцінці себе як суб'єкта майбутньої професійної діяльності та прагненні займатися нею після закінчення ЗВО, є вирішальною умовою швидкої адаптації випускника до умов праці, подальшого його професійного вдосконалення й підвищення кваліфікації [16, с. 111]. Саме тому актуальним питанням останнім часом є підвищення рівня професійної підготовки фахівців фізичного виховання й спорту до організації фізичного виховання в умовах інклюзивного середовища.

Згідно із Законом України, заклади освіти за потреби утворюють інклюзивні та спеціальні групи й класи для навчання осіб з особливими освітніми потребами [4]. Є. Приступа, Ю. Петришин, І. Боднар [13] виявили відсутність методологічних концепцій загального характеру, що не дає змоги сформувати науково обґрунтовані технології організаційно-методичного забезпечення інклюзивного фізичного виховання школярів, скеровані до спеціальної медичної групи в умовах єдиного процесу, як наслідок, ускладнює трансформацію освітньої політики держави. Тому важливим є впровадження стратегії інклюзивного фізичного виховання сьогодні, щоб завтра випускники фізкультурних вузів могли б повноцінно здійснювати її на практиці [13].

Проблема формування відповідного рівня підготовленості кадрів вимагає свого вирішення. І. Боднар [1], Л. Борисенко [2], І. Омеляненко [11], О. Форостян [20] уважають її однією з основних проблем інклюзивного фізичного виховання й наголошують на нагальному розробленні такого документа з урахуванням інтересів і можливостей усіх дітей, залучених до інклюзивного фізичного виховання, попри навчання дітей в інклюзивних класах за навчальними планами, програмами, підручниками, посібниками, рекомендованими Міністерством освіти і науки України для загальноосвітніх навчальних закладів.

Складання та реалізація індивідуальної програми розвитку (далі – ІПР) є однією з основних умов для успішного навчання дітей з особливими освітніми потребами в загальноосвітніх навчальних закладах, розробляється ІПР для тих учнів, які потребують певних адаптацій та/або модифікацій через особливості сприймання інформації чи

засвоєння навчального матеріалу. Отже, дитина може мати водночас модифікації з одного предмета, адаптації – з іншого, а з третього – навчатися за загальноосвітньою програмою (якщо їй це дають можливість навички) [4].

В. Шевченко [22] вказує, що для підготовки фахівців до роботи в інклюзивних умовах необхідна цілеспрямована робота з удосконалення знань, методичної підготовки до роботи з дітьми з особливими потребами, їх навчання та соціалізації, навчання педагогів співпрацювати з усіма учасниками процесу, працювати в команді потребує подальшого вдосконалення, а також вивчення нового й поширення набутого досвіду. Тому інклюзивне навчання потребує модернізації навчально-методичного забезпечення й удосконалення відповідної фахової підготовки кадрів для роботи з дітьми з особливими потребами.

У ході дослідження ми провели анкетування студентів II і VI курсів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», 014 Середня освіта «Фізична культура» Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка (СумДПУ імені А.С. Макаренка) та спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» Сумського державного університету (СУМДУ) загальною кількістю 324 особи (254 та 70 студентів відповідно). Під час проведення анкетування отримали дані щодо визначення рівня готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання й спорту до їхньої професійної діяльності в інклюзивному освітньому просторі. Анкетування дало змогу встановити загальний рівень знань майбутніх фахівців щодо створення рівних умов доступу до освіти дітям з особливими освітніми потребами, згідно з відповідями, 75,4% студентів дали ствердну відповідь, тоді як 24,7% не мають інформації та знань щодо створення інклюзивного навчання в закладах середньої освіти.

На питання щодо необхідності й ефективності використання засобів фізичної культури

та спорту для інтеграції дитини з особливими освітніми потребами в повноцінне суспільне життя 70,7% указали, що це є ефективні засоби, 17,6% вважають, що дітям з ООП є протипоказання до занять фізичною культурою та спортом, 10% не визначилися з відповіддю. На необхідність індивідуалізації й диференціації навчального процесу з фізичного виховання та розробки індивідуальних навчальних програм з фізичної культури вказують 76,5% студентів, тоді як 15,7% студентів вважають можливим проведення уроків з фізичної культури для дітей з особливими потребами за програмою «Фізична культура» для спеціальних медичних груп, 7,8% не визначилися з відповіддю. Для адаптації змісту та методів навчання на уроках з фізичної культури 51,2% майбутніх фахівців з фізичного виховання й спорту вказують на обов'язкове оцінювання когнітивних і рухових можливостей, а також вивчення особливостей психофізіологічного розвитку дітей з ООП, тоді як 33,6% студентів не впевнені в цій необхідності й відповіли, що швидше так, ніж ні; 11,1% – швидше ні, ніж так, 13,0% важко відповісти.

У зв'язку з тим що вчитель в інклюзивному класі має не лише організувати та забезпечувати оптимальні умови навчання, а й створювати сприятливу атмосферу в учнівському колективі для отримання якісного навчання «особливої» дитини, у процесі анкетування респондентам запропоновано оцінити власний рівень підготовленості до роботи з такими дітьми. Більшість студентів – 29,9% – вважають рівень своєї підготовленості недостатнім; у 33,0% студентів відповідь – швидше так, ніж ні; 27,2% – швидше ні, ніж так, 9,9% не визначилися з відповіддю.

Інклюзія полягає в адаптації системи до потреб дитини, а термін «інклюзивне фізичне виховання» Є. Приступа, Ю. Петришин, І. Боднар [13] тлумачать як гнучку індивідуалізовану систему фізичного виховання дітей з особливими

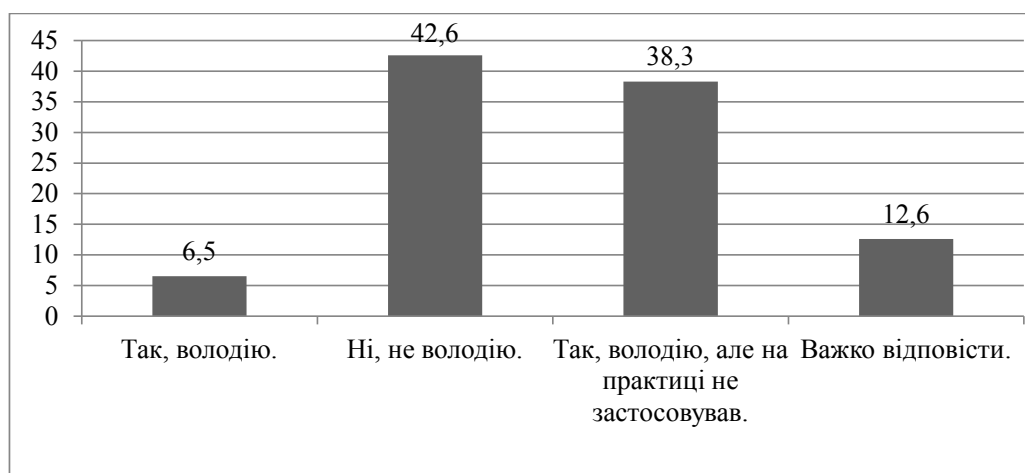


Рис. 1. Вивчення знань студентів щодо здійснення інклюзивного фізичного виховання

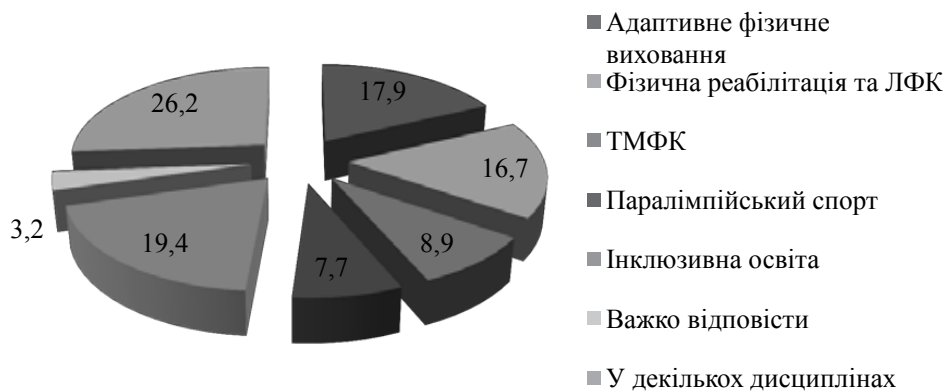


Рис. 2. Навчальні дисципліни, у яких розглядають питання інклюзивного фізичного виховання

потребами в умовах масової загальноосвітньої школи. Дані анкетування вказують на необхідність набуття студентами під час навчання в ЗВО системи знань, умінь і навичок, які в подальшій професійній діяльності забезпечать їхню успішну комунікацію з командою фахівців і з батьками дітей для спільного складання індивідуальної програми розвитку дитини з особливими потребами. На питання «Чи володієте Ви знаннями щодо здійснення інклюзивного фізичного виховання дітей, функціональні можливості яких дуже різняться?» отримали такі відповіді (рис. 1).

Проведене дослідження дало змогу зробити висновок, що вищі навчальні заклади забезпечують більш якісну підготовку фахівців для роботи з дітьми, які належать до основної медичної групи, тому що 75,3% опитаних респондентів потребують особистої підготовки до професійної діяльності в інклюзивному освітньому середовищі, лише 21,9% планують отримати відповідні знання на курсах підвищення кваліфікації вчителів за необхідності, а 2,8% важко відповісти.

Визначено, що 52,5% опитаних отримують недостатньо інформації з методики проведення уроків фізичної культури та організації заходів фізкультурно-оздоровчої спрямованості для дітей з ООП під час навчання у ЗВО, а 32,4% студентів отримують інформації із цього питання в достатній кількості для їхньої подальшої професійної діяльності з дітьми в інклюзивних каллах, тоді як 15,1% не визначилися з відповіддю. У 83,3% студентів є потреба в отриманні додаткової практичної підготовки до організації й проведення фізкультурних свят і заходів фізкультурно-оздоровчої спрямованості безпосередньо для категорії дітей з особливими потребами; 13,6% відповіли, що підготовка їм швидше не потрібна, ніж потрібна; 3,1% не визначилися з відповіддю. На рис. 2 показано, що під час підготовки фахівців з фізичного виховання й спорту питання побудови

процесу фізичного виховання дітей з особливими потребами окреслюють у таких дисциплінах.

Відповіді на запитання анкети «Чи достатньо сформовано Ваша особиста готовність до професійної діяльності?» розподілилися так: у 20,7% студентів достатньо сформована; 31,2% – швидше так, ніж ні; 34,3% – швидше ні, ніж так; 13,3% – важко відповісти. Проведене дослідження підтверджує дані спеціалістів Г. Куртова, О. Архипова, Ю. Короп, В. Гамова, О.В. Вертель (2017), О. Форостян (2018), що майбутні фахівці з фізичного виховання й спорту не готові працювати в інклюзивному класі, так як загальні питання теорії та методики інклюзивної освіти розкриті недостатньо протягом їх навчання в ЗВО.

Висновки. Дослідження підтверджує загострення проблеми підготовки кадрів до професійної діяльності в інклюзивному освітньому середовищі й проблеми кадрового забезпечення фахівцями зокрема, які здатні проводити уроки з фізичної культури для дітей, фізичні можливості яких дуже різняться. Анкетування дало можливість установити рівень професійної готовності майбутніх фахівців із фізичного виховання й спорту до роботи в інклюзивному класі, лише 20,7% студентів вважають рівень своєї готовності достатньо сформований.

Визначено, що 52,5% опитаних отримують недостатньо інформації з методики проведення уроків фізичної культури та організації заходів фізкультурно-оздоровчої спрямованості для дітей з ООП в навчальному процесі майбутніх фахівців з фізичного виховання й спорту. Для 83,3% студентів є потреба в отриманні додаткової практичної підготовки до організації й проведення фізкультурних свят і заходів фізкультурно-оздоровчої спрямованості безпосередньо для категорії дітей з особливими потребами.

Подальші дослідження полягають у вивченні готовності вчителів фізичної культури до проведення уроків з фізичної культури в інклюзивних класах.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Агаркова Н. Підготовка майбутніх вихователів та вчителів початкових класів до роботи з дітьми з особливими освітніми потребами. *Social Work and Education*. 2019. Vol. 6. № 1. P. 70–79.
2. Боднар І.Р. Специфічні принципи інтегративного фізичного виховання школярів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць*. 2015. № 1 (29). С. 5–9.
3. Борисенко Л.Л. Підвищення ефективності процесу фізичного виховання в умовах інклюзивної освіти. Надання освіти з особливими потребами в умовах інклюзивного освітнього простору : збірник матеріалів Регіональної науково-практичної конференції. Лисичанськ : ВП ЛПК ЛНУ ; ТОВ «КИТ-Л», 2015. С. 23–26.
4. Про освіту : Закон України. 2017. URL: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/1060-12> [in Ukrainian].
5. Іваній І. Компетентнісний підхід до професійної підготовки вчителя фізичної культури. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : збірник наукових праць. 2013. № 1 (21). С. 42–46.
6. Іщук В. Сутність і структура професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання. *Гуманітарний вісник*. 2013. № 31. С. 118–122.
7. Малишевська, І. Підготовка спеціальних педагогічних фахівців до роботи в умовах інклюзивного освітнього середовища. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології* : науковий журнал. Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2016. № 8 (62). С. 264–274.
8. Маслюк Р. Особливості багаторівневої професійної підготовки майбутніх вчителів фізичної культури в контексті навчального комплексу «педагогічний коледж-педагогічний університет». *Збірник наукових праць Уманського державного педагогічного університету*. 2019. Вип. 2. С. 69–77.
9. Матвійчук Т.Ф. Формування педагогічної майстерності майбутніх учителів фізичного виховання у процесі професійної підготовки : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти». Вінниця, 2015. 273 с.
10. Молдаван А.Д. Проблеми підготовки майбутніх фахівців фізичної культури та спорту до професійної діяльності у вищих навчальних закладах. *Молодий вчений* : науковий журнал. 2017. № 3.1 (43.1). С. 213–217.
11. Омеляненко І.О. Дидактичне забезпечення фізичного виховання школярів у гетерогенних групах в умовах інклюзивної освіти. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2015. № (1). С. 91–94.
12. Педагогический энциклопедический словарь / М.М. Безруких, В.А. Болотов, Л.С. Глебова и др. ; под ред. Б.М. Бим-Бада. Москва : Большая Российская энциклопедия, 2008. 528 с.
13. Підвищення якості та наступність викладання предметів оздоровчо-лікувальної спрямованості при підготовці бакалаврів за фахом «фізичне виховання» / Л.В. Подрігало, С.А. Пашкевич, М.І. Галашко, В.А. Тихонова, Г.С. Чесноков, І.В. Сидорко. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. 2011. № 86 (2). С. 100–106.
14. Порошенко М.А. Інклюзивна освіта : навчальний посібник. Київ : ТОВ «Агентство «Україна», 2019. 300 с.
15. Приступа Є.Н., Петришин Ю.В., Боднар І.Р. Інклюзивне фізичне виховання 1–3 груп здоров'я. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2013. № 1. С. 62–67.
16. Приходько Ю.О., Юрченко В.І. Психологічний словник-довідник : навчальний посібник. Київ : Каравела, 2012. 328 с.
17. Садова І. Особливості підготовки майбутнього вчителя до навчання дітей з особливими потребами в освітньому середовищі. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2015. Вип. 14. С. 313–318.
18. Словник-довідник з професійної педагогіки / авт.-упоряд. А.В. Семенова. Одеса : Пальміра, 2006. 272 с.
19. Степанченко Н.І. Система професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання у вищих навчальних закладах : дис. ... докт. пед. наук : 13.00.04 / Вінниц. держ. пед. ун-т ім. М. Коцюбинського. Вінниця, 2017. 629 с.
20. Томащук О. Підготовка майбутніх фахівців з адаптивного фізичного виховання до роботи в центрах інваспорту як педагогічна проблема. URL: http://www.vmurol.com.ua/upload/Naukovo_doslidna%20robota/Elektronni_vidannya/Act_problemi/2009/41.pdf.
21. Форостян О. Проблеми організації уроків фізичної культури в інклюзивному класі. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми, 2018. № 8 (82). С. 256–264.
22. Шевченко В. Підготовка майбутніх педагогів до роботи в умовах інклюзивної освіти. *Humanitarium*. 2018. Том 42. Вип. 2. С. 162–170.

ПРОФЕСІЙНА КУЛЬТУРА МАЙБУТНІХ ФІЗИЧНИХ ТЕРАПЕВТІВ ТА ЕРГОТЕРАПЕВТІВ: СУТНІСНО-КОМПОНЕНТНИЙ АНАЛІЗ

PROFESSIONAL CULTURE OF FUTURE PHYSICAL THERAPISTS AND ERGOTHERAPISTS: ESSENTIAL-COMPONENT ANALYSIS

Стаття присвячена проблемі формування професійної культури майбутніх фізичних терапевтів та ерготерапевтів у процесі їхньої фахової підготовки в системі вищої освіти. Авторами публікації обґрунтовано сутність професійної культури майбутніх фізичних терапевтів та ерготерапевтів і її значення для ефективної реалізації професійних функцій. Установлено, що сформованість професійної культури студентів спеціальності «Фізична терапія та ерготерапія» є результатом їхньої фахової підготовки, що має визначений зміст, форми й методи навчальної діяльності. Доведено, що формування професійної культури майбутніх фізичних терапевтів та ерготерапевтів є процесом цілеспрямованим, що передбачає вплив на особистість студента. Означений вплив здійснюється інтегровано через мотиваційну, когнітивну, діяльну сфери майбутніх фахівців з фізичної терапії та ерготерапії.

Обґрунтовано, що професійну культуру майбутніх фахівців фізичної терапії та ерготерапії можна розглядати як сукупність професійних та особистісних цінностей студента, його спрямованості на майбутню професію, фахової компетентності (знання й уміння) і професійно значущих якостей, що комплексно забезпечують ефективне здійснення фахової діяльності через реалізацію професійних функцій.

Виокремлено структурні компоненти професійної культури майбутніх фізичних терапевтів та ерготерапевтів. До них зараховано ціннісно-мотиваційний, когнітивно-діяльній, особистісний та оцінювально-рефлексивний. Проаналізовано зміст кожного компонента професійної культури. Ціннісно-мотиваційний компонент включає мотиви студентів до оволодіння професійною культурою, спрямованість на майбутню професію та їх цінності. Когнітивно-діяльній компонент охоплює систему фахових знань і вмінь для реалізації професійних функцій. Особистісний компонент передбачає наявність професійно значущих якостей як фахівця. Рефлексивний компонент включає здатність до оцінювання й самооцінювання власної професійної діяльності. Представлено взаємозв'язок між компонентами професійної культури та їх вплив на ефективну реалізацію професійної діяльності.

Ключові слова: фізичний терапевт та ерготерапевт, професійна підготовка, про-

фесійна культура, структурні компоненти професійної культури.

The article is devoted to the problem of formation of professional culture of future physical therapists and ergotherapists in the process of their professional training in the higher education system. The authors of the publication substantiate the essence of professional culture of future physical therapists and ergotherapists and its importance for the effective realization of professional functions. It is established that the formation of professional culture of students of the specialty "Physical therapy and ergotherapy" is the result of their professional training, which has a definite content, forms and methods of educational activity. It is proved that the formation of professional culture of future physical therapists and ergotherapists is a purposeful process that involves influencing a student's personality. The identified impact is implemented integrally through the motivational, cognitive, activity spheres of future specialists in physical therapy and ergotherapy.

It is substantiated that the professional culture of future specialists of physical therapy and ergotherapy can be considered as a set of professional and personal values of the student, his focus on the future profession, professional competences (knowledge and skills) and professionally important qualities that comprehensively ensure the effective implementation of professional functions.

The structural components of the professional culture of future physical therapists and ergotherapists have been distinguished. These include: value-motivational, cognitive-activity, personal and evaluative-reflexive component. The content of each component of professional culture is analyzed. The value-motivational component includes students' motives for mastering a professional culture, their focus on the future profession and their values. The cognitive-activity component encompasses a system of professional knowledge and skills for the exercise of professional functions. The personal component implies the presence of professionally significant qualities as a specialist. The reflective component includes the ability to evaluate and self-evaluate one's professional activity. The relationship between the components of professional culture and their influence on the effective realization of professional activity is presented.

Key words: physical therapist and ergotherapist, professional training, professional culture, structural components of professional culture.

УДК 378.09:796

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.34>

Федірчик Т.Д.,

докт. пед. наук, професор,
декан факультету педагогіки, психології
та соціальної роботи

Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Бражанюк А.О.,

аспірант, асистент кафедри фізичної
реабілітації та ерготерапії

Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Інтеграція України в європейський простір змінює підходи суспільства до розуміння людини як найвищої цінності й визначення пріоритетних напрямів державної політики щодо створення умов для профілактики, збереження та зміцнення її здоров'я. Відповідно, з'явилася нагальна потреба у формуванні високопрофесійних фахівців галузі

«Охорона здоров'я», зокрема фізичних терапевтів та ерготерапевтів, які володіли б професійною культурою як запорукою успішності реалізації фахових функцій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сучасному етапі розвитку педагогічної науки накопичений значний досвід з вивчення проблеми формування професійної культури майбутніх фахівців

у процесі навчання у вищій школі, що представлений такими ученим, як С. Артюнов, І. Зарецька, І. Ісаєв, Є. Климов, Л. Коган, які розкривали сутність, складники й умови її формування в студентів. Формування фахівця з фізичної культури, реабілітації терапії, ерготерапії досліджували Н. Белікова, Р. Карпюк, Є. Приступа, Л. Суценко, О. Міхеєнко, Ю. Лянной та ін., які розглянули різні аспекти змісту, форм, методів професійної підготовки таких фахівців у процесі навчання їх у закладі вищої освіти.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Водночас теоретичний аналіз наукової літератури з означеної проблеми засвідчив, що формування професійної культури майбутніх фізичних терапевтів та ерготерапевтів у процесі фахової підготовки не було предметом окремого наукового дослідження, що зумовлює актуальність і доцільність його вивчення.

Мета статті – на основі структурно-змістового аналізу розкрити сутність поняття «професійна культура майбутніх фізичних терапевтів та ерготерапевтів» та обґрунтувати її компоненти, що забезпечують високий рівень професійної діяльності.

Виклад основного матеріалу. Вимоги до професійної діяльності фізичних терапевтів та ерготерапевтів на сучасному етапі реформування українського суспільства підвищуються й перебувають не лише в діяльній, а й особистісній площині. Сучасний фахівець з фізичної терапії та ерготерапії повинен бути конкурентоспроможним, що вимагає від нього інноваційного підходу до виконання професійних функцій; уміння працювати в міждисциплінарній команді для забезпечення якісного результату впливу на клієнтів; знань новітніх реабілітаційних технологій і здатності їх застосовувати в практичній діяльності з метою профілактики та корекції рухових дій людей.

Готовність майбутнього фахівця до якісної реалізації професійної діяльності визначається сформованістю його професійної культури. Сучасні дослідники приділяли неабияке значення вивченню проблеми професійної культури, розкриттю її сутності й структури. Однак, як засвідчують результати їхніх досліджень, єдиного тлумачення наукового феномена «професійна культура» не існує.

Так, аналіз довідкової літератури (словники, довідники, енциклопедії) указує на те, що поняття «професійна культура» в більшості з них відсутнє. У більшості є тлумачення понять «професійна підготовка», «професійна освіта» тощо. Лише в Українському педагогічному словнику за редакцією С. Гончаренка звертається увага на те, що культуру можна розглядати як рівень освіченості чи виховання людини, а також як рівень оволодіння певною галуззю знань [5, с. 182].

Дослідник С. Дружилов, вивчаючи питання професійної культури, доходить висновку, що це

культура професійного співтовариства чи представника певної професії, яка, по-перше, охоплює способи організації професійної діяльності, що включають професійні цінності, норми, переконання, а по-друге, є результатом професійної самоідентифікації [1, с. 5].

Учена А. Капська визначає професійну культуру фахівця як сукупність знань, умінь, навичок у поєднанні з особистісними якостями [3].

Дослідниця Ю. Чернова, розкриваючи сутність професійної культури фахівця, указує на її інтегративний характер, що проявляється в культурі особистості й культурі діяльності [6, с. 57].

Цікавим є підхід до розуміння сутності професійної культури вченого Л. Когана, який вважає, що це поняття прямо пропорційне накопиченню професійного досвіду фахівця, який передбачає формування та удосконалення системи професійних знань і вмінь, що формує професійну зрілість.

На нашу думку, заслуговує на увагу тлумачення професійної культури вченою С. Ісаєнко, яка вважає, що вона є цілісним особистісним утворенням, сутність якого проявляється через діалектичний зв'язок усіх її елементів з погляду аксіологічного, діяльнісного та особистісного підходів [2, с. 28].

Професійну культуру майбутніх фізичних терапевтів та ерготерапевтів доцільно розглядати ієрархічно як похідну наукових феноменів «культура», «культура особистості», «професійна культура».

Не менш важливим, на нашу думку, під час розгляду професійної культури майбутніх фахівців з фізичної терапії та ерготерапії є необхідність і доцільність співвіднесення її із системою фахових компетенцій, що визначені Стандартом підготовки здобувачів вищої освіти зі спеціальності 227 «Фізична терапія та ерготерапія» [4], а також із професійно значущими якостями, що мають бути сформовані в такого фахівця.

Так, з урахуванням теоретичного аналізу під професійною культурою майбутніх фізичних терапевтів та ерготерапевтів розумітимемо інтегровану характеристику особистості фахівця, що синтезує його професійні мотиви й цінності, систему фахових компетентностей (знань, умінь, навичок), професійно значущих якостей, які дають змогу здійснювати професійну діяльність на високому рівні реалізації фахових функцій на основі рефлексії та саморозвитку.

На основі структурно-змістового аналізу нами розглянуто структурні компоненти професійної культури майбутнього фахівця з фізичної терапії та ерготерапії.

До компонентів зараховано ціннісно-мотиваційний, когнітивно-діяльній, особистісний та оцінювально-рефлексивний. Кожен із компонентів має свої елементи і зміст.

Так, ціннісно-мотиваційний компонент включає таке:

– мотиви студентів до оволодіння професійною культурою для виконання професійної діяльності на якісному рівні;

– спрямованість на майбутню професію з усвідомленням її значимості для профілактики та збереження здоров'я людини;

– загальнолюдські та професійні цінності студентів як майбутніх фахівців, що визначають поведінку фахівця в професії.

Когнітивно-діяльнісний компонент охоплює систему фахових знань і вмінь, що необхідні для реалізації професійних функцій, які формуються в процесі теоретичної та практичної підготовки студентів через використання різних технологій, форм, методів навчання.

Особистісний компонент передбачає наявність професійно значущих якостей як фахівця, таких як цілеспрямованість, системність, комунікативність, емпатія, чуйність, толерантність, наполегливість, організованість тощо.

Рефлексивний компонент включає здатність до оцінювання професійної діяльності інших і самооцінювання якості й рівня власної професійної діяльності з орієнтацією на саморозвиток для професійно-особистісного самовдосконалення.

Між компонентами професійної культури майбутніх фізичних терапевтів та ерготерапевтів існує тісний взаємозв'язок, що вимагає одночасної їх сформованості для ефективної реалізації професійної діяльності.

На нашу думку, наявність професійної спрямованості й мотивів до оволодіння професією прямо впливає на активність студентів у засвоєнні системою фахових компетентностей, а сформованість професійно значущих якостей – на якість реалізації професійних умінь на практиці. Разом із тим здатність вивчати й оцінювати професійну діяльність фізичних терапевтів-практиків і самооцінювати власну діяльність дасть змогу майбутнім фахівцям не лише професійно вдосконалюватися в процесі навчання в університеті, а й відчувати потребу означеного процесу під час роботи в закладах охорони здоров'я.

Формування професійної культури майбутніх фізичних терапевтів та ерготерапевтів у процесі

фахової підготовки вимагає створення визначених педагогічних умов, які мають бути спрямовані на вдосконалення змісту, форм, методів професійної освіти, створення сприятливого освітнього середовища у процесі як теоретичного, так практичного навчання студентів.

Висновки. Отже, теоретичний і структурно-змістовий аналіз дає можливість стверджувати, що професійна культура майбутніх фахівців з фізичної терапії та ерготерапії є базовою умовою готовності їх до виконання професійних функцій у практичній діяльності. Професійна культура є інтегрованою характеристикою фахівця як особистості та як професіонала.

До структури професійної культури фізичних терапевтів та ерготерапевтів входять особистісні (мотиви, спрямованість, цінності, професійно значущі якості) й діяльнісні (професійні знання, уміння, навички, здатність до рефлексії) компоненти.

Означена публікація не вичерпує проблему дослідження. Подальшого вивчення потребують питання зарубіжного досвіду формування професійної культури майбутніх фізичних терапевтів та ерготерапевтів; педагогічних умов для ефективної фахової підготовки щодо формування професійної культури майбутніх фізичних терапевтів; організації різних видів практики таких студентів.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Дружилов С.А. Психологические проблемы профессионализма и профессиональной культуры специалиста. Новокузнецк : ИПК, 2000, 127 с.
2. Ісаєнко С.А. Формування професійної культури у студентів : навчальний посібник. Київ, 2009. 120 с.
3. Капська А.Й. Соціальна робота : навчально-методичний посібник. Київ : УДЦССМ, 2000, 220 с.
4. Стандарт вищої освіти за спеціальністю 227 «Фізична терапія, ерготерапія» для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти (2018). URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/vishcha-osvita/zatverdzeni%20standarty/12/19/227-fizichna-terapiya-ergoterapiya-bakalavr.pdf>.
5. Український педагогічний словник / за ред. С.У. Гончаренка. Київ, 1997. 376 с.
6. Чернова Ю.К. Профессиональная культура и формирование ее составляющих в процессе обучения. Москва, 2000, 230 с.

РОЛЬ І МІСЦЕ МУЗИЧНОГО ТЕРАПЕВТА В МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНІЙ КОМАНДІ РЕАБІЛІТАЦІЇ

THE ROLE AND PLACE OF MUSICAL THERAPIST IN THE MULTIDISCIPLINARY REHABILITATION TEAM

Стаття присвячена загальній проблемі реабілітації пацієнтів, а саме питанням використання впливу музики й музичної терапії з метою зцілення, зміцнення, підтримки й відновлення психічного, фізичного, емоційного, духовного здоров'я, а також ролі дипломованого музичного терапевта в цьому процесі. Проаналізовано наукову інформацію щодо розвитку і становлення музичної терапії як науково обґрунтованої та практично спрямованої реабілітаційної технології. На основі бібліосемантичного аналізу наукової літератури встановлено, що музична терапія активно розвивається, формуються її нові сфери, зокрема неврологічна музикотерапія, яку застосовують у нейрореабілітації як альтернативну модальність для доступу та активування функцій мозку, недоступних через немусичний стимул. Наведено окремі приклади світового досвіду ефективного використання музичної терапії для лікування дорослих пацієнтів різного віку й дітей з обмеженнями функціонування. Охарактеризовано форми, методи та засоби музичних втручань, що можуть застосовувати музичні терапевти як партнери в мультидисциплінарній команді в процесі реабілітації пацієнтів і локації їхньої діяльності. Наголошено на особливостях професійного профілю музичного терапевта, чинниках ризику та питаннях безпеки в процесі занять музичної терапії для пацієнта й, власне, музичного терапевта.

Особлива увага звернена на функціонування Всесвітньої федерації музичної терапії, що об'єднує музико-терапевтичні асоціації, усебічно сприяє співпраці між професіоналами, та її роль щодо підготовки фахівців музичної терапії. Висвітлено діяльність асоціації музичних терапевтів і процес фахової підготовки музичних терапевтів відповідно до затверджених у країнах Європи, США, Канади, Австралії стандартів набуття музичними терапевтами професійної компетентності.

Обґрунтовано тезу про доцільність імплементації міжнародного досвіду щодо ефективного використання музичної терапії як унікальної реабілітаційної технології і стандартів підготовки дипломованих фахівців музичної терапії (бакалаврів, магістрів) в освітній процес навчальних закладів відповідного профілю в Україні для здобуття професійної освіти.

Ключові слова: здоров'я, реабілітація, нейрореабілітація, фізична терапія, ерготерапія, втручання, пацієнт, музика, музична

терапія, мультидисциплінарна команда, асоціація, музичний терапевт, фахова освіта.

The article deals with the general problem of patient rehabilitation, namely, the use of music and music therapy to heal, strengthen, support and restore mental, physical, emotional, spiritual health, and the role of a chartered music therapist in this process. The flow of sources of scientific information on the development and formation of music therapy as a scientifically sound and practically directed rehabilitation technology has been analysed. Based on the biblio semantic analysis of the scientific literature, it has been established that music therapy is actively developing and its new spheres are being formed, in particular, neurological music therapy, which is used in neuro rehabilitation as an alternative modality for accessing and activating brain functions inaccessible through a non-musical stimulus. Some examples of the worldwide experience of the effective use of music therapy for the treatment of adult patients of all ages and children with disabilities have been given. The forms, methods and means of music interventions that music therapists can use as partners in a multidisciplinary team have been described in the process of patient rehabilitation and the location of their activity. The features of the professional profile of music therapist, risk factors and safety issues in the course of music therapy sessions for the patient and, in fact, the music therapist, are emphasized.

Particular attention had paid to the functioning of the World Federation of Music Therapy, which integrates music therapy associations, comprehensively facilitates collaboration between professionals and its role in training music therapy professionals. The activities of the Association of Music Therapists and the process of professional training of music therapists in accordance with the standards of professional competence of music therapists acquired in the countries of Europe, USA, Canada, are covered.

The thesis about the expediency of implementation of international experience on the effective use of music therapy as a unique rehabilitation technology and standards for the training of graduated music therapy specialists (bachelors, masters) in the educational process of educational institutions of the relevant profile in Ukraine for obtaining vocational education has substantiated. **Key words:** health, rehabilitation, neuro rehabilitation, physical therapy, ergo therapy, interventions, patient, music, music therapy, multidisciplinary team, association, music therapist, professional education.

УДК 614.253.1:615.851.82:78
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.35>

Чебан В.І.,

докт. мед. наук, професор,
професор кафедри соціальної
медицини та організації охорони
здоров'я
Буковинського державного медичного
університету

Чебан Л.Г.,

асистент кафедри фізичної реабілітації,
ерготерапії та домедичної допомоги
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Фізична терапія, ерготерапія, весь процес реабілітації потребують особливого комплексного впливу, синергізму й потенціювання методів і засобів фізичної терапії для досягнення ефективного результату й поліпшення якості життя пацієнтів. Одним із різновидів фізичної терапії, що не має вікових обмежень, може бути використана на всіх

етапах реабілітації, є музична терапія. Багатогранність зцілювального впливу музики на організм людини як оздоровчої, лікувальної, реабілітаційної технології переконливо підтверджена доказовою базою, що ґрунтується на численних дослідженнях, з історичного ретроспективного аналізу до сьогодення. «А те, що музикотерапія як наука в майбутньому буде ще актуальнішою, свідчить

висновок, зроблений тими ж німецькими вченими, котрі вважають, що вона має принаймні три істотні переваги над іншими методами лікування: ніколи не викликає небажаних побічних ефектів, не спричиняє звикання та є економічно доцільною, оскільки вимагає мінімуму коштів, а може принести максимум результативності» (Л. Кияновська, 2016) [2, с. 7].

Музична терапія (далі – МТ) – це клінічне та доказове використання музичних утручань для досягнення індивідуальних цілей у рамках терапевтичних відносин авторитетним професіоналом, який має завершену фахову підготовку за програмою музикотерапії. Основним принципом роботи музикотерапії є терапевтичні стосунки, що встановлюються та розвиваються завдяки залученню до живої музичної взаємодії між терапевтом і пацієнтом. Під час занять може бути використаний широкий спектр музичних стилів та інструментів, включаючи голос, а музика часто імпровізується. Використання музики, отже, дає можливість пацієнтам/клієнтам створити власну унікальну музичну мову, за допомогою якої відбувається загальний зцілювальний вплив на людський організм [16].

У музичній терапії музикотерапевти покладаються на унікальні властивості музики для підтримки людей будь-якого віку та здібностей на всіх життєвих етапах – від допомоги новонародженим дітям розвивати здорові зв'язки з батьками до надання життєвої, чутливої та співчутливої паліативної допомоги в кінці життя [4]. Кожна людина має можливість реагувати на музику, і музикотерапія використовує цей зв'язок для сприяння позитивним змінам емоційного самопочуття та спілкування через залучення до живої музичної взаємодії між пацієнтом і терапевтом. Це може допомогти розвинути й полегшити навички спілкування, покращити впевненість у собі, незалежність, навички концентрації та уваги, підвищити самосвідомість і розуміння інших [2].

Оскільки музична участь і реакція не залежать від здатності говорити, музикотерапія є особливо ефективним клінічним утручанням для людей, які мають труднощі усного спілкування. Для осіб з інвалідністю, важкими хвороби чи травмами робота з музичним терапевтом може суттєво змінити їхнє життя: діти з аутизмом зможуть розвивати емоційні, соціальні та комунікативні навички; літня людина, налякана ізоляцією та розгубленістю, спричиненою деменцією, через сильнодіючу природу музики може відновити деякі спогади та поділитися ними з іншими [9]. Тобто, «музична терапія може допомогти в багатьох клінічних ситуаціях, особливо коли спілкування утруднене через хворобу, травму чи обмежені можливості функціонування» [4]. Також музична терапія, включаючи професійні дії музичного терапевта та долучення до процесу самого пацієнта/клієнта, має значний

виховний, педагогічний, соціокультурний вплив особливо за наявності психологічних проблем, застійної форми хронічного стресу, для корекції девіантної поведінки, поліпшення навичок соціалізації й опанування труднощами.

Аналіз останніх досліджень і публікацій із проблеми засвідчив, що дослідження, пов'язані з вивченням і використанням фізичного впливу музики, мають давні історичні витоки. «Уже на ранніх етапах розвитку сучасної цивілізації музичне мистецтво утвердилося в суспільній свідомості як активний терапевтичний засіб, поширилася МТ практика» [2, с. 32]. На сучасному етапі проблеми музичної терапії, музичної психології присвячені наукові праці відомих музикознавців: Г. Побережної, Л. Кияновської; психологів-музикотерапевтів: І. Мірошник, В. Драганчук (2016); американських дослідників, таких як Boxill EH, Chase KM (2007), Thompson, WF, G. Schlaug (2015), M. Winkelman (2003). В. Драганчук (2016) у праці «Музична психологія і терапія» зазначає, що ще на початку ХХ ст. зібрані й підтверджені пізніше результати досліджень впливу музики на різні системи організму. Зокрема, Л. Брусилівський наводить результати кореляційного аналізу щодо реакцій організму й особливостей звучання музичного твору, що виявляється прискоренням серцевих скорочень, збільшенням частоти респірації (дихання) під час сприйняття музики (Couty, Charpentier, Mentz та ін.); збільшенням показників пульсу, дихання залежно від висоти, сили й тембру звуку (Догель та ін.); зміною частоти дихальних рухів і серцевих скорочень залежно від темпу й тональності (Тарханов, Foster, Gamble, Weld та ін.); значним фізіологічним впливом на серцево-судинну систему мінорних тональностей, дисонансів, різких тонів (Hyde та ін.). Узагальнений результат тривалих досліджень підтверджує, що критеріями позитивного впливу на кардіоваскулярну систему є сповільнення частоти пульсу, проте збільшення його наповнення, зниження артеріального тиску завдяки розширенню кровеносних судин. Під впливом неприємної, гучної, подразнювальної музики серцеві скорочення стають частішими й зменшується сила скорочень міокарда. Установлено, що під впливом музики змінюються тону м'язів, моторна активність, біоелектричної реакції, що реєструється з поверхні шкіри (музика з чітким ритмом значно зменшує інтенсивність гальванометричних показників), температура тіла.

Наведені переконливі докази, які підтверджують: «Музика – психоінформаційна система, що здійснює цілісний фізично-біологічно-соціокультурний вплив на людину. Під час звучання музичного твору відбуваються звукові вібрації, які несуть певну інформацію на тих чи інших частотах» [2, с. 167]. Завдяки резонуванню вібрації вплива-

ють на людину, викликаючи відповідне «звучання» біополя та клітин організму реципієнта.

Отже, «фізичний вплив музики (на фізико-акустичному рівні) є базовим, на який «надбудовуються» її біологічний (комунікативно-інтонаційний) і духовно-ціннісний (соціокультурний) впливи» [2, с. 88].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз та узагальнення науково-інформаційного потоку засвідчив, що сьогодні музична терапія в багатьох європейських країнах (Великій Британії, Франції, Німеччині тощо), США, Канаді, Австралії розвивається як наука й освіта, функціонує як практика з чітко розробленим нормативно-правовим регулюванням і відповідно до затверджених стандартів. Створені оптимальні умови для підготовки кваліфікованих фахівців – музичних терапевтів, що приносить вагомий результат для конкретного індивідуума та суспільства загалом.

Музичні терапевти користуються перевагами музики, щоб допомогти людям різного віку та здібностей досягти міцного здоров'я й підтримувати міцне здоров'я та добробут, і працюють як фахівці мультидисциплінарних колективів у галузі охорони здоров'я, освіти, соціальних послуг або в приватній практиці [14]. У музичних терапевтів є відмінні особистості. Зазвичай це творчі особистості, інтуїтивні, чутливі, чітко сформульовані й виразні. Вони неструктуровані, оригінальні, невідповідні та інноваційні. Деякі з них також соціальні, тобто добрі, щедрі, чуйні, терплячі, турботливі, корисні, тактовні й доброзичливі [9]. Безперечно, формуванню такого фахівця сприяє відповідне навчання, спеціальна освіта та професійний добір.

Така модель музичної терапії ефективно працює завдяки створеним товариствам музичної терапії, що є великим надбанням для суспільства таких країн. Музична терапія має медичний, соціальний вплив, у багатьох випадках допомагає досягти позитивних результатів щодо відновлення здоров'я, надати підтримку людям з обмеженими можливостями, а також сприяє особистісному зростанню і творчості.

Проте проведений огляд наукової літератури не підтвердив відомостей про наявність і функціонування в Україні товариства/асоціації музичних терапевтів і її членство у Всесвітній федерації музичної терапії (The World Federation of Music Therapy (WFMT)). Це важливе завдання перед навчальними закладами, музичною спільною, медичними фахівцями, психологами, фізичними терапевтами, вирішення якого сприяло б імплементації та гармонізації світового досвіду для підготовки дипломованих фахівців з музичної терапії в Україні й покращання громадського здоров'я.

Мета статті – дослідити загальну проблему музичної терапії через призму світового досвіду й особливості участі музичного терапевта в мультисциплінарній команді реабілітації осіб різних вікових категорій.

тидисциплінарній команді реабілітації осіб різних вікових категорій.

Виклад основного матеріалу. Музична терапія – тип експресивної художньої терапії, що використовує музику для поліпшення й підтримки фізичного, психологічного та соціального благополуччя людей, включає в себе широкий спектр дій, таких як прослуховування музики, спів і гра на музичному інструменті. Цей тип терапії здійснюється навченим терапевтом [3].

Уперше в США коледжі та університети почали включати музичну терапію в навчальний план, починаючи з Університету штату Мічиган, у 1944 році. Уже в 1950 році була створена перша велика професійна організація для музичних терапевтів – Національна асоціація музичної терапії (далі – NAMT). Цей процес мав свій подальший розвиток і в 1998 році, у результаті злиття NAMT та Американської асоціації музичної терапії була створена Американська асоціація музичної терапії (далі – AMTA). Основний фокус діяльності AMTA спрямований на підвищення обізнаності з послугами й доступності до послуг музичної терапії, розвиток освіти і професійної підготовки музичних терапевтів, професійних стандартів і досліджень у сфері музичної терапії [3].

Відповідно до положень і вимог AMTA, музичні терапевти повинні мати щонайменше ступінь бакалавра музичної терапії в установі, схваленій AMTA. Програми музичної терапії включають курсову роботу, а також стажування в освітній і/або медичній установі. Після успішного завершення однієї з програм, затверджених AMTA, майбутні фахівці повинні здати національний іспит, пропонується Сертифікаційною радою для музичних терапевтів (далі – CBMT). За умови успішного складання іспиту вони отримують сертифікат музичного терапевта, сертифікований MT-BC. Сертифікація ради директорів оновлюється кожні п'ять років, і для збереження цих повноважень музичні терапевти повинні здати іспит CBMT або заповнити 100 повторних сертифікаційних балів протягом кожного п'ятирічного періоду.

Британська асоціація музичної терапії – The British Association for Music Therapy (далі – BAMT) – це професійний орган музичної терапії у Великобританії, що як музичним терапевтам-практикам, так і непрактикам надає інформацію, забезпечує професійну підтримку та можливості навчання. Це також благодійна організація, спрямована на просування й підвищення обізнаності про музикотерапію та надання інформації для широкої громадськості.

BAMT сформулювала своє визначення музичної терапії: музична терапія – це усталене психологічне клінічне втручання, яке проводиться муніципальними терапевтами, зареєстрованими Радою з охорони здоров'я та професійної допомоги (HCPC),

щоб допомогти людям різного віку, які постраждали від травми, хвороби чи інвалідності, підтримуючи їхні психологічні, емоційні, пізнавальні, фізичні, комунікативні та соціальні потреби [16].

Австралійська асоціація музичної терапії (далі – АМТА) створена в 1975 році доктором Руттом Брайтом і професором з питань надзвичайних ситуацій Денізом Гроком. Оскільки практика музичної терапії є складною й різноманітною, АМТА використовує таке визначення: музикотерапія – це «наукова практика та професія, у якій музику використовують для активної підтримки людей, коли вони прагнуть покращити своє здоров'я, функціонування та добробут; це використання музики професіоналом, який навчається в університеті, що зареєстрований в АМТА» [15]. Зареєстровані музикотерапевти використовують широкий спектр досліджень і пов'язані Етичним кодексом. Вони використовують низку методів і працюють у різних галузях, включаючи охорону здоров'я, громадськість, догляд за пацієнтами старшого віку та з інвалідністю, раннє дитинство та приватну практику.

За висновками австралійських науковців, музикотерапія відрізняється від музичної освіти й розваг, оскільки фокусується на здоров'ї, функціонуванні та добробуті, а музикотерапевти працюють із людьми будь-якого віку та здібностей, культури чи походження.

Канадською асоціацією музичної терапії (далі – САМТ, 1994) музична терапія визначається як уміле використання музики й музичних елементів акредитованим музичним терапевтом для зміцнення, підтримки та відновлення психічного, фізичного, емоційного й духовного здоров'я [12].

Сертифікований музичний терапевт є випускником освітньої програми з музичної терапії, затверджені Канадською асоціацією музичних терапевтів. Музична освіта включає в себе великі академічні та експериментальні курси, клінічний досвід, практикуми під наглядом і 1000-годинне стажування під керівництвом лікаря.

У Канаді сертифіковані музичні терапевти отримують ступінь бакалавра або магістра в університеті, затвердженому Канадською асоціацією музичних терапевтів. Ступінь може включати в себе такі навички, як імпровізація, лідерство в групі, консультування, музичні здібності гри на різних інструментах, теорії та моделі музичної терапії, творчості, оцінювання й досвіду практичних занять. Передбачене 1000-годинне стажування, що зазвичай займає повний робочий день упродовж шести місяців [12].

Після закінчення навчання музичний терапевт отримує звання сертифікованого музичного терапевта (МТА) за умови виконання всіх вимог процесу сертифікації САМТ, підписує заяви про Кодекс етики і стандарти практики. Сертифіко-

вані музичні терапевти (МТА) повинні відповідати вимогам безперервної освіти, що відповідає стандартам Всесвітньої конфедерації фізичної терапії (англ. World Confederation for Physical Therapy) щодо підготовки фізичних терапевтів.

Загальну концепцію функціонування й подальший стратегічний розвиток музичної терапії здійснює Всесвітня федерація музичної терапії (The World Federation of Music Therapy (далі – WFMT)) – це міжнародна некомерційна організація, що об'єднує музико-терапевтичні асоціації та осіб, зацікавлених у розвитку та просуванні музикотерапії в усьому світі за допомогою обміну інформацією, співпраці між професіоналами [13]. Заснована в 1985 році в Генуї (Італія), це єдина в усьому світі професійна організація, що представляє музикотерапію в багатьох районах світу. Членами Федерації є музикотерапевтичні організації, навчальні заклади відповідного профілю, сертифіковані музикотерапевти, студенти музикотерапії та особи, пов'язані з музикотерапією. WFMT – це міжнародний орган, у якому працюють офіцери, уповноважені підтримувати регіональні зв'язки в усіх регіонах світу.

У структурі WFMT функціонує навчальний центр, основна мета якого – інформувати й навчати світ про музикотерапію. Навчальні програми слугують інструментами для сприяння обміну інформацією, що стосується клінічної практики музикотерапії, інноваційних і передових досліджень з усього світу, а також прикладів різних підходів у музикотерапії. Також навчальний центр WFMT проводить наукові дослідження, надає ресурси й інформацію для музикотерапевтів у всьому світі для подальшого розвитку та просування клінічної практики музикотерапії.

Отже, усю свою діяльність WFMT присвячує розробленню та просуванню музикотерапії в усьому світі як мистецтва та науки. Федерація підтримує глобальний розвиток освітніх програм, клінічної практики й досліджень, щоб продемонструвати внесок музикотерапії в людство.

У країнах, де музичну терапію ефективно та широко використовують для лікування, зцілення, оздоровлення, реабілітації, ресоціалізації пацієнтів, підготовлені та сертифіковані відповідно до Стандарту музичні терапевти є частиною трудової підгрупи терапевтів мистецького спрямування. Завдяки вмінню створити терапевтичне й підтримуюче середовище, що включає невербальні процеси для полегшення емоційних, фізичних і психічних змін, музичні терапевти працюють у лікарнях, реабілітаційних центрах, школах, виправних установах, закладах геріатричного профілю та хоспісах. Це ефективно для осіб, які можуть зазнавати труднощів під час вираження себе нормальними способами, наприклад, дітей, які перенесли травму щодо розвитку мовленне-

вих навичок, або пацієнтів, які пережили глибоку травму й не можуть висловити її усно, дітей і дорослих з вадами розвитку, які найчастіше здатні спілкуватися через мистецтво й музику.

Музичні терапевти використовують такі методи, як розслаблення, керовані образи та імпровізація, включають звук, музику, ритм, щоб залучити клієнтів до реабілітаційного процесу. Музична терапія може включати в себе слухання, гру на інструментах, інтерпретацію, написання пісень, участь у заходах на музичній основі. Використовуючи різні форми роботи, музичний терапевт заохочує пацієнтів/клієнтів до рефлексивного слухання, повертає групу або окремих пацієнтів до співу, написання музики, гри на музичному інструменті, що є найбільш потужною формою терапії. Найчастіше використовують гітари, барабани, ударні та клавішні музичні інструменти [10].

Робоче місце музичного терапевта може бути в музичній кімнаті, особистому кабінеті, удома або в спеціально обладнаній терапевтичній кімнаті. Ключовим елементом робочого місця музичного терапевта й музичної терапії є безпека. Кожен окремий пацієнт/клієнт або група пацієнтів/клієнтів повинні відчувати себе в цьому середовищі в безпеці. Емоційна безпека передбачає недопущення музичних тригерів, що можуть призвести до травми, а фізична безпека означає недопущення використання гострих знарядь, що потенційно можуть слугувати зброєю [13]. Усі ці питання визначені й регулюються положеннями асоціацій музичної терапії.

Сфера діяльності музичного терапевта є особливо корисною в нейрореабілітації через унікальність впливу музичної терапії на діяльність мозку. Неврологічна музикотерапія – це новий напрям музикотерапії для корекції дисфункцій, що виникають унаслідок захворювань нервової системи людини [5]. Активування під впливом музики мозкових процесів можна узагальнити й перенести на немозичні функції, тому в клінічній практиці виконується перенесення немозичних лікувальних вправ на аналогічні, ізоморфні музичні вправи. Із цією метою музичні терапевти використовують виконавчу особливість музичних інструментів і музичних структур, щоб рухати, редагувати й координувати рухи пацієнтів. Музика через стимуляцію мозкової активності сприяє створенню нових аферентних та еферентних шляхів в обох півкулях мозку, тому може бути використана для реабілітації руху та мови після травми або мозкового інсульту, допомогти пацієнтам, які мають труднощі з пам'яттю, когнітивними порушеннями, з деменцією [9].

Серед музичних компонентів значну роль відіграє повторюваний ритм, тому саме вплив ритму регулює фізіологічні та поведінкові функції через механізм захоплення (синхронізація біологічних ритмів з музичним ритмом на основі акустичного

резонансу). Особливо це актуально для пацієнтів із дефіцитною системою внутрішнього мозку в мозку [5]. Клінічні результати досліджень (E. Galińska, 2015, M.H. Thaut, 2015, Y. Zhang, J. Cai, Y. Zhang et al, 2016), свідчать про значну перевагу реабілітації з використанням музичної терапії над тією, що проводили без участі музичного терапевта й музикотерапії [8]. Крім того, музика є ефективним мнемонічним інструментом, оскільки регулярні ритмічні візерунки полегшують кодування пам'яті й декодування немозичної інформації через унікальну здатність доступу до афективних/мотиваційних систем у мозку, що підсилюють процеси сприйняття, головним чином у діапазоні пізнання, вивчення мови та моторики [5]. Це сприяє емоційному самовираженню й підвищенню мотивації до реабілітаційних заходів. Також з'являються нові технології ритмічної сенсорної стимуляції (тобто стимуляція бінаурального биття) або ритмічна музика в поєднанні з терапією ритмічного світла, що потенцією можливості реабілітаційного ефекту.

У дитячих лікарнях музичну терапію часто використовують для лікування болю й тривоги під час процедур і нормалізації психоемоційних та поведінкових реакцій. У спеціальній освіті музикотерапевти працюють з дітьми з інтелектуальною та/або фізичною вадою, щоб допомогти їм у досягненні цілей розвитку й освіти. Музична терапія забезпечує вихід емоційного самовираження дитини, підвищення обізнаності про навколишнє середовище й інших людей, підвищує впевненість у собі завдяки активній музиці. Це також може допомогти вдосконалити соціальні навички та спілкування дитини.

Отже, використання музики під керівництвом музичного терапевта в дітей і дорослих різного віку підвищує можливості когнітивної та сенсорної стимуляції, сприяє розвитку й відновленню втрачених рухових навичок, орієнтації та рухливості, наповнює життя пацієнтів новим змістом і можливостями до фізичного й духовного самовдосконалення.

Висновки. Природне та гармонійне оздоровлення й зцілення людського організму під дією музики виявляється на фізико-акустичному рівні, що є базовим, на основі якого формується її біологічний (комунікативно-інтонаційний) і духовно-ціннісний (соціокультурний) впливи, завдяки чому виникає загальний універсальний ефект.

Музикотерапія – це усталене психологічне клінічне втручання, яке проводить сертифікований музичний терапевт для допомогти особам із вродженими вадами чи захворюваннями або пацієнтам із набутими в процесі життя травмами, хворобами, обмеженнями функціонування (інвалідністю) через підтримку їхніх психологічних, емоційних, когнітивних, фізичних, комунікативних і соціальних потреб.

Світова спільнота в різних країнах успішно використовує музичну терапію через функціонування Всесвітньої федерації музичної терапії та асоціацій музичної терапії, забезпечуючи належний рівень науки, освіти, підтримку та розвиток музичних терапевтів.

Музичний терапевт – це сертифікований фахівець, є випускником освітньої програми з музичної терапії, затвердженої Асоціацією музичних терапевтів, зі ступенем бакалавра або магістра, здійснює свою діяльність у форматі мультидисциплінарної команди в галузі охорони здоров'я, освіти, соціальних послуг або в приватній практиці.

У процесі фахової підготовки музичного терапевта використовують концепції з різних дисциплін, зокрема мовну терапію, фізіотерапію, догляд за хворими, медицину та психологію, тому ці фахівці мають значний перелік фахових компетентностей для проведення втручань, формування реабілітаційних програм і моніторингу їх ефективності.

Музична терапія – це клінічна та науково обґрунтована методика терапії, що дає змогу досягати ефективного результату для окремого індивідуума або групи пацієнтів у разі застосування музичним терапевтом типу й форми музичного втручання для оптимального задоволення потреб і цілей людини в терапії.

Важливим акцентом музичної терапії та діяльності музичного терапевта є гуманізм, етичні й біоетичні принципи та особливість фахової підготовки.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Білодід Ю.М. Духовність: сутність, структура, функції : монографія. Житомир : Редакційно-видавничий відділ ІПСТ, 2003. 192 с.
2. Драганчук В.М. Музична психологія і терапія : навчальний посібник. Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2016. 230 с.
3. American Music Therapy Association. What is music therapy? 2015. URL: <http://www.musictherapy.org/faq/>.
4. Boxill E.H., Chase K.M. Music Therapy: A Review. *Boxill E.H., Chase K.M. Music Therapy for Developmen-*

tal Disorders. 2nd ed. 2007. E-Book with audio files as additional resources. URL: <http://www.proedinc.com/Downloads/12109Ch01.pdf>.

5. Galińska E. Music therapy in neurological rehabilitation settings. *Psychiatr Pol.* 2015. № 49 (4). P. 835–46. doi: 10.12740/PP/25557.

6. Gooding L.F. Having gained your inner voice through a song: Reach adolescents using techniques common to poetic therapy and music therapy. *Journal of Poetic Therapy*. 2008. Vol. 21. № 4. P. 219–229.

7. Jamabo T.A., George I.R. Music as a therapy for depression in women: a theoretical perspective. *International Journal of Academic Research*. 2014. Vol. 6. № 4. P. 227–231.

8. Thaut, M.H. The discovery of human auditory – motor entrainment and its role in the development of neurologic music therapy. *Prog Brain Res*. 2015. № 217. P. 253–66. DOI: 10.1016/bs.pbr.2014.11.030. Epub2015Feb 2.

9. Thompson W.F., Schlaug G. The healing power of music. *Scientific American Mind*. 2015. Vol. 26. № 2. P. 32–41.

10. Winkelman M. Complementary Drug Therapy: “Drum Drugs”. *American Journal of Public Health*. 2003. Vol. 93. № 4. P. 647–651.

11. Zhang Y., Cai J., Zhang Y. et al. Improvement in Stroke-induced Motor Dysfunction by Music-supported Therapy: A Systematic Review and Meta-analysis. *Sci Rep*. 2016. № 6. P. 38521. URL: <https://doi.org/10.1038/srep38521>.

12. Music Therapy Association of British Columbia. What is a Certified Music Therapist? URL: <https://www.mtabc.com/what-is-music-therapy/what-is-a-music-therapist/>.

13. Supporting Music Therapy Worldwide. *World Federation of music Therapy*. 2017. URL: <https://www.wfmt.info/>.

14. Explainer: what is music therapy? 2013. URL: <http://theconversation.com/explainer-what-is-music-therapy-20154>.

15. Australian Music Therapy Association. What is Music Therapy? 2012. URL: <https://www.austmta.org.au/content/what-music-therapy>.

16. British Association for Music Therapy. What is Music Therapy? 2017. URL: <https://www.bamt.org/music-therapy/what-is-music-therapy.html>.

КОНЦЕПЦІЯ СОДЕРЖАНИЯ ВЫСШЕГО ФИЗИКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КОНЦЕПЦІЯ ЗМІСТУ ВИЩОЇ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТИ CONCEPT OF CONTENT OF HIGHER PHYSICAL EDUCATION

В периоды перехода к новым социально-экономическим отношениям обостряются и актуализируются наиболее общие тенденции развития общества. Применительно к образовательным системам такими направляющими тенденциями можно считать ориентацию отечественного образования на международные стандарты и признание его в качестве одного из национальных приоритетов, возрождение духовных основ личности, непрерывное образование и возрастание гуманистических начал и общественных ценностей. В условиях принципиального обновления всего общества решающее значение приобретает интенсивный путь развития образовательной системы как закономерный процесс динамического развития общества.

Все это свидетельствует о том, что процесс переориентации в образовательной политике государств является объективно проявляющейся тенденцией развития народного просвещения в мире. При этом речь идет не о частных модификациях, а о структурных преобразованиях, охватывающих не только содержательные, процессуальные, но и результирующие аспекты образования. Данные преобразования связаны в первую очередь с переориентацией на идею всестороннего развития специалиста, с отходом от идеи узкой направленности профессиональной подготовки.

Развиваемые в исследовании проблемы позволяют, на наш взгляд, унифицировать методологические подходы к дальнейшему совершенствованию содержания высшего физкультурного образования на различных его уровнях как в теоретическом, так и в практическом аспектах.

Установлена неправомерность обозначения цели как компонента системы образовательного процесса на общем уровне рассмотрения ее в составе: субъект, объект, средства, процесс, условия, результат. Цель проявляет себя по отношению к этому уровню в социально значимых смыслах. В первом случае она является системообразующим фактором содержания образования и поэтому существует как идеально-субъективное явление вне состава компонентов системы образовательного процесса. Во втором случае она присуща субъекту деятельности (преподавателю) и поэтому входит в состав управленческих функций образовательного процесса.

Ключевые слова: концепция, высшее физкультурное образование, содержание, стандарты образования, модель образования.

У періоди переходу до нових соціально-економічних відносин загострюються й актуалізуються найбільш загальні тенденції розвитку суспільства. Стосовно освітніх систем такими направляючими тенденціями можна вважати орієнтацію вітчизняної освіти на міжнародні стандарти й визнання її як одного з національних пріоритетів, відродження духовних основ особистості, безперервну освіту й зростання гуманістич-

них засад і суспільних цінностей. В умовах принципового оновлення всього суспільства вирішального значення набуває інтенсивний шлях розвитку освітньої системи як закономірний процес динамічного розвитку суспільства.

Усе це свідчить про те, що процес переорієнтації в освітній політиці держав об'єктивно проявляється тенденцією розвитку народної освіти у світі. При цьому мова йде не про приватні модифікації, а про структурні перетворення, що охоплюють не тільки змістові, процесуальні, а й результируючі аспекти освіти. Ці перетворення пов'язані насамперед із переорієнтацією на ідею всебічного розвитку фахівця, з відходом від ідеї вузької спрямованості професійної підготовки.

Проблеми, що порушуються в дослідженні, дають змогу, на наш погляд, уніфікувати методологічні підходи до подальшого вдосконалення змісту вищої фізкультурної освіти на різних її рівнях як у теоретичному, так і в практичному аспектах.

Установлено неправомірність позначення мети як компонента системи освітнього процесу на загальному рівні розгляду її в складі: суб'єкт, об'єкт, засоби, процес, умови, результат. Мета проявляє себе щодо цього рівня. У першому випадку вона є системоутворювальним фактором змісту освіти й тому існує як ідеально-суб'єктивне явище поза складом компонентів системи освітнього процесу. У другому випадку вона властива суб'єкту діяльності (викладачеві) і тому входить до складу управлінських функцій освітнього процесу.

Ключові слова: концепція, вища фізкультурна освіта, зміст, стандарти освіти, модель освіти.

During the transition to the new socio-economic relations, the most general trends in the society development are aggravated and actualized. With regard to educational systems, such guiding trends can be considered as: the orientation of domestic education to international standards and its recognition as one of the main national priorities, the revival of the spiritual foundations of the individual, lifelong education, and the growth of humanistic principles and social values. In the conditions of the fundamental renewal of the whole society, the intensive path of development of the educational system as a regular process of the dynamic development of society is of decisive importance.

All this indicates that the process of reorientation in the states' educational policy is an objectively manifest tendency in the development of public education in the world. Moreover, this is not about private modifications, but about structural transformations, covering not only substantive, procedural, but also the resulting aspects of education. These transformations are primarily associated with a reorientation to the idea of comprehensive development of a specialist, with a departure from the idea of a narrow focus on vocational training.

УДК 37.211.24

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.36>

Чорбэ Константин,

докт. пед. наук, профессор,
проректор

Государственного педагогического
университета имени «Ион Крянгэ»
(Кишинёв, Республика Молдова)

The problems developed in this study allow, in our opinion, to unify methodological approaches to further improving the content of higher physical education at its various levels, both in theoretical and practical aspects.

The illegitimacy of designating the goal as a component of the educational process system at the general level of its consideration in the composition is established: subject, object, means, process, conditions, result. The goal manifests itself in relation to this level in socially significant

senses. In the first case, it is a system-forming factor in the content of education and therefore exists as an ideally subjective phenomenon outside the composition of the components of the educational process system. In the second case, it is inherent in the subject of activity (teacher) and therefore is part of the managerial functions of the educational process

Key words: *concept, higher physical education, content, education standards, education model.*

Постановка проблемы в общем виде. В настоящее время для педагогической теории содержания образования присущи методологические подходы, где концептуальные разработки основываются на целесообразном структурировании, параметризации и, в конечном счете, моделировании исследуемых объектов или явлений. При этом создание концептуальных моделей содержания образования осуществляется путем упорядочения научно обоснованных составляющих ее элементов на базе системного подхода, поэтому в рамках системного представления содержание образования рассматривается, прежде всего, на общетеоретическом уровне [5; 10; 11 и др.]. Этот уровень рассмотрения содержания включает в себя осознание его элементов как системы, а также выявление их функций и структуры.

Цель статьи – рассмотреть концепцию содержания высшего физкультурного образования.

Изложение основного материала. Теоретическое представление о содержании образования, определяя его состав, выступает в роли первого теоретического воплощения целей обучения как социального заказа, интерпретированного и высказанного на языке педагогики. Всякое другое воплощение целей на языке педагогики не может уже не считаться с данным уровнем содержательного выражения социального заказа [1].

Исходное положение теории содержания образования указывает на то, что глобальная функция обучения состоит в передаче молодому поколению содержания социальной культуры для ее сохранения (всепроизводства) и развития, поэтому единственным источником, откуда черпается содержание образования, является культура в самом широком ее понимании. Культура (материальная и духовная, общая и специальная) для передачи ее личности должна быть осознана, т. е. распредмечена (в виде форм человеческой деятельности) и выражена в социальном опыте общества. Только в распредмеченном виде она может быть усвоена личностью. В свою очередь, социальный опыт общества представляет собой совокупность средств и способов деятельности, присущих той или иной конкретной отрасли деятельности. Применительно к содержанию высшего образования, каждая отрасль деятельности преобразуется в учебные предметы и различные формы учебной деятельности (организованной и

самостоятельной). На протяжении истории общества эти отрасли деятельности постоянно видоизменяются, что и ведет к изменению и возникновению новых учебных предметов и видоизменению содержания образования в целом.

Для каждой отрасли деятельности присущи свои, специфические, способы деятельности. Вместе с тем в разных отраслях деятельности могут использоваться одни и те же средства и способы деятельности. В связи с этим для унификации, в частности, способов деятельности в философии разрабатываются различные классификации видов деятельности [14; 31]. В наиболее детализированной классификации, предложенной В.С. Шубинским [31, с. 89–99], выделяются три основных вида и 13 подвидов деятельности, в большей или меньшей степени присущих всем отраслям деятельности.

Таким образом, на уровне общетеоретического представления можно определить три основополагающие проекции содержания образования (рис. 1).

Первой вертикальной проекцией общей модели содержания образования является состав социального опыта, изложенный в виде основных элементов содержания любых отраслей деятельности. Социальный опыт следует рассматривать как своеобразный фильтр социальной практики, который отбирает социально значимое содержание для формирования социофонда. Исходя из этого, социофонд можно рассматривать как исторически созданную систему «сущностных сил» человека, а источником ее развития является социальный опыт.

Социофонд по наследству не передается, за исключением некоторых врожденных психических и физических задатков свойства человека. Поэтому общество должно организовать специальные каналы по его передаче, усвоению и развитию. Такими каналами является обучение, воспитание и развитие. В совокупности они составляют процесс образования человека, процесс его социализации. В определении содержательной сущности этих каналов исходят из содержания социального опыта, что, в свою очередь, требует определения его состава.

Методологической посылкой в определении состава социального опыта может служить основание, связанное с делением содержания образования, подобно социальному опыту, на элементы,

характеризуються специфікою свого складу і функцій в формуванні особистості. Опіраючись на дане підґрунтя, можна виділити в складі соціального досвіду чотири компоненти – знання, способи діяльності, психофізичні якості і ціннісні установки [1; 8]. В відміння від існуючих, в загальнонаукових дослідженнях пропонується в структурі соціального досвіду виділити компонент, пов'язаний з психофізичним досвідом, заснованим на розвитку інтелектуальних і фізичних можливостей людини в процесі освіти. Таке розуміння змісту соціального досвіду ґрунтується на найважливішій дидактичній постановці про органічне єдність навчання, виховання і розвитку в процесі освіти [13; 27; 29]. Таким чином, в відповідності з загальнонауковими уявленнями, в структурі соціального досвіду виділяються наступні чотири компоненти:

- інформаційний досвід (інформаційна культура), т. є. сукупність знань;
- операційний досвід (операційна культура), т. є. сукупність умінь, навичок, способів діяльності і їх складових;
- психофізичний досвід або духовно-телепний, інтелектуально-фізичний (психофізична культура), т. є. сукупність психічних і фізичних здібностей;
- ціннісно-орієнтаційний (мотиваційний) досвід (мотиваційна культура), т. є. сукупність соціальних установок, відображаючих потреби людини.

Виділяється в спеціальній літературі творчий компонент соціального досвіду [14, с. 150–161] вважається, на наше погляд, характеристикою здібностей і особистості в цілому, а не родової складової соціального досвіду. Він по ознаці належності до інтелектуальних здібностей входить в склад психофізичного компонента соціального досвіду і проявлення особистісної характеристики людини.

Горизонтальною проекцією моделі змісту освіти вважається сукупність галузей діяльності (рис. 1). Данна проекція відповідає історичному руху усвідомлення сутності і складу змісту

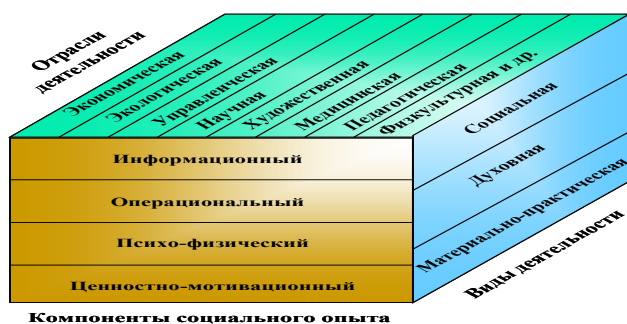


Рис. 1. Модель змісту вищої освіти на рівні загальнотеоретичного представлення

освіти, а в представленому вигляді і сучасній тенденції її заповнення конкретними галузями, необхідними для гармонічного розвитку особистості [8; 14]. Данна проекція дозволяє виділити ту галузь (спеціальність), по якій здійснюється вище професійне освітнє, наситити його необхідним змістом по компонентах соціального досвіду і провести відбір відповідних цим компонентам видів і підвидів діяльності.

Відношення галузей діяльності до входять до неї елементів змісту соціального досвіду свідчить, що це два пов'язаних, але незалежних різниця. Зв'язок складається в тому, що всі елементи змісту соціального досвіду обов'язково присутні в кожній галузі діяльності. Незалежність ж складається в тому, що галузь діяльності може себе реально проявити одним з елементів змісту. Наприклад, через знання без застосування, через їх застосування, але тільки в стереотипних умовах і т. п.

В свою чергу, елементи змісту соціального досвіду визначають набір видів діяльності (третя проекція моделі), які необхідні в тій або іншій галузі. Кожен з них втілюється тільки в деяких галузях діяльності. Отже, цей розріз не може бути визначальним в моделі.

Можна вважати, що визначальним структурним компонентом моделі вважається зміст, пов'язаний з галузями і видами людської діяльності. В користь цього висновку свідчить той факт, що розвиток особистості здійснюється тільки в діяльності. Метою вищої фізкультурної освіти вважається досягнення високої професійної готовності, яка в системі галузей людської діяльності представлена фізичною культурою і спортом [5; 14]. Крім того, галузі діяльності вважаються єдиним предметним втіленням змісту освіти. Застосовуючи до вищої освіти галузі діяльності перетворюються в загальні або профіліровані цикли дисциплін або окремі дисципліни навчальних циклів.

Представлена теоретична модель змісту освіти вважається необхідним і достатнім орієнтиром в обробці змісту освіти на будь-якому рівні, в будь-якій галузі діяльності на основі її специфіки і деталізації. Вона універсальна, так як вважається обобщеною, застосовною до характеристик змісту освіти будь-якого рівня, будь-якої спрямованості, будь-якої системи організації. Данна модель дозволяє теоретично правильно перейти до моделюванню змісту в будь-якій галузі освіти, в тому числі і вищої фізкультурної освіти.

Расшифровка общей модели посредством ее декомпозиции (развертывания) осуществляется в моделях частных уровней в виде моделей содержания высшего физкультурного и других отраслей образования на уровне государственного стандарта, типового учебного плана и учебной программы. Для этого при построении модели следует, прежде всего, исходить из требований целесообразности. Целесообразность предполагает ориентировку на общую (глобальную) цель высшего образования (системообразующий фактор), направленную на подготовку специалиста по физической культуре и спорту нового типа как социального заказа общества.

Таким образом, в модели находит отражение обобщенный образ желаемого результата образования, соответствующего целевым установкам модели.

Известно, что любая образовательная система эффективно функционирует, если, помимо всего прочего, четко сформулированы ее цели. Цель является стержневой педагогической категорией, которая связывает воедино все компоненты педагогической системы. Проблема целеполагания всегда была актуальной для отечественной педагогики. В литературе принято различать три уровня целей [11]: глобальный, общепедагогический и частнодидактический.

Под глобальным уровнем целей в нашем случае следует понимать основополагающие цели высшего физкультурного образования, сформулированные на достаточно высоком уровне абстрактности, соотношенные с потребностями общества и личности. Общие цели высшего физкультурного образования, как правило, фиксируются в нормативных документах образовательной политики.

Общепедагогические цели представляют собой первый уровень конкретизации общих целей, которые являются регулирующим механизмом на уровне Госстандарта и учебного плана специальности. Они реализуются в транспредметных, уровнях (ступень образования), цикловых (циклы дисциплин) целях, представляя собой рабочий инструмент для разработки содержания образования, квалификационных характеристик, оценки и контроля результатов образования. Таким образом, результаты первого этапа разработки содержания высшего физкультурного образования могут быть наглядно отражены в трехмерной системе координат, где на поверхности лицевой стороны куба показаны основные уровни глобальных и общедидактических целеполаганий (рис. 2).

В публикациях, имеющих общенаучное значение, выделяются четыре основных сферы знаний по базовым областям их проявления:

- общественные науки;
- естественные науки (естествознание);
- гуманитарные науки (человекознание);

– технические науки [7].

Общественные науки характеризуют мир социума на основе отражения, познания, оценивания социальных систем. Естественные науки определяют физическую и биологическую картину мира, мира природы. Гуманитарные науки отражают мир человека как единичного представителя человеческого рода. Технические науки характеризуют своеобразную техническую картину мира, мир техники, который искусственно создается человеком, системой средств деятельности отражения, преобразования, передачи и сохранения веществ, энергии и информации. Таким образом, данная типология всесторонне отражает всю современную систему наук: мир природы (естествознание), мир социума (обществоведение), мир человека (гуманитарные знания) и мир техники (технические знания). Этот второй уровень разработки характеризует верхняя сторона куба – система современных наук.

Следующий уровень разработки содержания высшего физкультурного образования на уровне содержания учебного плана выделяется на основании направленности знаний и практических видов деятельности. Характеристика учебных предметов по направленности предполагает выделение общеобразовательных, общепрофилирующих и специализированных циклов дисциплин. Общеобразовательная направленность цикла должна обеспечить формирование общей культуры, которая определяется как система познания и использования мироосвоения [7]. Профилирующая направленность подготовки специалиста должна сформировать систему общей и специальной ориентировочной основы информационного, операционального и мотивационного обеспечения в реализации функций профессиональной деятельности.

Содержательная сущность общеобразовательного, профилирующего и специальных циклов

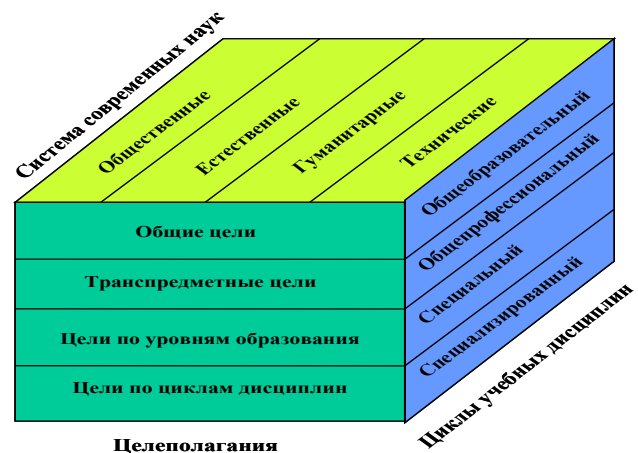


Рис. 2. Модель содержания высшего физкультурного образования на уровне проектирования учебного плана

професійної підготовки не означає дублювання першого во второму, а другого в третьому і четвертому. Їх різниця проявляється в тому, що загальноосвітня спрямованість змісту освіти виступає культурно-інтелектуальним стержнем.

Вона визначає, в частині, загальне розвиток особистості, загальні орієнтовні можливості в будь-якій діяльності; профілююча ж спрямованість сприяє розвитку особистості і її орієнтовних можливостей в зв'язі з потребами професійної діяльності; а спеціальна спрямованість змісту освіти обумовлює конкретизацію освіти по спеціальностям і спеціалізаціям. Обговорюваний рівень розробки змісту освіти вищого фізкультурного освіти представлений в моделі третьої – бокової проекції куба. В реалізації даної моделі важливо визначитися в необхідності і достаточності набору складових того чи іншого рівня декомпозиції. Уточнення такого набору є вичірною теоретичною і практичною задачею змісту освіти.

Кінцевим рівнем розвертання загальної моделі змісту освіти вищого фізкультурного освіти є моделювання змісту освіти навчальних програм по окремих дисциплінам, предметам, курсам. В ідеалі така навчальна програма представляє собою перероблену в відповідності з вимогами дидактичної системи знань, умінь і навичок (способів відповідної діяльності), ціннісних орієнтацій і оціночних цілепокладань згідно цілям освіти [1; 12].

В світовій освітній практиці структурування навчальних програм найпоширенішим підходом є тематичне побудування програм, включаюче ієрархічно пов'язані елементи, визначаємі як розділи,

підрозділи, теми і питання теми [1; 10]. Навчальні програми моделюють зміст і обсяг навчального предмету. Вони повинні будуватися, здебільшого, на основі змісту відповідної науки або її проблематики, а не навчального предмету. Виходячи з існуючих представлень, структурування змісту будь-яких, в тому числі і навчальних, програм повинно здійснюватися на основі принципів програмно-цілевого підходу. Він передбачає, як мінімум, три визначаючі, уніфіковані, етапи структурування: аналіз проблемної ситуації і формування цільових орієнтирів програми, розробку елементів змісту програми, оціночні і контролюючі процедури.

Таким чином, в структурі змісту освіти на рівні навчальної програми повинні бути представлені, як мінімум, три основоположних компоненти (рис. 3). Першим компонентом змісту програми є система цілей навчальної дисципліни, яку вона передбачає для реалізації. Тому формування системи цільових орієнтацій програми є найважливішою процедурою її структурування. Система таких цілей представлена на лівій стороні куба теоретичної моделі.

Розробка системи цілей ґрунтується на всебічному аналізі проблемної ситуації, визначаючої необхідність проектування нової програми: відсутність програми, зміна орієнтуючих парадигм, зміна соціальних потреб і т. п. Такий аналіз, звичайно, знаходить відображення в пояснювальній записці програми.

Головним умовом правильного формулювання цілей – це можливість їх діагностування. Відомо, що багато педагогічних систем опинилися обреченими на невдачу тільки по одній причині: цілі були сформульовані недіагностично, тобто розпливчато, аморфно, неконкретно. Діагностично поставлена ціль повинна бути сформульована настільки точно і визначено, щоб однозначно можна було зробити висновок про ступінь її реалізації і побудувати повністю визначений дидактичний процес, гарантуючий її досягнення за заданий час. Ціль педагогічного процесу поставлена діагностично, якщо виконуються наступні умови [21, с. 40–46]:

1. Дано точне і визначене описання формованого особистісного якості, його можна безпомилково і однозначно диференціювати від будь-яких інших якостей особистості.
2. Існують методики об'єктивного, однозначного виявлення діагностуваного якості.
3. Можливо кількісне вимірювання діагностуваного якості.
4. Існує шкала оцінки якості, що ґрунтується на результатах вимірювання.

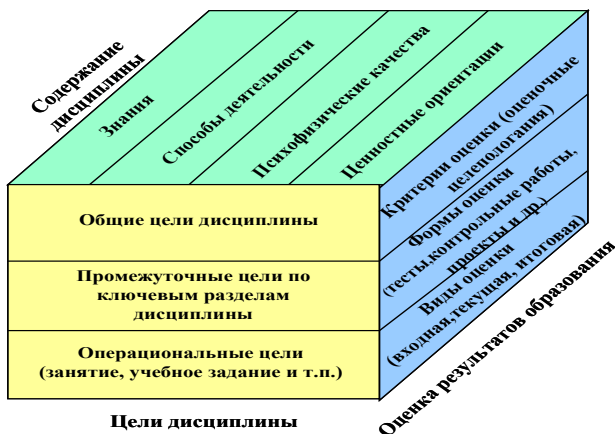


Рис. 3. Модель змісту освіти вищого фізкультурного освіти на рівні проектування навчальної програми

Таким образом, потеря определенности целевых ориентаций учебной программы делает невозможным выявление целесообразности ее содержания. Возникает необходимость разработки системы целевых ориентаций в связи со структуризацией учебных программ.

Система целей учебных программ должна включать, как минимум, три уровня развертывания, в противном случае не достигается необходимая конкретизация действий в обеспечении этой процедуры. Первый уровень разверстки включает общие цели учебной дисциплины, вытекающие из транспредметных целей и целей по циклам смежных дисциплин, выраженных в терминах конкретного относительного действия по отношению к дидактической ситуации. Они представляют собой частные и последовательные этапы в достижении формирующих задач на уровне знаний, умений и навыков, психофизических качеств и ценностных ориентаций. На втором уровне разверстки на основе общих целей разрабатываются ключевые цели учебной дисциплины, выражающиеся в конкретных действиях в соотношении с определенной дидактической ситуацией и определенной единицей содержания (тема, раздел). С педагогической точки зрения ключевые промежуточные цели соотносятся с теми результатами обучения на уровне знаний, умений и ценностных отношений, которые и должны быть сформированы в учебном процессе.

Ключевые промежуточные цели обычно являются основой формирования операциональных целей (задач) для конкретного занятия или учебного задания – третий уровень разверстки. Чтобы операциональные цели могли более эффективно выполнять свои функции, они должны быть выражены в действенных терминах, которые могли бы быть оценены (измерены). Операциональные цели определяют новые учебные действия, новое поведение студента в процессе акта учения, предполагающего достижение совершенно конкретных результатов. Учитывая то, что операциональные цели представляют собой конечный, далее неделимый, уровень в парадигме содержания образовательных целей, а также их конкретность и условия реализации, они обычно не разрабатываются на уровне учебных программ, а формируются в ходе учебного процесса и служат планированию и разработке учебных заданий, оцениванию результатов обучения.

На следующем этапе разработки модели содержания учебной программы рассматриваются основные элементы содержания образовательного процесса – верхняя сторона куба. Приоритет здесь отдается блоку содержания теоретического раздела программы – системе знаний, которые, по мнению специалистов, являются главным источником обеспечения информационной готовности и возможности реализации функций любой про-

фессиональной деятельности [8; 18]. Дефиниция сознания, по Л.А. Зеленову, – главная составляющая, которая является регулятором человеческой деятельности. Соотношение затрат времени на теоретический раздел, по данным отечественного и зарубежного опыта [9; 15; 17], составляет от 90% до 50%, при этом практический (деятельный) блок, включающий все виды практик (учебная, производственная, стажерская), имеет тенденцию к расширению [32].

Конструирование системы знаний на уровне учебного предмета обуславливается их основной, ведущей функцией в высшем образовании. В тех учебных предметах, где ведущим компонентом являются научные знания (основы наук), их совокупность в учебном предмете должна представлять систему, адекватную по своему составу соответствующей науке, т. е. состоять из двух частей – основ соответствующих теорий и некоторой совокупности знаний, еще не оформленных в науку в теорию.

В тех учебных предметах, где ведущим компонентом являются способы деятельности или воспитание отношений студентов к действительности, достаточно, если совокупность научных знаний в предмете будет представлять их комплекс, необходимый для осуществления ведущей функции – формирование способа деятельности.

Кроме того, при конструировании содержания блока знания необходимо расположить их по значимости. Здесь принято различать основные знания, т. е. те, ради которых введен данный учебный предмет, и вспомогательные знания, необходимые для обслуживания основных.

Второй компонент верхней проекции модели содержания образования связан, в свою очередь, с конструированием совокупности способов деятельности, которые выступают в качестве программы деятельности, подлежащей усвоению и, следовательно, преобразованию их в умения и навыки. Как следует из общетеоретической модели содержания образования (рис. 1), основными видами деятельности являются социальная, духовная и материально-практическая. Каждый из них включает ряд подвидов. Например, духовная деятельность состоит из познавательной, ценностно-ориентационной и эмоционально-чувствительной; социальная – из коммуникативной, общественной, социально-политической, семейно-бытовой, образовательно-педагогической, деятельности по охране и укреплению здоровья; материально-практическая состоит из трудовой, опытно-экспериментальной (творческой), универсально-преобразующей деятельности [33].

Поскольку осуществление видов деятельности происходит на базе сформированных умений и навыков, постольку они и являются составляющими способов деятельности. Это обстоятельство прямо и косвенно отражено в большинстве иссле-

дований по проблемам деятельности как на общенаучном, так и на частнопредметном уровнях.

В ряде публикаций для определения типологии умений используется такое основание, как «функция психики». При этом выделяют базовые функции, к которым относятся психическая – познавательная (когнитивная) и регулятивная, включая коммуникативную как проявление внешней регуляции. Эти функции через свои составляющие реализуются в любой деятельности. Вместе с тем они сами выступают в роли деятельности и поэтому могут быть использованы при ее анализе [6]. Человек в этом случае рассматривается как субъект психической деятельности. Следует также отметить, что предлагаемая классификация умений связана с пересечением двух оснований. К функциям управленческой деятельности следует отнести планирование (проектировочные, конструктивные умения) и организацию, а к функциям психики – коммуникативные и гностические умения.

Следующим компонентом верхней проекции модели являются психофизические качества. Принято различать психические свойства (качества) или черты личности и физические качества человека. В современной психологии под свойствами или чертами личности имеют в виду «устойчивые, повторяющиеся в различных ситуациях особенности поведения индивида» [20, с. 391].

Наряду с психическими свойствами личности рассматриваются связанные с ними физические качества, представляющие собой сплав врожденных психофизиологических и морфологических особенностей организма человека с приобретенным в процессе жизни и специальной деятельности опытом в использовании этих особенностей. Различают кондиционные (сила, быстрота, выносливость, гибкость) и координационные (точность движений, их согласованность, качество перестройки движений и др.) физические качества (способности).

Физические качества связаны также с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы человека (силой – слабостью, подвижностью – инертностью, уравновешенностью – неуравновешенностью нервных процессов), которые выступают в структуре физических качеств и виде природных задатков. Очень тесно связаны в своих проявлениях физические качества с такими свойствами личности, как волевые и эмоциональные черты характера. Такое волевое качество, как терпимость или разовое его проявление – настойчивость, во многом обуславливает величины проявления всех физических качеств.

В заключении отметим, что реализация этого компонента в процессе образования должна сопровождаться психическим и физическим развитием студентов. Процесс усвоения знаний и умений не всегда ведет к развитию интереса, познавательных способностей, формированию

мировоззрения и морали. Между приобретением знаний, умений и развитием мышления нет прямой связи. Знания, по-видимому, являются необходимой предпосылкой умственного и физического развития, но требует такой организации учебного процесса, в котором создаются реальные условия для реализации развивающего начала в познавательном процессе.

И, наконец, четвертый компонент верхней проекции куба составляют ценностные ориентации. Они воплощены в форме социального опыта живущих и деятельных поколений и зафиксированы в знаковых системах в духовной культуре общества. Вне социального опыта предметная форма воплощения духовной культуры мёртва и не может быть реализована. Чтобы обучающийся как субъект, как личность приблизился к системе деятельности уже обученных поколений, т. е. к социальному опыту, он должен усвоить опыт отношения к миру, призванному в той или иной мере войти в систему ценностей обучаемой личности. Опыт ценностного отношения человека к миру, к осваиваемым его субъектам представляет собой сформированные социальные потребности, степень богатства которых характеризует меру приобщенности субъекта к ценностям данной эпохи. Содержание ценностного отношения состоит в совокупности биологических, социальных, материальных, духовных и других потребностей, обуславливающих направленность эмоций индивида на определенные объекты, включенные в его систему ценностей.

Потребности в общепринятом смысле являются приоритетным началом, причиной любой деятельности, они служат исходным основанием побуждения, ведущего к направленному действию. Потребность выступает как отражение состояния личности, благодаря которому осуществляется регуляция поведения, направленности, ориентации, мышления.

Следующим элементом формирования ценностных отношений являются мотивы. Они, являясь причиной активности в деятельности, определяются как отражение осознанной потребности и обуславливают ее удовлетворение. Если потребность формирует вопрос «Почему я хочу это сделать?», то мотив – «Что я хочу сделать?». В этом смысле потребность – начало пути, а мотив – конец его [22; 25]. Для человека свойственно наличие некоторого числа мотивов. Чрезмерное развитие какого-либо мотива при недостаточном развитии других отрицательно сказывается на развитии личности, поэтому необходимым условием формирования ценностных отношений является гармоническое развитие системы мотивов.

Таким образом, анализ структуры ценностных отношений позволяет выделить систему базовых, жизненно необходимых, потребностей индивидуума: познание мира, познание общества, познание

себя, общение, трудовую деятельность, соблюдение социальных норм, самореализацию, самоопределение, саморегуляцию, статус, образ жизни, потребности витального обеспечения [32]. Для описания мотивов характеризующими признаками являются познавательные мотивы, мотивы внутренней регуляции (самореализация, самоопределение, саморегуляция), мотивы внешней регуляции активности (общение, социальные обязательства), мотивы личного статуса, образа жизни, здоровья и т. п. Для описания ценностных ориентаций используются признаки, характеризующие направленность личности (социальная и профессиональная), уровень притязаний по целям склонности и значения выбора в профессиональной деятельности.

На третьей боковой проекции теоретической модели учебной программы отражены компоненты оценки результатов образования. К ним относятся критерии, формы и типы оценки. Исходя из теории измерений, результаты образования могут быть оценены посредством качественного (вербального) или количественного (формального) анализа. В процессе вербального анализа используется шкала наименований. Чтобы ее составить, необходимо ответить на вопросы: что измерять (выбор объекта измерения), как измерять (выбор единиц измерения) и как оценивать (выбор способа анализа). На уровне качественного (вербального) анализа явлений истинность суждений опирается на правдоподобные рассуждения по правилам логики на основе субъективного опыта деятельности. При всей своей необходимости такой анализ не позволяет получить информацию в связи с оценкой абсолютного уровня результатов образования и его динамики, что требует поисков количественных оснований в его оценке.

В психолого-педагогических исследованиях в целях количественного анализа результатов различных аспектов образования используют в основном три способа оценивания: на основе оценочных суждений, критериально-ориентировочных тестов и выявления ресурсных затрат (длительность, количество операций). Разработка способа измерения связана с выделением объекта, измеряемых признаков, формулировкой оценочных суждений для каждого уровня, количественным обозначением каждого уровня в пределах выбранной шкалы баллов [2; 3]. Основными трудностями подобных способов измерения результатов образования являются обоснование тестов (по критериям необходимости и достаточности), выбор признаков объекта для оценивания, формулировка суждений (по критериям однозначности и существенности), определение интегральных значений измерения объекта (по критериям весомости признака).

Применительно к результатам образования предлагается использовать различные наборы признаков и систем оценивания. Однако все они

должны включать диагностические операции четырех типов (в соответствии с набором компонентов содержания образования) – для выявления уровня знаний, для выявления уровня овладения умениями, для определения уровня психофизического развития, для выявления уровня личной готовности к профессиональной деятельности (мотивация, ценностные ориентации). Подобные подходы используются и в зарубежной практике оценивания результатов образования.

Таким образом, системный анализ теоретических основ содержания образования позволил на теоретическом уровне рассмотреть концептуальные модели высшего образования вообще и высшего физкультурного образования в частности, модели учебного плана и учебной программы как базовых проектировочных документов содержания образования. Анализ публикаций по этому вопросу свидетельствует, что имеющаяся информация в большей мере характеризуется или описательностью [16], или локальностью [32], или специфичностью. Вместе с тем отмечается усиление методологизации, наличие попыток использования концептуального и системного подходов, моделирования, интеграции и унификации знаний в разработке теории содержания образования [6; 12; 16 и др.]. Все это позволяет констатировать тот факт, что проблема моделирования содержания высшего физкультурного образования находится в стадии серьезной научной разработки, а накопленные теоретические материалы еще требуют дальнейших концептуальных построений и отработки на эмпирическом и методологическом уровнях.

В связи с этим моделирование содержания высшего образования вообще и физкультурного в частности приобретает особое значение, потому что оно является главным залогом обеспечения качества подготовки специалиста, следовательно, и качества его будущей профессиональной деятельности.

Исходя из сказанного, к конструированию содержания высшего физкультурного образования мы подошли с двух позиций. С одной стороны, оно рассматривалось как ряд иерархизированных структурно-функциональных подсистем с выделением элементов каждого компонента подсистемы. С другой – содержание рассматривалось генетически, с точки зрения происхождения целостных свойств системы. Для представления всей системы содержания высшего физкультурного образования избран блочно-модульный способ, основанный на применении укрупненных дидактических единиц [23]. Выбор блочно-модульного построения содержания обусловлен следующим. Во-первых, блоки (циклы дисциплин) и модули могут рассматриваться как самостоятельные части целого, т. к. несут в себе конкретную дозу информации. Во-вторых, инфор-

мация, входящая в блок и модуль, способна иметь широкий спектр сложности и глубины при четкой структуре и единстве целей. В-третьих, блоки и модули позволяют синтезировать образовательные пространства, «стыковать» между собой дисциплины, относящиеся к различным областям знаний (социальные и естественнонаучные, фундаментальные и специальные). В-четвертых, анализ модульных конструкций показывает, что они могут быть относительно легко упорядочены по информационной нагрузке, освобождены от неоправданного дублирования и тавтологии, обнаруживают большое число логических связей [24].

Понимая модуль как открытую совокупность учебных дисциплин, формирующую определенную область знаний (общественных, естественных, гуманитарных, технических), его рассматриваем как структурно-функциональную единицу блока или цикла дисциплин, представляющего собой более обширную единицу, сформированную по признаку профилированности знаний (общеобразовательный или фундаментальный, общепрофессиональный, специальный, специализированный). Открытость модуля проявляется в том, что набор учебных дисциплин внутри него может периодически изменяться в зависимости от потребностей практики, состояния развития науки, специфики специальности и т. п.

В конструируемом нами содержании высшего физического образования выделено четыре блока, уточняющие образовательную область каждого цикла:

а) общеобразовательный (образовательная область – фундаментальные общенаучные знания по всей системе современных наук);

б) общепрофессиональный (образовательная область – естественно-гуманитарные знания);

в) специальный (образовательная область – профессионально ориентированные естественно-гуманитарные знания);

г) специализированный (образовательное поле – знания, ориентированные на узкую специализацию по всей системе современных наук).

Общеобразовательный и общепрофессиональные блоки способствуют формированию системного понимания научной картины мира, осуществляют интеграцию знаний по всей системе современных наук, являются фундаментом специальных знаний специалиста по физической культуре и спорту. Специальный и специализированный блоки дисциплин обеспечивают специалисту возможность ориентации в выборе индивидуальной траектории образовательно-профессиональной подготовки.

Модули каждого из блоков разворачиваются через систему отраслей научных знаний, представленных набором дисциплин – базовых и вариативных (элективных (по выбору) и факуль-

тативных). Дисциплина при этом выступает в качестве структурно-функциональной единицы всей системы содержания образования. В логике системного анализа такое построение позволяет осуществить принцип восхождения от абстрактного к конкретному с ориентировкой на выделение конечных единиц содержания образования.

Каждый блок содержания представлен инвариантной и вариативной частями. Инвариант реализуется через систему базовых дисциплин и обеспечивает достижение эквивалентности высшего физического образования независимо от вуза, осуществляющего подготовку специалиста. Вариативная часть содержания представлена набором элективных и факультативных курсов. Она обогащает основное содержание, углубляет и конкретизирует его, включает детальное рассмотрение отдельных проблем, способствуя формированию устойчивых интересов и склонностей студентов, развитию их самоопределения и творческой активности.

Выводы. Таким образом, структурно-функциональный анализ содержания высшего физического образования позволил разработать его идеальную структурную модель в виде мысленной конструкции, над которой можно совершать мысленные преобразования. Выделение в структурной модели всех логических связей и отношений, существующих между входящими в нее элементами содержания, и есть такие преобразования. Выявление этих связей обеспечило структурно-функциональное единство модели, ее целостность как интегральное свойство. Как показал проведенный анализ, система логических связей и отношений между элементами структурной модели содержания относительно устойчива и составляет определенный инвариант, который не зависит от уровня и способов его развертывания. Существенным признаком структурной модели содержания высшего физического образования [28; 35] как целостной системы является иерархичность, что позволяет каждый элемент этой системы рассматривать, в свою очередь, как систему, а саму модель – как компонент более широкой системы – содержание высшего образования в различных отраслях человеческой деятельности.

Установлена неправомочность обозначения цели как компонента системы образовательного процесса на общем уровне рассмотрения ее в составе: субъект, объект, средства, процесс, условия, результат. Цель проявляет себя по отношению к этому уровню в социально значимых смыслах. В первом случае она является системообразующим фактором содержания образования и поэтому существует как идеально-субъективное явление вне состава компонентов системы образовательного процесса. Во втором случае она присуща субъекту деятельности (преподавателю)

и поэтому входит в состав управленческих функций образовательного процесса.

Структурно-функциональный анализ системы образовательного процесса в вузе позволил не только выделить необходимые и достаточные функции деятельности преподавателя, но и соотносить их с управленческими функциями его деятельности и приоритетными компонентами образовательного процесса, дать им содержательное описание с учетом имеющихся между ними связей и взаимодействий.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК:

1. Агапова О.И., Вербицкий А.А., Червяков В.А. Перестройка вуза как звена педагогической системы и сферы социальной практики. *Современная высшая школа*. 1990. № 2. С. 51–66.
2. Азаров Ю.П. Искусство воспитывать. Москва: Просвещение, 1985. 447 с.
3. Анисимов О.С. Основы методологического мышления. Москва: Внешторгиздат, 1989. 412 с.
4. Беспалько В.П. Слагаемые педагогической технологии. Москва: Педагогика, 1989. 191 с.
5. Виленский М.Я., Сафин Р.С. Профессиональная направленность физического воспитания студентов педагогических специальностей. Москва: Высшая школа, 1989. 160 с.
6. Волков А.М., Микадзе Ю.В., Солнцева Г.И. Деятельность: структура и регуляция. Москва: Изд-во МГУ, 1987. 215 с.
7. Зеленов Л.А. Методология человековедения. Новгород, 1991. 75 с.
8. Зеленов Л.А. Становление личности. Горький: Волго-Вятское изд-во, 1989. 167 с.
9. Змеев С.И. Подготовка организаторов досуга за рубежом. *Теория и практика физической культуры*. 1983. № 12. С. 51–53.
10. Игнатъева В.Я. Приблизить теорию физкультурного образования к практике трудовой деятельности специалиста. *Теория и практика физической культуры*. 1989. № 8. С. 8–10.
11. Курбаков К.И. Целевая индивидуальная подготовка специалистов в вузах. Москва: ВНИИ «Информэлектрон», 1992. 154 с.
12. Леднев В.С. Содержание образования: сущность, структура, перспективы. 2-е изд., перераб. Москва: Высшая школа, 1991. 224 с.
13. Лернер И.Я. Процесс обучения и его закономерности. Москва, 1981. 218 с.
14. Лернер И.Я. Состав социального опыта и содержание образования. *Теоретические основы содержания общего среднего образования* / под ред. В.В. Краевского, И.Я. Лернера. Москва: Педагогика, 1983. С. 150–161.
15. Миронов В.Б. Век образования. Москва: Педагогика, 1990. 175 с. С. 3–9.
16. Мошкова И.Н., Маслов С.В. Психология производственного обучения. Москва: Высшая школа, 1990. 203 с.
17. Назлик З., Ладанья А. Подготовка учителей в европейских странах СЭВ. *Современная высшая школа*. 1987. № 3. С. 13–22.
18. Нурминский И.И., Гладышева Н.К. Статистические закономерности формирования знаний. Москва: Педагогика, 1991. 222 с.
19. Орлов А.Б. Проблемы психолого-педагогической подготовки учителя. *Вопросы психологии*. 1988. № 1. С. 16–28.
20. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Краткий психологический словарь. Москва: Политиздат, 1985. С. 391.
21. Петрунева Р., Дулина Н., Токарев В. О главной цели образования. *Высшее образование в России*. 1998. № 3. С. 40–46.
22. Пилоян Л.А. Мотивация спортивной деятельности. Москва: ФиС, 1984. 104 с.
23. Подготовка специалиста в области образования. *Структура и содержание* / под ред. Г.А. Бордовского. Санкт-Петербург: Образование, 1994. 209 с.
24. Подольская Е.А. Ценностная ориентация личности как предмет социально-философского исследования: автореф. дисс. ... канд. филос. наук: 09.00.01 / Моск. гос. ун-т им. В. Ломоносова. Москва, 1984. 23 с.
25. Симонов П.В., Ершов П.М. Темперамент, характер, личность. Москва: Наука, 1984. 160 с.
26. Пути разработки профиля специалиста / Н.Ф. Талызина и др. Саратов: СГУ, 1987. 173 с.
27. Чорбэ К.И. Формирование информационной готовности специалиста по физической культуре и спорту нового типа. *Фізична культура і здоров'я*. Минск, 2002. № 1. С. 32–37.
28. Чорбэ К.И. Концептуальная модель содержания высшего физкультурного образования. *Фізична культура і здоров'я*. Минск, 2000. № 2. С. 21–42.
29. Чорбэ К.И. Понятие «Профессиональная готовность» специалиста по физической культуре и спорту. *Фізична культура і здоров'я*. Минск, 2001. № 3. С. 86–92.
30. Чорбэ К.И. Высшее физкультурное образование, как процесс управления обучением, воспитанием и развитием студентов. *Мир спорта*. Минск, 2001. № 1. С. 3–8.
31. Шубинский В.С. Виды деятельности как источник формирования содержания образования. Теоретические основы содержания общего среднего образования / под ред. В.В. Краевского, И.Я. Лернера. Москва: Педагогика, 1983. С. 89–99.
32. Чичикин В.Т. Теоретические основы формирования профессиональной готовности специалиста в системе физкультурно-педагогического образования: автореф. дисс. ... докт. пед. наук: 13.00.04 / Росс. гос. акад. физич. культуры. Москва, 1995. 34 с.
33. Шубинский В.С. Виды деятельности как источник формирования содержания образования. Теоретические основы содержания общего среднего образования / под ред. В.В. Краевского, И.Я. Лернера. Москва: Педагогика, 1983. С. 89–99.
34. Якунин В.Я. Психологические основы управления учебно-познавательной деятельностью студентов: дисс. ... докт. психол. наук: 19.00.07. Ленинград, 1989. 300 с.
35. Ciorbr C. Training of motivative components to students in higher education institutions of physical education and sport. *Bulletin of the Transilvania University of Braşov. Series IX: Sciences of Human Kinetics*. 2018. Vol. 11(60). № 1. P. 125–132.

INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN THE ADVANCEMENT OF HIGHER MEDICAL EDUCATION

ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ПРОГРЕСУВАННІ ВИЩОЇ МЕДИЧНОЇ ОСВІТИ

УДК 378.001.004.031:61
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.37>

Shuper V.O.,
Candidate of Medical Sciences,
Associate Professor of the Department
of Internal Medicine, Clinical
Pharmacology and Occupational
Diseases

Bukovinian State Medical University

Shuper S.V.,
Candidate of Medical Sciences,
Associate Professor of the Department
of the Physical Rehabilitation and
Ergotherapy

Yuriy Fedkovych Chernivtsi National
University

Husak V.V.,
Candidate of Medical Sciences,
Associate Professor of the Department
of the Physical Rehabilitation and
Ergotherapy

Yuriy Fedkovych Chernivtsi National
University

Temerivska T.G.,
Candidate of Medical Sciences,
Associate Professor of the Department
of the Physical Rehabilitation and
Ergotherapy

Yuriy Fedkovych Chernivtsi National
University

Rykova Y.O.,
Candidate of Medical Sciences,
Associate Professor of the Department
of Human Anatomy

Kharkiv National Medical University

The work analyzes the theoretical and practical features of modern innovative pedagogical technologies, as well as suggests ways of their effective application in higher medical education. The main target of the reform of higher medical education is the formation of new medical personnel through the introduction of European medical and scientific standards into the educational and integration process and the improvement of the intellectual, scientific and educational, professional-oriented level of future doctors, providing them with modern, more effective innovative and informational medical technologies.

Purpose of the investigation was to analyze the efficiency of use of the innovative potential in modern higher medical education in the conditions of globalization of educational process. Informatization of society is one of the regularities of the modern progress of medical education. At the same time, the main consideration focuses on the set of measures aimed at ensuring the full use of reliable, comprehensive and timely knowledge in all types of human activities. While using the traditional learning technologies, it is difficult to achieve a number of professional education goals.

Thus, efficacy of student learning will be improved significantly with the use of interactive methods extending the borders of creative activity of both teacher and student. It may form the critical thinking, skills of independently acquiring and controlling knowledge, confident navigation in the educational space. Further development requires the disclosure of the influence of information and communication technologies on the development of creative potential of the individual. The introduction of distance learning and advanced training facilitates the optimization and unification of the educational process at the university, the specialization of teachers in using of innovative programs and the implementation of the principles of globalization of higher education. The main task of higher medical educators is to include modern technologies effectively to transform studying into a more collaborative, personalized, and wide experience.

Key words: *higher medical education, innovative technologies, globalization of studying, educational space, European Community Course Credit Transfer System (ECTS).*

У роботі аналізуються теоретичні та практичні особливості сучасних інновацій-

них педагогічних технологій, а також пропонуються шляхи їх ефективного застосування у вищій медичній освіті. Основна мета реформи вищої медичної освіти – формування нового медичного персоналу через упровадження європейських медичних і наукових стандартів у навчально-інтеграційний процес і вдосконалення інтелектуального, наукового й освітнього, професійно-орієнтованого рівня майбутніх лікарів через забезпечення їх сучасними, більш ефективними інноваційними та інформаційними медичними технологіями. Метою дослідження є аналіз ефективності використання інноваційного потенціалу в сучасній вищій медичній освіті в умовах глобалізації навчального процесу. Інформатизація суспільства є однією із закономірностей сучасного прогресу медичної освіти. При цьому основна увага приділяється сукупності заходів, спрямованих на забезпечення повного використання надійних, усебічних і своєчасних знань у всіх видах людської діяльності. Використовуючи традиційні технології навчання, важко досягти низки цілей професійної освіти.

Отже, ефективність навчання студентів буде значно покращена із застосуванням інтерактивних методів, що розширюють межі творчої діяльності як учителя, так й учня. Це допоможе сформувати критичне мислення, навички самостійного оволодіння знаннями та контролю знань, упевнену навігацію в освітньому просторі. Подальшого розвитку вимагає розкриття впливу інформаційно-комунікаційних технологій на прогресування творчого потенціалу особистості. Упровадження дистанційного навчання та безперервного підвищення кваліфікації сприяє оптимізації й уніфікації навчального процесу, спеціалізації викладачів із використання інноваційних програм і реалізації принципів глобалізації вищої освіти. Основним завданням викладачів вищих медичних закладів освіти є ефективне включення сучасних технологій для отримання студентами в ході навчання більш спеціалізованого, персоналізованого та широкого досвіду.

Ключові слова: *вища медична освіта, інноваційні технології, глобалізація навчання, освітній простір, Європейська кредитна трансферно-накопичувальна система (ЄКТС).*

Topicality. Medical education of tomorrow's physicians for the work at the peak of their abilities must be progressive and innovative, moving beyond classical curricula and pedagogical approaches to meet the theoretical needs and practical skills of a new generation of students. The restructuring of the educational process widely using of innovative information and telecommunication technologies becomes a basis of implementing a radical economic reforms and building a qualitatively new education system in Ukraine. The changes taking place in the development of the

Ukrainian, science and education reforms require a thorough training of specialists who are capable of ensuring a qualitative transition from the industrial to the innovation and information society through innovation in education, scientific and methodological work. Moreover, this postulate directly concerns higher medical education.

Foreign and domestic experience shows that solving the task of building a modern competitive economy and knowledge society requires the optimal use of the latest models of innovative processes, where

research innovation universities become an important component. Such higher education institutions, working in close partnership with the state and local government and subjects of the economic activity, are increasingly turning into centers of innovation development, achieving significant acceleration of the processes of implementation of research and development in technology, goods and services demanded by modern economy [10, p. 38].

The main target of the reform of higher medical education is the formation of new medical personnel through the introduction of European medical and scientific standards into the educational and integration process and the improvement of the intellectual, scientific and educational, professional-oriented level of future doctors, providing them with modern, more effective innovative and informational medical technologies [14, p. 4].

Analysis of recent research. The history of the emergence of innovation in education is associated with the development of experimental pedagogy (second half of the nineteenth century), the doctrine of studying the psychological characteristics of children, the newest forms and the content of their teaching and education by methods of scientific research. The main ideas of foreign scientists of that time were the need to abolish educational traditions and proclaim the priority of creative development of the child [17, p. 5].

The principal purpose of the introduction of innovations in education at the end of the XX – beginning of the XXI century became the necessity to respond to the challenges of globalization transformations, environmental problems, and multicultural tendencies in the world. New ideas centered on the problem of quality of the education, the formation in teachers the individual responsibility for positive changes in that, the activation of socio-pedagogical processes to improve its quality [15, p. 122; 18, p. 324]. The most significant achievements in any field of production or economy will not find their practical application without the presence of skilled performers of this job. Therefore, the system of higher education receives the special significance in the implementation of state policy focusing on industrial restructuring and the development of an individual model of economic growth, as well as admission of Ukraine as a high-tech country [5, p. 314].

The process of informatization of the education acquired the purposeful nature of national significance with the adoption of the Law of Ukraine “On the Concept of the National Program of Informatization” (1998) [18, p. 240] as well as the Law of Ukraine “On the Basic Principles of the Development of Information Society Societies in Ukraine for 2007–2015” [8, p. 2004].

There is no monosemantic definition of innovation in the modern literature. This category is mostly interpreted as transforming potential scientific and

technological progress into real one, which is incarnating in new products and technologies. In a broad sense, innovations are considered as profitable use of ideas, inventions in the form of new products, services, organizational, technical and socio-economic decisions of the production, financial or commercial nature. The complex of scientific, technological and organizational changes is defined by researchers as an innovation process, and the period of creation and commercialization is called the innovation cycle [17, p. 3]. Thus, the coverage of actual problems in the teaching of any disciplines in higher educational institutions is intended to help the teacher to efficiently organize the learning process in accordance to the state educational standard, the main regularities and the newest trends in the field of pedagogy, psychology, medicine, etc. [6, p. 79].

The innovative methods include active learning. It is known that in the process of passive perception, a person will remember 10% from what he read, 20% from what he heard, 30% from what he saw, 50% from what he saw and heard, while in the active perception one’s memory keeps 80% from what he say and 90% from what he does on his own. Consequently, we can conclude that the methods of active learning greatly improve the memorization of the subject, facilitate its identification and purposeful practical implementation [12, p. 215].

The significant demand of changes in the medical education system is based on two factors: a prominent increase in the volume of medical information and a rapid scientific progress in the understanding of medical facts, phenomena, etc. The explosion of medical knowledge no longer allows physicians to keep in their mind all knowledge that is necessary to provide quality patient care. Therefore, the informatization of continuous medical education should become the principal platform of these changes, especially in the context of the current reform of the medical sphere [13, p. 84; 19, p. 262].

Purpose of the investigation was to analyze the efficiency of use of the innovative potential in modern higher medical education in the conditions of globalization of educational process.

The main material. The educational goals of using technology in medical education include facilitating basic knowledge acquisition, improving decision making, enhancement of perceptual variation, improving skill coordination, practicing for rare or critical events, learning team training, and improving psychomotor skills. Different technologies can address these goals [19, p. 263].

Informatization of society is one of the regularities of the modern progress of medical education. At the same time, the main consideration focuses on the set of measures aimed at ensuring the full use of reliable, comprehensive and timely knowledge in all types of human activities. While using the traditional learning

technologies, it is difficult to achieve a number of professional education goals. There are the formation of professional motives and interests, systemic specialist's thinking, holistic view of professional activity. Very important skills and knowledge include also team mental and practical work, collective interaction and communication, individual and joint decision-making; mastering the methods of modeling and designing. The key factor here is the progress in IT that provide access to the global information space for each student. Successful use of computers in education requires efforts not only from students but also from teachers, as well as the integration of information technology into the educational process. Computer equipment also allows implementing a variety of learning methods. It contributes to the success of learning, presents information in many different forms, personalizing it much more effectively, and gives impressive results. Herewith, the assimilation of fundamental and clinical medical disciplines is progressively improved, rising the motivation to study and social development of students [3, p. 15; 4, p. 7; 16, p. 79].

One of the most effective education technologies is the modular one, which is based on the following principles: quantum, problem, modularity, parity. All these principles are conditioned by the general theory of fundamental systems, which is the methodological basis of learning technology [2, p. 159].

However, after becoming valid in 2014 the Law of Ukraine "On Higher Education" by the Ministry of Education and Science of Ukraine, the credit-modular system of education is abolished as a compulsory course of higher educational institutions. According to the Law, the European Community Course Credit Transfer System (ECTS) is being implemented into the higher education system of Ukraine. This is the system is used in the European Higher Education Area and facilitates the academic mobility of higher education graduates. The system is based on the definition of the studying load needed to achieve the defined learning outcomes and is calculated in ECTS credits. ECTS credit is a unit of measurement of the academic load of a higher education applicant required to achieve identified (expected) learning results. The state policy of Ukraine in the field of higher education is based on the principles of international integration and integration of the higher education system of Ukraine into the European higher education area, with the achievements and progressive traditions of the national higher school, which are preserved and developed [8, p. 2004].

In addition to modular higher education, another very effective remote learning technology through the Internet is widely provided. Technologies such as electronic universities, academies, schools, libraries, training portals, educational electronic resources, virtual round tables, seminars, conferences, symposiums, lectures, practical classes, laboratory works,

work-shops have become popular. Multimedia and interactive learning tools, in addition to traditional forms, can enhance the quality of education by using of modern computer technologies (educational CDs, E-books, atlases, presentations, films, MCQs) in the educational process [11, p. 124; 13, p. 86].

However, now the simulation technologies play the important role in the modern medical education. The learning characteristics of simulation include conducting feedback, repeating practice, curriculum integrations and graduation of difficulty levels, different learning strategies and capture of clinical differences, individual learning, and the ability to define outcomes or final estimation. The aim of simulation is to imitate real patients, anatomic regions, or clinical tasks, and/or mirror the real-life circumstances in which medical services are rendered. Simulations can fulfill a number of educational goals. A well-structured case in the simulation center can teach and assess many, if not all, of the patient and process-centered skills, as well as team involvement and management [19, p. 264].

The efficacy of innovative pedagogical technologies also depends on the teacher's skill of proper organization of the educational process. Innovative technologies are often a combination of several learning methods, which allows for a comprehensive renewal of the educational process. The combination of two modern technologies (informational and modular) creates innovative one, which, on the one hand, provides computer-based learning support (information technology), and on the other hand, provides individualized learning (modular technology).

The combination of technological processes in the form of new information and modular technologies will facilitate the creation of a technology called "information-modular", the main purpose of which is to update the educational process of the higher educational institution [1, p. 9]. However, the use of technology in medical education should be to support but not a replacement for face-to-face learning. Educators must still focus on the principals of teaching, not only on the specific technologies. Technologies are just one tool in the educational toolbox [19, p. 265].

Conclusions. The presented modern data unequivocally show the necessity of the comprehensive application of innovative programs in all types and branches of education, but the processes of globalization and informatization gain the greatest importance in the field of higher education. The peculiarity of medical higher education is conditioned by the demand of introducing innovations into the educational process while preserving the basic teaching methods of conducting of the real patient in a real clinical situation.

Efficacy of student learning will be improved significantly with the use of interactive methods extending the borders of creative activity of both teacher and student. It may form the critical thinking, skills of

independently acquiring and controlling knowledge, confident navigation in the educational space.

The introduction of distance learning and advanced training facilitates the optimization and unification of the educational process at the university, the specialization of teachers in using of innovative programs and the implementation of the principles of globalization of higher education.

Further development requires the disclosure of the influence of information and communication technologies on the development of creative potential of the individual.

The main task of higher medical educators is to include modern technologies effectively to transform studying into a more collaborative, personalized, and wide experience.

REFERENCES:

1. Аймедов К.В., Сердюк Н.М. Застосування інноваційних технологій навчання у системі вищої освіти. *Молодий вчений*. 2015. № 2 (17). С. 8–10.
2. Алфімов Д.В. Інноваційна освітня система вищої школи: шляхи відродження. *Педагогічні інновації: ідеї, реалії, перспективи* : збірник наукових праць. 2000. С. 158–160.
3. Величко Е.В. Психолого-педагогические проблемы информатизации образования в условиях глобализации. *Актуальные вопросы современной психологии* : мат. Междунар. заоч. науч. конф. Челябинск, 2011. С. 15–17.
4. Вороненко Ю.В., Мінцер О.П. Реформування системи медичної освіти в світлі концепції «суспільство знань». *Український медичний часопис*. 2006. № 1 (51). С. 6–13.
5. Высшее образование Украины. *Высшее образование Украины в контексте интеграции к европейскому образовательному пространству* : тематический выпуск. 2008. Приложение 3. Том IV (11). 638 с.
6. Дингилиши У.В. Образование в аспекте глобализации и информатизации. *Успехи современного естествознания*. 2005. № 1. С. 79–80.
7. Дичковская И.М. Инновационные педагогические технологии. Киев : Академиздат, 2004. 352 с.
8. Про вищу освіту : Закон України від 01.07.2014 № 1556-VII зі змінами від 14.07.2016 № 1415-VII. Відомості Верховної Ради України. 2014. № 37–38. С. 2004.
9. Про основні засади розвитку інформаційного суспільства в Україні на 2007–2015 роки : Закон України. *Право*. 2007. № 21 (4021). С. 7–10.
10. Артьомов І.В., Студеняк І.П., Головач Й.Й. Інновації у вищій освіті: вітчизняний і зарубіжний досвід : навчальний посібник. Ужгород : ПП «АУТДОР-ШАРК», 2015. 360 с.
11. Кремень В.Г. Освіта і наука України: шляхи модернізації (Факти, роздуми, перспективи). Київ : Грамота, 2003. 216 с.
12. Майхнер Х.Е. Корпоративные тренинги. Москва : ЮНИТИ, 2002. 354 с.
13. Минцер О.П. Информатизация медицинского образования. *Український медичний часопис*. 2003. № 5 (37). С. 83–89.
14. Мороз В.М., Гумінський Ю.Й., Фоміна Л.В. Проблеми та перспективи вищої медичної освіти у реалізації Національної стратегії реформування системи охорони здоров'я України. *Проблеми та перспективи вищої медичної школи у розробці та реалізації Національної стратегії побудови нової системи охорони здоров'я в Україні на період 2015–2025 рр.* : тези доповідей навч.-метод. конференції, м. Вінниця, 25.03.2015. Вінниця, 2015. С. 3–6.
15. Навроцький О.І. Вища школа України в умовах трансформації суспільства. Харків : Основа, 2000. 240 с.
16. Парахонский А.П., Венглинская Е.А. Технологии медицинского образования на основе компьютерной техники. *Современные наукоемкие технологии*. 2008. № 6. С. 79.
17. Твезезовська Н.Т. Теоретичні та методичні основи розробки і впровадження інноваційних технологій у навчальний процес вищої школи. *Проблеми освіти* : наук.-метод. збірник / М-во освіти і науки України, Ін-т інновац. технологій і змісту освіти. Київ, 2007. Вип. 47. С. 3–7.
18. Энциклопедия образования / Акад. пед. наук Украины ; под ред. В.Г. Кремень. Киев: Юринком Интер, 2008. 1040 с.
19. Guze P.A. Using Technology to Meet the Challenges of Medical Education. *Transactions of the American Clinical and Climatological Association*. 2015. № 126. P. 260–270.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РІЗНОВИДІВ ФІТНЕСУ ДЛЯ ОСІБ ПОХИЛОГО ВІКУ

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL PRINCIPLES OF FITNESS FOR SENIORS

У науковому дослідженні розглядаються проблеми впливу на організм осіб похилого віку фітнес-занять. Мета дослідження – теоретико-методологічне обґрунтування різновидів оздоровчого фітнесу та його вплив на психофізіологічний стан людей похилого віку. Методи дослідження: теоретичний аналіз спеціальної науково-методичної літератури, документальних матеріалів, абстрагування, логіко-теоретичний аналіз, компаративний аналіз, метод синтезу, метод систематизації. У статті виокремлено найпоширеніші види рухової активності аеробного спрямування для осіб похилого віку, а саме: оздоровчу ходьбу (класичну та скандинавську), пілатес, стретчинг, йогу, аквафітнес. Аналізуючи всі фактори впливу фітнес-занять на організм людей похилого віку, можемо однозначно сказати, що людям цієї вікової групи рекомендується відвідувати заняття аеробного характеру, а саме: пілатес, стретчинг, йогу, аквафітнес. Низка науковців, які досліджували процеси старіння, із засобів продовження активного довголіття й профілактики негативних змін виділяє засоби фітнес-тренування аеробного спрямування. Визначено, що фізичне навантаження є першим фактором довголіття, продовження тривалості життя, навіть якщо респонденти не займалися організованою руховою активністю в молодшому віці. Ці види рухової активності покращують їхнє самопочуття, затримують старіння організму за рахунок організованої оздоровчої рухової активності, покращують функціональний і психофізіологічний стан організму. Фітнес-заняття допомагають зупинити, затримати такі серйозні захворювання, як хвороба серця, високий артеріальний тиск, діабет, хвороба Альцгеймера, артрит та остеопороз тощо. Перспективами дослідження є розроблення

й перевірка ефективності програм фітнес-занять для осіб похилого віку.

Ключові слова: фітнес, похилий вік, старіння.

This scientific study addresses of the impact of fitness classes on the body of older adults. The aim of the study: theoretical and methodological substantiation of varieties of fitness and its influence on the psycho-physiological state of the elderly people. Methods: Theoretical analysis and generalization of literature data, documentary materials, abstraction, logical and theoretical analysis, comparative analysis, synthesis method, systematization method. Results. The article highlights the most common types of aerobic movement activity for the elderly people, that is: wellness walking (classic and scandinavian), pilates, stretching, yoga, aqua fitness. Analyzing all factors of the impact of fitness classes on the body of older adults, however, it is safe to say that people of this age group are encouraged to attend aerobic classes, namely: pilates, stretching, yoga, aqua fitness. A number of scientists who have researched the aging process, from the means of continuing active longevity and prevention of negative changes, allocate means of aerobic training. It is determined, that physical activity, is the first factor in longevity of life expectancy, even if the respondents did not engage physical activity at a young age. These types of motor activity improve their well-being, contribute to the delay of aging of the body due to organized health motor activity, improve the functional and psychophysiological state of the body. Fitness classes help stop, delay, and sometimes improve, such serious illnesses as heart disease, high blood pressure, diabetes, Alzheimer's disease, arthritis and osteoporosis, and more.

The prospects of this study are the development and validation of fitness programs for the older adults.

Key words: fitness, the older adults, aging.

УДК 37

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.38>

Тівелік М.В.,
магістр фізичної культури і спорту,
фітнес-тренер
Школи фітнесу та танцю
«Dance Avenue»
Гакман А.В.,
канд. наук з фіз. виховання і спорту,
доцент,
доцент кафедри теорії та методики
фізичного виховання та спорту
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича
Медвідь А.М.,
викладач кафедри фізичної культури
та основ здоров'я
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді. Старіння населення є світовим процесом. Частка людей похилого віку в структурі населення зростає високими темпами в розвинутих країнах і багатьох країнах, що розвиваються. Україна є і залишатиметься протягом наступних років однією з «найстаріших» країн світу. За прогнозами, у 2051 році частка осіб, старших за 60 років, становитиме близько 33% [3; 7; 9].

Вікові зміни в організмі людей похилого віку – причина погіршення рівня соматичного та психологічного здоров'я. З віком змінюється динаміка основних нервових процесів, зменшується лабільність нервових центрів, ослаблюється центральне

гальмування, уповільнюються процеси метаболізму, що й зумовлює зниження працездатності, швидкий розвиток втоми в умовах цілісних рухових актів [6]. Тому залучення осіб похилого віку до рухової активності аеробної спрямованості є актуальним для цієї вікової групи.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вітчизняні та зарубіжні автори, які досліджували процеси старіння, з-поміж засобів продовження активного довголіття й профілактики негативних змін виокремлювали засоби фізичного тренування аеробного спрямування [1; 5; 8].

Нещодавно проведене шведське дослідження виявило, що фізичне навантаження є першим фак-

тором довголіття продовження тривалості життя, навіть якщо респонденти не займалися організованою руховою активністю в молодшому віці [7]. Рух може допомогти підвищити енергію, захистити серцево-судинну систему та керувати симптомами хвороби чи болю, а також вагою [4]. Регулярні фізичні вправи також корисні для психофізіологічної діяльності всього організму [8]; допомагають підтримувати або зменшити вагу, оскільки метаболізм природним чином сповільнюється з віком [2]. Вправи допомагають посилити обмін речовин і нарощують м'язову масу, допомагаючи спалювати більше калорій за допомогою аеробної роботи [7].

Рухова активність зменшує вплив хвороб і хронічних захворювань: особи, які займаються фізичними вправами, мають тенденцію до покращення функціонування імунітету і травлення, покращення артеріального тиску та щільності кісток і зниження ризику хвороби Альцгеймера, діабету, ожиріння, хвороб серця, остеопорозу й деяких видів раку [8].

В.Т. Barbosa вказує, що аеробні фізичні вправи для осіб похилого віку покращують сон. Якісний сон має життєво важливе значення для всіх обмінних процесів. Регулярні заняття допомагають швидше заснути, спати міцніше та прокидатися, відчувачи себе більш енергійним і бадьорим [5].

Під час занять фізичними вправами організм людини піддається стресовій ситуації, що зумовлює вироблення ендорфінів, які сприяють зменшенню почуття смутку, депресії та тривоги. Активність і почуття впевненості є однією з пріоритетних засад стресостійкості для людей похилого віку [9].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Аналізуючи дослідження рухової активності осіб похилого віку, більшість авторів звертає увагу на вплив рухової активності на процеси старіння, якість життя. Однак нами не виявлено систематизації досліджень з означеної проблематики, які б виокремлювали теоретико-методологічні засади різновидів фітнесу для осіб похилого віку.

Мета статті – теоретико-методологічне обґрунтування різновидів оздоровчого фітнесу та його вплив на психофізіологічний стан людей похилого віку.

Виклад основного матеріалу. Одним із найпоширеніших видів рухової активності аеробного спрямування є оздоровча ходьба. Ходьба – ідеальний спосіб почати займатися фізичними вправами.

Також популярності набуває скандинавська ходьба – це вид рухової діяльності, у якій використовується методика занять і техніка ходьби з використанням спеціальних палиць, схожих на лижні. Також для людей похилого віку рекомендовано відвідувати заняття незначного аеробного спрямування, такі як пілатес, стретчинг. Для людей похилого віку важливо підтримувати свою фізичну форму.

Заняття пілатесом найефективніше підійде для людей похилого віку, так як тренування орієнту-

ються на контрольоване дихання й техніку виконання руху, а не на кількість повторень. Багато науковців погоджується, що пілатес – один із найкращих способів людям похилого віку залишатися здоровими [4; 6; 8]. Програма пілатесу винайдена на початку XX століття німецьким та американським тренером Йозефом Пілатесом. Комплекс фізичних вправ сприяє розвитку гнучкості м'язів тіла, фіксує нормальне положення тіла (постави, внутрішніх органів), зміцнює м'язи спини, пресу й тазу. Пілатес зосереджується на рухах у середньому діапазоні тіла замість кінцівок (рук і ніг), де знову ж потенціал для травми більший. Система являє собою поєднання йоги, балету й ізометричних вправ [7]. Важливою під час виконання вправ цієї програми є концентрація, яка включає в себе комбінування фізичних і розумових процесів. Найчастіше існує розмежування між тілом і свідомістю. Завдання пілатесу – забезпечити їх взаємодію та спільну роботу, тобто встановити зв'язок між тілом і свідомістю (пілатес – одна з фітнес-програм «Body & Mind»). Якість вправ значно зростає, якщо навчитися концентруватися на певних зонах тіла. Під час виконання руху необхідно сконцентрувати всю увагу на м'язах, які задіяні в цій вправі.

Підвищений контроль і стабільність мають вирішальне значення для людей похилого віку, оскільки це може допомогти їм покращити значну частину функціональних рухів, включаючи рівновагу та поставу, і поліпшує загальний стан здоров'я [8].

Рекомендоване дозування для людей похилого віку – займатися пілатесом 2–3 рази на тиждень, тривалість тренування – 55 хвилин.

Фітнес-тренування з пілатесу для людей похилого віку рекомендовано поєднувати зі стретчингом [5]. Стретчинг – це комплекс фізичних вправ, які призначені для розтягування м'язів, зв'язок. Гнучкість дає можливість ефективніше виконувати вправи, зберігати гарну поставу й знижує ризик болю в спині.

Стретчинг дає змогу підвищити загальну рухову активність людини, що завжди позитивно впливає на суглоби і є відмінною профілактикою крихкості кісток. Гнучкість зміцнює серцево-судинну та дихальну системи, підвищує температуру тіла й м'язів. Вправи на гнучкість потрібні й під час релаксації: вони притупляють біль, виникнення якого можливе після тренування.

Згідно з результатами дослідження Aurora Martínez-Vidal, виділяються такі види стретчингу [4]:

- активний – потягування роблять самостійно;
- пасивний – виконувати вправи допомагає партнер;
- динамічний – м'язи злегка розтягуються, потім переходять до розтягування інших груп м'язів;
- балістичний – виконують пружинистими рухами й ривками;

– статичний – поза фіксується від 15 до 60 секунд.

Для осіб похилого віку вранці рекомендується використовувати елементи динамічного стретчингу під час ранкової гігієнічної гімнастики, а статичного – під час організованих тренувань [5]. Для тренувань оздоровчого стретчингу рекомендується використовувати тільки активний і статичний стретчинг [4].

З віком м'язи стають коротшими й утрачають свою еластичність. Старіння може впливати на структуру кісток і м'язів, викликаючи біль і зменшуючи діапазон руху у верхньому плечовому поясі, хребті й нижніх кінцівках [8].

Стретчинг – це відмінний спосіб розслабитися і зняти напруження, якщо включити дихальні вправи під час виконання вправ цієї програми. Людям похилого віку важливо підтримувати мобільність суглобів, що дасть змогу виконувати різну рухову діяльність протягом дня. Як правило, для людей похилого віку рекомендується відвідувати заняття зі стретчингу 2–3 рази на тиждень, тривалістю 30–45 хвилин [4].

Програма аквафітнес як вид аеробних тренувань теж рекомендується людям похилого віку. Аквафітнес – це програма тренувань у воді під музичний супровід, заняття досить прості, тому тренування підходять для людей похилого віку. Вправи на водній основі пропонують тренування опору завдяки гідростатичному тиску води на всю поверхню тіла, який сприяє розвитку опірності організму до несприятливих факторів, загартування, утримує та підвищує рівень розвитку фізичних якостей, а саме: координації та рухливості, може знизити ризик серцево-судинних захворювання, що є важливим фактором для літніх людей. Природним ефектом процесу старіння є зменшення координації, а аквафітнес разом із підтримуючими водою функціями для людського організму може протидіяти цьому. Люди похилого віку, які володіють низьким рівнем прояву координації, можуть продовжувати працювати над удосконаленням рівноваги й розширенням своєї сили та фізичного контролю в безпечніших умовах, що підтримують їх. На відміну від звичайної аеробіки, аквафітнес не навантажує суглоби. Плавучість води підтримує вагу тіла й пом'якшує вплив сили тяжіння. Зменшений вплив на коліна, стегна, спину надає аквафітнесу захисну якість, коли мова йде про суглоби, сухожилля та зв'язки, тим самим знижуючи ризик травм і пошкоджень.

Для людей похилого віку основним ризиком, пов'язаним із фізичними вправами, є падіння, яке може виникнути через зниження рівноваги разом із крихкістю кісток. Для осіб, які потребують реабілітації після падіння або після операційних утручань, аквафітнес вважається найкращою формою вправ [2]. Вода забезпечує ступінь плавучої під-

тримки, що дає змогу залишатися активним і тренувати суглоби та м'язи без надмірного напруження фізичних навантажень, які здійснюються на суші.

Переваги аквафітнесу для людей похилого віку [7]:

- підвищує гнучкість і покращує серцево-судинну та дихальну системи;
- покращує рівновагу та зменшує ризик отримання травм від падінь;
- знімає біль у суглобах, а також симптоми артриту й проблеми з кровообігом;
- популярна діяльність, яка не обмежується будь-якою віковою групою чи рівнем кваліфікації;
- пришвидшує обмінні процеси.

Аквафітнес не єдине заняття на водній основі, інші форми вправ включають водну йогу, навіть водний пілатес. Водна йога – вправи йоги на водній основі, які пристосовані для води, включаючи дихальні вправи й розтяжку, для поліпшення рівноваги, вирівнювання, подовження та розслаблення. Водна йога може полегшити будь-який біль. Водний пілатес проводиться в глибокій воді із застосуванням обладнання, такого як нудлс (аквапалка) для басейну, кільця, поролонові валики й водні ваги разом зі стінкою та підлогою басейну для створення сили й гнучкості. Рекомендується відвідувати аквафітнес людям похилого віку двічі на тиждень, тривалість заняття – 30–45 хвилин.

Висновки. Аналізуючи всі фактори впливу фітнес-занять на організм людей похилого віку, можемо однозначно сказати, що людям цієї вікової групи рекомендується відвідувати заняття аеробного характеру, а саме: пілатес, стретчинг, йогу, аквафітнес. Ці види рухової активності покращують їхнє самопочуття, затримують старіння організму за рахунок організованої оздоровчої рухової активності, покращують функціональний і психофізіологічний стан організму. Фітнес-заняття допомагають зупинити, затримати такі серйозні захворювання, як хвороби серця, високий артеріальний тиск, діабет, хвороба Альцгеймера, артрит та остеопороз тощо. Перспективами дослідження є розроблення й перевірка ефективності програм фітнес-занять для осіб похилого віку.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Гакман А. Фітнес-клуб як форма активізації життєвої позиції літньої людини. *Спортивний вісник Придніпров'я* : науково-практичний журнал. 2017. № 3. С. 25–30.
2. Гакман А.В., Балацька Л.В., Лясота Т.І. Вплив рекреаційно-оздоровчої діяльності на уповільнення старіння організму. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Серія «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини»*. 2016. С. 918.
3. Гакман А.В. Особливості управління рекреаційно-оздоровчої діяльності людей похилого віку

в умовах фітнес-клубу. *Молодь та олімпійський рух* : збірник тез доповідей X Міжнародної конференції, 24–25 травня 2017 р. Київ, 2017. С. 241.

4. Effect of a combined program of physical activity and intellectual activity in the cognitive functioning of the elderly / Aurora Martínez-Vidal, Aurora Prada Martínez, María Del Pino Díaz Pereira, María José Martínez-Patiño. *Journal Of Human Sport & Exercise*. 2011. Volume 6. Issue 2. P. 462–473.

5. Self-related quality of life of elderly submitted to a 12-week aquatic training program / B.T. Barbosa, R.L. Santos, A.B. Chaves, W. Brindeiro-Neto, T. Pereira, A.I. Silva, L.I. Soares & M.S. Brasileiro-Santos. *Journal of Human Sport and Exercise*. URL: <https://doi.org/10.14198/jhse.2019.142.03>.

6. Influence of self – regulation psychological and physical means on aged people's functional state / Z. Kozina, S. Iermakov, P. Bartík, T. Yermakova & J. Michal. *Journal of Human Sport and Exercise*. 2018.

№ 13 (1). P. 99–115. URL: <https://doi.org/10.14198/jhse.2018.131.10>.

7. The effects of daily physical activity on functional fitness, isokinetic strength and body composition in elderly community-dwelling women / A.M. Monteiro, P. Silva, P. Forte & J. Carvalho. *Journal of Human Sport and Exercise*. 2018. URL: <https://doi.org/10.14198/jhse.2019.142.11>.

8. Estimation of specific VO₂max for elderly in cycle ergometer / R. Nunes, J. Castro, L. Silva, J. Silva, E. Godoy, V. Lima, G. Venturini, F. Oliveira & R. Vale. *Journal of Human Sport and Exercise*. 2017. № 12 (4). P. 1199–1207. URL: <https://doi.org/10.14198/jhse.2017.124.06>.

9. Salivary Immunoglobulin A responses to 6-minute walk test in elderly women / I. Rentería, P.C. García, E. Cantón, P. Grandjean & A. Jiménez. *Journal of Human Sport and Exercise*. 2018. URL: <https://doi.org/10.14198/jhse.2019.141.19>.

THE IMPACT OF WALDORF PEDAGOGY ON SALUTOGENIC APPROACH TO PRIMARY SCHOOLCHILDREN'S TEACHING

ПРОБЛЕМА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ У ВАЛЬДОРФСЬКІЙ ПЕДАГОГІЦІ

This study is undertaken to address the strong need for empirical evaluation of Waldorf education that rests on a highly elaborated ethno-medical account of and plan for healthful human development as well as a proper teaching perspective. To the authors knowledge, it becomes crucial to keep primary schoolchildren 'in movement' both physically and spiritually, that eventually facilitates their healthful sensory-motor integration while nourishing their stamina and 'will forces' and that will definitely ensure good health and flexible thinking in their adulthood. A series of recent studies has indicated that there is growing interest in the Waldorf method among international and national scholars and educators because they believe it more successfully engages students and supports meaningful learning than do mainstream methods

The findings from a multifaceted study, carried out to address the strong need for empirical evaluation of Waldorf education, proved to focus on in-depth analysis of the content of education, a core common curriculum of Waldorf School. In particular, it was proved that Waldorf School system enhances students' aiming at maintaining their physical and mental health as well as further research on the health-producing capacities of pedagogy and various other conventionally non-medical practice domains. Therefore, based on the results of in-depth analysis, the provisions of the theoretically substantiated concept of salutogenesis of the Waldorf School, as well as its purpose and objectives, the authors have determined that the criterion for the effective WS concept is the achievement of the goal of maintaining and improving a person's physical, mental and spiritual health. Primary schoolchildren are of the authors' focal point.

The article highlights the need for developing salutogenic competence through establishing and emulating the experience of Waldorf pedagogy, which today serves as the top priority of the New Ukrainian School, both in terms of creating a safe and comfortable educational environment and in accentuating the content of learning to preserve all components of health.

Key words: concept of salutogenesis, Waldorf school.

На основі проаналізованих джерел встановлено, що провідними ідеями концепції салютогенезу (здоров'ястворення) учнів вальдорфської школи є світоглядні уявлення Р. Штайнера про здоров'я як індивідуальний стан людини, який визначається гармонійним співвідношенням і балансом її тілесних і душевно-духовних складників і видів діяльності; про емоційно-почуттєву сферу й її фізіологічну основу – ритмічну систему

(систему органів дихання й кровообігу) як об'єкт переважного розвитку дитини-учня молодших класів.

Визначено етапи (1919–1937 рр.; 1938–1944 рр.; 1945 р. – кінець 60-х рр.; початок 70-х – кінець 80-х рр.; з 90-х рр. ХХ ст. до цього часу) розвитку проблеми збереження здоров'я молодших школярів у вальдорфській педагогіці з урахуванням особливостей розвитку соціально-культурних процесів, психолого-педагогічної науки, досягнень, просвітницької діяльності вальдорфських педагогів, а також характеру розвитку світового вальдорфського руху.

Звертається увага на важливість життєвих навичок, що сприяють духовному та психічному здоров'ю, таких як самоусвідомлення та самооцінка; аналіз проблем і прийняття рішень; уміння передбачати наслідки кожного з варіантів для себе й інших людей; уміння оцінювати реальність кожного варіанта, ураховуючи власні можливості й життєві обставини; здатність вибрати оптимальні рішення; визначення життєвих цілей і програм; уміння планувати свою діяльність, ураховуючи аналіз можливостей та обставин; уміння визначати пріоритети й раціонально використовувати час; навички самоконтролю; уміння долати тривогу; уміння зосереджуватися на досягненні мети; розвиток наполегливості й працьовитості.

Уточнено групи взаємопов'язаних показників, що характеризують ефективність реалізації збереження фізичного, психічного та духовного здоров'я школярів у вальдорфській педагогіці, а саме: сформованість здорових звичок, висока працездатність, спритність, координованість тіла й рухів, адекватність тактильних відчуттів, витривалість, високий імунітет; душевна стабільність, соціальна компетентність і мобільність; адекватна самооцінка своїх можливостей, довіра до своїх здібностей; настанова на успіх у житті; інтелектуальна активність, індивідуальна ініціативність; творчість, самостійність, відповідальність у прийнятті рішень; самовідданість, наполегливість, захопленість своєю роботою.

Стаття висвітлює необхідність формування здоров'язберігаючої компетентності через використання й запровадження досвіду вальдорфської педагогіки, що сьогодні є однією з домінантів Нової української школи як по лінії створення безпечного й комфортного освітнього середовища, так і по лінії акцентуації змісту навчання на збереження всіх складників здоров'я.

Ключові слова: концепція салютогенезу, вальдорфська школа.

UDC 37

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.39>**Shevchuk K.D.,**

PhD in Pedagogy,

Associate Professor of the Department of Pedagogy and Methodology of Primary Education

Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University

Byhar H.P.,

PhD in Pedagogy,

Associate Professor of the Department of Pedagogy and Methodology of Primary Education

Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University

Pits I.I.,

PhD in Pedagogy,

Associate Professor of the Department of Pedagogy and Methodology of Primary Education

Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University

We need to address the opioid crisis, racism, affordable housing, environmental degradation, income inequality to name a few. Waldorf schools cannot solve these issues, but we need to engage in conversation with community members, engage with local groups addressing these issues, and demonstrate how deeply we care. Helping others may be the best way for us to help our schools.

Torin Finser
(speech at the Center for Anthroposophy in New Hampshire, June 2019)

Background to the investigation. Symbolically, 2019 marked the 100th anniversary of Waldorf education that implies the spirit and knowledge that stand as a basis of the pedagogy. The present-day communication tools significantly influenced the establishing of an international Waldorf learning community, where one can best learn from each other across continents, cultures, and languages. There are certain core principles of Waldorf education, such as a developmentally appropriate curriculum, the freedom of the teacher, working with an image of the whole human being as presented in anthroposophy. Nowadays it has become an urgent necessity to get the school become “Waldorf-aligned” [1].

It should be emphasized, that Waldorf education aims at developing pupils’ intellectual, artistic, and practical skills in an integrated and holistic manner. Waldorf pedagogy has its roots in anthroposophy, where the cultivation of pupils’ imagination and creativity is a central focus. A challenging problem, which arises in this domain, is the fact that the Western habit of segregating education and health leads researchers to overlook direct relationships that may exist between pedagogic action and health production [8].

In seeking to bridge, the problem of formation of healthy young generation requires analysis of theory and practice of schools which aim at children’s health maintenance not only establishing a good personal hygiene routine and medical care but the potential of pedagogical approach itself. The article joins an emerging discussion regarding the value of prioritizing movement methodologically and analytically. More broadly, the authors attempt to contribute to discussions regarding the implications of ontological perspectives for anthropology’s understanding of human experience. This study is undertaken to address the strong need for empirical evaluation of Waldorf education that rests on a highly elaborated ethnomedical account of and plan for healthful human development as well as a proper teaching perspective.

Overview of the literature. A series of recent studies has indicated that there is growing interest in the Waldorf method among international and national scholars and educators because they believe it more successfully engages students and supports meaningful learning than do mainstream methods. The findings from a multifaceted study, undertaken to address

the strong need for empirical evaluation of Waldorf education, proved to focus on in-depth analysis of the content of education, a core common curriculum of Waldorf School. In particular, it was proved that Waldorf School system enhances students’ aiming at maintaining their physical and mental health as well as further research on the health-producing capacities of pedagogy and various other conventionally non-medical practice domains (V. Gebel, L. Hessler, M. Hlekhler, V. Zasmanshausen, G. Chernis, T. Marty, R. Patzlaw et al.) the issues of emulating Waldorf’s ideas in Ukrainian schools (S. Zhuravlova, O. Ionova, S. Luparenko et al.).

The purpose of the article is to analyse and systematize the Waldorf’s education in the context of maintaining the primary schoolchildren’s health and wellbeing.

Findings. This paper examines experience of Waldorf School in terms of health maintenance; Waldorf education’s approach to the formation of a healthy personality, as well as peculiarities of the development of socio-cultural processes, psychological and pedagogical science and practice, and the activities of Waldorf educators. To the authors knowledge, it becomes crucial to keep primary schoolchildren ‘in movement’ both physically and spiritually, that eventually facilitates their healthful sensory-motor integration while nourishing their stamina and ‘will forces’ and that will definitely ensure good health and flexible thinking in their adulthood. Thus, from historical and pedagogical perspective, the authors attempted to identify and single out four stages of the problem of improving and maintaining the primary schoolchildren’s health in Waldorf settings. These stages partially coincide with the periodization of the development of the World Waldorf movement, scientifically grounded by O. Ionova, namely: the first stage (1919–1937); the second stage (1938–1944); the third stage (1945 – the late 60’s); the fourth stage (the early 70’s – the late 80’s of the twentieth century); the fifth stage (from the 1990s to the present).

Let us dwell on this in more detail [7, p. 27–31].

The first stage (1919–1937)

The study of scientific sources proves that the formation of the health maintenance problem in Waldorf pedagogy is closely connected with the first Waldorf School establishment for children of workers and employees of the Waldorf-Astoria tobacco factory in 1919 Stuttgart (Germany).

The lectures and discussion sessions he conducted with the school’s first teachers, combined with a curriculum outline based on Steiner’s view on the nature of human development, were and remain the cornerstone of Waldorf education. Viewing the teacher as an artist and the classroom a living canvas upon which the teacher artist would render breath-taking creations, Waldorf education infused war-torn Germany with a new view of the classroom

where students engaged in artistic activities and got out of their seats to learn [2, p. 10].

Waldorf education expanded rapidly in Europe, then the United States, where it continues to flourish today. According to D. Jelinek, the Waldorf style of developmentalism, in the context of a Waldorf school, often introduces science subjects in later grades than the same subjects would be introduced in mainstream science curricula, with obvious implications for a comparison to state and national standards. Piaget's developmentalism, by contrast, would not necessarily time the introduction of specific content by developmental stage, but rather would guide the method by which the content is presented to children of different ages and developmental stages [2, p. 5]. Owing to painstaking efforts of Waldorf educators aimed at spreading healthy ideas, Waldorf schools were already operating in Germany in the early 1930's. The first Waldorf schools abroad were opened respectively in Holland (1923, 1933), Great Britain (1925, 1939), Norway (1926, 1929), Switzerland, Portugal, Hungary (1926), and the United States (1928).

The second stage (1938–1944)

It should be noted, that ever since 1935, under the National Socialists pressure who came to power in Germany, Waldorf schools were forbidden to accept students, and since 1938, they were closed. It should be articulated, that during the WWII Waldorf schools were closed in The Netherlands either. In some countries, however, in particular, in the United Kingdom and Switzerland, the Waldorf institutions continued to operate, that consequently undermined the value and essence of Waldorf School. Furthermore, the Waldorf movement activities underwent various forms of crisis.

The third stage (1945 – the late 60's)

Since 1945, German and other European Waldorf Schools began to revive. Simultaneously, new schools in Germany and other European countries were on the level of disappearing until the mid-1960s. Owing to the aspirations of the Waldorf movement's ardent supporters, existing consolidated schools strengthened their improvement. This recognition of German Waldorf schools at the state level had a significant positive impact on the status of Steiner schools in general and stimulated the emergence of new schools both in Germany and abroad (Austria, Belgium, Great Britain, Denmark, Italy, Norway, Finland, France, Sweden, Switzerland, etc.).

The fourth stage (the early 70's – the late 80's of the 20th century)

At the turn of the 1960s and 1970s, the salutogenic model of health was significantly actualized due to the works of famous representatives of humanistic psychology, psychotherapy, psychosomatics (A. Antonovsky, A. Maslow, K. Rogers, V. Frankl, E. Fromm et al.) – problems that took an explicitly future perspective on the sense of coherence. This greatly contributed to the focus of Waldorf specialists

on research aimed at identifying the further research on the sense of coherence as a buffer versus a direct determinant of health, and on the linearity/nonlinearity of the relationship between sense of coherence and health in the learning environment.

The fifth stage (the 90's of the 20th century to the present). The early 1990s saw a significant surge in interest in Waldorf schools, which was due to a number of reasons. Primarily, it concerns conducting numerous comparative health studies and educational achievements of students at Waldorf and others traditional schools. The results of such studies have shown that the salutogenic orientation of the Waldorf School provides support and enhancement of the physical, mental health and spiritual wellbeing of the schoolchildren.

However, at the stage under consideration, Waldorf and anthroposophical specialists (K. Wiert, V. Wьnsch, V. Gebel, M. Glekler, V. Zasmanshausen, F. Karlgren, O. Ionova, P. Lang, S. Langhammer, T. Marty, R. Patzlaw, et al) actively engaged theoretical and practical research on salutogenesis. This in-depth survey of salutogenesis shows the breadth and strengths of this innovative perspective on health promotion, health care, and wellness. Background and historical chapters trace the development of the salutogenic model of health, and flesh out the central concepts, most notably generalized resistance resources and the sense of coherence, that differentiate it from pathogenesis.

The results from findings on child health of the Steiner Pedagogies, as well as their active propaganda, have had a very positive impact on the promotion of Waldorf-based health approaches in world school practice. It should be noted that today the movement, which began with the opening of R. Steiner's first Waldorf school, covers more than 50 countries in the world with approximately 1000 Waldorf schools, as well as 3100 kindergartens and 150 medical and pedagogical institutions operating on the Waldorf principles. In view of the above-mentioned, under the effective implementation of the process of preserving the health of students, we will understand the characteristic that images the relation between the main purpose of the concept of salutogenesis – ensuring the preservation of health of the individual – and the results achieved in the process of its realization [4, p. 183].

A necessary and important prerequisite for determining the effectiveness of the of pupils' health maintenance is verified by the relevant criteria and indicators. It is necessary to emphasize the deductive reasoning approach to defining specific criteria and indicators of schoolchildren's health improvement and maintenance in the process of learning. Of particular interest for our study was the Ukrainian scholars' research on the types and various components of human health. To be more particular, the

focal point was the studies on a physical component (i.e. proper functioning of physical perfection and overall physical performance, stamina and robustness, compliance with the rational routine, meeting the requirements of a personal hygiene, and proper nutrition); psychic or psychological comfort (correspondence of cognitive activity to calendar age, development of arbitrary mental processes, presence of self-regulation; presence of adequate positive emotions; lack of accentuation of character; absence of bad habits); social well-being (this is primarily a formed civic responsibility for the fulfilment of social roles in society; positively communicative; benevolence towards the younger ones; ability to self-actualize in a team; self-education); internal and spiritual (the priority of universal values; the presence of a positive ideal in accordance with national spiritual traditions, diligence, charity, a sense of beauty in life, nature, and art) [9, p. 245].

On the other hand, our findings have revealed many rather intriguing considerations of significance to this study. Scientific sources also disclose criteria and indicators, reflecting an educator/teacher's effectiveness in their professional and pedagogical competence to focus on schoolchildren's health and wellbeing, students' awareness of their successful academic performance, sustained educational interest; the formation of schoolchildren's life motivation, their rigorous healthy lifestyle (rational nutrition, physical activity, practicing balanced rhythm of work and rest, etc.); adequate recovery of the physical, mental and spiritual strength of the child (no fatigue but high efficiency, zealotness, and enthusiasm perseverance, healthy complexion, etc.); mental balance, communicativeness, ability to cooperate with people, social mobility; conscious attitude to oneself, adequate assessment of their abilities and abilities of other people; self-confidence and self-sufficiency, the pursuit of success in life. The Ukrainian scholars have also identified a set of life skills (competences) that enhance a healthy lifestyle, physical, social, spiritual wellbeing and mental health.

In addition, vital skills enhancing a physical wellbeing are as followed: skills of sound nutrition (observance of diet; ability to ration food, taking into account the affordability and healthy lifestyle benefits; ability to determine and keep high quality of products); skills of motive activity (morning exercises; regular engaging in a physical culture, sport, motor games, manual labour); personal-hygienic skills; balance of labour and rest (of ability to be on duty mental and physical to activity).

By vital skills, enhancing a social wellbeing, we can emphasize on effective communication skills (i.e., ability to be a good listener; ability to clearly and concisely express their opinions; ability to openly express feelings, without an anxiety and prosecutions; possessing an non-verbal language is gestures, mimicry,

intonation; an adequate reaction on criticism; ability to support and help); skills of sympathy (ability to embrace feelings, necessities and problems of other people; fostering the traits of empathy; reliability and responsibility).

Skills of conflict resolving (ability to distinguish disagreement and conflicts of interests; ability to be tolerant in resolving conflicts; to engage in constructive dialogue to find a solution); skills of being stress-resilient under pressure, in case of bullying, or discrimination (of skill of being aware and ready to act, in particular in terms of cautionary actions in relation to HIV-AIDS; ability to distinguish the displays of discrimination, in particular in disabled children, HIV-infected and patients with AIDS; ability to defend their own point of view and ability to object to being engaged in any addiction, in particular and related to smoking, use of alcohol, narcotics; ability to avoid near-accidents and operate at the threat of violence); skills of teambuilding (ability to be a team member; ability to appreciate the work of others; ability to adequately estimate the abilities and personal contribution into team work) [5, p. 140].

On this basis, we conclude that life skills that promote spiritual and mental health are:

- self-awareness and self-esteem (ability to be aware of one's own uniqueness; positive attitude towards oneself, other people's life prospects; adequate self-esteem: the ability to really assess one's abilities and capabilities, as well as to adequately perceive other people's assessments);

- problem analysis and decision-making (ability to identify the nature of the problem and its causes; the ability to formulate multiple options for solving the problem; the ability to anticipate the consequences of each of the options for themselves and others; the ability to evaluate the reality of each option, taking into account their own capabilities and life circumstances; the ability to choose optimal solutions);

- definition of life goals and programs (ability to define life goals, based on their needs, inclinations, abilities; ability to plan their activities, taking into account the analysis of opportunities and circumstances; ability to set priorities and use time);

- self-control skills (ability to express their feelings correctly; ability to control anger; ability to overcome anxiety; ability to experience and accept failure; ability to rationally plan time);

- motivation for success and will training (belief that you are the master of your life; setting yourself up for success; being able to focus on achieving a goal; developing perseverance and diligence).

Based on the results of the above analysis, as well as the provisions of the theoretically substantiated concept of salutogenesis of the Waldorf School, its purpose, objectives, we have determined that the criterion for the effective realization of the concept of salutogenesis is the achievement of the goal of

maintaining and improving the physical, mental and spiritual health.

The indices comprise three groups of interrelated factors, that characterize the physical, mental health and spiritual well-being of the student, namely: a) the formation of healthy habits (rational nutrition, personal hygiene, physical activities, the rhythm of work and rest) high efficiency, agility, coordination of body and movements, endurance, resistance to morbidity (high immunity); b) mental stability (feeling of confidence and joy in life, ability to deal with emotions and feelings; inner attitude to moral, beautiful, genuine), c) social competence and mobility (openness and deep interest in interaction with the outside world, ability to sympathize and empathize with other people); d) adequate self-assessment of their capabilities, confidence in their abilities; striving for success in life; e) intellectual activity (development of memory, fantasy, imagination, observation), f) individual initiative; creativity, autonomy, responsibility in decision-making processes, dedication, perseverance, passion for your work.

The present findings prove that the afore-said indices are conditionally distinguished; they presuppose a schoolchild's physical, mental health and spiritual wellbeing. It is grounded that all the basic aspects of a healthy human are closely interrelated and affect each other, which proceeds, first and utmost, a human wellness is a holistic integration of physical, mental, and spiritual well-being, stimulating the body, engaging the mind, and nurturing the spirit of a human being.

Conclusions. The analysis leads to the following conclusions: one of the priorities of the modern school is to nurture a healthy generation, as well as conscious attitude to one's own health and the health of others. Simultaneously, in educational practice, the issues of ensuring the health of schoolchildren are solved mainly with medical and hygiene measures, and the health potential of pedagogical approaches itself remains insufficiently realized. Importantly, movement techniques that facilitate cognitive processing remain the key agent of promoting health of elementary, middle, and high school students who are overcoming learning challenges.

In addition, these findings provide additional information about the development and implementation of a holistic system of primary schoolchildren's education, based on the key concepts of the salutogenic theory sense of coherence coined by A. Antonovsky. R. Steiner's system of a humanistic worldview lies in

the core of the concept – the essence of a person as a physical-spiritual being; the idea of a personality development in the seven-year phasing; human health as a harmony of physical and spiritual activities; the individual genetics, which is influenced by hereditary factors and the environment, chiefly the processes of education and upbringing; the emotional and sensory sphere of the child; the physiological basis, where the rhythmic system is as an object of primary schoolchildren's healthy development of before their puberty. Therefore, based on the results of in-depth analysis, the provisions of the theoretically substantiated concept of salutogenesis of the Waldorf School, as well as its purpose and objectives, the authors have determined that the criterion for the effective WS concept is the achievement of the goal of maintaining and improving a person's physical, mental and spiritual health. Primary schoolchildren are of the authors' focal point.

REFERENCES:

1. Finser T. (2019). The Future of Waldorf Education: Beyond 100. URL: <https://www.waldorftoday.com/2019/09/the-future-of-waldorf-education-beyond-100/>.
2. Jelinek D. (2003). Does Waldorf Offer a Viable Form of Science Education? A Research Monograph. College of Education California State University, Sacramento, 77 p. URL: <https://www.csus.edu/indiv/j/jelinekd/Publications/WaldorfScience.pdf>.
3. Kranikh E.M. Anthropological foundations of Waldorf pedagogy / transl : with it. E. Klyukhovoy; ed. V. Zagvozdina. K. : Genesis, 2008. 276 p.
4. Omelchenko S. Interaction of social institutes of society in formation of healthy lifestyle of children and adolescents : monograph. Lugansk : Alma Mater, 2007. 352 p.
5. Orzhekhovskaya V. Theoretical and methodological foundations of forming healthy lifestyles of children and young people. *Materials of the Second International. Research Practice Conf* ['Valeology: current state, directions and prospects for development'], (Kharkiv, April 2–4, 2004) / Ministry of Education and Science of Ukraine, V. Karazin Kharkiv National University. Kharkiv : KhNU, 2004. Vol. 3. P. 138–143.
6. Steiner R. Pedagogical advice in a free Waldorf school : in 3 Vol. / trans. with him. M. Case. M. : Parsifal, 1999–2000. T. 1. 352 s. ; T. 2. 336 s. ; T. 3. 232 s.
7. The results of the Waldorf movement. *Almanac 'Pedagogy of Freedom'*. 1995. № 3. P. 27–31.
8. Waldorf education, available. URL: https://en.wikipedia.org/wiki/Waldorf_education.
9. Waldorf pedagogy : Anthology / comp. A.A. Pinsky et al. M. : Education, 2003. 494 p.

РОЗДІЛ 6. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА УПРАВЛІННЯ ОСВІТОЮ

УПРАВЛІННЯ ІННОВАЦІЙНОЮ ДІЯЛЬНІСТЮ ЗАКЛАДІВ
ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ В КОНТЕКСТІ
ВПРОВАДЖЕННЯ КОНЦЕПЦІЇ «НОВА УКРАЇНСЬКА ШКОЛА»MANAGEMENT OF INNOVATIVE ACTIVITIES
OF GENERAL SECONDARY EDUCATION IN THE CONTEXT
OF THE IMPLEMENTATION OF THE NEW SCHOOL CONCEPT

У статті автор розкриває сутність і особливості управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти; визначає рівні управління: державний, регіональний та внутрішкільний; характеризує органи, які здійснюють управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти. Зазначає сутність та структурні складники організаційно-методичного забезпечення управління інноваційною діяльністю освітніх закладів, виокремлює форми та методи його реалізації.

До організаційно-методичного забезпечення управління інноваційною діяльністю належать: документи, закони, положення, накази, інструкції розпорядження, які регламентують цей процес; плани здійснення інноваційної діяльності, програми впровадження інноваційних технологій, методичні рекомендації та розробки, дидактичні посібники, система заходів, сукупність форм, методів, засобів, прийомів, що забезпечують процеси планування, організації, регулювання, контролю й оцінювання інноваційної діяльності закладів загальної середньої освіти.

На етапі реформування та впровадження Концепції «Нова українська школа» важливо забезпечити ефективне функціонування організаційно-методичного забезпечення управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти. Саме тому діяльність органів управління повинна організовуватись узгоджено на засадах системного та компетентнісного підходів. Науково-методичні установи у співпраці із закладами загальної середньої освіти повинні використовувати різноманітні форми та методи роботи з педагогічними працівниками. Зокрема, рекомендуємо використання: форм: творчі групи учителів, ярмарок педагогічної творчості, методичні фестивалі, захист інноваційних проєктів, педагогічні конференції, інтернет-журнал «Інноваційна діяльність закладів освіти», ділова гра, презентації педагогічних інновацій, тренінги, семінари; та методів: консультування, брейнстормінг, метод інверсії, морфологічного аналізу, мозкового штурму, вправа «Колесо творчості», для вдосконалення

організаційно-методичного забезпечення управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти на етапі впровадження Концепції «Нова українська школа»

Ключові слова: управління, управління закладом загальної середньої освіти, інновації, інноваційна діяльність, організаційно-методичне забезпечення.

In the article the author reveals the essence and peculiarities of innovation management of general secondary education institutions; defines levels of management: state, regional and intra-school; characterizes the bodies that manage the innovation activities of general secondary education institutions. It identifies the essence and structural components of organizational and methodological support for managing the innovation activity of educational institutions, identifies forms and methods of its implementation.

At the stage of reforming and implementing the Concept of the New Ukrainian School, it is important to ensure the effective functioning of organizational and methodological support for managing the innovation activity of general secondary education institutions. That is why the activities of the governing bodies should be organized in a coherent and systematic manner. Scientific and methodological institutions, in cooperation with institutions of general secondary education, should use various forms and methods of work with teaching staff. In particular, we recommend the use of: forms: creative groups of teachers, fair of pedagogical creativity, methodical festivals, protection of innovative projects, pedagogical conferences, online journal "Innovative activity of educational institutions", business game, presentations of pedagogical innovations, trainings, seminars; and methods: consulting, brainstorming, inversion method, morphological analysis, brainstorming, exercise "Wheel of creativity", pedagogical to improve the organizational and methodological support of innovation management of institutions of general secondary education at the stage of implementation of the concept of "New Ukrainian School".

Key words: management, general secondary education institution management, innovations, innovative activity, organizational and methodological support.

УДК 371.51.07

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.40>

Нікула Н.В.,

канд. пед. наук,
асистент кафедри педагогіки
та методики початкової освіти
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Становлення та розвиток України як демократичної держави, модернізація національної системи освіти, зародження нової української школи актуалізують проблему інноваційної діяльності загальноосвітніх навчальних закладів.

На етапі запровадження Концепції «Нова українська школа» заклади загальної середньої освіти активно впроваджують у свою діяльність освітні інновації, що якісно змінюють мету, зміст, структуру, форми, методи, засоби, технології навчання, виховання й управління. У період входження

в «нову школу» заклади загальної середньої освіти активно залучаються до інноваційної діяльності, зростає кількість педагогічних інновацій, які використовуються педагогічними працівниками в навчально-виховній і управлінській діяльності. Відповідно постає проблема ефективного управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти, виникає потреба у створенні оптимальних умов і необхідного організаційно-методичного забезпечення цього процесу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Різні аспекти управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти шляхом організаційно-методичного забезпечення досліджувались багатьма науковцями. Вагомі для нашого дослідження праці вчених, які досліджували проблеми педагогічної інноватики на сучасному етапі (Л. Даниленко, В. Паламарчук, І. Підласий, О. Савченко, В. Сластьонін та ін.), загальні та специфічні особливості інноваційної педагогічної діяльності (В. Дивак, В. Загвязинський, В. Кан-Калик, С. Клепко, Л. Подимова й ін.), проблеми нововведень в освітні заклади (Н. Горбунова, М. Кларін, М. Поташник та ін.), теоретичні аспекти інноваційних процесів у сфері виховання (І. Бех, М. Вовк, І. Зязюн, О. Лавріненко й ін.), класифікацію педагогічних інновацій (Л. Даниленко, О. Козлова, Л. Машкіна, К. Макагон, О. Попова й ін.), окремі аспекти загального й інноваційного менеджменту (А. Гальчинський, Ф. Хміль, Ф. Хедоурі й ін.), проблеми педагогічного менеджменту (Г. Єльнікова, І. Жерносек, В. Крижко, Л. Онищук, Є. Павлютенков, Т. Федірчик та ін.), менеджмент освітніх інновацій (Л. Даниленко), окремі аспекти психології педагогічного менеджменту (Л. Карамушка, Н. Коломінський) та ін.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Попри наявну значну кількість наукових праць і належне розроблення вченими різних аспектів досліджуваної проблеми, варто зазначити, що проблема організаційно-методичного забезпечення управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти залишається відкритою та потребує подальших теоретичних і експериментальних досліджень.

Мета статті полягає в теоретичному обґрунтуванні організаційно-методичного забезпечення управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти на етапі впровадження Концепції «Нова українська школа».

Виклад основного матеріалу. У процесі дослідження порушеної проблеми інноваційної діяльності закладів загальної середньої освіти вважаємо за необхідне здійснити дефінітивний аналіз основних її термінів і понять.

«Інновація» (від англ. *innovation*) – термін, яким позначається нова ідея, новостворений продукт у будь-якій галузі (техніки, технології, управ-

лінні, освіті) шляхом досягнень науки і передового досвіду. У тлумачному словнику поняття «інновація» розглядається як «оновлення, новизна, зміна» [1, с. 347].

У довідкових джерелах «інновація» розглядається як результат довготривалої діяльності, що спрямовується на вдосконалення науково-технічного та соціального прогресу, сприяє якісному та кількісному росту середовища, у якому вона реалізується, підвищує ефективність і сприяє отриманню конкурентоспроможних переваг. «Інновація» – це об'єкт упровадження, у результаті чого утворюється щось нове – новація [4].

Процесом створення, поширення і застосування засобів (нововведень) які спрямовуються на вирішення педагогічних проблем, що досі розв'язувались по-іншому, визначає інновацію О. Савченко. О. Попова описує інновацію як створення певних нововведень, вона вважає їх водночас і процесом, і результатом інноваційної діяльності [12]. В окремих педагогічних джерелах досліджуване поняття визначається як кінцевий продукт креативного пошуку новітніх, нетрадиційних рішень різних проблем педагогічної теорії та практики. Автором Л. Ващенко інновації тлумачаться як «комплексний, цілеспрямований процес створення, розповсюдження і використання новації <...>» [12]. В окремих педагогічних джерелах досліджуване поняття визначається як кінцевий продукт креативного пошуку новітніх, нетрадиційних рішень різних проблем педагогічної теорії та практики. Автором Л. Ващенко інновації тлумачаться як «комплексний, цілеспрямований процес створення, розповсюдження і використання новації <...>» [2, с. 45].

Аналіз наукових джерел дав змогу виявити, що впровадження інновації реалізується під час інноваційної діяльності, яка, як зазначають науковці, сприяє оновленню педагогічного процесу та характеризується високою педагогічною творчістю [5, с. 19].

Зміст інноваційної педагогічної діяльності – розвиток освітньої системи за допомогою нововведень. Головною метою інноваційної педагогічної діяльності є досягнення найвищих результатів освітнього процесу. Інноваційна педагогічна діяльність сприяє розвитку творчості, креативності педагогічних працівників, створенню й поширенню новизни, оновленню способів діяльності, оригінальності педагогічного мислення тощо. Вона є проявом найвищого ступеня творчості педагогів, проявляється у винахідництві нового, оригінального, нетрадиційного. Такий вид діяльності характеризується відмовою від норм, стандартів, штампів і спрямований на цікаво організований процес і якісний результат.

Інноваційна діяльність закладів загальної середньої освіти – це експериментальна і пошу-

кова діяльність педагогічних працівників із метою розробки, експерименту, апробації, впровадження і застосування інноваційних педагогічних технологій. Інноваційна діяльність закладів загальної середньої освіти повинна здійснюватись згідно з певними вимогами: обов'язково вносити ефективні зміни, нововведення в будь-яку професійно-педагогічну діяльність порівняно з існуючими традиціями; спрямовуватись на оригінальне вирішення комплексної традиційної проблеми; орієнтуватись на інноваційний досвід; здійснювати організаційно-управлінський аспект згідно з його нормативним забезпеченням.

На етапі впровадження Концепції «Нова українська школа» інноваційна діяльність закладів загальної середньої освіти здійснюється шляхом впровадження інноваційних освітніх технологій, зокрема таких, як: ігрові технології (Д. Ельконін, В. Коваленко й ін.); розвивальне навчання (Д. Ельконін й В. Давидов); інтерактивні технології (О. Пометун, Л. Пироженко); технологія особистісно орієнтованого виховання та навчання (І. Бех, С. Подмазін); проєктні технології (К. Баханов, В. Гузеєв, О. Пехота); технологія «Створення ситуації успіху» (А. Бєлкін); технологія розвитку критичного мислення (Дж. Стіл, К. Мередіт, Ч. Темпл) та ін., які є цікавими й ефективними в освітньому процесі.

Для ефективної реалізації в новій українській школі вищезазначених технологій необхідне чітке, злагоджене, науково обґрунтоване управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти та відповідне організаційно-методичне забезпечення цього процесу.

Управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти – це цілеспрямований процес планування, організації, керування експериментальною і пошуковою діяльністю педагогічного колективу з метою розроблення, впровадження та поширення інновації, яка спрямована на покращення результатів освітнього процесу.

Управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти на сучасному етапі здійснюється згідно з певними управлінськими принципами. Принципи управління в науково-педагогічній літературі тлумачаться як керівні положення, що відображаються у змісті, формах, методах керівництва й управління педагогічною діяльністю [10]. До принципів управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти належать: принципи науковості, компетентності, оптимізації, гуманізації, інноваційності, перспективності.

Вагому роль в управлінні інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти відіграє реалізація функцій планування, організація, контроль, аналіз. Проаналізуємо їх.

Функція планування в управлінні інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти відіграє важливу роль, оскільки полягає у визна-

ченні цілей, мети, завдань інноваційної діяльності закладу. Вона полягає у визначенні конкретних подальших дій стосовно впровадження інновацій, побудові чіткого плану, де зазначаються напрями інноваційної діяльності, форми роботи, терміни виконання та перспективи [8].

Організаційна функція пов'язана з упорядкуванням процесу, створенням взаємозв'язків із метою приведення в дію управлінського рішення стосовно інноваційної діяльності, її регламентування, залучення всіх учасників, реалізації змісту, форм, методів, засобів управління інноваційною діяльністю. Як зазначає В. Зверева, організація у процесі управління інноваційною діяльністю сприяє визначенню ролі й місця кожного педагогічного працівника; сприяє їх взаємодії у процесі досягнення цілей; утворює систему оптимальних організаційних відносин [7, с. 24]. Важливість цієї функції полягає і в тому, що після визначення мети, завдань виникає потреба в організації впровадження інновації, а рівень її реалізації залежить від теоретичної підготовки освітньої інноватики й опанування її учасниками інноваційної діяльності.

Функція контролю полягає у здійсненні перевірки того, наскільки відповідає перебіг інноваційної діяльності визначеному плану, нормам, вимогам, інструкціям тощо. Реалізація цієї функції полягає у виявленні причин, недоліків, відхилень від рекомендацій, виробленні методів і способів їх подолання. Функція контролю повинна характеризуватись плановістю, системністю, цілеспрямованістю [11].

У період реформування освітньої системи та впровадження Концепції «Нова українська школа» структура управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти здійснюється на державному, регіональному та внутрішкільному рівнях.

Державний рівень управління інноваційною діяльністю представлений законодавчими та виконавчими органами влади, які забезпечують формування державної інноваційної політики (Верховна Рада України, Комітет з питань науки та освіти). Ці структурні органи визначають напрям державної політики стосовно інноваційної діяльності, забезпечують цю сферу законодавчою та нормативно-правовою базою (закони України «Про освіту», «Про інноваційну діяльність», положення Міністерства освіти і науки України «Про експериментальний загальноосвітній навчальний заклад» та ін.), сприяють затвердженню пріоритетних напрямів інноваційної діяльності, розробляють програми економічного та науково-технічного розвитку [3, с. 83].

Реалізація інноваційної політики держави здійснюється Кабінетом Міністрів України, Національною академією наук України, Державним комітетом України з питань науково-технічного та інноваційного розвитку й ін. Цими органами

здійснюється організація заходів стосовно впровадження перспективних напрямів інноваційної діяльності; створення ефективної інфраструктури; організація, координація та реалізація наукових досліджень інноваційних процесів тощо [3, с. 85].

На регіональному рівні управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти представлено: Відділом обласного управління освіти, Науково-методичним центром (далі – НМЦ) та його підрозділами, Районним (міським) методичним кабінетом (далі – РМК), районними методичними об'єднаннями тощо.

Відділ обласного управління освіти формує інноваційну політику на регіональному рівні, визначає пріоритетні напрями інноваційної діяльності освітньої системи, здійснює адміністративний контроль, аналізує та формує оцінку результатів упровадження педагогічних інновацій, видаючи накази чи розпорядження [6, с. 29].

Науково-методичний центр створює систему організаційно-методичного забезпечення управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти; забезпечує підготовку фахівців до діяльності в інноваційному середовищі; координує діяльність обласних, районних органів управління та закладів освіти; здійснює діагностику, контролює та регулює інноваційну діяльність закладів загальної середньої освіти. Керуючись вищезазначеними функціями НМЦ, можемо стверджувати, що він є основним осередком управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти і створює організаційно-методичне забезпечення цього процесу.

Районний методичний кабінет сприяє поширенню інноваційних технологій; інформує, консультує освітян стосовно педагогічної інноватики; забезпечує вивчення, поширення, упровадження освітніх інновацій; контролює процес інноваційної діяльності закладів загальної середньої освіти; надає методичну допомогу, за необхідності; здійснює педагогічний аналіз і оцінювання результатів інноваційної діяльності педагогічних колективів [6].

Внутрішкільний рівень управління інноваційною діяльністю здійснюється адміністративними (директор, заступник із науково-методичної роботи, керівники методичних об'єднань, методисти) та колегіальними органами (рада закладу загальної середньої освіти, педагогічна рада, методичні об'єднання вчителів та ін.).

Основну відповідальність за управління інноваційною діяльністю закладу освіти несе директор школи. Л. Даниленко виокремлює основні завдання керівника школи з питань організації інноваційної діяльності закладу: перетворення освітнього закладу від «закритої» до «відкритої» системи для педагогічних нововведень та інновацій; розвиток і вдосконалення інноваційної культури кожного представника педагогічного колективу;

підтримка та заохочення педагогів-новаторів різноманітними соціально-психологічними та матеріальними методами; створення оптимальних організаційно-методичних та соціально-психологічних умов із метою здійснення ефективної експериментально-інноваційної діяльності; сприяння та надання всіх можливостей для участі школи в інноваційно-освітніх проєктах на різних рівнях (державний, регіональний) [5].

Діяльність ради закладу щодо управління інноваційною діяльністю на внутрішкільному рівні полягає в тому, що на ній розглядається й обговорюється напрям роботи закладу стосовно інноваційної діяльності. Обговорюються питання стимулювання та заохочення творчих пошуків, дослідно-експериментальної роботи педагогічного колективу школи. Розглядаються різні варіанти інвестування інноваційної діяльності освітнього закладу [11].

Методична рада – колегіальний орган, який координує інноваційну діяльність на внутрішкільному рівні. На методичній раді затверджується напрям інноваційної діяльності школи; обговорюється, формулюється і затверджується тема, над якою працюватиме педагогічний колектив. Також цим органом організується робота щодо підвищення кваліфікації педагогічних працівників, розвитку їхньої творчості, організується впровадження у практику інноваційних технологій, передового педагогічного досвіду тощо.

Методичні об'єднання – це об'єднання вчителів як одного предмета, так і декількох, що спрямовані на конкретне переосмислення загальнодидактичних, загальнопедагогічних та загальнометодичних положень стосовно конкретного уроку або виховного заходу.

Уважаємо, що управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти здійснюють директори шкіл, їхні заступники, методисти районних методичних кабінетів, керівники методичних об'єднань. Адже саме ці працівники володіють глибокими знаннями основ педагогічних інновацій, організаційними вміннями та навичками в роботі з учителями, здатністю оперувати організаційно-методичним забезпеченням.

Поняття «забезпечення» у тлумачному словнику пояснюється як «наявність необхідних засобів існування» [1, с. 403]. У науково-педагогічній літературі знаходимо різні види забезпечення процесу управління, зокрема: нормативне, інформаційне, технічне, методичне, програмне тощо, тобто сукупність системи засобів, заходів, умов, які забезпечують управління процесами, системами. Однак, проаналізувавши вищезазначене, вважаємо, що організаційно-методичне забезпечення являє собою синтез усіх необхідних засобів, матеріалів, рекомендацій, заходів, які забезпечать ефективно управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти.

Організаційно-методичне забезпечення управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти розуміємо як систему організаційних і науково-методичних заходів, які здійснює науково-методичний центр для покращення професійно-педагогічної компетенції вчителів, керівників і методистів із питань реалізації інноваційної діяльності. У науково-педагогічній літературі організаційно-методичне забезпечення пояснюється як комплекс взаємодії суб'єктів і об'єктів діяльності на основі нормативних документів, методичного оснащення, які забезпечують процес ефективного впровадження у практику інноваційних технологій, моделей, методик тощо.

Також важливе, на нашу думку, запровадження організаційно-педагогічних умов, як-от: упорядкування бази даних педагогічних інновацій; запровадження системи консультування; забезпечення координації діяльності шкіл та науково-методичних установ; створення системи інформування щодо педагогічних інновацій; розробка методичних рекомендацій; стимулювання педагогів тощо.

Підсумовуючи вищесказане, можемо зробити **висновок**, що організаційно-методичне забезпечення управління інноваційною діяльністю закладів загальної середньої освіти на етапі впровадження Концепції «Нова українська школа» відіграє важливу роль у здійсненні ефективного керівництва педагогічним колективом щодо впровадження інноваційних технологій і потребує цілісної, системної, узгодженої взаємодії шкіл та науково-методичних установ.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів вирішення окресленої проблеми. Перспективою подальших напрямів наукових пошуків вважаємо експериментальну перевірку рекомендованих форм і методів роботи з педагогічними працівниками; необхідно проаналізувати досвід управління інноваційною діяльністю освітніх закладів у закордонних країнах.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Бусел В. Великий тлумачний словник сучасної української мови. Київ ; Ірпінь : Перун, 2005. 1728 с.
2. Ващенко Л. Управління інноваційними процесами в загальній середній освіті регіону : монографія. Київ : Видавниче об'єднання «Тираж», 2005. 380 с.
3. Вермінська О. Управління інноваційними процесами на державному та регіональному рівнях. *Вісник Національного університету «Львівська політехніка»*. 2011. № 704 : Менеджмент та підприємство в Україні: етапи становлення і проблеми розвитку. С. 83–89.
4. Гончаренко С. Український педагогічний словник. Київ : Либідь, 1997. 375 с.
5. Даниленко Л. Модернізація змісту, форм та методів діяльності директора загальноосвітньої школи : монографія. Київ : Логос, 2002. 140 с.
6. Данилова Г. Методичні служби України: проблеми управління, професійна підготовка. Київ : ІЗМН, 1997. 256 с.
7. Зверева В. Организационно-педагогическая деятельность руководителя школы. 2-е изд., перераб. и доп. Москва : Новая школа, 1997. 320 с.
8. Крижко В., Павлютенков Е. Основи менеджмента в образовании: теория, практика и психология успешного управления. Запорожье : Просвіта, 2000.
9. Нова українська школа: концептуальні засади реформування середньої школи / упоряд. : Л. Гриневич та ін. ; за заг. ред. М. Грищенко ; Міністерство освіти і науки України. URL: <http://mon.gov.ua/%D0%9D%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D0%BD%D0%B8%202016/12/05/konczepczya.pdf>.
10. Освітній менеджмент : навчальний посібник / за ред. Л. Даниленко, Л. Карамушки. Київ : Шкільний світ, 2003. 400 с.
11. Пикельная В. Теоретические основы управления: школоведческий аспект. Москва : Высшая школа, 1990. 175 с.
12. Попова О. Становлення і розвиток інноваційних педагогічних ідей в Україні у XX столітті. Харків : ОВС, 2001. 256 с.

ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ДУХОВНО-ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ СТАРШОКЛАСНИКІВ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ

PEDAGOGICAL CONDITIONS FOR THE FORMATION OF SPIRITUAL-VALUED ORIENTATIONS IN THE PROCESS OF PHYSICAL CULTURE

Теоретично обґрунтовано й експериментально перевірено педагогічні умови залучення старшокласників до цінностей фізичної культури, які включають особистісно орієнтоване фізичне виховання старшокласників із залученням їх до цінностей фізичної культури; забезпечення мотивації старшокласників до оволодіння цінностями фізичної культури, що ґрунтується на пізнавальній активності, діалогічності, практичній значущості навчального процесу з фізичного виховання для кожного суб'єкта діяльності; залучення старшокласників до прикладної фізичної підготовки; підвищення педагогічної майстерності викладачів фізичного виховання. Наукова новизна одержаних результатів полягає у тому, що обґрунтовано теоретико-методичні підходи, принципи залучення старшокласників до цінностей фізичної культури в процесі фізичного виховання у школі; визначено й охарактеризовано педагогічні умови підвищення ефективності занять з фізичного виховання щодо залучення старшокласників до цінностей фізичної культури.

З'ясовано, що невід'ємною частиною культури людини є фізична культура, яка розвивається одночасно та поряд з матеріальною і духовною культурою суспільства та відповідає за фізичний розвиток, рівень здоров'я, фізичну підготовку особистості. Визначено концептуальні підходи до формування цінностей фізичної культури в учнівської молоді, які охоплюють формування гармонійно розвинутої та суспільно активної особистості з високим фізичним, психічним і духовним потенціалами; створення стабільного підтримуючого, стимулюючого, розвивального середовища навчання; входження у відкритий інформаційно-освітній простір з фізичної культури і спорту; виховання толерантності, доброзичливості в учнів як складової частини культури і поведінки у житті.

Доведено, що цінності фізичної культури формувалися поколіннями людей і не втратили своєї актуальності нині. До таких цінностей належать збереження та зміцнення здоров'я засобами фізичного виховання; підвищення працездатності; здоровий спосіб життя; фізично-тілесна досконалість; спортивні досягнення; загартування організму; фізична активність; особиста гігієна.

Ключові слова: педагогічні умови, фізична культура, здоровий спосіб життя, духовно-ціннісні орієнтації, старшокласники.

The pedagogical conditions for involving high school students in physical culture values, which include personally oriented physical education of high school students in terms of their involvement in physical culture, are theoretically substantiated and experimentally tested; ensuring the motivation of high school students to master the values of physical culture, based on cognitive activity, dialogue, practical importance of the educational process of physical education for each subject of activity; involvement of high school students in applied physical training; improving pedagogical skills of physical education teachers. The scientific novelty of the obtained results is that theoretical and methodological approaches, principles of involvement of high school students to the values of physical culture in the process of physical education at school are substantiated; the pedagogical conditions for increasing the effectiveness of physical education classes in attracting high school students to the values of physical culture have been defined and characterized.

It has been established that an integral part of human culture is physical culture, which develops simultaneously with material and spiritual culture, society and is responsible for physical development, level of health, and physical preparation of the individual. Conceptual approaches of formation of values of physical culture in student youth to values of physical culture are defined, which cover formation of harmoniously developed and socially active personality with high physical, mental and spiritual potentials; creating a stable supportive, stimulating, developmental learning environment; entry into the open educational and educational space in physical culture and sports; fostering tolerance, goodwill among students as a component of culture and behavior in life.

It is proved that the values of physical culture were formed by generations of people and have not lost their relevance today. These values include: maintaining and promoting health through physical education; improving performance; healthy lifestyle; physical and physical perfection; sport achievements; hardening of the body; physical activity; personal care.

Key words: pedagogical conditions, physical culture, healthy lifestyle, spiritual and value orientations, high school students.

УДК 373.5.015.31:17.022.1].016:796
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.41>

Ажиппо О.Ю.,

докт. пед. наук, професор,
ректор

Харківської державної академії
фізичної культури

Мосейчук Ю.Ю.,

докт. пед. наук, професор,
завідувач кафедри фізичної культури
та основ здоров'я

Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Курнишев Ю.А.,

канд. пед. наук,
доцент кафедри фізичної культури
та основ здоров'я

Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Боднар І.Р.,

докт. наук з фіз. вих. і спорту,
професорка,

завідувачка кафедри теорії і методики
фізичної культури (теорії і методики
фізичного виховання)

Львівського державного університету
фізичної культури

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Модернізація освіти України зумовлена зростанням вимог до випускників загальноосвітньої школи в умовах ринкової конкуренції. Орієнтація на розвиток учня як особистості, індивідуальності й активного суб'єкта життєдіяльності може бути реалізована лише на гуманістично-демократичному підґрунті педагогічної діяльності у закладах

освіти. Це відкриває ширші можливості учню підготувати себе до успішної самореалізації, яка буде визначатися як рівнем його обізнаності, так і психічним та фізичним благополуччям, ставленням до власного здоров'я.

Важливою складовою частиною підготовки учнівської молоді, зокрема старшокласників, до активної життєдіяльності є формування у неї соці-

альної активності в гармонії з фізичним розвитком на засадах пріоритету здоров'я та визнання цінностей фізичної культури. Залучення старшокласників до цінностей фізичної культури розглядається як один із перспективних напрямів модернізації фізичного виховання у загальноосвітніх закладах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Аналіз психолого-педагогічних досліджень та праць з теорії і методики фізичного виховання старшокласників засвідчує, що в теорії і практиці шкільної фізкультурної освіти накопичено значний науковий потенціал, який може стати основою для визначення підходів до залучення старшокласників до цінностей фізичної культури. Обґрунтовано доміанти нової стратегії сучасної філософії освіти (В.П. Андрущенко, І.А. Зязюн, В.Г. Кремін, В.О. Огнев'юк), базові цінності й орієнтації щодо розвитку особистості в процесі навчання, виховання і самоосвіти (І.Д. Бех, С.І. Гончаренко, В.В. Рибалка, О.Я. Савченко та інші). Теоретико-методичні засади фізичного виховання розробляли Е.С. Вільчковський, В.М. Вовк, Л.В. Волков, О.Ц. Демінський, Т.Ю. Круцевич, В.О. Сутула, О.А. Томенко, Б.М. Шиян та інші. Формуванню фізичної й спортивної культури учнівської молоді присвячені праці російських учених, таких як В.К. Бальсевич, М.Я. Віленський, Л.І. Лубишева, Ю.М. Ніколаєв та інші.

Мета статті – визначити, теоретично обґрунтувати й експериментально перевірити педагогічні умови залучення старшокласників до цінностей фізичної культури.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Незважаючи на значну кількість психолого-педагогічних і спеціальних (фізкультурно-спортивних) досліджень, проблема залучення старшокласників до цінностей фізичної культури ще не досить вивчена. Поза увагою дослідників залишилося важливе питання залучення старшокласників до цінностей фізичної культури в нових соціально-культурних умовах, і, як наслідок, виникли суперечності між: вимогами суспільства до виховання фізично здорової особистості та недостатньою розробкою теоретичних засад залучення старшокласників до цінностей фізичної культури; соціальною значущістю формування у старшокласників цінностей фізичної культури та неналежною увагою до цього питання у навчально-виховному процесі загальноосвітніх закладів; необхідністю виховання у старшокласників позитивного ставлення до фізичної культури як до особистісної цінності і недостатнім застосуванням у школах інноваційних форм і методів фізичного виховання та реалізацією педагогічних умов їх застосування.

Виклад основного матеріалу. Формування духовно-ціннісних орієнтацій учнів у процесі занять фізичною культурою має певні особливості.

По-перше, воно здійснюється поетапно через упорядкування і перегляд наявних духовно-ціннісних орієнтацій та утворення нових.

По-друге, особливостями цього процесу є активне залучення учнів до пізнання цінностей духовної і фізичної культури суспільства.

По-третє, суб'єктивна самореалізація особистості можлива через її долучення до ціннісної орієнтувальної фізкультурної діяльності на основі діалогічної взаємодії.

Аналіз біологічних і соціальних факторів дає змогу стверджувати, що однією з особливостей формування духовно-ціннісних орієнтацій особистості є визнання провідної ролі виховання у процесі фізкультурної діяльності.

Вищезазначені особливості є основою для обґрунтування педагогічних умов формування духовно-ціннісних орієнтацій старшокласників у процесі занять фізичною культурою, а саме: створення фізкультурно-спортивного середовища як сукупності різних можливостей духовного і фізичного саморозвитку; забезпечення поступового просування старшокласників на рівень самоуправління фізкультурною діяльністю за етапами; актуалізація критичного мислення учнів для усвідомленого становлення індивідуальної системи духовно-ціннісних орієнтацій у сфері фізичної культури відповідно до їхнього внутрішнього світу.

Щодо першої умови під фізкультурно-спортивним середовищем розуміємо сукупність умов, що сприяють суб'єктній самореалізації особистості для ефективної інтеріоризації системи цінностей через наповнення духовним змістом взаємозв'язків учня з фізичною культурою та соціумом. Організація активної взаємодії учнів з елементами духовної і фізичної культури як системи цінностей у створеному фізкультурно-спортивному освітньому середовищі дасть змогу учням здобути на практиці знання стосовно основних духовно-ціннісних категорій, що сприяє активізації пізнавального інтересу й поліпшенню ставлення до духовних і фізкультурних цінностей, а також формуванню мотивів до фізкультурної діяльності.

Щодо другої умови – забезпечення поступового просування учнів на рівень самоуправління фізкультурною діяльністю є поетапним процесом переходу від прямого управління через співуправління на рівень самоуправління учнями навчальною діяльністю для вдосконалення поведінкових навичок самостійного використання духовно-ціннісних орієнтацій на практиці, а саме здійснення постійної рефлексії власних дій, усвідомлення відповідальності за них, дотримання активної громадянської позиції, а також розвинення власного потенціалу для забезпечення подальшого духовного і фізичного саморозвитку та самовдосконалення. Впровадження цієї умови є основою для розвитку інноваційних та навчальних духовно-цін-

нісних орієнтацій, пов'язаних зі здатністю відмовитися від минулого досвіду, відкритістю до одержання нового досвіду, прагненням до навчання упродовж життя.

Третя умова – актуалізація критичного мислення у процесі формування духовно-ціннісних орієнтацій передбачає набуття учнями навичок самостійного оцінювання явищ за духовно-ціннісними критеріями, критичного ставлення до здобуття знань духовно-ціннісного спрямування, а також становлення індивідуальної системи цінностей відповідно до власного внутрішнього світу. Узагальнення наукової літератури з психології, філософії, педагогіки дає можливість охарактеризувати критичне мислення як процес, що складається з послідовності розумових дій, спрямованих на оцінку та перевірку достовірності інформації й можливостей її застосування в тій чи тій ситуації. Структурно-функціональний аналіз критичного мислення за компонентами (*суб'єкт; мета; об'єкт; процес; способи; засоби; продукт*) дав змогу визначити основні педагогічні засоби, серед яких – рефлексивна діяльність, вирішення ситуацій оцінювання та вибору на підґрунті діалогічної суб'єкт-суб'єктної взаємодії.

Формування наукового світогляду, активного відношення до фізичної культури, естетичних і моральних якостей у процесі виховання на заняттях фізичною культурою пов'язане із загальними завданнями цілісного виховного процесу, але їх вирішення детерміноване специфічними засобами і методами, притаманними тільки фізичній культурі та спорту. До специфічних особливостей належать і умови, в яких вони застосовуються. А вони в певних ситуаціях концентровано відбивають реалії життя, сприяють виявленню рис характеру, почуттів, поглядів, взаємин та ін. Саме в цьому й актуалізується значущість фізичної куль-

тури й спорту у вихованні духовно-ціннісних орієнтацій особистості учня.

Важливим елементом фізичної культури є виховання естетичної свідомості й сприйняття, яке трансформується в естетичне відчуття, тобто вміння бачити, відчувати, зрозуміти справді красиве, підвищене. До засобів, які впливають на естетичні відчуття в процесі фізичного виховання, належать вчинки учнів, правильно й гарно виконані вправи, музичний супровід, форма одягу, інвентар, обладнання, чітка й продумана організація занять.

Педагогічний експеримент ми проводили шляхом упровадження обґрунтованих педагогічних умов формування духовно-ціннісних орієнтацій старшокласників на уроках фізичної культури.

Реалізацію першої умови – створення фізкультурно-спортивного середовища як сукупності різних можливостей духовного і фізичного саморозвитку – було здійснено через: розширення духовно-ціннісного компонента змісту фізкультурної освіти; застосування на заняттях здобутків духовної культури людства, суспільства, національних культурних традицій; організацію фізкультурної діяльності морально-етичного спрямування.

Друга педагогічна умова – забезпечення поступового просування старшокласників на рівень самоуправління фізкультурною діяльністю – здійснювалася за взаємопов'язаними етапами: навчальна діяльність з фізичного виховання будувалася як за допомогою засобів прямого управління, так і засобів самоуправління. Розробка структури заняття, вибір алгоритму функціонування і управління у цьому напрямі враховували: розстановку акцентів і засобів за кожною складовою частиною духовно-ціннісних орієнтацій (цінностей) особистості, послідовність і комплексність їх засвоєння; орієнтовні, виконавчі, контрольні й корекційні дії; необхідність обґрунтованого виду управління.

Таблиця 1

Зміни стану духовно-ціннісних орієнтацій фізичної культури старшокласників (у %)

Компоненти якості	Усереднені дані (самооцінки та спостережень)						
	Ознаки якості	Вихідні		Кінцеві		Зміни, %	
		ЕК	КК	ЕК	КК	ЕК	КК
Успішність	оцінка з ФК	68,1	70,4	83,8	80,5	15,7	10,1
Світогляд	ступінь науковості поглядів	47,8	45,1	70,1	66,9	23,2	21,5
Переконання	ступінь усвідомлення	18,5	18,4	78,9	67,0	60,1	48,9
Мотиви	соціально значущі	22,5	24,7	43,3	44,8	21,2	20,1
	особистісно значущі	94,5	93,7	94,7	93,8	0,2	0,01
Установки	рівень досягнення цілі, цілеспрямованість (вольові якості)	22,9	21,6	69,3	67,0	46,5	46,4
Інтереси	спортивні	13,9	13,4	40,3	37,6	26,4	24,2
	оздоровчі	17,1	16,2	65,2	57,4	48,1	41,2
Моральність	фізкультурна етика	70,4	65,2	90,4	71,4	20,0	16,2
Естетика	естетичні почуття	67,8	49,2	92,5	68,3	24,7	20,1
Здоровий спосіб життя	відмова від шкідливих звичок	18,8	20,0	55,2	40,1	26,4	20,1
	системність	17,7	16,2	47,8	39,0	30,1	22,8

Третя педагогічна умова – актуалізація критичного мислення – здійснювалася завдяки розгляду зі старшокласниками окремих тем і питань фізичної культури у контексті формування духовно-ціннісних орієнтацій у разі постійної актуалізації мислення учнів через вирішення ними проблемних ситуацій, дискусій тощо. Матеріально-технічне забезпечення дало змогу включати засоби музичного супроводу занять, відеоапаратури з інформацією про змагання з різних видів спорту, які наближуються до художнього мистецтва. Це сприяло активній рефлексивній діяльності учнів, ставлення перед ними ситуації вибору та оцінювання, аналізу стану свого здоров'я, оздоровчих систем та організації здорового способу життя.

Реалізація комплексу педагогічних умов формування духовно-ціннісних орієнтацій старшокласників у процесі занять фізичною культурою сприяла підвищенню всіх показників сформованості духовно-ціннісних орієнтацій учнів у їх гармонійному поєднанні. Експеримент підтвердив ефективність обґрунтованих педагогічних умов, що реалізувалися у процесі уроків фізичної культури. Результати наведені у таблиці 1.

Як показують дані таблиці, впровадження педагогічних умов та проведення педагогічної підтримки учнів ЕК на заняттях з фізичної культури (навчання самовиховання, надання допомоги у напрацюванні вольових якостей, формування мотивів, знань, пізнавальної активності та ін.) – все це загалом допомогло напрацювати позитивне й активне ставлення учнів до занять фізичними вправами, посилити сукупність духовно-ціннісних орієнтацій учнів.

Під педагогічним впливом відбулися зміни на краще в успішності старшокласників більш ніж на 15%, що своєю чергою привело до розширення світогляду учнів (в ЕК ступінь науковості поглядів зріс на 23,2%, а в КК – на 21,5%). Це також привело до значного підвищення ступеня усвідомлення учнями необхідності занять фізичними вправами більш ніж на 60% у ЕК.

У разі збереження домінуючої ролі особистісно значущих мотивів до цінностей фізичної й духовної культури (більш ніж 94%) зросла їх оцінка на 21,2% у ЕК з позицій соціально значущих. Виявлено зміни рівня досягнення цілей на заняттях фізичною культурою старшокласників. Результативність різних видів фізкультурно-спортивної діяльності старшокласників у ЕК зросла на 46,5%. У системі фізкультурно-спортивної діяльності в ЕК значно зросла роль (більш ніж на 40%) інтересу учнів до оздоровчої фізичної культури. Це також привело до більш глибокого розуміння старшокласниками сутності здорового способу життя: від

шкідливих звичок відмовилося більше 26% учнів; у системних заняттях фізичними вправами це збільшення відбулося більш ніж на 30%.

За період експерименту у 20% старшокласників виявлено зміни на краще у фізкультурно-спортивній етиці. У майже 25% учнів посилились естетичні почуття до сприйняття фізичних вправ та спортивних ситуацій.

Наприкінці експерименту загалом значно змінився і рівень сформованості у старшокласників духовно-ціннісних орієнтацій. Із загальної кількості школярів, які брали участь у експерименті, 53,6% учнів опанували духовно-ціннісні орієнтації на середньому, 25,2% – на високому рівні.

Висновки. За результатами наукового пошуку з'ясовано підходи до формування фізичної культури особистості у світовій і вітчизняній суспільній практиці, виокремлено цінності фізичної культури і найбільш вдалі здобутки в питаннях збереження й зміцнення здоров'я людини, визначено принципи виникнення й утвердження цінностей фізичної культури в умовах сучасної загальноосвітньої школи.

Доведено, що цінності фізичної культури формувалися поколіннями людей і не втратили своєї актуальності нині. До таких цінностей належать збереження та зміцнення здоров'я засобами фізичного виховання: підвищення працездатності; здоровий спосіб життя; фізично-тілесна досконалість; спортивні досягнення; загартування організму; фізична активність; особиста гігієна.

Обґрунтовано сучасні теоретичні підходи до залучення учнівської молоді до цінностей фізичної культури в процесі фізичного виховання у загальноосвітніх школах. Зокрема, діяльнісний підхід сприяє суб'єктивно орієнтованій організації загальноосвітнього закладу та керуванню його діяльністю, що дає можливість перебудувати його змістове наповнення, збагатити змістові компоненти.

Обґрунтовано педагогічні умови залучення старшокласників до цінностей фізичної культури на обов'язкових заняттях, які забезпечували ефективність організації навчального процесу з фізичного виховання.

Експериментально апробовано ефективність педагогічних умов, спрямованих на залучення старшокласників до цінностей фізичної культури. Результати експерименту показали, що у експериментальному класі значно змінився рівень сформованості духовно-ціннісних орієнтацій старшокласників: із загальної кількості учнів, які взяли участь в експерименті, 53,6% учнів опанували духовно-ціннісні орієнтації на середньому, 25,2% – на високому рівні, що на 10–25% вище, ніж у контрольному класі.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Андрущенко В.П. Культура. Ідеологія. Особистість. Київ : Знання України. 2002. 578 с.
2. Выдрин В.М. Профессиональное физкультурное образование : лекции. Санкт-Петербург : Изд-во Санкт-Петербургского ГУФК им. П.Ф. Лесгафта, 2006. 241 с.
3. Артамонова Е.И. Философско-педагогические основы формирования духовной культуры учителя. Москва : ВЛАДОС, 2005. 301с.
4. Бех І.Д. Виховання особистості : навчально-методичне видання. Київ : Либідь, 2003. 276 с.
5. Востриков В.А. Структурно-содержательная характеристика физкультурного образования в аспекте становления личности. *Теория и практика физической культуры*. 2012. № 2. С. 32–35.
6. Життєва компетентність особистості : науково-методичний посібник / за ред. Л.В. Сохань, І.Г. Єрмакова та ін. Київ : Богдана, 2003. 520 с.
7. Іваній І.В. Формування фізичної культури особистості – системне завдання фізичного виховання школярів. Слобожанський науково-спортивний вісник: наук.-теорет. журн. Харків, ХДАФК, 2010. № 4. С. 128–133.
8. Коровин С.С. Теоретико-методологические концепции профессиональной физической культуры. *Теория и практика физической культуры*. 2012. № 2. С. 23–27.
9. Курнишев Ю.А. Обґрунтування педагогічних умов професійного саморозвитку особистості студентів факультетів фізичної культури. *Теорія і методика управління освітою*. № 13, 2013.
10. Лесгафт П.Ф. Собрание педагогических сочинений. Т. 1. Руководство по физическому образованию детей школьного возраста. Ч. 1. Москва : Физкультура и спорт, 1951. 444 с.
11. Физическая культура : учебник / коллектив авторов, под ред. М.Я. Виленского. Москва : КНОРУС, 2012. 424 с.
12. Kohlberg L. Moral stages and moralization. Moral development and behavior / Holt, Rinehart and Watsons. New York, 1977. Pp. 31–53.
13. Laporte W. Physical Education in the European Union in a harmonization process in EUPEA. *New letter*, 1999, No 4. Pp. 47–51.

ШЛЯХИ ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ ЗНАТЬ МОЛОДОГО ПОКОЛІННЯ УКРАЇНЦІВ ПРО НАРОДНІ ТРАДИЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

WAYS TO INCREASE THE KNOWLEDGE OF THE YOUNG GENERATION OF UKRAINIANS ABOUT THE FOLK TRADITIONS OF PHYSICAL EDUCATION

У статті досліджено шляхи підвищення рівня знань молодого покоління українців про народні традиції фізичного виховання. Ефективність експериментальної методики використання традицій народної фізичної культури в сучасних умовах перевірялась шляхом порівняння знань у галузі традицій українського народного тіловиховання до і після педагогічного експерименту з учнями старшої школи та студентами (майбутніми вчителями фізичної культури).

Народна фізична культура суспільства, є продуктом творчої діяльності нації. Залежно від особливостей суспільного розвитку кожного народу вона змінюється на кожному історичному етапі. Фізична ж культура успадковує характерні національні цінності завдяки збереженню народних традицій і звичаїв, а також збагачується адаптованими запозиченнями. Паралельно з головним своїм завданням – вдосконаленням тіла людини народна фізична культура суттєво впливає на духовний світ – світ емоцій, естетичних смаків, етичних аспектів особистості.

Підвищення ефективності фізичного виховання молодого покоління тісно переплітається з проблемами впровадження в практику традицій народної фізичної культури, які мають виховну, розвивальну, культурну цінність. Українська народна система фізичного виховання синтезувала всі надбання впродовж історичного шляху розвитку цілісної української культури загалом. Для системи народного фізичного виховання як специфічно організованої змагальної діяльності та цілеспрямованої підготовки до неї загальнокультурні національні традиції виступали основою. Доступність, емоційна насиченість та ефективність народного тіловиховання дає можливість для широкого використання цієї спадщини у сучасних формах фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи школярів. До найперспективніших напрямів упровадження елементів народного фізичного виховання в практику сучасної школи належать: уроки фізичної культури, фізкультурно-оздоровчі заходи, позакласна і позашкільна робота, молодіжне спортивне дозвілля.

Ключові слова: *фізичне виховання, народні традиції, українська народна педагогіка, молода особистість, молодші школярі, студенти.*

The article investigates the level of knowledge of the young generation of Ukrainians about the national traditions of physical education. One of the most ancient and most important components of purposeful influence on personality is physical education. The acute mind of the people quickly realized that physical education strengthens health, promotes longevity, prolongation of work capacity, development of positive moral and volitional qualities of a person. The effectiveness of the experimental method of using the traditions of folk physical culture in modern conditions was verified through a pedagogical experiment with schoolchildren and students (future teachers of physical culture).

People's physical culture, like all culture, is the product of creative activities of the nation. Depending on the peculiarities of social development of each people, it changes in each historical period. Physical culture inherits the characteristic national values through the preservation of folk traditions and customs, as well as enriched with adapted borrowing. In parallel with its main objective – the improvement of the human body, people's physical culture significantly affects the spiritual world – the world of emotions, aesthetic tastes, ethical aspects of personality.

Improving the efficiency of physical education of the younger generation is closely intertwined with the problems of implementation in practice of the traditions of national physical culture, which has educational, developmental, cultural value. The Ukrainian national system of physical education synthesized all the property for the historical path of holistic development of the Ukrainian culture in General. For a system of public physical education, as a specifically organized competitive activities and targeted coaching, cultural national traditions were based. Availability, emotional intensity and the effectiveness of traditional body training gives an opportunity for wide use of this heritage in contemporary forms physical-improving and sports-mass work of students. To promising directions of implementation of elements of national physical education in the practice of the modern school are: physical education lessons, physical fitness activities, extracurricular and extra-curricular activities, youth sports and other leisure activities.

Key words: *physical education, folk traditions, Ukrainian folk pedagogy, young person, younger schoolchildren, students.*

УДК 373.3.091.39:398.1
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.42>

Богданюк А.М.,
канд. пед. наук,
доцент кафедри педагогіки та методики початкової освіти
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
Киселиця О.М.,
канд. пед. наук,
доцент кафедри фізичної культури та основ здоров'я
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
Гуліна Л.В.,
асистент кафедри фізичної реабілітації, ерготерапії та домедичної допомоги
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми. Відродженням національної фізичної культури впродовж останніх років спричинився певний поштовх до її популяризації, особливо в середовищі молодого покоління. Узагальнення історико-педагогічного досвіду українців у сфері фізичного виховання набуває непересічного значення, що сприятиме не лише відродженню національних традицій, а й поширенню елементів здорового способу життя, фізичної культури серед різних верств українського народу і в

середовищі молоді зокрема. З розвитком у культурно-науковій та економічно-господарській сферах прийшло усвідомлення потреби і значення розбудови фізкультурно-спортивного руху.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Культура кожного народу є своєрідним організмом, який має унікальну духовну основу, характеризується неповторністю й безперервним процесом розвитку. Як стверджує чимало дослідників української етнокультури (В. Балушок, Г. Ващенко,

В. Кузь, С. Литвин-Кіндратюк, Б. Кіндратюк, В. Мосіяшенко, Є. Приступа, В. Пилат, О. Слімаковський, М. Лук'янченко, М. Стельмахович, В. Струманський, В. Сухомлинський, А. Цьось та ін.), важливим компонентом цілісної народної культури від найдавніших часів і до сьогодення є система народного фізичного виховання, яка охоплює всю сукупність досягнень у створенні та раціональному використанні спеціальних засобів, методів, форм і природних умов з метою цілеспрямованого фізичного вдосконалення людини [1–10].

Дослідники Є. Приступа, В. Слімаковський, М. Лук'янченко [7] доводять, що дитина має перебувати під постійним виховним впливом матеріальної і духовної культури свого народу. Це потрібно насамперед для найповнішого розкриття її природних здібностей, розвитку талантів, виявлення етнопедагогічних особливостей. Тому система освіти і процес фізичного виховання, зокрема, мусять бути саме національними.

Етнонаціональні традиції фізичного виховання дітей змалку і дотримання здорового способу життя дорослими виражені насамперед у скарбниці народної педагогіки. Її витоки сягають періоду до Київської Русі, Київської Русі, і, за твердженням В. Мосіяшенко, «в українській народній педагогіці починаючи з XV ст. ідеал довершеної людини репрезентується образом українського козака, потім – січового стрільця, потім – самовідданого борця за самостійну Українську державу» [5, с. 30].

Дослідники В. Слімаковський, В. Струманський наголошують на змісті народно-педагогічних надбань виховних засобів, які стимулювали позитивне ставлення дітей до фізичного виховання. Задля цього народ творив поезію пестування (пестушки, потішки, ігри рухливі, ігри малорухливі, ігри-хороводи), що були найпростішими формами активної фізичної діяльності дітей [7; 9]. Початковий період фізичного виховання передбачав ігри, танці та хороводи («А ми просо сіяли», «Льон», «Мак» та ін.). Їх магічний характер спонукав дітей до імітації виробничих процесів шляхом багатократного вправлення в основних рухах. Нині ж дослідники аналогічно наділяють гру винятковим виховним потенціалом, адже вона входить у життя дитини з раннього віку. Завдяки грі діти перевтілюються в її персонажів і стають носіями притаманних їм рис характеру. Психолого-педагогічна роль гри зумовлена позитивними емоціями, які стимулюють зміцнення дитячого організму. В. Сухомлинський з цього приводу писав, що ігрові змагання вчать дітей організованості, дисципліни, винахідництва, досягнення поставлених цілей; діти загартовуються, підвищують життєдіяльність, тренуються стрибати, бігати, метати в ціль. У грі закладені невичерпні потенційні можливості для всебічного виховання [10]. Тож українська народна мудрість породила чимало різноманітних спортивних ігор,

що містять народно-педагогічний досвід фізичного виховання українців та спрямовані на фізичний розвиток дітей («Піжмурки», «Довга лоза», «Квач», «Котик та мишка», «Тягти бука» та ін.).

Сучасний дослідник етнопедагогіки В. Струманський цілком слушно зазначає з цього приводу, що «задля глибшого з'ясування механіки виховного впливу народних традицій, звичаїв та обрядів на зміст рухливих вправ доцільно вдатися до зіставлення основних комплексів дійств обрядового і фізкультурного циклів» [9]. Цілком імовірно, що традиції народної педагогіки найбільшого розквіту зазнали на Запорозькій Січі. Народні традиції, обряди і звичаї змалку підкоряли своєму впливу дії та поведінку дітей, ініціювали активні вправи. Згодом у господарській та побутовій діяльності їх виконання було свідченням фізичної досконалості і сили. За результатами досліджень Є. Приступи, домінуючою організаційною формою фізичного виховання у стародавніх слов'ян були ігрища. Вони склалися з танців, пісень, різноманітних ігор та фізичних вправ змагально-виховного характеру. На ігрищах показували вміння стріляти з лука, кидати камені в ціль і на дальність, верхову їзду тощо [6].

Дослідники В. Балушок, Є. Приступа та ін. відзначають досить чітку систему фізичного виховання дітей і молоді, що складалася поступово: дітей семирічного віку навчали стрільби з лука, володіння списом і арканом, верхової їзди, дванадцятирічних – справжнього військового мистецтва [1; 7].

Вважаємо, що саме практика фізичної культури запорозьких козаків стала вершиною української системи фізичного виховання. Вона ввібрала увесь багатотисячолітній народний досвід і тому стала однією з найдосконаліших систем фізичного виховання. Основу козацького вправлення становили: початковий відбір молоді з її подальшою підготовкою в січових школах та школах джур, самостійні заняття фізичними вправами, різноманітні змагання (досконале володіння зброєю, керування човном, опанування козацькими танцями – «гопаком», «спасом» тощо).

Мета статті – дослідити шляхи підвищення рівня знань молодого покоління українців про народні традиції фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу. Ефективність експериментальної методики використання традицій народної фізичної культури в сучасних умовах перевірялась шляхом педагогічного експерименту з учнями старших класів Чернівецької гімназії № 3 та майбутніми вчителями фізичної культури – студентами 3-го курсу спеціальності «Середня освіта (фізична культура)» факультету фізичної культури та здоров'я людини Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича. Педагогічний експеримент проводився за двома напрямками.

Таблиця 1

**Рівень знань про традиції українського народного фізичного виховання у студентів
(у балах, за 5-бальною шкалою)**

Вид знань	Оцінка знань	
	до експерим.	після експерим.
Світоглядні аспекти фізичного виховання	2,39±0,08	3,85±0,09
Засоби фізичного виховання	2,47±0,07	4,29±0,05
Форми фізичного виховання	2,51±0,08	4,19±0,07
Сутність фізичного виховання в літературних пам'ятках	2,18±0,07	3,57±0,08
Шляхи використання традицій фізичного виховання в сучасних умовах	3,02±0,06	4,35±0,09
Середній бал	2,51±0,07	4,05±0,08

Таблиця 2

Рівень знань учнів про народне фізичне виховання

Вид знань	Оцінка знань	
	до експерим.	після експерим.
Світоглядні аспекти фізичного виховання	2,18±0,08	3,37±0,08
Засоби фізичного виховання	2,15±0,06	3,58±0,06
Форми фізичного виховання	2,41±0,07	3,61±0,06
Сутність фізичного виховання в літературних пам'ятках	2,09±0,06	3,29±0,07
Шляхи використання традицій фізичного виховання в сучасних умовах	2,59±0,08	3,68±0,08
Середній бал	2,28±0,07	3,05±0,07

Перший напрям полягав у формуванні знань про українське народне тіловиховання у студентів (45 осіб). У процесі вивчення предмета «Теорія і методика фізичного виховання школярів» студенти отримали завдання розробити сценарій спортивно-масового заходу «Ігри патріотів» із використанням елементів традиційних засобів народного фізичного виховання та план-конспект теоретичного заняття-бесіди на тему «Традиції української народної фізичної культури» для учнів 9-го класу.

Другий напрям полягав у підвищенні обізнаності школярів (28 учнів) про традиції народного фізичного виховання. Зокрема, у розділ «Основи знань» шкільної програми з фізичного виховання було введено інформацію про значення та сфери побутування народного тіловиховання, а також проведено спортивно-масовий захід «Ігри патріотів».

Ефективність роботи визначалася шляхом порівняння знань у галузі традицій українського народного тіловиховання до і після експерименту. Знання студентів та учнів перевірялись у формі вирішення ними тестових завдань. Рівень знань про традиції фізичного виховання студентів до і після експерименту подано в таблиці 1. Наведені дані свідчать, що рівень знань студентів, який до початку експерименту був низьким (2,51 бала), після експерименту підвищився на 1,54 бала й у середньому становив 4,05 бала ($P < 0,001$). Найкраще респонденти володіють знаннями про засоби, форми народного фізичного виховання та шляхи їх використання в сучасних умовах. На дещо нижчому рівні респонденти обізнані зі світоглядними аспектами фізичного виховання та сутністю тіловиховання за історико-педагогічними літературними пам'ятками.

Рівень знань школярів про народне фізичне виховання до і після експерименту подано в таблиці 2.

Результати анкетування свідчать, що з усіх питань школярі показують достовірно вищі знання після експерименту. Загалом середній бал зріс на 0,77 бала. Педагогічні спостереження свідчать, що після проведення циклу занять з фізичного виховання із використанням теоретичних відомостей про значення та сфери побутування народного тіловиховання та спортивно-масового заходу «Ігри патріотів» в учнівської молоді значно підвищився інтерес до фізичного виховання, історії фізичної культури, що є основою для формування стійких переконань у веденні здорового способу життя.

Висновки. Широке використання українських народних рухливих ігор рекомендоване як в урочних формах фізичного виховання, так і під час проведення фізкультхвилинок і фізкультурних пауз. Елементи народного тіловиховання потрібно включати в програму днів здоров'я та спортивних свят: лазіння по стовпу, перетягування каната, пірнання, стрільба з лука, метання каміння, битва на палицях та ін. Під час проведення годин здоров'я доцільно організовувати змагання, поєдинки між класами, окремими учнями, педагогами. Елементи української народної фізичної культури посідають важливе місце і в організації позакласної роботи з фізичного виховання школярів. Велике оздоровче, виховне та освітнє значення мають туристичні походи та екскурсії, під час проведення яких школярі ознайомлюються з історією, архітектурою, культурою народу. Серед знань про традиції фізичного виховання українців найсуттєвішими для молодого покоління різновидами є: засоби і форми, сутність народного фізичного виховання в літературних пам'ятках;

шляхи використання традицій фізичного виховання в сучасних умовах. Результати педагогічного експерименту свідчать, що рівень знань школярів про традиції народного фізичного виховання до початку експерименту був дещо низьким (2,09–2,59 бала). Після експерименту рівень знань підвищився і становив 3,05–3,68 бала. Найкраще учні ознайомлені із засобами, формами народного фізичного виховання; менш обізнані зі світоглядними аспектами та сутністю тіловиховання за історико-педагогічними пам'ятками. Після проведення спортивно-масового заходу з використанням традиційних фізичних вправ у школярів значно підвищився інтерес до фізичного виховання, історії фізичної культури. Рівень знань майбутніх учителів фізичної культури про традиції українського народного фізичного виховання та психолого-педагогічної теорії про систему тіловиховання й шляхи її використання у сучасних умовах також підвищився після виконання пошуково-творчого завдання із зазначеної проблематики.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Балушок В.Г. Обряди ініціацій українців та давніх слов'ян. Львів, Нью-Йорк : Вид-во М.П. Коць. 1998. 216 с.
2. Ващенко Г.Г. Виховний ідеал : підручник для педагогів, виховників, молоді і батьків. Т. 1. 3-є вид. Полтава : Полтавський вісник. 1994. 191 с.
3. Кузь В.Г, Руденко Ю.Д, Сергійчук З.О. Основи національного виховання. Київ : Центр. 1993.
4. Литвин-Кіндратюк С., Кіндратюк Б. Народознавство та організація здорового способу життя школярів. Івано-Франківськ : Плай. 1997. 279 с.
5. Мосіяшенко В.А. Українська етнопедагогіка : навчальний посібник. Суми. 2005. 176 с.
6. Приступа Є.Н, Пилат В.С. Традиції української національної фізичної культури (частина 1). Львів : Троян. 1991. 104 с.
7. Приступа Є., Слімаковський О., Лук'яненко М. Українські народні рухливі ігри, розваги та забави: методологія, теорія і практика. Дрогобич : Видання ТзОВ «Вимір». 1999. 449 с.
8. Стельмахович М.Г. Українська народна педагогіка. Київ : ІЗМН. 1997. 232 с.
9. Струманийський В.П. Виховна робота в національній школі. Київ : ІзіМН. 1977. 179 с.
10. Сухомлинський В.О. Серце віддаю дітям. Вибрані твори: в 5-ти томах. Київ : Рад. Школа. 1977. Т. 3. С. 95–98.
11. Цьось А.В. Українські народні ігри та забави. Луцьк : Надстир'я. 1994. 96 с.

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧИЙ ТУРИЗМ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

SPORTS AND HEALTH TOURISM IN THE SYSTEM OF STUDENTS' PHYSICAL CULTURE

Критичний стан здоров'я студентської молоді, пов'язаний із несприятливими факторами, низьким рівнем рухової активності, потребує невідкладних заходів із подолання кризи у фізичному вихованні студентів. Натепер особливо актуальним є виявлення ефективних, доступних і привабливих для студентів засобів фізичної культури, спорту і туризму.

Особливості сучасних умов життя, стрімкий розвиток технічного прогресу, модернізація навчальних і трудових процесів, стрімке та постійне зростання обсягів інформації, екологічні проблеми навколишнього середовища, культивування шкідливих звичок на протипагу здоровому способу життя – усе це негативно впливає на організм студентської молоді [2].

Слід констатувати, що нині у системі фізичного виховання студентів засоби спортивно-оздоровчого туризму використовуються не досить ефективно. Туризм у закладах вищої освіти розглядається як частина рекреаційної фізичної культури, представленій в режимі активного відпочинку, що звужує діапазон засобів спортивно-оздоровчого туризму у фізичному вихованні студентів.

У зв'язку з цим проблема комплексного використання засобів спортивно-оздоровчого туризму у фізичному вихованні студентів набуває великого значення.

Спортивно-оздоровчий туризм спрямований на можливість задовольнити біологічні потреби в руховій активності та емоційних діях у розвагах, в отриманні задоволення, насолоди через рух, переключення з одного різновиду діяльності на інший, на активізацію діяльності організму за рахунок рухової активності й профілактики дії на організм студентів негативних явищ.

Спортивно-оздоровчий туризм є загальнодоступним засобом активного відпочинку та оздоровлення населення. Заняття з туризму відбуваються на відкритому повітрі в природних умовах і вимагають активної діяльності. Одним з найкращих і доступних засобів зміцнення та оздоровлення організму є активний, спортивно-оздоровчий туризм. Доведено, що заняття активними видами туризму, участь у походах, подорожах підвищують загальну витривалість, а захо-

плення туризмом сприятливо впливає на фізичний стан людини загалом [3].

Ключові слова: спортивно-оздоровчий туризм, студенти, фізичні якості, фізичне виховання.

The students' critical health connected with adverse factors, low levels of physical activity, requires immediate action to overcome the crisis in the physical education of students. Currently, it is particularly important to identify effective, accessible and attractive facilities for students of physical culture, sports and tourism.

Modern features of living conditions, rapid development of technological progress, modernization of educational and work processes, rapid and constant growth of information volumes, problems of environment, cultivation of bad habits as opposed to a healthy lifestyle – all these have a negative impact on the body of students.

It should be noted that at present, in the system of physical education of students the means of sports and health tourism are not used effectively enough. Tourism in higher education is considered as part of the recreational physical culture presented in the active recreation mode, which narrows the range of sports and recreational tourism in the students' physical education.

In this regard, the problem of the integrated use of sports and recreational tourism in the students' physical education becoming important.

Sports and wellness tourism aims at meeting the biological needs of motor activity and emotional activities in entertainment, in obtaining pleasure, enjoying through movement, switching from one kind of activity to another, to activating the activity of the body due to motor activity and prevention of negative phenomena effects on the students' body.

Sports and wellness tourism is a publicly available means of active recreation and population health improvement. Tourism classes take place outdoors in the wild and require activity. One of the best and affordable means of strengthening and healing the body is active, sports and wellness tourism. It has been proved that active tourism, participation in hiking, traveling increase overall endurance, and hobby has a positive effect on the physical condition of the person as a whole.

Key words: sports and health tourism, students, physical qualities, physical education.

УДК 796.51-057.875
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.43>

Гермаківська К.С.,

студентка V курсу факультету фізичної культури та здоров'я людини Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
Ячнюк М.Ю.,

канд. наук з фіз. виховання і спорту, доцент, викладач кафедри фізичної культури та основ здоров'я Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
Ячнюк І.О.,

старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича
Букорос Н.М.,

асистент кафедри теорії та історії держави і права Чернівецького юридичного інституту Національного університету «Одеська юридична академія»

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Спортивно-оздоровчий туризм є невід'ємною складовою частиною загальнодержавної системи фізичної культури і спорту і спрямований на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини шляхом її залучення до участі у спортивних походах різної складності та змаганнях з техніки спортивного туризму. Спортивно-оздоровчий туризм є важливим засобом сприяння підвищенню соціальної і трудової активності людей, задоволення

їх моральних, естетичних та творчих запитів, життєво важливої потреби взаємного спілкування, розвитку дружніх стосунків між народами і зміцнення миру. Спортивно-оздоровчий туризм здійснює різноманітні спортивні, оздоровчі, рекреаційні, пізнавальні, виховні, економічні та інші функції, але через низку чинників рівень їх реалізації натепер не відповідає потенційним можливостям туристсько-спортивного руху в Україні [4].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Одним із цілющих джерел зміцнення здоров'я сту-

дентів є туристські походи. Спортивно-оздоровчий туризм та рекреаційно-оздоровча діяльність набувають чим далі більшої ваги поряд з іншими видами фізичної культури [1]. Цінність туризму полягає в його різнобічному впливі на організм людини й студентської молоді тренувальними, відновлювальними навантаженнями, що дуже важливо для молодих людей. Розвиток автоматизації та механізації, пов'язаний із посиленням навантаження на нервову систему й обмеженням фізичної активності, що є передумовою розвитку функціональних розладів, насамперед нервової та серцево-судинної систем, що спостерігалось у 70% практично здорових людей, призводить до суттєвої перевтоми [5].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Заняття туризмом у системі фізичного виховання виділені в особливу групу, оскільки дають змогу найбільшою мірою порівняно з іншими видами опановувати знання, вміння і навички, які потрібні в житті кожній людині. Таким чином, туризм як засіб фізичного виховання характеризується природно-прикладною спрямованістю, включає різноманітні за формою та змістом рухові дії. Їх мета – формування у студента умінь і навичок, необхідних йому у виробничій, військовій та побутовій діяльності, з одночасним вирішенням виховних, освітніх, оздоровчих і спортивних задач. Крім того, активність занять туризмом зі спортивно-оздоровчою спрямованістю дають змогу формувати й удосконалювати організаторські здібності людини.

Мета статті – розкрити особливості впливу занять спортивно-оздоровчим туризмом на організм студентів та виявити особливості динаміки розвитку фізичних якостей студентів у процесі цих занять.

Виклад основного матеріалу. Розглядаючи систему фізичної культури, спорту і туризму, з цієї системи можна виділити три підсистеми:

1. Фізична культура розглядається нами як системоутворююча багатокомпонентна підсистема. Фізична культура частково включає в себе підсистеми спорту і туризму в тому разі, якщо вони мають характеристики компонентів фізичної культури.

2. Спорт – підсистема, в основному включена у фізичну культуру, але має певну частину, що не належить ні до фізичної культури, ні до туризму.

Ця частина підсистеми спорту має специфічну для спорту змагальну функцію, але не може з різних причин належати до фізичної культури або туризму.

3. Туризм – багатокомпонентна підсистема, частково включена у фізичну культуру і спорт у формі активного туризму, що має певне фізичне навантаження на організм людини. Ця підсистема має специфічну для туризму функцію подорожей, але не завжди відповідає основним функціям фізичної культури і спорту.

Спортивно-оздоровчий туризм певною мірою належить до трьох підсистем, будучи видом спорту, видом рекреаційної діяльності і різновидом туризму.

У спортивно-оздоровчому туризмі досить ефективно реалізуються не тільки специфічні функції фізичної культури: освітні, прикладні, спортивні, рекреативні та оздоровчо-реабілітаційні. Спортивно-оздоровчий туризм має велике виховне значення, він використовується як засіб фізичного, естетичного, трудового, морально-етичного, патріотичного виховання молодого покоління, як засіб пізнання навколишнього середовища і людини в природних умовах. Спортивно-оздоровчий туризм надає виховний вплив порівняно такими простими і доступними засобами, як: походи, подорожі, екскурсії, прогулянки, туристичні зльоти, змагання, а також краєзнавча і природоохоронна діяльність.

У ході експерименту проводилося визначення фізичного розвитку студентів за чотирма показниками: зріст (см), вага (кг), життєва ємкість легень (ЖЕЛ) і динамометрія кисті найсильнішої руки (кг). Виміри проводилися на початку експерименту і після року занять у контрольній та експериментальній групах. Результати змін на початку експерименту представлені в таблиці 1.

За всіма показниками фізичного розвитку студентів контрольної та експериментальної груп на початку експерименту статистично достовірних відмінностей не виявлено.

За росто-ваговими показниками коефіцієнти варіації не перевищували 10% у контрольній та експериментальній групах, що свідчить про досить високу однорідність росто-вагових показників студентів.

За показниками динамометрії кисті найсильнішої руки коефіцієнти варіації перебувають у діапазоні 12–19%, що відповідає середній величині

Таблиця 1

Показники фізичного розвитку студентів контрольної та експериментальної груп на початку педагогічного експерименту

№ п/п	Показники	КГ (n = 46)		ЕГ (n = 46)		t	P
		$x \pm m$	σ	$x \pm m$	σ		
1.	Зріст, см	174,5±0,8	5,5	173,9±0,9	6,1	0,4	>0,05
2.	Вага, кг	65,8±0,7	4,7	66,2±0,5	3,4	0,5	>0,05
3.	ЖЕЛ, л	4,2±0,2	1,3	4,3±0,3	1,9	0,3	>0,05
4.	Динамометрія кисті руки, кг	38,3±1,1	7,4	39,4±1,2	8,1	1,6	>0,05

однорідності. За життєвою ємністю легень (ЖЄЛ) великий коефіцієнт варіації в контрольній та експериментальній групах. За цим показником ні контрольна, ні експериментальна група не є однорідними.

Наведені дані означають, що фізичний розвиток студентів контрольної та експериментальної груп у середньому належить до нормального. Статистично достовірних відмінностей фізичної підготовленості студентів контрольної та експериментальної груп на початку педагогічного експерименту нами не було виявлено.

У ході педагогічного експерименту після двох років занять достовірних відмінностей за ростовими показниками студентів контрольної та експериментальної груп також не виявлено (таблиця 2). Показники ЖЄЛ достовірно підвищилися в експериментальній групі порівняно з контрольною групою в середньому на 13%. Достовірність відмінностей $P < 0,05$ (таблиця 2). Показники динамометрії кисті найсильнішої руки достовірно підвищилися в експериментальній групі порівняно з контрольною в середньому на 19,3%. Достовірність відмінностей $P < 0,01$.

Після року занять коефіцієнти варіацій і в контрольній, і в експериментальній групі за показниками «ЖЄЛ» і «динамометрія» знизилися, тому можна говорити про позитивний вплив навчально-тренувальних занять на однорідність груп за цими показниками. Педагогічні спостереження підтверджують цей висновок. Найбільш слабкі у фізичному розвитку студенти значно підвищили свої результати за ЖЄЛ і динамометрією.

Життєва ємність легень студентів контрольної групи в середньому фактично досягла = 4,4 л. Життєва ємність легень студентів експериментальної групи перевищила показники ЖЄЛ на 11,4%.

Індекс сили кисті (ІСК) визначався за показником динамометрія сили кисті (СК). $ІСК = (СК / P) 100\%$, де P – вага випробуваного, кг.

Середній індекс сили кисті в контрольній групі студентів на початку експерименту становив 55%, а в експериментальній групі – 57%. У результаті річних занять у контрольній групі індекс сили кисті виріс до 60,5%, а в експериментальній групі – до 71%, що підтверджує ефективність занять.

Порівнюючи показники контрольної групи на початку експерименту і після двох років занять, виявлені достовірні зміни: ваги студентів – збільшення в середньому на 2,1 кг і достовірна зміна сили кисті найсильнішої руки – збільшення в середньому на 3,2 кг.

Порівнюючи показники експериментальної групи на початку експерименту і після року занять, виявлені достовірні зміни у вазі студентів – збільшення в середньому на 2,8 кг; достовірні зміни ЖЄЛ – збільшення в середньому на 0,6 л і достовірна зміна сили кисті найсильнішої руки в середньому на 9,7 кг.

Абсолютні зміни показників фізичного розвитку на краще відзначені в контрольній та експериментальній групах, що свідчить про позитивний вплив занять з дисципліни «Фізична культура» в контрольній та експериментальній групах. Водночас ефективність занять в експериментальній групі за показниками фізичного розвитку виявилася вищою за ефективність занять у контрольній групі.

Відносні зміни показників фізичного розвитку студентів у відсотках до первинних за два роки занять представлені в таблиці 3.

І абсолютні, і відносні зміни показників найбільш виражені в ЖЄЛ і динамометрії в експериментальній групі, що пов'язано з ефективністю занять. Вагові показники достовірно збільшилися і в контрольній, і в експериментальній групах, в основному за рахунок збільшення зростання студентів за рік занять у середньому на 1,2 см, не досягнувши статистичної достовірності ($P > 0,05$).

Таблиця 2

Показники фізичного розвитку студентів контрольної та експериментальної груп після року занять

№ п/п	Показники	КГ (n = 30)		ЕГ (n = 30)		t	P
		$x \pm m$	σ	$x \pm m$	σ		
1.	Зріст, см	175,7±0,9	4,9	175,2±0,8	4,4	0,4	>0,05
2.	Вага, кг	67,9±0,6	3,3	69,2±0,7	3,8	0,3	>0,05
3.	ЖЄЛ, л	4,3±0,2	1Д	4,9±0,2	1,1	2,14	>0,05
4.	Динамометрія кисті руки, кг	41,4±0,9	4,9	49,5±1,0	5,5	6	>0,01

Таблиця 3

Зміна показників фізичного розвитку студентів у % до первинних за два роки занять

№ п/п	Показники	Зміна середнього значення, %	
		КГ	ЕГ
1.	Зріст, см	0,7	0,8
2.	Вага, кг	3,2	4,5
3.	ЖЄЛ, л	2,4	13,9
4.	Динамометрія кисті рук, кг	8,4	25,6

Висновки. Отже, туризм – самий масовий і активний вид відпочинку, важливий засіб виховання, моральної і фізичної підготовки, загартування, розвитку витривалості та укріплення здоров'я студента.

До активної рухової діяльності потрібно залучати студентську молодь, яка є майбутнім нашої країни. Займаючись різними видами туризму, студенти мають змогу збільшити час рухової активності, що дасть їм можливість психологічно відпочивати. Результатом такого відпочинку буде підвищення розумової і фізичної працездатності. Все це дає змогу сучасній студентській молоді опанувати нові вміння та навички, що знадобляться як у навчанні, так і в дорослому житті.

Проведений педагогічний експеримент з використанням засобів спортивно-оздоровчого туризму у фізичному вихованні студентів виявив досить високу ефективність таких занять. Позитивні зміни були досягнуті за показниками в експериментальній групі після року занять. Рівень фізичної підготовленості студентів експеримен-

тальної групи підвищився за показниками гнучкості, швидкості рухової реакції, стрибучості, бігу, підтягуванні.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Грабовський Ю.А., Скалій О.В., Скалій Т.В. Спортивний туризм : навчальний посібник. Тернопіль : Богдан, 2009. 304 с.
2. Дугіна Л.В. Роль рекреаційного туризму у життєдіяльності студентської молоді. *Основи спортивного туризму в рекреаційній діяльності* : збірник наукових праць. Харків : ХДАФК, 2016. С. 113–116.
3. Мулик К.В., Єфимов І.С. Особливості спортивно-оздоровчого туризму. *Основи спортивного туризму в рекреаційній діяльності* : збірник наукових праць. Харків : ХДАФК, 2016. С. 193–201.
4. Соколов В.А., Штангей Ю.В., Петрова І.В. Спортивний туризм на сучасному етапі. Матеріали Міжнародної НПК «Туризм у XXI столітті: глобальні тенденції і регіональні особливості». Київ, 2002. С. 157–163.
5. Федотов Ю.Н., Востоков І.Е. Спортивно-оздоровительный туризм : учебник. Москва : Советский спорт, 2008. 464 с.

ОСОБЛИВОСТІ ЗАЛУЧЕННЯ ДО СИСТЕМАТИЧНОЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ

PECULIARITIES OF ATTRACTION OF HIGH SCHOOL PUPILS TO A SYSTEMATIC MOTOR ACTIVITY

Велике значення для розвитку та оптимального функціонування організму учнів, ефективного засвоєння ними знань, оволодіння основними вміннями та навичками має належний рівень здоров'я. Численними науковими дослідженнями доведено, що близько 85% учнів мають порушення у стані здоров'я. Проблема залучення старшокласників до систематичної рухової діяльності, до ведення здорового способу життя завжди була актуальною, але натепер інтенсифікація навчального процесу та науково-технічний прогрес ще більше ускладнили вирішення цього питання. У статті висвітлено основні аспекти дослідження особливостей мотивації та залучення учнів старших класів загальноосвітніх навчальних закладів до різних видів рухової активності; розглянуто питання сформованості інтересу до систематичної рухової активності в дітей старшого шкільного віку; проаналізовано та визначено обсяги тижневих фізичних навантажень та рухових активностей для учнів старших класів; описана загальна характеристика форм організації фізичного виховання школярів; визначено найпоширеніші види рухової активності серед учнів старших класів; наведено порівняльний аналіз особливостей залучення учнів різних медичних груп до виконання рухової активності; досліджено тижневу залученість учнів старших класів різних медичних груп до рухової активності; наведені результати дослідження щодо виявлення найпопулярніших видів спорту серед молоді. З метою дослідження особливостей залучення учнів старших класів до рухової активності нами було проведено соціологічне опитування, після якого встановлено, що в середньому впродовж доби учні займаються руховою активністю близько 1 год. Установлено, що інтерес до систематичної рухової активності перебуває на середньому та вище середнього рівня, хоча з віком простежується тенденція до зниження інтересу та мотивації й особливо це проявляється в дівчат. Підвищення в учнів старших класів інтересу та мотивації до систематичної рухової діяльності може бути досягнуто за рахунок розвитку в них усвідомленого ставлення до рухових дій, збільшення освітньої цінності уроків, розвитку активності й самостійності під час рухової активності, диференційованого підходу до учнів із різним ставленням до фізичної активності.

Ключові слова: рухова активність, систематичність, учні, фізичні вправи, медичні групи, здоров'я, спорт, мотивація, ціннісні пріоритети.

Good health is essential for physical development of pupils, optimal functioning of their body, effective knowledge uptake, development of basic skills and abilities. Numerous scientific studies showed that approximately 85% (percent) of pupils are impaired health. The problem in getting senior pupils to systematic motor activity, to adopt a healthy lifestyle has always been relevant, but at the moment in the context of intensification of educational process and of scientific and technological progress, complicate the resolution of this issue further. The article highlights the main aspects of the study of peculiarities of motivation and attraction of high school pupils at general educational establishments to different types of motor activity; examines the creation of senior pupils' interest to systematic motor activity; analyzes and determines the weekly physical and motor activity volume for high school pupils; describes general characteristics of forms of organization of pupils physical education; identifies the most common types of motor activity among high school pupils; presents a comparative analysis of peculiarities of attraction of high school pupils of different medical groups to motor activity execution; explores weekly engagement of high school pupils of different medical groups to motor activity; presents results of research for identify the most popular sports among young people. In order to research of specifics of attraction of high school pupils to motor activity was conducted a sociological survey, after which was established that on average, within 24 hours, the pupils engaged in motor activity approximately 1 hour. It is determined that the interest to systematic motor activity is at a medium and above-average level, although age there is a trend to losing interest and motivation, especially among girls. Increasing interest and motivation to systematic motor activity among high school pupils can be achieved through development of a conscious attitude in them to motor actions, increasing educational value of lessons, activity and independence development during motor activity, differentiated approach to pupils with different attitudes to physical activity. **Key words:** motor activity, systematic, pupils, physical exercises, medical groups, health, sport, motivation, value priorities.

УДК 796.012
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.44>

Єремія Я.І.,
асистент кафедри фізичної культури та основ здоров'я
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми. Проблема недостатньої рухової активності серед учнів старших класів останнім часом набула масштабного розгляду. Більшість учнів не мають мотивації до занять фізичною культурою, спортом чи окремими видами рухової активності. Тому постає необхідність у розробці нових мотиваційних форм роботи з учнями старших класів задля підтримання їхнього фізичного здоров'я зараз та в майбутньому.

З численних наукових праць та досліджень відомо, що від активного залучення до рухової активності у людини підвищується стійкість імунітету та здоров'я до виникнення захворювань. На момент становлення фізичного розвитку учнів різні види рухової активності мають сприяти та поліпшувати умови формування їхніх функціональних систем, а отже, з різними віковими періодами людини необхідно змінювати та удосконалювати

різновиди рухової активності. Зокрема, у юному віці в учнів формується навичка заняття фізичною культурою, яка дає заряд енергії та підтримує функціональний стан організму. У дорослому віці заняття руховою активністю дає можливість сповільнювати процес старіння організму та підсилювати стійкість імунітету.

На заняттях з фізичної культури у старших класах відбувається реалізація насамперед освітньої програми, а отже, необхідно розглядати ймовірність залучення учнів до рухової активності ще й у позаурочний час та за межами навчального закладу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проблеми залученості учнів старшої школи до фізичних вправ та рухової активності доволі стрімко вивчалися вітчизняними вченими. У працях О.А. Томенка розглядаються різні рівні рухової активності, які сприяють підтриманню та удосконаленню фізичного здоров'я учнів, а також постійний пошук нових шляхів залучення учнів до фізичних вправ в умовах закладів загальної середньої освіти [4, с. 45]. Рівні рухової активності на прикладі конкретних міст України вивчалися О.Я. Кабільником. У напрацюваннях Є.Є. Франкова детально описано особливості мотиваційної сфери учнів старших класів для залучення до рухової активності. Л.Ю. Левадінська здійснила дослідження особливостей нормування різних видів рухової активності залежно від індивідуальних особливостей організму.

Г.Л. Опанасенко, І.О. Аршавський, І.В. Мурахов, О.Г. Сухарев, Н.А. Фомина досліджували медико-біологічні особливості застосування різновидів рухової активності залежно від індивідуальних особливостей учнів та від медичної групи, до складу якої вони входять. Т.Ю. Круцевичем, А.В. Магльованим та Б.М. Шияном було розроблено методичні рекомендації щодо виконання та застосування різних фізичних вправ на уроках фізичної культури в умовах навчального закладу та в позаурочний час за межами навчального закладу [6, с. 98].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Для вивчення проблеми недостатньої рухової активності серед учнів старших класів була поставлена основна мета дослідження – визначити особливості залучення учнів старших класів до виконання різних видів рухової активності. Зазначена мета дослідження зумовила такі завдання:

- 1) визначити найпоширеніші види рухової активності серед учнів старших класів;
- 2) дослідити тижневу залученість учнів старших класів різних медичних груп до рухової активності;
- 3) проаналізувати рівні залученості учнів старших класів до систематичного виконання фізичних вправ та різних видів рухової активності.

Виклад основного матеріалу дослідження.

У ході дослідження було використано такі методи:

аналізу та синтезу, аналізу наукової та методичної літератури, опитування, анкетування. З метою дослідження особливостей залучення учнів старших класів до рухової активності нами було проведено соціологічне опитування серед дітей віком від 15 до 17 років на базі Мамалигівської загальноосвітньої школи I–III ступенів Новоселицького району Чернівецької області. У ході опитування було встановлено, що в середньому впродовж доби учні займаються руховою активністю близько 1 год. Більшість опитаних хлопців, а саме 62%, та дівчат – 38% відповіли, що впродовж тижня за один день можуть виконувати різні фізичні вправи та навантаження навіть понад 1 годину. Проте серед числа опитаних було встановлено, що деякі учні інколи можуть взагалі не бути залученими до рухової активності впродовж дня, окрім ходьби.

У навчальному закладі та за його межами учні залучені до різних спортивних секцій та гуртків. Серед опитаних хлопців, що регулярно займаються руховою активністю, найбільш популярним видом спорту є баскетбол. Цьому виду спорту із числа запропонованих надають найбільшу перевагу 48% учнів (табл. 1). Деяко меншою популярністю користуються біг та футбол, а також їзда на велосипеді. Проте отриманий відсоток на основі аналізу анкет свідчить про середній рівень залученості учнів старших класів до рухової активності. Старшокласники аргументують це тим, що мають велике навантаження з інших навчальних предметів, а отже, не мають часу на заняття спортом чи хоча б окремими видами рухової активності.

Таблиця 1

Найпоширеніші види рухової активності серед школярів

№	Хлопці	%	№	Дівчата	%
1.	Баскетбол	48	1.	Біг	36
2.	Біг	31,4	2.	Ходьба	28,4
3.	Футбол	25,3	3.	Баскетбол	20,7
4.	Їзда на велосипеді	26,0	4.	Танці	22,0
5.	Ходьба	24,7	5.	Їзда на велосипеді	19,3

У ході дослідження було встановлено, що серед досліджуваної групи учнів старших класів 41,0%, які мають нормальну масу тіла відповідно до свого вікового періоду, займаються руховою активністю систематично з метою підтримання своєї фізичної форми та здоров'я. Деяко менший відсоток опитуваних (30,0%), які мають зайву вагу, почали відвідувати спортивну залу у вільний від навчання час та займатися вищезазначеними видами спорту. Основною причиною їхнього активного залучення до рухової активності стало погіршення самопочуття, важкість, задуха, прискорене серцебиття під час нетривалого виконання фізичних вправ. Серед

учнів, які мають ожиріння, близько 29% систематично займаються руховою активністю (рис. 1).

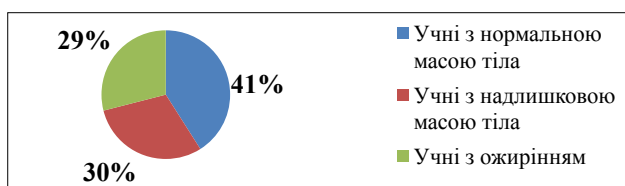


Рис. 1. Рівень залученості учнів старших класів до систематичної рухової активності

За щорічними статистичними даними, серед учнів старших класів відбувається збільшення відсотка учнів, які мають медичну групу на заняттях фізичної культури. Насамперед це зумовлено тим, що учні все менше уваги починають приділяти руховій активності, не залучаються до спортивних секцій та мало рухаються впродовж доби. Тому нами було досліджено динаміку рухової активності впродовж доби різними медичними групами для встановлення та розробки індивідуального плану рухової активності та залучення до неї учнів старших класів.

Варто відзначити, що серед трьох досліджуваних медичних груп (основної, підготовчої та спеціальної) відсоток залучення до рухової активності серед учнів старшої школи суттєво не відрізняється, що свідчить про ймовірне бажання учнів, незважаючи на медичну групу, займатися фізичною культурою та спортом (табл. 2)

Таблиця 2

Періодичність рухової активності серед учнів старших класів різних медичних груп за добу

Періодичність рухової активності	Основна	Підготовча	Спеціальна
1–2 рази на тиждень	32,4%	36%	35,8%
Протягом більшості днів	29%	22,4%	17,3%
Жодного разу	19,7%	24%	27,2%
Щодня	18,9%	17,6%	19,8%

Як бачимо із отриманих результатів дослідження, ті учні, які мають певні відхилення чи вади у фізичному розвитку, все ж надають певного значення руховій активності. Зокрема, учні спеціальної медичної групи (17,3%) виконують фізичні вправи чи комплекс рухової активності впродовж більшої кількості днів на тиждень. Проте головною причиною залученості таких медичних груп до рухової активності стало погіршення у самопочутті, а особливо дискомфорт, який виникає в опорно-руховому апараті під час довготривалої відсутності фізичних навантажень.

З метою залучення до систематичної рухової активності учнів старших класів необхідна потужна мотиваційна система. Насамперед учні мають

розуміти, яке значення для їхнього фізичного, духовного та соціального здоров'я має рухова активність. Упродовж доби учням старших класів необхідно виконувати фізичні вправи не лише на уроках фізичної культури, а й під час відвідування спортивних секцій та гуртків. У інші дні варто приділяти увагу ходьбі, бігу, прогулянці на свіжому повітрі чи їзді на велосипеді [1, с. 37].

Більшість учнів ще з молодшого шкільного віку починають носити важкі наплічники із підручниками, чим надалі ризикують отримати дефекти чи порушення опорно-рухового апарату. А тому необхідно ще з дитячого віку виховувати в собі дисципліну до виконання фізичних вправ, починаючи від простих та завершуючи більш складними. Позаяк натеper більшість учнів старших класів мають підготовчу та спеціальну медичні групи, то необхідно дотримуватися певних правил під час виконання рухової активності, зокрема:

- підібрані для виконання вправи мають чергуватися за рівнем складності та техніки виконання. Починати варто із розминки, поступово переходячи до виконання більш складних вправ;
- форми та види фізичних вправ варто підбирати відповідно до вікових особливостей учнів, індивідуального фізичного рівня підготовленості, статі та стану здоров'я;
- під час виконання вправ необхідно постійно через певний час проводити виміри пульсу з метою виявлення індивідуальних навантажень на біологічний організм учнів [2, с. 56].

Рухова активність учнів старших класів дає їм у майбутньому можливість підтримувати своє фізичне здоров'я, тримати тіло в тонусі та мати заряд енергії. Звичайно, всі види рухової активності обираються учнями індивідуально залежно від показників їхнього біологічного здоров'я. Проте варто пам'ятати, що ходьба, легкий біг чи катання на велосипеді є невід'ємними видами рухової активності в позаурочний час. Якщо дитині важко стрибати, бігати, то ці види активностей можна замінити на звичайну повільну ходьбу, менш ритмічні вправи, розминки у вигляді зарядки і так далі.

У ході систематичних занять фізичною культурою чи окремими видами рухової активності в учнів спостерігається унормована робота серцево-судинної системи, стабільний пульс під час виконання вправ, посилюється імунітет, покращується зовнішній вигляд шкіри, яка стає більш підтягнутою та еластичною. Тобто загалом систематичні заняття руховою активністю в старших класах дають можливість надалі підтримувати своє тіло в тонусі.

На уроках фізичної культури в умовах навчального закладу необхідно використовувати ігрові форми роботи, які стимулюють до досягнення результату під час виконання певних вправ. Зокрема, це дає певні можливості учням, наприклад:

1) досягати перемоги під час спортивних командних змагань, в яких усі їхні учасники мають дух суперництва;

2) самостійний прояв з боку учнів до виконання певних видів рухової активності;

3) активність залучення учасників до фізичних вправ залежить лише від характеру виконання тих видів вправ, які були запропоновані вчителем;

4) комплексне використання різних навичок виконання фізичних вправ виховує у старшокласників певні вольові та моральні якості, які надалі будуть їх стимулювати до регулярних занять фізичною культурою чи окремими видами спорту [4, с. 73].

Висновки. Систематичність у виконанні рухової активності відіграє провідну роль у формуванні здоров'язбережувальної свідомості учнів старших класів. Регулярне виконання фізичних вправ дає можливість підтримувати фізичний стан здоров'я учнів. Тривалість життя є вищою серед тих членів суспільства, які із раннього віку почали займатися фізичними вправами чи окремими видами спорту. У ході систематичності в залученні до такої активності учні матимуть більш стійкий імунітет до виникнення захворювань, знижується ризик виникнення порушень у функціонуванні опорно-рухового апарату, нормалізується пульс, серцебиття та робота серцево-судинної системи, учень стає витривалішим.

Проте варто вказати, що головним елементом під час залучення учнів до регулярного виконання

фізичних вправ є мотивація. Тож, учитель має слідкувати за новими тенденціями у розвитку фізичної культури та використовувати нові, активні та сучасні методи роботи із дітьми, які б їх зацікавили та мотивували систематично займатися спортом.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Григус І.М. Обстеження та визначення стану здоров'я : методичні рекомендації. Рівне : Редакційно-видавничий центр «Тетіс», 2005. 78 с.

2. Дутчак М.В. Парадигма оздоровчої рухової активності: теоретичне обґрунтування і практичне застосування. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2015. № 2. 225 с.

3. Кіндзера А.В. Характеристика рівня добової рухової активності школярів 9–11 класів / А. Кіндзера, І. Боднар, Н. Сороколіт. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації* : зб. наук. праць. / гол. ред. В.М. Костюкевич. 2017. № 4. 189 с.

4. Круцевич Т.Ю. Підходи до оцінки теоретичних знань з фізичної культури дітей старшого шкільного віку / Т.Ю. Круцевич, О. Іщенко, В. Семененко. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2014. № 1. 272 с.

5. Круцевич Т.Ю. Розвиток форм фізичного виховання в загальноосвітніх школах: проблеми і перспективи / Т.Ю. Круцевич, Д.О. Соловей. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)»*. 2015. Вип. 12. 123 с.

6. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : навчальний посібник. 2-е вид., випр. Харків : «ОВС», 2008. 406 с.

ПРОФЕСІЙНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ІНТЕГРАЦІЇ НАВЧАЛЬНОЇ ТА ПОЗАНАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

EMERGING TRENDS IN THE STUDENTS' PROFESSIONAL TRAINING IN THE CONTEXT OF EXTRACURRICULAR ACTIVITIES INTEGRATION INTO IN-CLASS TEACHING

Стаття присвячена одній з актуальних проблем професійного виховання студентів в умовах інтеграції навчальної та позанавчальної діяльності. Зокрема, ефективність професійного виховання студентів у процесі інтеграції навчальної та позанавчальної діяльності забезпечуватиметься у разі створення певних умов.

Основна частина статті присвячена обговоренню однієї з найактуальніших проблем професійної підготовки учнів, а також основ ефективного викладання та обґрунтування науково-дослідницьких питань про новітні тенденції інтеграції позакласних занять у навчання. Зокрема, навчальну програму слід використовувати як спосіб сприяння критичному мисленню та для оснащення учнів навичками, необхідними для подальшої роботи. Основна увага в статті приділяється проблемі створення сприятливого освітнього середовища для розвитку навичок спілкування учнів, що сприятиме підвищенню їхніх навичок у соціально-професійних стосунках.

У відповідності до цієї тенденції було проведено поглиблене якісне тематичне дослідження, щоб сформулювати детермінанти суб'єктивних переконань студентів. Зосередженням авторів було висвітлення ролі позаурочної діяльності на базі університету як сучасної тенденції побудови ефективного навчання та професійної освіти студентів у процесі інтеграції навчальної та позашкільної діяльності, зокрема: 1) оцінка відносного значення, яке студенти приділяють таким факторам, як минулі навчальні показники, особистісні заходи, ставлення до ризику, сімейний фон та оновлення суб'єктивної позиції студента на основі включення; 2) модернізація освітнього середовища для взаємодії навчальної та позашкільної діяльності; 3) розвиток навичок спілкування студента, розширення його навичок соціально-професійних відносин.

З урахуванням отриманих результатів дослідження передбачає ефективність навчального середовища, зокрема: 1) оцінку та визначення професійної мети діяльності студентів; 2) породження та характер ідей і ставлення вчителів до проблеми професійної освіти; 3) фактори узгодженості навчальних результатів учнів та позаклас-

них занять, оцінку впливу на весь процес професійної підготовки.

Ключові слова: особистість, індивідуальність, виховання, інтеграція, навчання, діяльність, позанавчальна діяльність.

The body of the article goes on to discuss one of the most topical problems of students' professional training as well as the essentials of effective teaching and research-based reflection on emerging trends of extracurricular activities integration into in-class teaching. In particular, the curriculum should be used as an avenue to foster critical thinking and for equipping learners with the skills needed for its further employment. The focus of the article revolves around the problem of creating favorable educational environment to develop students' communication skills that will enhance their skills in socio-professional relationships.

In line with this trend, an in-depth qualitative case study was carried out to articulate the determinants of students' subjective completion beliefs. The authors' focal point was to shed light on the role of University-based extra-curricular activities as a contemporary trend in building an efficient learning and professional education of students in the process of integration of educational and extracurricular activities specifically: 1) assessment the relative importance that students assign to factors such as past academic performance, personality measures, risk attitudes, family background, and updating the subjective position of the student on the basis of inclusion; 2) modernization of educational environment for interaction of educational and extracurricular activities; 3) development of the student's communication skills, expanding his skills of socio-professional relations.

Based on the findings, the study suggests the efficiency of the learning environment, in particular: 1) assessment and determination of the professional target of students' activities; 2) the generation and nature of ideas and teachers' attitude regarding the problem of professional education; 3) factors of coherence of students' academic performance and extracurricular activities, assessment of the impact on the whole process of professional training.

Key words: personality, individuality, nurture, integration, training, activity, extracurricular activity.

УДК 378.015.31

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.45>

Зорій Я.Б.,

докт. пед. наук,
декан факультету фізичної культури та здоров'я людини
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Киселиця О.М.,

канд. пед. наук,
доцент кафедри фізичної культури та основ здоров'я
Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми. Становлення нової генерації висококваліфікованих випускників закладів вищої освіти, які володітимуть високою загальною і професійною культурою, є одним зі стратегічних орієнтирів у модернізації вищої освіти. Реалізація внутрішнього потенціалу особистості студента, побудова внутрішніх та зовнішніх факторів формування його професійної культури залежить передусім від успішної організації позааудиторної роботи студентів як процесу їхнього

саморозвитку. Нормативні документи у галузі освіти, пов'язані зі стратегічним курсом України на євроінтеграцію, вказують на необхідність реорганізації системи виховання у закладах вищої освіти.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

У дослідженнях вітчизняних та зарубіжних учених відображені питання становлення особистості та індивідуальності (Л. Виготський, Е. Еріксон, К. Роджерс, З. Фрейд); загальні закономірності розвитку вищої освіти (Т. Бурцева, Н. Грищенко,

І. Кон, Л. Онучак, М. Фіцула); ідеї соціалізації особистості та активності студентів у різних сферах життєдіяльності і соціально-педагогічному середовищі (Г. Овчаренко, Н. Руденко, О. Севастьянова, Н. Шабасєва, С. Шашенко); професійне виховання у закладі вищої освіти (Т. Іванайська, І. Карпова, І. Ляшенко, О. Медведєва, О. Тепла) та ін.

Мета статті – вивчити та експериментально дослідити педагогічні умови професійного виховання студентів в умовах інтеграції навчальної та позанавчальної діяльності.

Виклад основного матеріалу. Виховання – основна категорія педагогічної науки. Разом із тим визначення поняття «виховання», як і раніше, є однією з найскладніших проблем. У науково-педагогічній літературі трапляється велика кількість трактувань цього поняття. Зокрема, К. Ушинський писав: «Ми ясно усвідомлюємо, що виховання в тісному сенсі цього слова, як навмисна виховна діяльність – школа, вихователь і наставник ... зовсім не єдині вихователі людини і настільки ж сильними, а може і набагато сильнішими її вихователями є вихователі ненавмисні: природа, сім'я, суспільство, народ, його релігія і його мова – тобто природа та історія в найширшому сенсі цих великих понять» [5].

Наведемо визначення концепту «виховання», які найбільш часто трапляються у сучасній літературі: 1) цілеспрямована взаємодія на того, кого виховуємо з якою-небудь метою; 2) цілеспрямований процес трансляції культурного навику від старших поколінь молодшим; 3) організація і стимулювання різноманітної діяльності вихованців з освоєння суспільного навику; 4) підготовка до життя; 5) формування системи ціннісних орієнтацій у вихованця; 6) управління процесом формування і розвитку особистості; 7) створення умов для власного саморозвитку [1; 2; 3; 4; 6 та ін.].

Нами використовувався експеримент за системою А. Стауффера (A. Stouffer, 1950), який моделювався схемою ідентичних за певними параметрами академічних груп. Усього в експерименті брали участь 60 студентів 3 курсу (з однаковою кількістю осіб у контрольній та експериментальній групах) факультету фізичної культури та здоров'я людини Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича.

У одній із груп застосовувався експериментальний метод визначення ефективності комп-

лексу педагогічних умов професійного виховання студентів (експериментальна група), у іншій – традиційні методи контролю (контрольна група). При цьому процес моніторингу здійснювався одночасно в обох групах.

Середній показник ефективності визначався за формулою: $Sp = (a + 2b + 3c)/100$, де a, b, c – відсотково виражена кількість студентів, які перебувають на кожному з трьох рівнів ефективності.

Визначення коефіцієнта ефективності педагогічної моделі з урахуванням комплексу педагогічних умов ми здійснювали за формулою: $K = Sp_2/Sp_1$, де Sp_1 – середній показник ефективності педагогічних умов на початку експерименту; Sp_2 – середній показник ефективності педагогічних умов наприкінці експерименту.

Отримані результати свідчать про досить високий рівень ефективності виділеного компонента педагогічних умов передусім у експериментальній групі, що й демонструємо у таблиці 1.

Отже, у експериментальній групі спостерігається позитивна динаміка показників професійного виховання. У більшості студентів проявляється стійкий інтерес до майбутньої професійної діяльності, розуміння специфіки, функцій і особливостей праці фахівця освітньої сфери, усвідомлення творчого характеру трудової діяльності. У студентів з'явилася більш чітка уява про основні особистісні характеристики сучасного фахівця. Вони на заняттях активно включались у діалог з викладачем, у разі виникнення дискусійних моментів намагалися аргументовано обґрунтувати власну точку зору. У контрольній групі позитивної динаміки показників професійного виховання не спостерігалось.

Як приклад визначення ефективності реалізації виділених педагогічних умов наведемо технологію визначення розвитку комунікативних здібностей студента, які покращують його навички соціально-професійних відносин. Для цього ми здійснили моніторинг провідних соціально-комунікативних і соціально-професійних умінь студентів на початковому і заключному етапах експерименту (табл. 2). Згідно з даними таблиці, позитивна динаміка щодо сформованості спостерігається по кожному із семи представлених умінь.

Підсумкові результати дослідно-експериментальної роботи за компонентами (мотиваційно-ціннісний, інтелектуальний і професійний) відображені у табл. 3, де у кількісному відно-

Таблиця 1

Рівні ефективності комплексу педагогічних умов у експериментальній групі

Рівень ефективності педагогічних умов	Реалізація комплексу умов		
	початок експерименту, %	завершення експерименту, %	різниця результатів
Недостатній	55,0	6,0	-49,0
Допустимий	39,2	55,4	+16,2
Оптимальний	5,8	38,6	+32,8
Середній показник	1,5	2,3	+0,8

шенні наводиться розподіл експериментальних і контрольних груп за рівнем професійного виховання студентів.

Динаміка результатів першого показника (мотиваційно-ціннісного) свідчить, що у студентів підвищився рівень потреби у досягненнях. Бесіди і письмові опитування показали, що вони готові до пошуку нових можливостей у майбутньому рості та життєвому самовизначенні, засвідчили відкритість і цінність своєї позиції, «знання про своє незнання».

У експериментальній групі кількість студентів з оптимальним рівнем цього компонента професійного виховання зросла на 30,9% порівняно з результатами, отриманими у процесі констатуючого експерименту, а з допустимим рівнем – на 20,7%, одночасно кількість студентів з низьким рівнем скоротилося на 42,5%.

Ситуація, яка склалася у контрольній групі, за цей період майже не змінилася. Проведення у експериментальних групах розробленої нами технології інтеграції навчальної і позанавчальної діяльності дало змогу підвищити рівень професійного виховання студентів за мотиваційно-ціннісним критерієм.

Після завершення другого етапу дослідно-експериментальної роботи було здійснене діагностичне тестування щодо самооцінки рівня соціального інтелекту і виявлений рівень прояву інтелектуального компонента професійного виховання студентів після реалізації комплексу педагогічних умов. Аналіз отриманих результатів засвідчив, що результатом реалізації комплексу

педагогічних умов за рахунок створення спеціального виховного середовища на основі інтеграції навчальної та позанавчальної діяльності збільшилась кількість студентів з високим рівнем сформованості інтелектуального компонента до 37,9% (на початку дослідно-експериментальної роботи – 4,8%), а також значно зменшилась кількість студентів із загальним низьким рівнем на 52,5% і становила 2,5%.

Спостереження за студентами під час та після занять, їхні рефлексивні висловлювання навіть з приводу «пасивності у спілкуванні» свідчать про те, що відбулися глибокі та принципово важливі зміни у їхній свідомості, які сприяли переосмисленню власних поглядів, цінностей, можливостей, дали змогу зрозуміти важливість активності в спілкуванні та навчанні.

У результаті реалізації моделі, комплексу педагогічних умов професійного виховання студентів в інтеграції навчальної та позанавчальної діяльності на кожному з етапів дослідно-експериментальної роботи спостерігалася позитивна динаміка за всіма показниками.

У експериментальній групі кількість студентів, які досягли оптимального рівня, зросла на 32,7% (на початку експерименту таких було всього 5,7%). На другому (достатньому) рівні також спостерігається позитивна динаміка (з 38,3% – на початку до 56,6% – на завершальному етапі). Кількість студентів, які мають недостатній рівень, зменшилась на 51% (з 56% до 5%), тобто більше ніж на половину. Повторний контрольний експеримент підтвердив позитивну динаміку.

Таблиця 2

Моніторинг соціально- та професійно-комунікативних умінь студентів

Уміння	Частка студентів, у яких сформовані такі уміння, %			
	Почат. експер.		Кінець експер.	
	КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
Уміння працювати в групі, команді.	8,0	7,9	12,7	55,6
Уміння налагоджувати комунікацію з представниками різних професійних і соціальних статусів.	10,4	11,2	14,8	70,3
Уміння налагоджувати взаємодію у непередбачуваних умовах.	9,7	9,1	16,1	61,0
Уміння розробляти правила взаємодії у новій ситуації.	3,2	2,7	6,8	37,5
Уміння виявити проблему у важкій ситуації.	2,9	3,6	7,1	45,9
Уміння динамічно вибудовувати хід або проєкт у відповідь на заявлену проблему.	2,5	1,9	4,8	53,6
Уміння спільно діяти у ситуації, що змінюється.	11,2	10,4	18,7	73,9

Таблиця 3

Рівень професійного виховання студентів

Група	Загальний рівень		
	Недостатній рівень	Достатній рівень	Оптимальний рівень
Е (початок експерименту)	5,7	38,3	56,0
К (початок експерименту)	5,3	50,8	43,9
Е (завершення експерименту)	38,4	56,6	5,0
К (завершення експерименту)	9,0	47,8	32,2

Ефективність виховних дій посилюється, якщо взаємодія викладача і студента базується на основі гуманістичної і діяльній педагогічній підтримки і являє собою спосіб реалізації взаємозв'язку комунікативної діяльності студентів та їх суб'єктності в освітньому процесі. Ці зв'язки реалізуються у формі отримання, передачі та обміну інформацією в організованій або спонтанній діяльності спілкування студентів і викладача. Внутрішньо-предметні та міжпредметні зв'язки, варіативність формальної (більше проявляється в навчальній діяльності) та неформальної (значною мірою проявляється у позанавчальній взаємодії) спільної діяльності – це той простір професійного виховання та комплексного підходу до навчання.

Пріоритетними формами в інтеграції навчальної та позанавчальної діяльності студентів стали: лекція-діалог, тематичні дискусії, диспути, комунікативний тренінг тощо. При цьому важливим засобом професійного виховання студентів є діалог викладача і студента.

Висновки. Дослідження підтвердило високу актуальність проблеми професійного виховання студентів у процесі інтеграції навчальної та позанавчальної діяльності, виявило її педагогічний зміст, а також обґрунтувало шляхи підвищення ефективності процесу професійного виховання як одного із важливих напрямів в умовах соціальної та економічної нестабільності суспільства.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Байкова Л.А. Воспитание в традиционной и гуманистической педагогике. *Классный руководитель*, 1998. № 2. С. 2–9.
2. Богданюк А.М. Креативність особистості, здатність до творчого нестандартного мислення – головна умова розвитку сучасного суспільства. *Якість неперервної освіти в умовах євроінтеграційних процесів* : матеріали міжнар. наук.-практ. конфер. (Київ–Чернівці, 2–4 листопада 2015 р.). Чернівці : Друк ФОП Горюк, 2015. С. 198–201.
3. Лихачов Б.Т. Основні категорії педагогіки. *Педагогіка*, 1999. № 1. С. 10–19.
4. Овчаренко Г.Е. Позанавчальна діяльність студентів у вищих навчальних закладах: сутнісні характеристики, структура та особливості. *Освіта Донбасу*. 2008. № 5–6 (130–131). С. 35–38.
5. Ушинський К.Д. Вибрані педагогічні твори: У 2 т. Київ, 1983. 406 с.
6. Шашенко С.В. Соціальне становлення студентської молоді у позааудиторний час у вищих навчальних закладах : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук. Київ, 2004. 24 с.
7. Yarmak O., Kyselytsia O., Moseychuk Y., Dotyuk L., Palichuk Y., Galan Y. Comparative analysis of parameters of the physical condition of 17–19-years-old male youths with different motion activity level. *Journal of Physical Education and Sport*. 2018. Vol. 18(1), Art. 37. Pp. 276–281.

STUDY ON TECHNICAL-TACTICAL TRAINING IN A BASKETBALL TEAM UNDER 18

ДОСЛІДЖЕННЯ ТЕХНІЧНО-ТАКТИЧНИХ ТРЕНУВАНЬ У БАСКЕТБОЛЬНІЙ КОМАНДІ ДО ВІСІМНАДЦЯТИРІЧНОГО ВІКУ

In the last years in the field of the theory and methodology of sports training, many new elements have appeared that have put into question some classic forms of training and planning of the training process for athletes. Increasingly, there are attempts to transfer some training methods that have appeared in other sports, adapted to the particularities of the respective sport.

The technical procedures with ball and without ball, integrated in various game actions, in a word the technique of attack and defense respectively, constitute the training content in the game of basketball, and their organization in various forms and based on principles of coordination, for example, in tactical combinations of passing the attack, preparing the attack, it is the tactics of the game in attack and defense.

If technical training is aimed at studying the structure of movements of a particular technique, then tactical training equips the player with the necessary knowledge and skills to apply the techniques learned appropriately in the context of a particular game environment. The ways in which the game is conducted are called the rational actions of the players (individual, group and team), which they use during game against the opponent. Ways of playing the game represent the qualitative content of the game process. All accumulated experience in the art of game management is studied, mastered, and on the basis of it the most rational ways of conducting a game are created, which are carried out in individual, group and team actions.

Individual actions are called independent actions of the player, aimed at solving specific tactical tasks set before the team, and carried out without the direct involvement of partners. Group actions are the interactions of two or more team players performing part of a team task. Team actions include the interaction of all team players, aimed at accomplishing team-wide tasks. Team actions are carried out in different ways, expressed in a variety of systems and combinations.

Key words: marking, demarcation, coaching, strategy, basketball, performance sports.

V останні роки в галузі теорії та методик спортивного тренування з'явилося багато

нових елементів, які поставили під сумнів деякі класичні форми тренувань та планування тренувального процесу для спортсменів. Усе частіше спостерігаються спроби запозичити деякі методи тренувань, що з'явилися в інших видах спорту, адаптовані до особливостей відповідного виду спорту.

Технічні прийоми з м'ячем і без м'яча, інтегровані в різні ігрові дії, техніка нападу й оборони відповідно становлять зміст тренувань у грі в баскетбол, їх організації в різних формах і на основі принципів координації. Наприклад, у тактичних взаємодіях, пов'язаних із переходом до атаки, підготовки атаки, а також тактичних дій в атаці й обороні.

Якщо технічна підготовка спрямована на вивчення структури рухів того чи іншого технічного прийому, то тактична підготовка озброює гравця необхідними знаннями та вміннями доцільного застосування вивчених прийомів в умовах конкретної ігрової обстановки. Способами ведення гри називаються раціональні дії гравців (індивідуальні, групові та командні), що застосовуються ними в боротьбі із противником. Способи ведення гри уособлюють якісний зміст процесу гри. Увесь накопичений досвід у мистецтві ведення гри вивчається, освоюється, на базі цього створюються найбільш раціональні способи ведення гри, які здійснюються в індивідуальних, групових і командних діях.

Індивідуальними діями називаються самостійні дії гравця, спрямовані на вирішення окремих тактичних завдань, поставлених перед командою, і здійснювані ним без посередньої участі партнерів. Групові дії являють собою взаємодії двох або декількох гравців команди, що виконують частину командного завдання. До командних дій відносять взаємодії всіх гравців команди, спрямовані на виконання загальнокомандного завдання. Командні дії здійснюються різними способами, вираженими в різноманітних системах і комбінаціях.

Ключові слова: маркування, розмежування, робота тренера, стратегія, баскетбол, спортивні результати.

УДК 796.323:77.29.07
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.46>

Iacob Mihai-Radu,

Lecturer Ph. D.

Faculty of Physical Education and Sport
"Al. I. Cuza" University of Iassy (Romania)

Abăla'ei Beatrice Aurelia,

Professor Ph. D.

Faculty of Physical Education and Sport
"Al. I. Cuza" University of Iassy (Romania)

Puni Alexandru-Rare,

Lecturer Ph. D.

Faculty of Physical Education and Sport
"Al. I. Cuza" University of Iassy (Romania)

Hagiu Bogdan-Alexandru,

Associate Professor Ph. D.

Faculty of Physical Education and Sport
"Al. I. Cuza" University of Iassy (Romania)

Material and method. Determining the necessity of establishing a knowledge and technical-tactical background according to the level of training in the preparation of the basketball team represents the hypothesis of the work.

To answer this hypothesis we started from the following situations:

- how to organize the players on the field during the game and training sessions;

- carrying out technical procedures, actions, combinations and tactical, individual and collective systems in attack and defense in game and training.

The study was conducted on the basketball team S.S. "Unirea" – B.C. "Junior" Iasi. The tasks of the

paper were: Establishing the technical-tactical training in the plan of preparation of the basketball team, learning, consolidating, improving and applying this technical-tactical training in the training and then in the game, performing some technical-tactical control tests in the training, the replacement record sheets during the game and learn the rules of the game. The subjects of the research were the C.S.S. "Unirea" Iași team consisting of 10 players, coach C. G. the experiment group and the Axiopolis Cernavoda team coach L. I., the control group, children born 2002 and younger. Place of the research:

The school hall no. 15 "Ștefan Bârsănescu" Iași and the Polivalentă hall, with 6 workouts per week from

Monday to Saturday, the training lasting 90 minutes. The tests were performed in the school hall no. 15.

The research methods used were: the study of the bibliography; method of observation; experiment method; statistical-mathematical method.

To verify the experiment, we used the following control samples.

Control tests specific technical and tactical training.

1. **Marking.** With the arms up in the fundamental position (defense), lateral movement with added step on a limited portion. Successful actions (in full outline) were recorded for 30 seconds.

2. **Demarcation.** On a surface of court, demarcations made within 30 seconds.

3. **“Give and go” with a defender.** Pass to teammate – lower to basket – return pass – lay-up shot. The efficiency of the actions is given by the number of baskets scored from 10 shots.

4. **Relationship, 1 vs. 1.** It is appreciated the technique of execution of individual tactical actions demarcation, “in-going”, “overcoming” and execution of aggressive marking throughout the court, the decision-making ability of the players in concrete situations of play.

5. **Throws-specific sample on the post (playmaker, forward, pivot).** From a number of 12 attempts, the number of successes is noted.

6. **Free throws.** From 12 attempts the number of successes is noted.

The experiment started on September 15, 2018. The first test was held in the first semester on January 20, 2019. Anthropometric data were also made with this test. The last test was held on May 15, 2019 during the second semester. Specific technical-tactical tests were given in the gym under identical, initial and final conditions.

Results. Following the control tests, the following results were recorded (**GE** – represents the experimental group, **GM** – represents the control group):

Specific technical-tactical evidence

1. Marking.

The total number of successful actions in 30 seconds were:

– at the initial GE test, the arithmetic mean $x = 6,8$ succeeded in 30 seconds $S = \pm 0,8$ succeeded. The coefficient of variability is 11,7% which characterizes a representative average of the data. Normal distribution includes 80% of the subjects tested. $M = 2$ successes.

– at the initial GM test, the arithmetic mean $x = 4,9$ succeeded in 30 seconds $S = \pm 1$ succeeded. The coefficient of variability is 20,4%, which characterizes a moderately representative average of the data. Normal distribution includes 60% of the subjects tested. $M = 3$ successes.

– at the final GE test, the arithmetic mean $x = 8,3$ obtained with the standard deviation

$S \pm 1,1$ obtained with the same representative average as at the initial testing and a coefficient of variability of 13,2%. $M = 3$ successes. Normal distribution includes 60% of subjects.

– at the final GM test, the arithmetic mean $x = 5,8$ achieved with the standard deviation $S \pm 1,1$ obtained with a representative mean and a coefficient of variability of 13,2%. $M = 3$ successes. The distribution shows a deviation because between $\pm 1,1$ successes comprise 50% of the cases.

– the results show us that apart from the arithmetic mean which is higher, the standard deviation and the amplitude which is the same at the two final tests, indices show a small progress of the two groups compared to the initial test.

2. Demarcation.

Each subject had 30 seconds, during this time the success was recorded:

– at the initial test the arithmetic mean at GE is 5.9 successful at the initial test with a standard deviation of ± 1 . The coefficient of variability is 16.9% having a representative average of the results, and $M = 2$ successes. The distribution is normal and comprises 80% of the subjects tested;

– at the initial test, the arithmetic mean at GM is 5 successes, with a standard deviation of $\pm 0,8$ successes. The coefficient of variability is 16% having a representative average of the results, and $M = 2$ successes. The distribution registers a deviation because between $\pm 0,8$ successes comprise 40% of the cases;

– at the final GE test, the arithmetic mean $x = 8,3$ obtained with the standard deviation $S \pm 1,5$ obtained with a moderately representative average and a coefficient of variability of 18,07%. $M = 5$ successes. Normal distribution includes 70% of subjects;

– at the final GM test we have $x = 6,2$ successes, $S \pm 1$ successes, $Cv = 16,1\%$ and represents a representative average of the data. $M = 3$ successes. We have a normal distribution in which only 70% of the subjects enter;

– the results from the final test show that the indices show a progression of the experimental group compared to the control group.

3. “Give and go” with the defender.

The sum of this sample was obtained with the help of the results recorded by the subjects, out of a number of 10 trials:

– at the initial GE test a $x = 5,5$ successes are recorded. $M = 3$ successes and $S \pm 1,1$ successes, Cv is 20% a moderately representative average. We have a normal distribution in which 60% of the subjects enter.

– at the initial GM test there are recorded $x = 4$ successes. $M = 3$ successes and $S \pm 1$ successes, Cv is 25% a moderately representative average. We have a normal distribution that includes 90% of the subjects;

– at the final GE test a $x = 7.2$ successes are registered. $M = 4$ successes and $S \pm 1,2$ successes, Cv is 16,6% a representative average. We have a normal distribution in which 80% of the subjects enter;

– at the final GM test there are recorded $x = 5,4$ successes. $M = 4$ successes and $S \pm 1,2$ successes, Cv is 22,2% a moderately representative average. We have a normal distribution in which 70% of subjects enter;

– the results show us that apart from the standard deviation and the amplitude which is the same at the two final tests, the other indices show a progression of the two groups in the final test compared to the initial test.

4. The relation “1 vs. 1”.

At this test the results were:

– the arithmetic mean of the successful actions from a number of 10 shots given to each subject at the initial GE test was 4.1 successful. The standard deviation at the first test is ± 1 success, Cv is 24,3% a moderately representative average, characterizing a normal distribution of 80% of the subjects. $M = 2$ successes;

– the arithmetic mean of the successful actions from a number of 10 tests given to each subject at the initial GM test was 2,9 successful. The standard deviation at the first test is ± 1 success, Cv is 34,4% a moderately representative average, characterizing a normal distribution of 80% of the subjects. $M = 2$ successes;

– the arithmetic mean of the successful actions from a number of 10 tests given to each subject at the GE final test was 6.4 successful. The standard deviation is $\pm 1,1$ successes, Cv is 17,1% a moderately representative average, characterizing a normal distribution of 60% of the subjects. $M = 3$ successes;

– the arithmetic mean of the successful actions from a number of 10 tests given to each subject at the GM final test was 4,3 successful. The standard deviation is $\pm 1,1$ successes, Cv is 34,4% a moderately representative average. The distribution registers a deviation because between $\pm 1,1$ successes there are 50% of the cases. $M = 3$ successes;

– the results show us that apart from the standard deviation and the amplitude which is the same at the two final tests, the other indices show a progress of the two groups at the final test compared to the initial test.

5. Shooting – Shooting from the posts.

On this test the following were found:

– at this sample the arithmetic mean at the initial GE test is 7,5 successful shots from 12 tests with $S = \pm 1,5$ throws. $Cv = 20\%$ with a moderately representative average of the results, a normal distribution comprising 80% of the cases. $M = 5$ successful shots;

– in this sample the arithmetic mean at the initial GM test is 3,5 successful laps from 12 attempts with $S = \pm 1,1$ laps. $Cv = 31,4\%$ with a moderately representative average of the results, a normal dis-

tribution comprising 60% of the cases. $M = 6$ successful shots;

– at the final GE test, $x = 6$ successful shots from 12 attempts, $S = \pm 2,1$ shots. $Cv = 23,3\%$ with a moderate mean representative of the results and a distribution comprising 70% of the tested subjects. $M = 3$ successful shots;

– at the final GM test, $x = 6$ successful throws from 12 attempts, $S = \pm 1,2$ throws. $Cv = 21\%$ with a moderate mean representative of the results and a distribution that shows a deviation because between $\pm 1,2$ successes comprise 50% of the tested subjects. $M = 3$ successful shots;

– progress in this sample is given by the results recorded at the final testing of the experimental group and the control group.

6. Free throws.

The number of successes from 12 free shots was recorded in this test:

– at the initial GE $x = 6$ successful shots test, $S = \pm 1,2$ hp is 20% which characterizes a moderate scattering of the data. Normal distribution includes 80% of the subjects tested. $M = 4$ successes;

– at initial GM testing $x = 3,3$ successful launches, $S = \pm 1,2$ hp is 36,3%, which characterizes a broadly representative average of the data. The distribution records a deviation because between $\pm 1,2$ successes comprise 50% of the tested subjects. $M = 3$ successful shots;

– the arithmetic mean at the final GE test is 9.2 successful, $S = \pm 1,5$, $Cv = 16,3\%$, the average is representative. The normal distribution includes 70% of the tested subjects. $M = 5$ successes better than the initial test;

– the arithmetic mean at the GM final test is 5,4 successful, $S = \pm 1$. $Cv = 18,5\%$, the average is moderately representative. The distribution registers a deviation because between ± 1 successes comprise 50% of the tested subjects. $M = 3$ successes same as at initial testing;

– the differences between the two final tests of GE and GM give us the progress made;

– the results show that apart from the arithmetic mean which is higher at the final test, the other indices do not show any progress of the group.

Discussions. Starting from the theme of the paper “Study on technical-tactical training in a basketball team Under 18” and analyzing the obtained results, we reached the following conclusions:

1) the aggressiveness of the defense system (man-to-man) and its maintenance throughout the game, regardless of the structure of the field team, increased;

2) each player acts, according to the individual and collective technical-tactical rules learned;

3) the knowledge was acquired regarding the fast play, on the counterattack, the defense of man-to-man half-court and all-court and basketball regulation;

4) the percentage of basket shots from dribbling, running and jumping was improved under normal and aggressive defense and the percentage of free shots;

5) there were thorough knowledge of the tasks game each player posts;

6) permanent contact with competitions has led to the formation of the team model, the player and the game;

7) the victories and defeats were analyzed with calm and lucidity, the correct attitude towards the victory or the defeat, reflecting the value of the psychological education and training work carried out in the training sessions;

8) overcome the fatigue that appears during the effort;

9) a large number of exercises were used and continue to be used for individual and collective technical-tactical actions of attack and defense;

10) the results from the two tests show that the experiment group has progressed during the experiment compared to the control group;

11) in the processes of technical-tactical training, using games to learn technical-tactical actions, the training lesson has become much more attractive. I searched and largely succeeded in making the games themed, which was learned in the technical and tactical training lesson to be applied in the game or in conditions close to the game;

12) the material basis was an important factor in the team's value leap. The use of materials has greatly facilitated the acquisition of technical procedures and tactical actions in play;

13) checking the subjects in the game for a longer time has two advantages;

14) check being made during the game causes the student to expand their knowledge, skills and abilities;

15) training lessons have become much more attractive and effective.

Recommendations:

1. To use systematically a large number of exercises regarding individual and collective technical-tactical actions of attack and defense, following the safety in execution and their completion.

2. To increase the number of basketball competitions in order to ensure a large number of children known that the competition characterizes them.

3. In the training lessons to use the means of physical education and sport, realizing the connection between physical training and technical-tactical training.

4. Children to be engaged in a competition that keeps their interest awake throughout the entire competitive year.

5. To use audio-visual means by watching basketball games no matter the age.

REFERENCES:

- Alexe N. Antrenamentul Sportiv Modern, București : Editura "Editis", 1993.
- Anastasiadis M. An "trenamentul în baschet". Atena, 1989.
- Anastasiadis M. Baschet. Teorie și practică. Atena, 1995.
- Brown L. Offensive and defensive drills for winning basketball, n.j. Prentice hall Inc, 1971.
- Colibaba-Evuleț Dumitru. Modelul de joc și pregătirea pentru echipa reprezentativă de baschet masculine. București : IEFS, 1996.
- Colibaba-Evuleț Dumitru. Concepția de joc și de orientarea procesului de pregătire la juniori 1'. București : F.R. Baschet, 1983.
- Colibaba-Evuleț Dumitru, Bota Ioan. Modelul de joc și modelarea. București : Editura Aladin, 1996–1997.
- Colegiul Central Al Antrenorilor. Concepția Unitară de Joc și Pregătire pe Nivele Formative. Editura Printech, 2007.
- Cousy B., Power F. Basketball concepts and techni. Bacon, 1970.
- Dârjan C. Baschet. Metodica instruirii juniorilor. București : Editura Fundației "România de Măine", 1998.
- Dragnea A. Teodorescu-Mate S. Teoria sportului. București : Ed. Fest, 2002.
- Fiedler P. Metodica educației fizice și sportului. Iași : Editura Universității "Al.I. Cuza", 1994.
- FIBA. Basketball for young players. 2002.
- F.R. Baschet. Programa de baschet pentru copii și juniori. București, 1996.
- F.R. Baschet magazin-anul 1. 2004–2005. № № 1–6.
- F.R. Baschet magazin-anul 2. 2005–2006. № № 7, 8.
- Gros-George B., Butean P. Lendurence specifique du joeur de basketball. *Science et matricite* : Note technique. № 1. Bruxelles, 1987.
- Hrisca A. Baschet – curs de bază. București : Editura Didactică și Pedagogică, 1968.
- Hrisca A., Predescu T., Dârjan C. Baschet la copii și juniori. București : Editura Sport – Turism, 1985.
- Hrisca A., Predescu T. Învățarea jocului de baschet. Editura C.N.E.F.S., 1992.
- Ionescu Ș., Dârjan C. Instruire și performanță în baschet la copii și juniori. București : Editura Didactică și Pedagogică R.A., 1997,
- Krause V., Jerry T. Basketball. Skills/Drills. Illinois : Leisure Press Champaign, 1991.
- Negulescu C. Caracteristici și tendințe în conținutul și structura jocului de baschet competițional de mare performanță. București : ANEFS, 1994.
- Negulescu C., Popescu Fl., Moanță A. Metodica învățării și perfecționării tehnicii și tacticii jocului de baschet. A.N.E.F.S., 1997.
- Peterson D. Baschet. Esentiale. Roma : Ed. Giganti de Basketball, 1979.
- Primo G. Basket. La difensa. Roma : Ed. Mediterrane, 1975.
- Predescu T., Lăzărescu A., Neagu C. Învățarea jocului de baschet în condiții de joc și apropiate de joc.

28. Predescu T. Ghițescu G. Baschet, pregătirea echipelor de performanță. Bucuresti : Editura Semne, 2001.
29. Predescu T. Contribuții la îmbunătățirea metodologiei modelului de joc și de pregătire stadială la juniori (grupele începători, avansați, performanță, jocuri sportive, baschet). Universitatea București, 1995.
30. Smith D. Basketball. Prentice Hall Inc., 1981.
31. Ștefan I., Dârjan C. Instruire și performanță în baschet la copii și juniori. București : Editura Didactică și pedagogică, R.A., 1997.
32. Teodorescu L., Predescu T., Vasilescu L. Baschet. București : Ed. Sport-Turism, 1973.
33. Vasilescu L. Baschet. Cure de specializare. București : Editura Fundației "România de mâine", 1998.
34. Vasilescu L. Baschet. Bazele tacticii. Ediția a II-a. București : Editura Fundației "România de mâine", 1998.
35. Vasilescu L., Stănculescu V., Trofin, E. Antrenament. Exerciții. București : Jocuri, Editura "Uniunii de Cultură Fizică și Sport", 1980.
36. Vasilescu L. Baschet. Antrenament. Exerciții. Jocuri. București : Editura Didactică și Pedagogică, 1980.
37. Wotten M. Coaching basketball successfully. Champaign, Illinois, SUA : Leisure Press, 1992.

ВИЗНАЧЕННЯ АКТИВНОСТІ МЕРИДІАНІВ ТІЛА ПІД ЧАС ВИКОНАННЯ СТАТИЧНОЇ ВПРАВИ ХАТХА-ЙОГИ

DETERMINATION OF THE ACTIVITY OF THE BODY MERIDIANS DURING THE HATHA YOGA STATIC EXERCISE

Уважається, що вимірювання електропровідності на різних меридіанах дають дані, що представляють різні енергії меридіана. Механізми акупунктури залишаються не досить вивченими і потребують подальшого дослідження науковими методами для розуміння природи меридіанних ліній і точок акупунктури. Метою нашої роботи було визначити засобами акупунктурної діагностики за методикою Й. Накатані вплив виконання фізичних вправ на організм на прикладі статичної вправи, яка виконується подібно до вправи Віпаріта-Корані (перегорнута поза з Хатха-Йоги). Ми обрали цю вправу із причини її статичного виконання і зручності дослідження. У своїй роботі ми припустили, що використання даної методики можливе не тільки для діагностики захворювань, а й для визначення впливу фізичних вправ на ті чи інші органи та системи організму. Обстежено десять студенток Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка віком 18–20 років, які володіли досконалою технікою виконання цих вправ. Вимірювання поводили до виконання вправи, під час та після виконання вправи, через шість хвилин. Результати досліджень показали суттєві зміни показників електричної активності в репрезентативних точках меридіанів тіла людини. Обрана статична вправа має досить суттєвий вплив на організм людини. Встановлено підвищення електричної активності в меридіанах тіла людини, які, за даними літератури, відповідають за функції дихальної, серцево-судинної, лімфатичної та імунної систем, печінки, нирок і наднирників, жовчного міхура, шлунка, товстого кишечника. Крім того, аналіз отриманих результатів засвідчив, що ця асана пригнічує діяльність тонкого кишечника і сечового міхура. На нашу думку, під час виконання Віпаріти-Корані відбувається перерозподіл крові із судин нижніх кінцівок у тулуб і внутрішні органи, кровоплин стає більш інтенсивним у вісцеральних органах, що веде до змін у їхньому функціонуванні. Отже, обрана нами методика акупунктурної діагностики дає змогу визначати електричну активність меридіанів тіла людини під час виконання статичних фізичних вправ. Можна запропонувати використання цієї методики дослідження впливу статичних вправ на організм людини поряд з іншими загальноприйнятими науковими методами.

Ключові слова: фізичне виховання, меридіани, акупунктура, статична вправа, внутрішні органи.

It is believed that electrical conductivity measurements at different meridians give data representing different energies of the meridian. The mechanisms of acupuncture remain poorly understood and require further study by scientific methods to study the nature of meridional lines and acupuncture points. The purpose of our work was to determine the means of acupuncture diagnostics according to the method of Y. Nakatani the effect of exercise on the body on the example of a static exercise, which is performed similar to the Viparita-Korani exercise (turned from Hatha Yoga). We chose this exercise because of its static performance and convenience of study. In our work we have assumed that the use of this technique is possible not only for the diagnosis of diseases, but also for determining the effect of exercise on certain organs and systems of the body. Ten students of I. Franko DSPU 18–20 years, who had the perfect technique to perform these exercises. The measurements were performed before, during and after the exercise after 6 minutes. The results of the studies showed significant changes in electrical activity at representative points of the body's meridians. Selected static exercise has a significant impact on the human body. Increased electrical activity in the meridians of the human body, which, according to the literature, are responsible for the functions of the respiratory, cardiovascular, lymphatic and immune systems, liver, kidneys and adrenal glands, gall bladder, stomach, large intestine. In addition, an analysis of the results showed that this asana inhibits the activity of the small intestine and bladder. In our opinion, during the performance of the Viparita-Korani, there is a redistribution of blood from the vessels of the lower extremities into the trunk and internal organs, blood flow becomes more intense in the visceral organs, which leads to changes in their functioning. Therefore, our chosen method of acupuncture diagnostics allows us to determine the electrical activity of the meridians of the human body while performing static physical exercises. It is possible to propose the use of this technique to study the effect of static exercises on the human body, along with other generally accepted scientific methods.

Key words: physical education, meridians, acupuncture, static exercise, internal organs.

УДК 57.05 + 612: 796 + 37.01
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.47>

Мусієнко О.В.,
канд. біол. наук,
доцент кафедри теорії та методики
фізичного виховання
Дрогобицького державного
педагогічного університету
імені Івана Франка
Максим'як В.М.,
старший викладач
кафедри спортивних дисциплін
Дрогобицького державного
педагогічного університету
імені Івана Франка
Максим'як Я.О.,
старший викладач
кафедри фізичного виховання
Дрогобицького державного
педагогічного університету
імені Івана Франка

Постановка проблеми в загальному вигляді. Механізми акупунктури залишаються погано вивченими, але зазвичай вважається, що вимірювання електропровідності на різних меридіанах тіла людини дають дані, що представляють різні енергії меридіана. У минулому неінвазивні методи використовувалися для стимулювання точок акупунктури на меридіанах, як-от тепло, електрика, магніти і лазери. Ми розглянули відпо-

відну літературу, шукаючи інформацію про меридіани, включаючи їхні хвильові характеристики потоку [7; 8; 10–29].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Одним із популярних методів досліджень стану організму є акупунктурна діагностика [7; 8; 10; 11; 29]. Глибоке вивчення різних методів акупунктурної діагностики дало змогу нам обрати як найбільш інформативний для своїх досліджень

метод Ryodoraku, розроблений японським ученим Й. Накатані в 1950 р. [18].

За його даними всі біологічно активні точки з'єднані в меридіани, кожний з яких несе інформацію про функціональний стан якогось внутрішнього органа, що в подальших дослідженнях мало підтвердження і в інших закордонних учених [22; 29].

Традиційно вважається, що акупунктурні меридіани містять канали, що з'єднують поверхню тіла із внутрішніми органами. Уважається, що дванадцять первинних меридіанів розташовані в тілі симетрично з обох боків. Лівий і правий меридіани впливають один на одного через взаємопов'язані меридіанні канали [17–20]. Мережа меридіанних каналів розташована в м'яких сполучних тканинах. Традиційна китайська медицина детально описала нормальні фізіологічні функції, патологічні стани, передачу органів почуттів і можливі механізми хвороби [15; 21; 27].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Механізми акупунктури залишаються не досить вивченими і потребують подальшого дослідження науковими методами для з'ясування природи меридіанних ліній і точок акупунктури. Загалом передбачається, що вимірювання електропровідності на різних меридіанах дає дані, що належать до так званої «меридіанної енергії» [18].

У 1950 р. доктор Йошіо Накатані вимірював електричний опір шкіри своїх пацієнтів, виявляючи погану електропровідність. Він виявив лінії підвищеної електропровідності, які збігалися із традиційними меридіанами, він назвав їх "Ryodoraku", що означає сильну провідну лінію або електричний шлях. Лінії Ryodoraku були визначені, оскільки вони відповідали різним класичним китайським меридіанним шляхам [17; 20].

Ераховуючи те, що на кожному меридіані велика кількість реактивних електропроникних точок (наприклад, на меридіані сечового міхура їх 67), вимірювання електропровідності в кожній із них є дуже трудомістким процесом. Й. Накатані запропонував проводити вимірювання тільки в репрезентативних точках, середнє значення електропровідності в яких відповідає середньому значенню електропровідності всього меридіана. За показниками величини електричного струму в репрезентативних точках можна робити висновок про функціональний стан того чи іншого органа порівняно з фізіологічною нормою, тобто методика дуже інформативна в діагностиці захворювань.

Мета статті – визначити засобами акупунктурної діагностики за методикою Й. Накатані вплив виконання фізичних вправ на організм на прикладі статичної вправи, яка виконується подібно до Віпаріта-Корані (перегорнута поза з Хатха-Йоги). Ми обрали цю вправу із причини її статичного виконання і зручності дослідження. У своїй роботі

ми припустили, що використання даної методики можливе не тільки для діагностики захворювань, а й для визначення впливу фізичних вправ на ті чи інші органи і системи організму, якщо проводити вимірювання до виконання асани, під час її утримання і після відпочинку від її виконання.

Проведення пробних досліджень підтвердило нашу гіпотезу про доцільність використання методики Ryodoraku як методики термінової інформації для визначення впливу фізичних вправ на організм людини.

Завдання дослідження:

1. Дослідити зміни електричної провідності репрезентативних точок організму людини до, під час та після виконання вправи.

2. Обґрунтувати можливість використання даної методики дослідження для визначення впливу фізичних вправ на організм людини.

Методи дослідження: аналізу й узагальнення спеціальної літератури із проблематики акупунктурної діагностики; методика дослідження Ryodoraku за В. Накатані [18] за допомогою приладу, аналогічного описаному в літературі [3; 17; 24] (рис. 1).

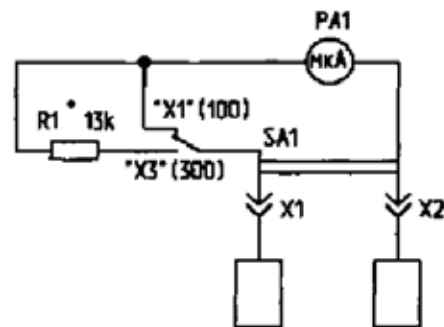


Рис. 1. Схема приладу для вимірювання електричної активності меридіанів [3]

Вимірювали електричний струм у репрезентативних біологічно активних точках дванадцяти головних меридіанів: легенів (P), перикарда (Mc), серця (C), лімфатичної та імунної систем (TR), тонкого (IG) і товстого (GI) кишківників, селезінки та підшлункової залози (RP), печінки (F), нирок (R), сечового (V) і жовчного (VB) міхурів та шлунка (E) з метою визначення можливості вивчення впливу фізичних вправ на організм методами акупунктурної діагностики.

У дослідженнях взяли участь десять студенток Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка віком 18–20 років, які володіли досконалою технікою виконання статичних вправ Хатха-Йоги і практикували їх не менше одного року. Досліджену вправу всі студентки виконували технічно правильно.

Виклад основного матеріалу. Під час проведення досліджень впливу виконання статичної вправи (рис. 2) на організм людини утримання пози тривало 10 хв, відпочинок після її вико-

нання – 6 хв. Відпочинок відбувався лежачи на спині з максимальним розслабленням усіх м'язів (мертва поза Хатха-Йоги, або Шавасана). Вправу виконували під час занять фізичним вихованням під керівництвом викладачів кафедри фізичного виховання за нашою програмою.



Рис. 2. Статична вправа (Віпаріта-Корані)

Аналіз динаміки показників акупунктурної діагностики засвідчив (табл. 1, рис. 3), що ця вправа більшою чи меншою мірою впливає на всі органи, які досліджували.

У меридіані Р під час утримання пози зафіксоване значне зростання ЕП, його показники збільшуються приблизно на 44,2% ($P < 0,01$). Після виконання залишаються без змін, що свід-

чить про стійкий активізуючий вплив цієї асани на органи дихання.

У меридіанах Мс та С під час утримання пози ЕП значно зростає, на 48,8 та 46,4% відповідно, після виконання його показники зменшуються, хоча залишаються більшими від початкових, у меридіані Мс – на 36,0%, у меридіані С – на 11,3%, що характеризує активізуючий вплив на серцево-судинну систему.

Під час виконання асани активізується діяльність тонкого кишечника, показники ЕП зростають на 26,9%, але після виконання вправи значно зменшуються і не досягають початкового рівня на 30,2%, тобто функція цього органа знижується ($P < 0,001$).

У меридіані товстого кишечника показники ЕП поступово зростають: під час виконання пози на 23,7% ($P < 0,05$), після її виконання ще на 57,5% ($P < 0,001$), що свідчить про значне активізування функції органа.

У меридіані TR зростають ($P < 0,001$) показники ЕП під час виконання пози з $3,8 \pm 0,22$ мкА до $6,2 \pm 0,14$ мкА, а після відпочинку дещо зменшуються, але залишаються більшими від початкового рівня на 51,3% ($P < 0,01$), тобто виконання Віпаріта-Корані активізує функції лімфатичної й імунної систем.

Показники ЕП у меридіані RP зменшуються на 6,0% ($P < 0,05$) під час виконання вправи, проте після її виконання зростають ($P < 0,01$) і становлять рівень, більший від початкового на 20%, що є характеристикою посилення функцій селезінки та підшлункової залози.

Аналогічні зміни відбуваються в меридіані F. Під час виконання асани показники ЕП зменшуються на 43,2%, а після її виконання значно зростають і перевищують початковий рівень на 15,9%

Таблиця 1

Динаміка показників акупунктурної діагностики (мкА) до, під час та після виконання вправи Віпаріта-Корані

Номер	Показники	До виконання		Під час виконання			Після виконання			
		X	m	X	m	P1	X	m	P2	P3
1	P	5,2	0,22	7,5	0,28	<0,01	7,5	0,31	>0,05	<0,01
2	Mc	4,3	0,22	6,4	0,16	<0,01	5,85	0,23	<0,05	<0,05
3	C	4,85	0,28	7,1	0,26	<0,001	5,4	0,29	<0,01	>0,05
4	IG	6,3	0,26	8	0,28	<0,01	4,4	0,21	<0,001	<0,001
5	TR	3,8	0,22	6,2	0,14	<0,01	5,75	0,36	<0,05	<0,01
6	GI	4	0,15	4,95	0,2	<0,05	7,8	0,16	<0,001	<0,001
7	RP	6,75	0,2	6,35	0,21	<0,05	8,1	0,16	<0,01	<0,01
8	F	4,4	0,26	2,5	0,2	<0,001	5,1	0,29	<0,01	<0,05
9	R	5	0,2	4,3	0,23	<0,05	5,6	0,16	<0,05	<0,05
10	V	5,95	0,28	3,6	0,28	<0,001	3,95	0,23	<0,05	<0,001
11	VB	5,1	0,26	3	0,37	<0,01	5,8	0,3	<0,001	<0,05
12	E	3,9	0,26	2,4	0,28	<0,001	4,5	0,27	<0,001	<0,01

Примітки: P₁ – достовірність розбіжностей між показниками до виконання і під час виконання пози; P₂ – достовірність розбіжностей між показниками під час виконання пози і після її виконання; P₃ – достовірність розбіжностей до виконання пози і після її виконання.

($P < 0,05$), що свідчить про активізування функції печінки.

У меридіані R під час виконання асани показники ЕП теж зменшуються з $5,0 \pm 0,20$ мкА до $4,3 \pm 0,23$ мкА ($P < 0,05$), після виконання пози зростають до $5,6 \pm 0,16$ мкА ($P < 0,05$), що засвідчує зростання ЕП на 12,0% ($P < 0,05$) від вихідних даних і посилення функції нирок.

Показники ЕП у меридіані V зменшуються під час виконання вправи на 49,6% ($P < 0,001$), після її виконання ($P < 0,05$) зростають, але не досягають початкового рівня на 33,6%, тобто функція сечового міхура знижується ($P < 0,001$) унаслідок виконання пози Віпаріта-Корані.

У меридіанах VB і E показники ЕП зменшуються під час виконання пози, після виконання зростають і перевищують показники початкового рівня на 13,7% ($P < 0,05$) і 15,4% ($P < 0,01$) відповідно, тобто асана сприяє посиленню функцій жовчного міхура і шлунка.

Підсумовуючи результати дослідження, можна констатувати, що виконання Віпаріта-Корані активізує функції дихальної, серцево-судинної, лімфатичної й імунної систем, печінки, нирок і наднирників, жовчного міхура, шлунка, товстого кишечника, що збігається з літературними даними [1; 9]. Крім того, аналіз отриманих результатів засвідчив, що ця асана пригнічує діяльність тонкого кишечника та сечового міхура.

Результати досліджень свідчать, що в разі технічно правильного виконання вправи значно активізується функція кишечника, нирок, імунної та лімфатичної систем. Сприяє вона і відпочинку органів дихання, серцево-судинної системи, сечового і жовчного міхурів та шлунка. Ця вправа також сприяє поступовому збільшенню рухливості суглобів, зростанню еластичності зв'язок, у результаті чого суб'єктивно цю вправу стає легше виконати.

Отримані нами результати свідчать про достовірні ($p < 0,05$) зміни електричної активності меридіанів унаслідок виконання статичної вправи. Можна припустити можливість проведення досліджень впливу різних статичних фізичних вправ на організм людини з допомогою методу оцінки ЕА меридіанів тіла людини.

Під час виконання вправи (пози Віпаріта-Корані) визначено характеристики нервово-м'язових координацій, що і пояснює деякою мірою вплив вправи на функціонування внутрішніх органів. Отже, виконання цієї вправи значно активізує функції тонкого і товстого кишечника, печінки, нирок, імунної та лімфатичної систем. Виконання цієї вправи пригнічує активність, тобто сприяє відпочинку, органів дихання, серцево-судинної системи, селезінки та підшлункової залози, сечового та жовчного міхурів, шлунка.

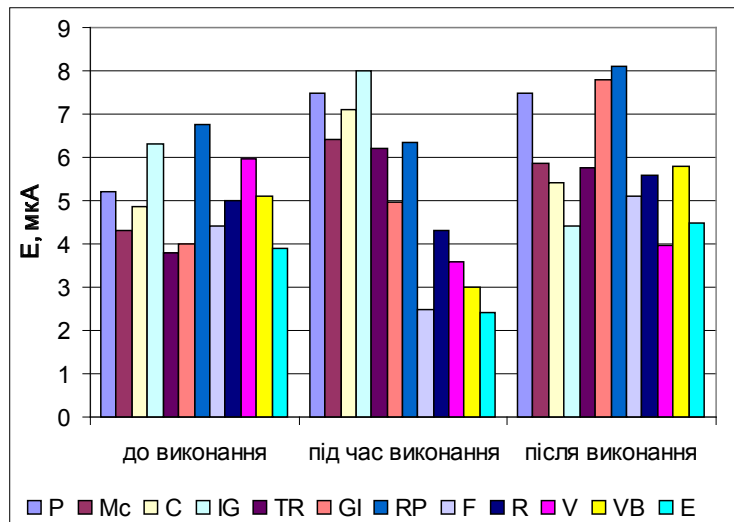


Рис. 3. Діаграма показників акупунктурної діагностики (мкА) до, під час та після виконання вправи

Умовні позначення: меридіани легенів (P), перикарда (Mc), серця (C), лімфатичної та імунної систем (TR), тонкого (IG) і товстого (GI) кишківників, селезінки та підшлункової залози (RP), печінки (F), нирок (R), сечового (V) і жовчного (VB) міхурів, шлунка (E)

На жаль, результати наших досліджень складно порівняти з даними інших дослідників, оскільки в існуючих джерелах [1; 4; 9] вказано, що виконання вправи Віпаріта-Корані впливає на конкретні органи, але невідомо, посилює чи пригнічує їхні функції.

Спираючись на думку авторів [2; 6; 11], вплив виконання асан Хатха-Йоги (які також є статичними вправами) на організм пов'язаний, зокрема, зі змінами положення внутрішніх органів за зміни положення тіла або зміною кровонаповнення судин у різних частинах тіла зі зміною пози. Отже, під час виконання Віпаріти-Корані відбувається перерозподіл крові із судин нижніх кінцівок у тулуб і внутрішні органи, кровоплин стає більш інтенсивним у вісцеральних органах, що веде до змін у їх функціонуванні.

Результати проведених досліджень дають змогу зрозуміти, що досліджена нами статична вправа, аналогічна позі Віпаріта-Корані в Хатха-Йозі, має досить суттєвий вплив на організм людини. Для глибшого розуміння механізмів процесів, які відбуваються в організмі людини під час виконання цієї вправи, потрібно продовжити дослідження з використанням інших методів. Також вважаємо доцільним подальше вивчення впливу інших доступних асан Хатха-Йоги як методом акупунктурної діагностики, так і з використанням інших методик.

Висновки. У результаті проведених досліджень встановлено, що обрана нами методика акупунктурної діагностики дає змогу визначати електричну активність меридіанів тіла людини під час виконання статичних фізичних вправ.

Під час вивчення впливу статичної вправи, подібної за виконанням до пози Віпаріти-Корані з Хатха-Йоги, встановлено підвищення електричної активності в меридіанах тіла людини, які, за даними літератури, відповідають за функції тон-

кого і товстого кишечника, підшлункової залози, селезінки, печінки, жовчного міхура, нирок. Також ця вправа викликає зниження електричної активності в репрезентативних точках органів дихання, серцево-судинної системи, сечового і жовчного міхурів і шлунка.

Можна запропонувати використання цієї методики дослідження впливу статичних вправ на організм людини поряд з іншими загальноприйнятими науковими методами.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Вишну-девананда С. Полная иллюстрированная книга йоги. Пер. с англ. Москва : Паритет ; ИН «Фолио», 1990. 206 с.
2. Джафаров М. Анатомо-топографические изменения некоторых внутренних органов при физических упражнениях : автореф. дис. ... докт. мед. наук. Москва, 1968. 42 с.
3. Индикатор энергии человека. *Каталог радиолобительских схем РЛ 2–2000*. URL: <http://www.irls.narod.ru/r1bt/med/med02.htm>.
4. Крапивина Е. Физические упражнения йогов. Москва : Знание, 1991. 85 с.
5. Крапивина К., Мусієнко О., Дуда М. Аналіз нервово-м'язових координацій як один із засобів вивчення механізму дії деяких вправ Хатха-Йоги. *Культура і екологія юнацтва : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. Хмельницький, 1996*. С. 89–91.
6. Крапивина К., Мусієнко О. Нетрадиційний підхід до традиційної фізичної культури : монографія. Львів, 2006. 300 с.
7. Мачерет Е., Самосюк И. Руководство по рефлексотерапии. Киев : ВШ, 1982. 301 с.
8. Мерсон М. Система риодораки как субъективный критерий оценки эффективности лечения иглорефлексотерапией. *Тезисы докладов 2-й Республиканской конференции молодых учёных-медиков*. Рига, 1985. С. 129–130.
9. Полковников Ю. Как продлить годы жизни (Целительная йога). Москва : Республика, 1995. 239 с.
10. Табеева Д. Руководство по иглорефлексотерапии. Москва : Медицина, 1982. 560 с.
11. But's'ka L. Analysis of obtained data after electropuncture diagnostics in sportsmen with different professional qualification. *Likarska Sprava*. 2006. № 5–6. P. 43–49.
12. Fribus A. Electrophysiological studies by the method of measuring the transcutaneous electrical current with Nakatani tables in healthy men exposed in a thermal chamber. *Vopr. Kurortol. Fizioter. Lech. Fiz. Kult.* 1999. № 5. P. 24–26.
13. Goldura N., Gojia S. Incursion into bioelectromagnetism. *Rev. Med. Chir. Soc. Med. Nat. Iasi*. 2010. V. 114. № 1. P. 266–270.
14. Hyodo M. Ryodoraku treatment and objective approach to acupuncture. Osaka, 1975. 226 p.
15. Abnormal gastroscopy findings were related to lower meridian energy / S.-M. Huang et al. *Evidence-based Complementary and Alternative Medicine*. 2011. № 7. P. 878391.
16. Korkushko A., Lyshnevskii S. Computerized acupuncture methods in the diagnosis of autonomic nervous system disturbances. *Likarska Sprava*. 2001. № 5–6. P. 117–119.
17. Liu C., Chang Y. Channel medicine and meridian doctrine. *Journal of Chinese Medical Association of Acupuncture*. 2003. № 6. P. 5–18.
18. Nacatani Y., Vamashyta K. Ryodoraky Accupuncture. Tokyo, 1977. 144 p.
19. Nakatani Y. A Guide for Application of Ryodoraku Autonomous Nerve Regulatory Therapy. Alhambra, Spain : Chan's Books and Products, 1972. 260 p.
20. Nakatani Y. Skin electric resistance and Ryodoraku. *Journal of Autonomic Nerve*. 1956. № 6. Art. 52. P. 160–184.
21. Roberts D., Shealy C., Tiller W. Are there electrical devices that can measure the body's energy state change to an acupuncture treatment? Part I : Meridian Stress Assessment (MSA-21J). URL: <http://journals.sfu.ca/seemj/index.php/seemj/article/view/351/313>.
22. Schorrenderger C. Therapie mit Akupunktur. Stuttgart : Hippokrates Verlag, 1984. Bd. 1. 352 s.
23. Shcherbatyĭ A., Korkushko O. The use of reflexotherapy in the initial forms of cerebrovascular insufficiency in persons who suffered as a consequence of the accident at the Chernobyl Atomic Electric Power Station. *Likarska Sprava*. 1999. № 3. P. 151–155.
24. Wang G.-J., Ayati M.H., Zhang W.-B. Meridian studies in China: a systematic review. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*. 2010. V. 3. № 1. P. 1–9.
25. The development of new Ryodoraku neurometric patterns / C.N. Wang et al. *Journal of Medical and Biological Engineering*. 2002. № 22. P. 99–106.
26. Wave-Induced Flow in Meridians Demonstrated Using Photoluminescent Bioceramic Material on Acupuncture Points / C. Chen Will et al. *Evid Based Complement Alternat. Med*. 2013. Published online 2013, Nov. 7. DOI: 10.1155/2013/739293.
27. Yang W. Investigation of the lower resistance meridian IV. Speculation on the Physiological Functions of Acupuncture Meridians. *Acta scieentiarum naturalium Unviersitati Pekinensis*. 2008. V. 44. № 2. P. 145–158.
28. Yeh M., Chen H., Lin I. Contemporary Meridians and Acupoints in Practice. Taipei, Taiwan : Farseeing publications, 2004. 120 p.
29. Zytowski A. Ectodermal method of Ryodoraky – an attempt at clinical measurement for evaluation of physiotherapy effects in patients with low back pain. *Neurol. Neurochir. Pol.* 1999. № 32. Suppl. 6. P. 207–215.

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ 12–15 РОКІВ НА ОСНОВІ ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ АЕРОБІКИ

12–15 YEARS PUPILS' PHYSICAL EDUCATION OF ON THE BASIS OF AEROBICS USE

Стаття присвячена одній із актуальних проблем сучасної молоді шкільного віку – підвищенню рівня рухової активності. Зокрема, досить тривалий час науковці звертають увагу на необхідність перебудови навчально-виховного процесу в загальноосвітніх навчальних закладах і безпосереднього впровадження сучасних інноваційних підходів у систему навчання з урахуванням психофізіологічних закономірностей розвитку дітей і підлітків, сучасного соціально-економічного стану в Україні.

Особливої гостроти набуває необхідність подолання кризового стану, у якому, на жаль, перебуває чинна система фізичного виховання школярів у державі, зокрема дітей основного шкільного віку. Пошуку шляхів удосконалення системи фізичного виховання школярів середньої ланки школи присвячені численні наукові дослідження [4].

Надзвичайно вагомим значення набуває процес фізичного виховання школярів основної школи, адже фізичне виховання не лише сприяє формуванню фізичного здоров'я учня, а й допомагає адаптуватися до сучасних умов життя, покращити психічні та соціальні складники здоров'я молоді, сприятиме розвитку розумових і творчих здібностей.

Фахівці в галузі фізичного виховання переконливо доводять, що підвищення фізичного стану дітей середнього шкільного віку можливо тільки в разі застосуванні комплексного підходу до його оцінювання з наступним розробленням заходів покращення й удосконалення процесу фізичного виховання [5].

Провідним фактором, що негативно позначається на здоров'ї дітей, є великий дефіцит рухової активності, який спостерігається в молодшій і середній ланках школи. Дослідження свідчать, що на сидячу роботу в школі та домашні завдання сучасні школярі на добу витрачають 8–10 годин у початковій, 9–11 годин в основній і 10–13 годин у старшій школі. За даними статистики, під час переходу дитини з молодшої школи до основної рівень рухової активності поступово знижується, як наслідок, погіршується стан здоров'я.

Ключові слова: фізичне виховання, аеробіка, здоров'я, школярі, рухова активність.

The article deals with one of the urgent problems of pupils' school age – increase the level of physical activity. For a long time, scientists pay attention to the need for restructuring of the educational process in secondary schools and the direct introduction of modern innovative approaches in the education system, taking into account the psychophysiological regularities of children and teenagers development of the current socio-economic status in Ukraine.

The process of physical education of elementary school students is extremely important. After all, physical education not only helps to shape the physical health of the student, but also helps to adapt to modern living conditions, improve the mental and social components of youth health, will promote the development of mental and creative abilities.

There is a particular problem need to overcome the crisis, which, unfortunately, existing in the pupils' system of physical education inside country, including primary school age children. The search for ways to improve the physical education system of middle school pupils is devoted to numerous scientific researches.

The process of pupils' physical education of elementary school is extremely important. After all, physical education helps to shape not only the physical health of the student, but also helps to adapt to modern living conditions, improve the mental and social components of youth health, will promote the development of mental and creative abilities.

Physical education experts are convincingly arguing that improving the physical condition of middle school age pupils is possible only when applying a comprehensive approach to its assessment, followed by the development of measures to improve and improve the process of physical education.

The main factor which is negatively affected on children health is the large lack of physical activity observed in the elementary and secondary schools. Studies show that elementary work pupils spend 8–10 hours in elementary school, 9–11 hours in primary school, and 10–13 hours in high school for daytime work and homework. According to statistics, the transition from primary school to primary school level of physical activity gradually decreases, as a consequence – deteriorating health.

Key words: physical education, aerobics, health, pupils, physical activity.

УДК 373.5.016:796.412
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.48>

Шутак Н.Д.,

студентка III курсу факультету фізичної культури та здоров'я людини Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Ячнюк М.Ю.,

канд. наук з фізичного виховання і спорту, доцент, викладач кафедри фізичної культури та основ здоров'я

Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Ячнюк Ю.Б.,

старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту

Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Городинський С.І.,

старший викладач кафедри медицини катастроф та військової медицини Буковинського державного медичного університету

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Відомо, що формування та збереження здоров'я громадян є стратегічним завданням кожної держави, тому що від стану здоров'я населення залежить добробут країни загалом. Саме тому потреба суспільства у формуванні здорового покоління завжди було та залишається актуальною. Особливо значущим є саме здоров'я дітей, підлітків і молоді, адже, за оцінками фахівців, близько 70% хвороб у дорослого населення є наслідком умов і способу життя в дитячі та юнацькі періоди життя.

У 50-х роках ХХ сторіччя структура захворюваності населення розвинених країн зазнала великих кардинальних змін. Провідні науковці в галузі медицини усвідомили, що головний чинник, який значною мірою зумовлює стан здоров'я людей, є не рівень медичного обслуговування, а спосіб життя. Також виявлені фактори ризику хвороб цивілізації: психоемоційний стрес, гіподинамія, нерациональне харчування, екологічні фактори різних масштабів.

Сучасні медики та науковці наголошують на необхідності формування культури здоров'я з ран-

нього дитинства, а фахівці розглядають формування здоров'я дитини в трьох аспектах:

– по-перше, формування оптимальної гармонійної конституції засобами постійного контролю розвитку дитини й управління ним;

– по-друге, систематичне формування фізичного здоров'я дитини – це постійне нарощування потенціалу та функціонального резерву шляхом застосування тренувальних впливів;

– по-третє, неспецифічна профілактика захворювань, яка тісно пов'язана з другим.

Найвищим порівняно з іншими віковими групами населення держави є темп зростання захворюваності серед дитячого й особливо шкільного населення. За даними Міністерства охорони здоров'я України, близько 88% дітей мають серйозні відхилення в стані здоров'я, понад 55% – незадовільну фізичну підготовленість. Із 2012 року по 2019 рік захворюваність дітей збільшилася на 25,1%, а підлітків – на 22,7%. Низка авторів відмічає, що діти середнього шкільного віку характеризуються високим рівнем захворюваності й низьким рівнем фізичного здоров'я. До категорії дітей середнього шкільного віку належать учні 5–9 класів, це діти у віці 9–15 років.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Доведено, що провідним показником здоров'я дитини є фізичний розвиток. Середній шкільний вік характеризується хвилеподібним розвитком опорно-рухового апарату. Довжина тіла в цей період зростає більше, ніж маса тіла. Завершується розвиток кісткового скелета. Суглоби досить рухливі, зв'язковий апарат еластичний. Швидкими темпами розвивається й зміцнюється м'язова система. До 12–15 років відбувається формування взаємодії м'язів-антагоністів, як наслідок, підвищуються координаційні здатності підлітків. Цей вік найбільш сприятливий для цілеспрямованого розвитку рухливості в суглобах.

У поєднанні з такими факторами, як несприятливі соціальні та екологічні умови, генетична схильність, суттєвий вплив на здоров'я школярів 12–15-річного віку мають фактори, які безпосередньо пов'язані з процесом навчання у школі. Також негативно позначається на здоров'ї дітей великий дефіцит рухової активності, який спостерігається в молодшій і середній ланках школи. Дослідження свідчать, що на сидячу роботу в школі та домашні завдання сучасні школярі на добу витрачають 8–10 годин у початковій, 9–11 годин в основній і 10–13 годин у старшій школі. За даними статистики, під час переходу дитини з молодшої школи до основної рівень рухової активності поступово знижується, як наслідок, погіршується стан здоров'я.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Особливу занепокоєність викликає фізичний стан 12-річних дітей, серед яких із кожним роком збільшується кількість різ-

номанітних захворювань психічного та соматичного характеру. Перевантаження, що відчувають школярі цього віку в період адаптації до навчання в основній школі, часто є причиною виникнення в них стану помірної перевтоми, яка в результаті може стати причиною розвитку важких або хронічних порушень здоров'я, розвитку психосоматичних, нервових та інших видів захворювань [2].

Сучасні дослідження засвідчують, що під час формування потреб людини у відповідній руховій активності провідну роль відіграють три фактори [3]:

1) вплив спортивних традицій, які панують у сім'ї, що є найбільш сильними за своїм впливом;

2) взаємозв'язок сфери мотивації та очікуваних результатів від занять фізичними вправами;

3) самоорганізація живих систем і загальні закономірності їх розвитку, які визначають взаємодію культурних, соціальних факторів і біологічних потреб людини в процесі формування свідомості й активності.

Мета статті – вивчення мотиваційних пріоритетів школярів 12–15 років і їхніх інтересів у сфері фізичної культури, а також провідних факторів, які впливають на їх формування, з можливістю залучити більше дітей до систематичних занять фізичною культурою та спортом і впливати на процес їхнього фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу. Наукові дослідження засвідчують, що особливості мотивів та інтересів школярів і людини загалом до занять фізичними вправами залежать від віку й статі [1]. Установлено, що формування мотивів розпочинається тоді, коли з'являється мета. Мета занять може бути різною в школярів різних вікових груп (рис. 1).

Аналіз проведеного анкетування показав, що основні причини, які є стимулом до занять руховою активністю у хлопців основного шкільного віку, такі: активний відпочинок – 33% (n=10), досягнення високих спортивних результатів – 27% (n=8). Значну кількість хлопців у заняттях фізичними вправами приваблює також покращення стану здоров'я (n=5) і спілкування з друзями (n=5). Крім того, частину хлопців основної школи турбує проблема нормалізації маси тіла – 7% (n=2) опитаних хлопців (рис. 2).

Серед причин, які стимулюють до занять руховою активністю більшість дівчат основного шкільного віку, є спілкування з друзями – 33% (n=10), також велика кількість дівчат цієї вікової групи займається спортом задля активного відпочинку, кожна п'ята дівчина вбачає в заняттях фізичними вправами досягнення високих спортивних результатів – 20% (n=6).

Основні причини, які стають вагомою перешкодою до занять фізичною культурою школярів 12–15 років, такі: у дівчат насамперед брак часу – 23% (n=7), відсутність друзів – 13% (n=4),

відсутність зручного та красивого одягу – 10% (n=3), найбільшу кількість відповідей ми отримали на відповідь «Нічого не заважає» – 53% (n=16); для хлопців брак часу – 33% (n=10) – є найсуттєвішою перепорою, відсутність друзів, із

якими відвідували б заняття, – 17% (n=5), 10% (n=3) не мають зручного та красивого одягу. І так само, як і в дівчат, найбільшу кількість відповідей ми отримали на відповідь «Нічого не заважає» – 40% (n=12) (рис. 3).

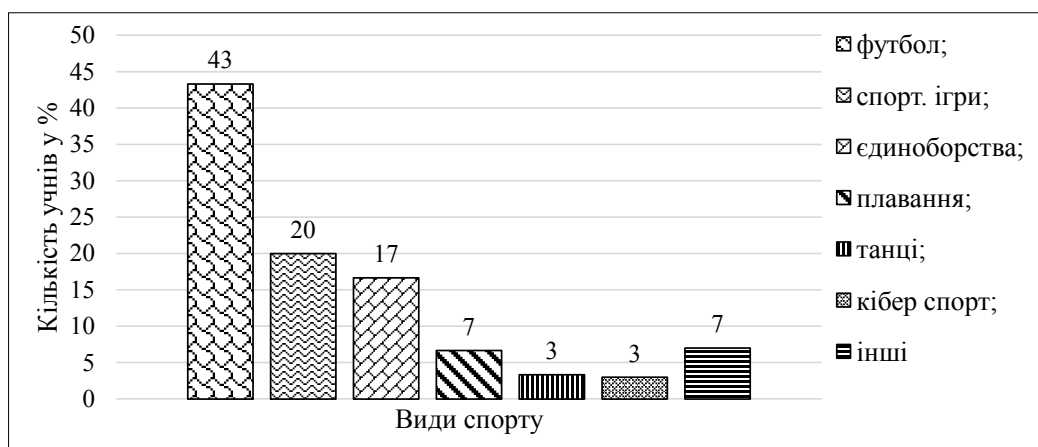


Рис. 1. Розподіл відповідей на питання «Яким видом спорту Ви займаєтесь?» серед хлопців, %



Рис. 2. Структура мотивів, які спонукають школярів 12–15 років до занять фізичними вправами, %

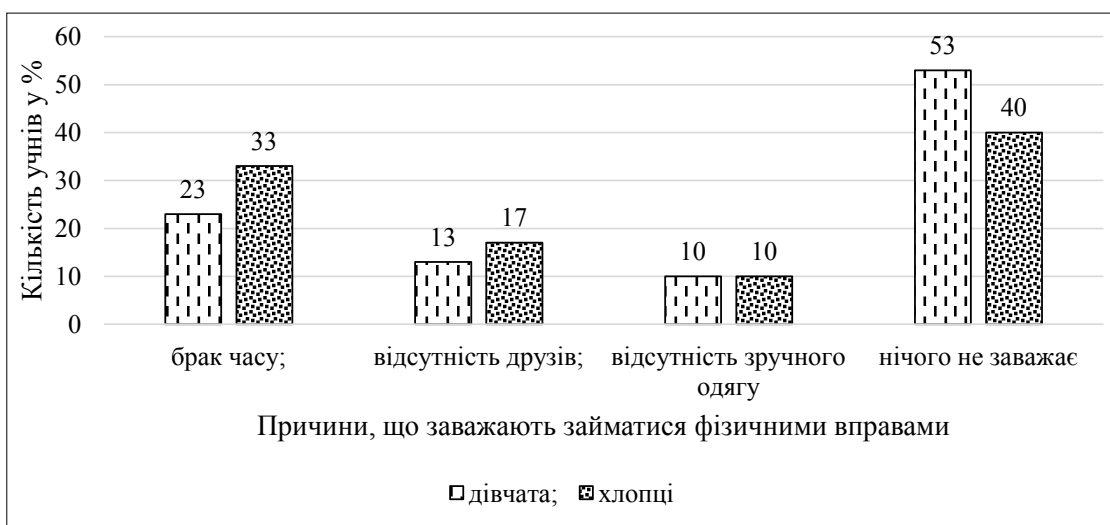


Рис. 3. Причини, які заважають школярам 12–15 років займатися фізичними вправами, %

Фізичні якості учнів 12–15 років, які мають достатній і високий рівні розвитку, % (n=60)

Клас	Біг на 30 м	«Човниковий» біг 4x9 м	Стрибок у довжину з місця	Нахил тулуба вперед із положення сидячи
	%	%	%	%
Дівчата				
7, n=10	60	40	60	70
8, n=10	60	70	40	60
9, n=10	70	40	50	50
Хлопці				
7, n=10	70	60	60	40
8, n=10	80	50	60	20
9, n=10	70	70	70	10

За результатами тестування фізичних якостей, які передбачені програмою з фізичної культури для учнів 7–9 класів, найкращі показники хлопці та дівчата показали з бігу на 30 м, хлопці – у стрибку в довжину з місця, дівчата – у нахилі тулуба вперед із положення сидячи (таблиця 1).

Висновки. Проведений аналіз даних спеціальної науково-методичної літератури свідчить про те, що чинна система фізичного виховання школярів основної школи в Україні потребує реформування. Потрібне оновлення змісту і структури фізичного виховання учнів. Українськими дослідниками проводиться активний пошук можливостей подолання кризових явищ у фізичному вихованні учнівської молоді, але залишаються неповною мірою розроблені підходи до використання засобів фізичного виховання з метою комплексного впливу на фізичний, психічний, а також соціальний компоненти здоров'я школярів.

Результати аналізу джерел інформації дають змогу припустити, що для вирішення проблеми покращення фізичного та психічного станів школярів 12–15 років у процесі фізичного виховання значний потенціал має використання елементів аеробіки у фізичному вихованні.

Результати експериментів визначили особливості фізичного стану дітей основного шкільного віку. Отже, антропометричні показники свідчать, що у школярів 12–15-річного віку досить часто (26,7%) зустрічається дисгармонійний фізичний розвиток, простежується тенденція збільшення кількості підлітків з невідповідністю розвитку окружності грудної клітки ДТ як у бік збільшення через надлишок МТ (11,7%), так і в бік зменшення через недостатній розвиток окружності грудної клітки (13,3%).

Проведене тестування рівня фізичної підготовленості виявило, що достатній рівень розвитку швидко-силових якостей мають 70,0% школярів

основної школи, спритності – 58,3%, швидкості – 92,3% учнів. Найгірші результати учні середнього шкільного віку показали в розвитку гнучкості (особливо у хлопців), достатній рівень установлено в 36,7% дівчат.

Результати вивчення мотивації учнів 12–15-річного віку до занять фізичними вправами підтверджують значний потенціал уроків за шкільною програмою з фізичної культури, адже більшості опитаних школярів уроки фізичної культури подобаються, але також вони висловлюють бажання збільшити кількість уроків із ігровими та змагальними моментами.

Результати аналізу джерел літератури стали основою для організації фізичного виховання 12-15-річних школярів, яка враховує раціональне співвідношення та використання традиційних засобів фізичного виховання й різних елементів аеробіки в різнопланових формах занять фізичним вихованням для покращення фізичного, психічного та соціального компонентів здоров'я.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Круцевич Т.Ю. Методи исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания. Киев : Олимп. лит., 1999. 232 с.
2. Омельченко Т.Г. Корекція донозологічних станів організму дітей молодшого шкільного віку в процесі фізкультурно-оздоровчих занять : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Київ, 2013. 22 с.
3. Теорія і методика фізичного виховання / за ред. Т.Ю. Круцевич. Київ : Олимп. лит., 2012. Т. 1. 391 с.
4. Стан здоров'я школярів в Україні / С.Л. Няньковський, М.С. Яцула, М.І. Чикайло, І.В. Пасичнюк. *Здоров'я ребенка*. 2012. № 5 (40) С. 55–59.
5. Chen A. Motor skills matter to physical activity – At least for children. *Journal of Sport and Health Science*. 2013. Vol. 2. P. 58–59.

РОЗДІЛ 8. ТЕОРІЯ НАВЧАННЯ

ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕВОЛЮЦІЇ ОСНОВНИХ КІЛЬКІСНИХ ХАРАКТЕРИСТИК ІГОР ОЛІМПІАД ТА ЗИМОВИХ ОЛІМПІЙСЬКИХ ІГОР THE THEORETICAL RESEARCH OF EVOLUTION OF THE MAIN QUANTITATIVE CHARACTERISTICS OF OLYMPIC GAMES

Сучасні Олімпійські ігри виглядають більш пристосованими до сучасних умов розвитку суспільства, орієнтовані на високі спортивні досягнення, де рекорди, перемоги розглядаються як основна цінність олімпійського руху. У статті дається характеристика основним кількісним показникам Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор, до яких ми віднесли: кількість ігор, що відбулися; кількість національних Олімпійських комітетів (НОК) країн, які взяли участь в іграх; загальну кількість спортсменів-олімпійців; кількість чоловіків і жінок, які взяли участь в іграх; кількість розіграних комплектів нагород; кількість країн, які завоювали олімпійські медалі різного ґатунку.

Еволюція основних кількісних характеристик відбувається протягом усіх років проведення сучасних Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор.

Натепер міжнародний олімпійський рух об'єднує 205 країн світу. Саме таку кількість команд було представлено на Іграх XXXI Олімпіади 2016 року в Ріо-де-Жанейро. За 112 років проведення Ігор Олімпіад кількість НОК збільшилася майже в 15 разів.

Щодо кількості спортсменів, які виступали на Іграх Олімпіад, також спостерігається тенденція зростання. Так, у 2016 році в Ріо-де-Жанейро спортсменів було в 45 разів більше, ніж на Іграх I Олімпіади в 1896 році.

Помітне зростання жінок-учасниць Ігор Олімпіад протягом усього періоду. Якщо в Атланті в 1996 році на XXVI Іграх жінки становили 34% від усіх учасників, то в 2016 році їх стало 42,5%.

Позитивна динаміка зафіксована і в кількості комплектів медалей, що розігрувалися. Якщо на Іграх I Олімпіади атлети змагалися в 47 видах програми, то в 2016 році в Ріо-де-Жанейро кількість комплектів нагород зросла до 306, тобто збільшилася в 15,5 раза.

З кожними черговими іграми зростає кількість НОК, чії спортсмени завоюють медалі різного ґатунку. Якщо на Іграх I Олімпіади в 1896 році таких країн було всього 114, то в 2016 році їх виявилось 205. Це більше, ніж в 6 разів. Позитивна динаміка очевидна.

Ключові слова: Олімпійські ігри, програма, МОК, спортсмени, характеристики, НОК.

Modern Olympic Games look more adapted to modern conditions of society, oriented to high sports achievements, where records, victories are considered as the main value of the Olympic movement.

The article describes the main quantitative characteristics of the Olympics, which we have included: the number of games that took place; the number of National Olympic Committees (NOCs) took part in the Games; the total number of Olympic athletes; the number of men and women who participated in the games; the number of prize sets played; the number of countries that have won Olympic medals of different grades.

An evolution of the standard features take place during the years all the modern Olympics. Currently, the international Olympic movement is located in 205 countries. The same number of teams was represented at the XXXI Olympics 2016 in Rio de Janeiro. For 112 years of the Olympics, the number of NOCs has increased almost in 15 times. The number of athletes competing at the Olympics is also rising. So, in 2016 in Rio de Janeiro the number of athletes was 45 times more than at the Games I Olympics in 1896.

The visible growth of women-participants at the Olympics was observed throughout the period. For example, if in Atlanta in 1996 at the XXVI Games, the women accounted for 34% of all participants, then in 2016, they were 42.5%.

Positive dynamics is also traced recorded and contained in the set of medals being played. If at Olympics athletes competed in 47 kinds of programs, then in 2016 in Rio de Janeiro the number of sets increased to 306, that is increased in 15.5 times.

With each regular games, the number of NOCs is growing and their athletes win medals of different grades countries. If there were only 114 countries at the Games of the I Olympiad in 1896, then there were 205 countries in 2016 more in six times. A positive dynamic is obvious.

Key words: Olympic Games, Programs, IOC, Athletes, Features, NOC.

УДК 796.032.2

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.49>

Балацька Л.В.,

канд. наук з фіз. вих. і спорту, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича

Клюс О.А.,

канд. наук з фіз. вих. і спорту, викладач кафедри фізичного виховання Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Фахівці вважають, що в Олімпійських іграх необхідно змінити етичні принципи олімпізму, зробити їх більш утилітарними, пристосованими до сучасних умов розвитку суспільства. Ігри мають бути орієнтовані на високі спортивні досягнення, де рекорди, перемоги вважатимуться основною цінністю олімпійського руху, а спортсмен високого класу, рекордсмен, переможець Олімпійських ігор – ідеалом [1, с. 91–112; 10, с. 384; 12, с. 45–47].

Природно, що в такій ситуації серед учених робляться найрізноманітніші, часом протилежні прогнози розвитку олімпійського руху, ідеалів, принципів олімпійського спорту і самих Олімпійських ігор [6, с. 46; 7, с. 384].

Сучасний стан Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор відрізняється з кожним проведенням: змінюється кількість національних Олімпійських комітетів (НОК), збільшується кількість учасників, змінюється співвідношення чоловіків і жінок,

що беруть участь; змінюється кількість комплектів нагород; кількість країн, які завоювали олімпійські медалі [2, с. 260; 3, с. 408].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Натепер питання олімпійського руху, еволюційних змін у програмі Олімпійських ігор вивчається багатьма фахівцями з фізичного виховання та спорту і надалі залишається актуальним для подальших досліджень [1, с. 91–112; 2, с. 260; 3, с. 408; 4, с. 641–640; 10, с. 384; 14, с. 43–56].

Науковому обґрунтуванню дослідження еволюції основних кількісних характеристик Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор присвячені роботи таких учених: С. Бубки, М. Булатової, О. Вацеби, В. Єрмолової, Н. Москаленка, Ю. Олійника, В. Платонова, Я. Тимчака, О. Томенка, Ю. Юхимчук та ін. [2, с. 260; 3, с. 408; 4, с. 641–640; 10, с. 384].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. У статті представлена сучасна еволюційна характеристика Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор, зібрана кількість учасників (чоловіків, жінок), кількість НОК, що збільшувались протягом років проведення. У статті вказано співвідношення щодо представництва НОК в іграх та завойованих медалей.

Мета статті – теоретично дослідити еволюцію основних кількісних характеристик Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор.

Виклад основного матеріалу. Систематизовані й узагальнені кількісні характеристики Олімпійських ігор представлені в різних довідниках, енциклопедіях, окремих публікаціях [1, с. 91–112; 3, с. 408; 5, с. 5–15; 7, с. 384; 9, с. 180; 13, с. 16–21].

У таблиці 1 представлені основні кількісні характеристики Ігор Олімпіад з 1896 по 2016 рр.

Аналіз розглянутих характеристик показав, що кількість НОК країн, що беруть участь в Іграх Олімпіад, за 112 років їх проведення збільшилася майже в 15 разів. Так, на Іграх I Олімпіади в Афінах у 1896 році виступали спортсмени всього від 14 НОК країн, а в 2016 році в Ріо-де-Жанейро – від 207.

Однак збільшення кількості НОК країн, що беруть участь в Іграх Олімпіад, відбувалося не завжди лінійно. В історії проведення Олімпійських ігор траплялися періоди, коли на наступних Іграх Олімпіад учасників виявлялося менше, ніж на попередніх. Такий факт спостерігався чотири рази: в 1904 році на Іграх III Олімпіади в Сент-Луїсі (США), в 1932 році на Іграх X Олімпіади в Лос-Анджелесі (США), в 1976 році на Іграх XXI у Монреалі (Канада) і в 1980 році на Іграх XXII Олімпіади в Москві (СРСР).

Якщо причиною перших двох фактів може бути пояснення з позиції віддаленості місця проведення Олімпійських ігор від Європи, фінансових труднощів НОК і у спортсменів деяких європейських та азійських країн, то наступні факти були зумовлені причинами виключно політичного характеру.

На XXI Олімпіаді 1976 року в Монреалі на знак протесту проти запрошення на Ігри Нової Зеландії, що підтримувала спортивні контакти з ПАР, 28 африканських країн (Ефіопія, Лівія, Туніс, Алжир і ін.) відмовилися від участі в змаганнях і покинули Монреаль.

У зв'язку із введенням радянських військ до Афганістану понад 30 країн (США, ФРН, Японія, КНР та ін.) бойкотували XXII Олімпійські ігри 1980 року в Москві.

Таким чином, можна констатувати, що кількість учасників НОК різних країн в Іграх Олімпіад раніше залежала від економічного стану самих країн і від політичної ситуації в світовому масштабі. На поточний момент у зв'язку з фінансовою допомогою МОК багатьом НОК і окремим талановитим спортсменам економічні проблеми, що перешкоджали збільшенню кількості НОК в Олімпійських іграх, багато в чому нівельовані. Політична ситуація в світі мало залежить від МОК (хоча такі спроби і робляться), але залишається досить вагомим чинником для кількісної характеристики ігор.

Кількість спортсменів, які змагаються на Іграх Олімпіад, так само, як і кількість НОК, що беруть участь в Олімпійських іграх, постійно зростала. Так, у 2016 році в Ріо-де-Жанейро спортсменів було в 45 разів більше, ніж на Іграх I Олімпіади в 1896 році. Однак останнім часом МОК намагається обмежувати кількість учасників Олімпійських ігор у межах 11000 осіб. Це зумовлено організаційними проблемами країн, які проводять Ігри, обмеженням часом проведення змагань, забезпеченням необхідної безпеки учасникам та вболівальникам і т.д.

Проте якщо загальна кількість олімпійців на останніх чотирьох Олімпіадах (за 12 років) зросла незначно (всього на 5,8%), то частка жінок спортсменок у ньому істотно збільшилася. Якщо в Атланті в 1996 році на XXVI Іграх жінки становили 34% від усіх учасників, то в 2016 році їх стало 42,5%. І це все при тому, що в Іграх I Олімпіади жінки не брали участь, а на Іграх II Олімпіади їх було всього 2,3% від загальної кількості атлетів.

Позитивна динаміка зафіксована і в кількості комплектів медалей, що розігрувалися на Іграх Олімпіад. Якщо на Іграх I Олімпіади атлети змагалися в 47 видах програми, то в 2016 році в Ріо-де-Жанейро кількість комплектів нагород зросла до 306, тобто збільшилася в 15,5 раза. Однак на останніх трьох Олімпіадах (за 8 років) ця кількісна характеристика практично не змінюється, вона зросла всього лише на 0,67%. Така ситуація також цілком з'ясовна з усталеною позиції МОК – не збільшувати в програмі Олімпійських ігор кількості видів спорту, кількості учасників змагань, а також кількості комплектів медалей, за які боротимуться атлети.

З кожними черговими Іграми Олімпіад зростає кількість НОК, чий спортсмени завойовують медалі

Таблиця 1

Основні кількісні характеристики Ігор Олімпіад

Олімпіада	Місто	Рік проведення	Кількість НОК країн	Учасників усього	Учасники чоловіки	Учасники жінки	Комплекти і медалі	Кількість країн, що вибороли медалі
I	Афіни	1896	14	241	241	-	43	14
II	Париж	1900	24	997	972	22	95	24
III	Сент-Луїс	1904	12	651	681	6	91	10
IV	Лондон	1908	22	2008	1971	37	110	19
V	Стокгольм	1912	28	2407	2359	48	102	20
VI	Берлін	не відбулись	-	-	-	-	-	-
VII	Антверпен	1920	29	2626	2561	65	154	22
VIII	Париж	1924	44	3089	2954	135	126	27
IX	Амстердам	1928	46	2883	2606	277	109	33
X	Лос-Анджелес	1932	37	1332	1206	126	117	27
XI	Берлін	1936	49	3963	3632	331	129	32
XII	Токіо	не відбулись	-	-	-	-	-	-
XIII	Лондон	не відбулись	-	-	-	-	-	-
XIV	Лондон	1948	59	4104	3714	390	136	37
XV	Гельсінкі	1952	69	4955	4436	519	149	43
XVI	Мельбурн	1956	72	3314	2938	376	145	38
XVII	Рим	1960	83	5338	4727	611	150	44
XVIII	Токіо	1964	93	5151	4473	678	163	41
XIX	Мехіко	1968	112	5516	4735	781	172	44
XX	Мюнхен	1972	121	7134	6075	1059	195	48
XXI	Монреаль	1976	92	6084	4824	1260	198	41
XXII	Москва	1980	80	5179	4064	1115	203	36
XXIII	Лос-Анджелес	1984	140	6829	5263	1566	221	47
XXIV	Сеул	1988	159	8391	6197	2194	237	52
XXV	Барселона	1992	169	9356	6652	2704	257	64
XXVI	Атланта	1996	197	10320	6806	3512	271	79
XXVII	Сідней	2000	199	10651	6582	4069	300	80
XXVIII	Афіни	2004	201	10625	6296	4329	301	74
XXIX	Пекін	2008	204	10924	6305	4637	302	86
XXX	Лондон	2012	204	10500	6451	4049	302	50
XXXI	Ріо-де-Жанейро	2016	207	12 500	6809	5691	306	54

Таблиця 2

Основні кількісні характеристики Зимових Олімпійських ігор

Олімпіада	Місто	Рік проведення	Кількість НОК країн	Учасників усього	Учасники чоловіки	Учасники жінки	Комплекти і медалі	Кількість країн, що вибороли медалі
I	Шамоні	1924	16	258	247	11	14	10
II	Санкт-Моріц	1928	25	464	438	26	13	12
III	Лейк-Плесід	1932	17	252	231	21	14	10
IV	Гарміш-Партенкірхен	1936	28	646	566	80	17	11
V	Санкт-Моріц	1948	28	669	592	77	22	13
VI	Осло	1952	30	694	585	109	22	13
VII	Кортіна-д'Ампеццо	1956	32	821	687	134	24	13
VIII	Скво-Веллі	1960	30	665	521	144	27	14
IX	Інсбрук	1964	36	1091	892	199	34	14
X	Гренобль	1968	37	1158	947	211	35	15
XI	Саппоро	1972	35	1006	801	205	35	17
XII	Інсбрук	1976	37	1123	892	231	37	16
XIII	Лейк-Плесід	1980	37	1072	839	233	38	19
XIV	Сараєво	1984	49	1272	998	274	39	17
XV	Калгарі	1988	57	1423	1122	301	46	17
XVI	Альбервіль	1992	64	1801	1313	488	57	20
XVII	Ліліхаммер	1994	67	1737	1217	520	61	22
XVIII	Нагано	1998	72	2176	1389	787	68	24
XIX	Солт-Лейк-Сіті	2002	77	2399	1513	886	78	24
XX	Турін	2006	80	2508	1548	960	84	26
XXI	Ванкувер	2010	92	2766	1558	1178	86	26
XXII	Сочі	2014	88	2800	1673	1127	98	26
XXIII	Пхьончхан	2018	92	2922	1680	1242	102	28

різного ґатунку. Якщо на Іграх І Олімпіади в 1896 році таких країн було всього 114, то в 2016 році їх виявилося 205. Це більше, ніж у 6 разів.

Однак якщо розглядати в процентному співвідношенні кількість НОК, які отримали олімпійські нагороди, і загальну кількість НОК, що взяли участь в Іграх Олімпіади, то ситуація виглядає прямо протилежно. На Іграх І і ІІ Олімпіади жодна з країн-учасниць не залишилася без олімпійських медалей (100% результат), а в Ріо-де-Жанейро 2016 р. тільки 79 НОК (42,1%) могли радіти успіху своїх спортсменів. Причому в Римі в 1960 році 53,0% країн-учасників вибороли нагороди.

У таблиці 2 представлені основні кількісні характеристики Зимових Олімпійських ігор з 1924 по 2018 роки.

Аналіз розглянутих характеристик показав, що кількість НОК країн, що беруть участь у Зимових Олімпійських іграх, також постійно збільшується.

За 94 роки їх проведення цей показник виріс майже в 6 разів. Так, на І Зимових Олімпійських іграх в Шамоні в 1924 році виступали спортсмени всього від 16 НОК країн, а в 2018 році у Пхьончхан – 92. Значно розширюється і географія НОК. Якщо раніше в зимових іграх брали участь спортсмени з Європи, Північної Америки, то зараз вони представляють також Австралію, Південну Америку, Азію і Африку.

Як і у випадку з Іграми Олімпіад збільшення кількості НОК країн, що беруть участь у Зимових Олімпійських іграх, відбувалося не на кожних наступних змаганнях. Ця подія спостерігалася тричі: в 1932 році на ІІІ Зимових Олімпійських іграх у Лейк-Плесіді (США), в 1960 році на VIII Зимових Олімпійських іграх у Скво-Веллі (США) і в 1972 році на XI Зимових Олімпійських іграх в Саппоро (Японія). З огляду на дальність місця проведення Зимових Олімпійських ігор від більшості європейських країн, можна також пояснити ці факти з позиції фінансових труднощів НОК деяких країн, які не змогли делегувати своїх спортсменів.

Після 1980 року з кожним проведенням Зимових Олімпійських ігор кількість НОК, що беруть участь у змаганнях, постійно зростає.

Так, у 2018 році у Пхьончхані спортсменів було майже в 12 разів більше, ніж на І Зимових Олімпійських іграх у 1924 році. Однак і тут останнім часом МОК намагається обмежувати кількість спортсменів учасників Олімпійських ігор у межах 3000 осіб. Це пов'язано з тими ж проблемами, що і на Іграх Олімпіад, які проводяться в літній час.

Так, загальна кількість олімпійців на останніх трьох Зимових Олімпійських іграх (за 8 років) зросла лише на 15,3%. Однак кількість жінок спортсменів у них також істотно збільшилася. Якщо на І Зимових Олімпійських іграх у Шамоні в 1924 році жінки становили 4,3% від усіх учасників, то в 2018 році їх стало 42,6%, тобто стільки ж,

як і на останніх Іграх Олімпіади 2008 року в Пекіні. Позиція МОК щодо участі жінок в Олімпійських іграх очевидна.

Послідовно збільшується і кількість комплектів медалей, що розігруються на Зимових Олімпійських іграх. Якщо на І Зимових Олімпійських іграх атлети змагалися в 14 видах програми, то в 2018 році у Пхьончхані кількість комплектів нагород зросла до 102, тобто збільшилася в 6,2 раза.

Однак на останніх трьох зимових Іграх (за 8 років) темпи приросту цієї кількісної характеристики сповільнилися. Її приріст становив усього 10,3%.

Така ситуація також цілком з'ясовна з усталеною позиції МОК: не збільшувати надалі в програмі Зимових Олімпійських ігор кількість видів спорту, кількість учасників змагань, а також кількість комплектів медалей, за які боротимуться атлети. Так само, як і на Іграх Олімпіад, що проводяться влітку, з кожними черговими Зимовими Олімпійськими іграми зростає кількість НОК, чії спортсмени завойовують медалі різного ґатунку. Якщо на І Зимових Олімпійських іграх у 1924 році таких країн було всього 10, то в 2018 році у Пхьончхані їх стало 28, тобто більше в 2,6 раза. Однак на попередніх Зимових Олімпійських іграх у Сочі в 2014 році НОК, чії спортсмени отримали олімпійські медалі було 26.

Це говорить про те, що темпи зростання такої кількісної характеристики зовсім сповільнилися.

Якщо розглядати в процентному співвідношенні кількість НОК, які отримали олімпійські нагороди, і загальну кількість НОК, які взяли участь в Зимових Олімпійських іграх, то ситуація виглядає інакше.

На перших трьох Олімпійських іграх частка НОК, що беруть участь у розподілі нагород, становила 63–85%, а на останніх XXIII Зимових Олімпійських іграх зменшилася до 30%. Тобто конкуренція на Зимових Олімпійських іграх серед НОК зростає, а кількість реальних претендентів на олімпійські нагороди не збільшується.

Висновки. Отже, повну інформацію про всі компоненти змісту Олімпійських ігор можна отримати, тільки вивчивши всю їх історію становлення і розвитку, використавши еволюційний підхід. У результаті вдалося виявити основні тенденції та закономірності розвитку сучасних Олімпійських ігор. Перш за все необхідно відзначити кількісне зростання як національних Олімпійських комітетів, так і спортсменів, що беруть участь в Олімпійських іграх. Також очевидно, що останніх років проведення Олімпійських ігор значно зросла кількість участі жінок у різних змаганнях.

Наступні перспективні дослідження у цьому напрямі можна пов'язати з еволюцією програми Олімпійських ігор, еволюцією популярності Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор, еволюцією Олімпійського ритуалу, символіки та атрибутики.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Аксьонов Г.М. Педагогічні ідеї Кубертена і їх сучасне значення : дис.. канд. пед. наук. Москва, 2003. С. 91–112.
2. Бубка С.Н. Олимпийский спорт в обществе: история развития и современное состояние. Киев : Олимп. лит., 2012. 260 с.
3. Булатова М.М. Культурное наследие Древней Греции и Олимпийские игры / М.М. Булатова, С.Н. Бубка. Киев : Олимп. лит., 2012. 408 с.
4. Булатова М.М. Женщины в олимпийском спорте / М.М. Булатова, В.Н. Платонов. Олимпийский спорт; под общ. ред. В.Н. Платонова. Киев : Олимп. лит., 2009. С.641–670.
5. Визитей Н. Олимпизм Пьера де Кубертена и исторические перспективы реализации его идей / Н. Визитей, В. Монолаки. *Наука в олимп. спорте*, 2013. № 3. С. 5–15.
6. Гуськов С.И. Организационные и социально-экономические основы развития профессионального спорта в США на современном этапе : автореф. дис. на соискание учен. степени доктора пед. наук. Киев : КГИФК. 1992. 46 с.
7. Дэвис Д.А. Эффект Олимпийских игр. Москва : Рид Медиа, 2013. 384 с.
8. Ісаєв А.А. Олімпійська педагогіка. Москва, 1998. С. 19–20.
9. Кубертен де П. Олимпийские мемуары. Киев : Олимп. лит. 1997. 180 с.
10. Платонов В.Н. Олимпийский спорт: в 2 кн. / В.Н. Платонов, С.И. Гуськов. Киев : Олимп. лит., 1997. Кн. 2. 384 с.
11. Платонов В.Н. Проблема допинга в олимпийском спорте / В.Н. Платонов, С.А. Олейник. Олимпийский спорт; под общ. ред. В.Н. Платонова. Киев : Олимп. лит., 2009. С. 438–545.
12. Соболева Т.Г. Женский спорт в свете эколого-генеративного диссонанса. *Теория и практика физ. культуры*. 1997. № 10. С. 45–47.
13. Столяров В. Идеи Кубертена, имеют ли они ценность в настоящее время? *Наука в олимп. спорте*, 2013. № 3. С. 16–21.
14. Borish L.J. Women at the modern Olympic Games: an interdisciplinary look at American culture. *Quest*. 1996. N 48. P. 43–56.
15. Hargreaves J. *Sporting Females*. London : Routledge, 1994.

ОСНОВНА ПРОБЛЕМАТИКА МЕНЕДЖМЕНТУ СПОРТИВНИХ ОРГАНІЗАЦІЙ В УКРАЇНІ

THE MAIN PROBLEM OF MANAGEMENT SPORTS ORGANIZATIONS IN UKRAINE

У науковому дослідженні розглядається проблема менеджменту різних спортивних організацій в Україні. Мета дослідження – вивчення специфіки функціонування менеджменту спортивних організацій та шляхів розвитку менеджерів спортивної індустрії в Україні. Методи дослідження: теоретичний аналіз спеціальної науково-методичної літератури, документальних матеріалів, абстрагування, логіко-теоретичний аналіз, метод систематизації. У статті виокремлено найпоширеніші види менеджменту, типів і стилів керівництва.

Майбутнє спортивного менеджменту перебуває в руках нового покоління осіб, які повинні мати управлінські знання, навички і вміння, бути визнаними і титульованими спортсменами, тренерами, практиками тощо, але на даний момент, на жаль, таких людей одиниці. Сьогоднішньому ринку властива невизначеність ситуації і підприємницький ризик. Сучасне суспільство вимагає від менеджерів самостійності і відповідальності за ухвалені рішення. Професіоналізм спортивного менеджера проявляється у знанні технології управління організацією та законів ринку, в умінні організувати злагоджену роботу колективу і прогнозувати розвиток організації.

Надзвичайно важливо зважати на таке: менеджери повинні бути професійно підготовленими не лише у сфері управління; вони мають професійно розбиратися у специфіці послуг фізичного виховання і спорту, знати сутність і зміст педагогічної діяльності в задоволенні потреб та спортивно-оздоровчих інтересів населення різних соціально-демографічних груп, уміти реалізувати ці знання на практиці. Отже, багатогранність менеджменту у фізичній культурі і спорті затруднює його уявлення у вигляді чітко сформульованих правил, наявність рецептів діяльності і поєтів. Тому сучасний менеджмент у фізичній культурі і спорті повинен розглядатися як система найбільш загальних уявлень про спортивно-оздоровчі організації та «внутрішньофірмові» управління ними, як нова «управлінська кампанія». Під терміном «кампанія» ми розуміємо напрям думок і принципи конкретних дій учасників цивілізованих ринкових відносин. Для продукту фізкультурно-оздоровчих послуг – це спосіб мислення і дій, які реалізуються стосовно споживачів, посередників, конкурентів, персоналу організації, а також товарної, цінової, комунікаційної та збутової політики.

Категорія фахівців із тактичним рівнем найбільш затребувана на ринку праці, оскільки саме менеджери беруть участь у проектуванні та розробленні рішень поставлених завдань. Подано низку посад менеджерів у спорті для вирішення стратегічних питань і тактичних компонентів, які представлені у структурі фізкультурно-спортивних організацій. Саме ця категорія менеджерів є найбільш конкурентною та затребуваною на ринку праці. Ці топ-менеджери стали про-

відниками змін у спортивній галузі відколи діє ринкова система економіки.

Ключові слова: ринок, менеджер, організація, спорт, рівень.

In this research study considers the problem of management of various sports organizations in Ukraine. The purpose of the study: specific features of functioning of the organization management of sports and the development of managers of sports industry in Ukraine. Research methods: theoretical analysis of special scientific-methodical literature, documentaries, abstraction, logical-theoretical analysis, systematic method. The findings of the study. The article highlights the most common types of management styles and leadership styles.

The future of sports management is in the hands of the new generation, which should combine as managerial knowledge, skills and abilities, and to be recognized and honored athletes, coaches, practitioners, etc but at the moment, unfortunately, such people are few. The market's inherent uncertainty and entrepreneurial risk. They require managers of autonomy and responsibility for decisions. The professionalism of sports managers is evident in the knowledge management of the organization and laws of the market, the ability to organize a coordinated work of the team and predict the development of the organization. It is extremely important to consider the following: managers must be professionally trained not only in management; they need to be professionally versed in the specifics of physical education and sports services, to know the nature and content of pedagogical activity in meeting the needs and sports and health interests of the population of different socio-demographic groups, to be able to put this knowledge into practice. Thus, the versatility of management in physical culture and sports makes it difficult to imagine it in the form of clearly formulated rules and even more recipes of activity. Therefore, modern management in physical culture and sports should be considered as a system of the most common ideas about sports and recreational organizations and "in-house" management of them, as a new "management company". By "company" we mean the mindset and principles of specific actions of participants in civilized market relations. For a product of health and fitness services is a way of thinking and actions that are implemented in relation to consumers, intermediaries, competitors, personnel of the organization, as well as product, price, communication and marketing policies.

It professional with tactical level is the most demanded in the labour market, because managers participate in the design and development of solutions to assigned tasks. Presents a number of posts of managers in sport to deal with strategic issues and tactical components are integrated in the structure of sports organizations. This category of managers is the most competitive and in demand on the labour market. These Top managers have become agents of the changes in the sports industry, as a market economy. **Key words:** market, manager, organization, sport, level.

УДК 796.03:005.3
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/22-4.50>

Наконецний І.Ю.,

канд. психол. наук, доцент,
заслужений тренер України
з панкратіону,
заслужений працівник фізичної
культури і спорту України,
завідувач кафедри теорії та методики
фізичного виховання та спорту
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича
Циба Ю.Г.,
викладач кафедри теорії та методики
фізичного виховання та спорту
Чернівецького національного
університету імені Юрія Федьковича

Постановка проблеми в загальному вигляді.

У сучасних ринкових умовах в Україні, коли відбувається активна комерціалізація спортивної діяльності, необхідно задуматися про становлення спортивної галузі як економічної категорії. Це питання є вкрай актуальним для нашої країни, основною метою є максимально гідно та якісно показати рівень наших спортсменів на великих і важливих для всього світу спортивних заходах, оскільки їхня значущість настільки велика, що охоплює економічну, соціальну і політичну сфери діяльності нашої країни. Натепер спортивний менеджмент має ще більше напрямів: «Адміністрування в галузі спорту», «Спортивний туризм», «Індустрія спортивних товарів», «Менеджер легкоатлетичного спорту», «Спортивна економіка» й ін. Навіть більше, в одного спортсмена можуть бути відразу кілька менеджерів, кожний з яких буде «прикривати» свій напрям: один займається харчуванням спортсмена, другий – його обмундируванням, третій бере на себе всю бухгалтерію й економіку, четвертий вирішує юридичні питання. Але існує ще один вельми неприємний і кричущий факт для сьогоденного розвитку спортивного менеджменту. Крім кадрових проблем, у цій спортивній сфері в нашій країні існує вічна проблема, пов'язана з корупційним складником.

Єдине, що проглядається досить непогано, – це функція мотивації. Але і вона функціонує неправильно. Отже, доводиться констатувати, що ринковий механізм попиту і пропозиції фахівців спортивного менеджменту в нашій країні ще не сформований, орієнтації на результат у нинішніх управлінців немає, основні функції менеджменту не працюють на належному рівні, рішучість і зацікавленість із боку держави з даного питання на диво дуже слабкі. Оптимізму додає лише впровадження професійних стандартів працівників спортивної галузі та процедури обов'язкової атестації фахівців. Можливо, у майбутньому це дозволить, з одного боку, провести інвентаризацію управлінських кадрів у галузі, а з іншого – виявити пріоритети управлінських спеціальностей у загальному переліку посад спортивного менеджменту. Безумовно, робота із цієї проблеми повинна вестися поетапно і, можливо, уже в найближчому майбутньому можна буде побачити деякі зміни, пов'язані з такою цікавою, запальною і корисною сферою діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Якщо підходити до історії спортивного менеджменту, то першими спортивними менеджерами були ще римляни-власники гладіаторів, а також агенти всесильної китайської якудзи, які влаштували поєдинки кращих бійців Далекого Сходу (кажуть, роблять вони це і донині). Однак справжні спортивні управлінці з'явилися лише наприкінці XIX ст., коли світ охопило масове захоплення спортом і спортивними змаганнями. Уже

тоді у спортивних колах виділилися спортивні адміністратори (або агенти) і менеджери. Адміністратори позбавляли титулованих спортсменів (насамперед боксерів або силачів) від спілкування з бюрократичними структурами різних асоціацій і спілок. Менеджери ж, виділившись із середовища адміністраторів, поступово набували над спортсменами влади – саме вони вирішували, де спортсменові виступати, з яким суперником змагатися, якій газеті давати чи не давати інтерв'ю, інвентарем якої фірми-виробника користуватися. Навіть більше, доходи менеджерів поступово перевищили гонорари спортсменів [1].

Як прикладом можна назвати одного з найкращих шахових менеджерів Сільвію Данаїлова. Він починав водночас і як тренер, і як менеджер, без особливого ухилу в комерційний бік. У його обов'язки входило опікуватися спортсменом у всьому: забезпечувати участь у турнірах, замовляти авіаквитки, бронювати готель і навіть вирішувати, де і що їсти.

Закордонна література представляє нам менеджера як керівника, який обіймає постійну посаду в організації та наділений повноваженнями у сфері ухвалення рішень із питань її діяльності в ринкових умовах. Про роботу менеджера судять не за тим, що він робить, а за тим, як він спонукає до роботи інших людей.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Аналізуючи дослідження менеджменту спортивних організацій в Україні, більшість авторів звертають увагу на аналіз і вплив менеджменту у спорті. Зокрема, нами не виявлено систематизації досліджень з означеної проблематики, які б виокремлювали саме менеджерів та їх функціонування для приросту результативності у спортивній діяльності України.

Мета статті – вивчити специфіку функціонування менеджменту спортивних організацій та шляхи розвитку менеджерів в Україні.

Виклад основного матеріалу. У сучасному українському спорті під «менеджментом» розуміють процес керівництва, або управління, працівником, робочою групою, колективом, різними організаціями, що діють в умовах ринкової економіки. Спортивний менеджмент – це самостійний вид професійної діяльності, спрямованої на досягнення цілей фізкультурно-спортивної організації, яка діє в умовах ринку, шляхом раціонального використання матеріальних, трудових та інформаційних ресурсів. Інакше кажучи, спортивний менеджмент – це теорія і практика ефективного управління організаціями спортивної галузі в ринкових умовах.

Управлінська діяльність спортивної організації – це один із найважливіших чинників функціонування та розвитку фізичної культури і спорту. Історично в нашій країні так склалося, що управлінням у спорті займалися тренери, інструктори, мето-

дисти. Вони найчастіше поєднували навчально-виховну роботу з управлінням клубом, спортивним товариством, спортивною федерацією, хоча їхні посадові інструкції не передбачали виконання ними таких обов'язків. Але мало того, що до змагань високо рівня дуже важко підготуватися, організувати їх ще складніше, для цього потрібне чітке керівництво і, звичайно ж, грамотні менеджери, здатні вирішити цю проблему. На жаль, на даний момент розвиток спортивного менеджменту в Україні не такий, як мав би бути. Насамперед це пов'язано з інфраструктурою щодо спортивної діяльності, але все ж основною проблемою залишається слабка підготовка кадрів такого роду. Ми вважаємо, що головною проблемою в нашій країні є навіть не кількість і якість спортивних об'єктів, а відсутність належного фінансування й управління ними. Схожої думки дотримується віцепрезидент федерації панкратіону України, голова технічного комітету України, доктор наук, професор Олександр Томенко. На його думку, проблема відсутності професійних менеджерів неймовірно велика, навіть більше, освіта цього напряму практично відсутня. О. Томенко вважає, що спортом у нашій країні керують колишні спортсмени, але їм не завжди вистачає свого професійного досвіду і знань для виховання наступного покоління спортсменів або, навпаки, політичні рішення і призначення призводять до неефективного і некомпетентного менеджменту спортивних організацій. Зокрема, вони найчастіше поєднують навчально-виховну роботу тренера із процесами управління клубом, спортивним товариством, спортивною федерацією, хоча їхні посадові інструкції не передбачали виконання ними таких обов'язків. Тому вітчизняні спортивні управлінці не так ефективні в нашій країні. А управлінська діяльність – один із найважливіших чинників функціонування і розвитку спорту [5].

Якщо ж взяти до уваги закордонний досвід, то згадаємо Канаду перед Олімпіадою 2002 р. у Сойт-Лейк-Сіті. Канадці перед домашньою Олімпіадою виробили чітко сформульовану програму, зокрема програму спортивного менеджменту. І організація цього змагання світового масштабу була виконана на вищому рівні, канадська олімпійська команда також показала дуже гідний результат. Або ще один приклад – Великобританія, яка посіла третє місце на Олімпійських іграх в Лондоні у 2012 р. Раніше вони не піднімалися так високо. Усе це завдяки тому, що були чітко сформульовані цілі, розроблена загальна стратегія і, зрозуміло, залучені професіонали, які здатні досягти результатів [3].

Окрема історія щодо спортивного менеджменту у Сполучених Штатах Америки (далі – США), де про бізнес-освіту для спортивних працівників почали думати ще в середині 60-х рр. ХХ ст. Це відбувалося, по-перше, тому, що економічні науки завжди відігравали одну із провідних ролей

в освіті США, по-друге, фізичному вихованню студентів в університетах і коледжах приділялася і досі приділяється дуже велика увага [2]. Напів-професійні спортивні команди є в кожному американському закладі вищої освіти, у розклад занять включені спеціальні предмети, на яких студенти знайомляться з різними видами спорту, вивчають історію їх виникнення, правила, обов'язково пробують себе в них. Такий підхід приводить до того, що, наприклад, 80% гравців північноамериканської студентської баскетбольної ліги NCAA стають зірками NBA. Зокрема у ТОП-40 найдорожчих спортивних брендів світу, опублікованих американським фінансово-економічним журналом Forbes, в основному американські представники бейсболу, американського футболу, а також європейські футбольні гранди [6, с. 14].

Ми вважаємо, що успішна спортивна організація має певну внутрішню структуру, засновану на специфіці того або іншого виду спорту. У ній є управління, департаменти, відділи, групи, команди. Інакше кажучи, у спортивній організації існують різні види управлінської діяльності. Разом із ними з'являється структура взаємин і підпорядкованості. Це означає, що менеджери бувають різних рівнів, виділяємо три основні групи:

- 1) стратегічний рівень (top manager) – це керівники спортивних шкіл, спорткомплексів, президенти спортивних клубів та федерацій тощо;
- 2) тактичний рівень (middle manager) – керівники управлінських, самостійних відділів тощо;
- 3) виконавський рівень (entry manager) – тернери, начальники команд, медичний персонал тощо.

Результати нашого аналізу показали, що спортивних менеджерів підрозділяють за видами професійної діяльності, як-от: генеральний менеджер, менеджер із персоналу організації, менеджер із реклами, менеджер із маркетингу, менеджер-представник спортсмена.

Функція ухвалення рішення. Саме менеджер визначає напрям діяльності організації, вирішує питання розподілу ресурсів, здійснює поточні коригування. Право ухвалення управлінських рішень має тільки менеджер, але він же і несе відповідальність за наслідки.

Інформаційна функція. Менеджер акумулює інформацію про внутрішнє і зовнішнє середовище спортивної організації, у якій він працює, поширює цю інформацію у вигляді нормативних настанов, роз'яснює персоналу найближчі та перспективні цілі організації.

Функція керівника. Менеджер виступає як керівник спортивної організації, що формує відношення всередині і поза організацією, мотивує членів спортивної організації на досягнення цілей, координує їхні зусилля, нарешті, виступає представником організації у взаємодії з іншими організаціями.

Прикладом ефективного менеджменту є призначення в 1961 р. на пост менеджера «Лідса» Дона Реві, який намагався поступово підготувати на довгостроковій основі фундамент для успіхів. Він шукав молодих гравців із великим потенціалом. Він згуртував усіх членів команди. Він побудував близькі взаємини зі своєю командою, з готовністю брав на себе «батьківську» роль, жваво цікавився особистим життям гравців, за необхідності, не відмовляв їм у пораді. Гравці відповідали йому лояльним і відданим ставленням. Загалом, вплив Д. Реві на «Лідс», так коротко охарактеризовано одним із гравців того часу – Аланом Кларком: «На рівні клубу він був найкращим менеджером, під керівництвом якого мені коли-небудь доводилося грати. Він робив для нас усе, він був нам батьком, нічого не залишаючи на волю випадку. Він готовий був зробити для нас усе, що б ми не побажали. Він був нам начебто товариш. У клубі ним захоплювалися. Він завоював безмежну повагу всіх – гравців, співробітників адміністрації та комерційних працівників. Він був справжнім керівником».

Специфіка стратегічного рівня полягає в тому, що керівники, або топ-менеджери, становлять одну з найбільш значущих груп управлінського персоналу у спортивній організації. Головне в діяльності керівника будь-якого рангу – це робота з людьми, не тільки безпосередньо підпорядкованими йому, а й з усіма тими, хто прямо чи опосередковано пов'язаний із функціонуванням керованого об'єкта як усередині організації, так і за її межами.

Тактичний рівень є найбільш затребуваним на ринку праці, оскільки саме менеджери беруть участь у проєктуванні та розробленні рішень поставлених завдань. Вони стали провідниками тих змін у спортивній галузі, які прийшли разом із ринковою економікою. Також представлені низка посад менеджерів, які можуть бути представлені у структурі фізкультурно-спортивних організацій.

Виконавчий рівень. Ми вважаємо, що ця категорія фахівців спортивної галузі найчисленніша. Як і раніше, величезну роль у забезпеченні навчально-тренувального та змагального процесів відіграють тренери, інструктори, методисти, лікарі, масажисти й ін. Розвиток і вдосконалення системи організації та проведення змагань створюють нові передумови для виникнення нових посад для менеджерів виконавчого рівня.

На нашу думку, у менеджменті спортивних організацій необхідно виділяти такі типи та стилі керівництва: конструктивний, коли керівник позитивно ставиться до всього нового, до корисних перетворень, що обіцяють який-небудь вигравш, чи то технічні або організаційні, управлінські пропозиції, розпізнає можливості вдосконалення сфер, які на перший погляд функціонують бездоганно. Дипломатичний, коли керівник виявляє гнучкість, яка забезпечує швидку перебудову стратегії та

тактики своєї діяльності відповідно до вимог мінливих умов.

Колегіальний стиль характеризується розподілом повноважень, ініціативи та відповідальності між керівниками і підлеглими. Арріго Саккі створював команду, яка сама нав'язувала гру супернику і змінювала ритм гри під свої завдання. У результаті індивідуальних занять із кожним футболістом, моделювань під час тренувань ігрових ситуацій, які могли виникнути під час зустрічі з тим чи іншим суперником. Гравці свято вірили у свого тренера, вбачаючи в ньому свого найкращого радника, італійська збірна являла собою єдиний колектив, згуртований нітрохи не менше, ніж будь-яка клубна команда. Це було запорукою успіху в ті часи, коли все вирішувала підготовка до гри, адже тоді не дозволялося проводити заміни під час матчу.

У його команді кожний футболіст відіграв важливу роль. Кожний наділявся певним обсягом функцій оборони й атаки, а взаємозамінність стала ключовим аспектом. Саме Арріго Саккі змусив італійців поглянути на футбол по-іншому, а його стиль називали «тотальним кально». Окрему увагу довелося приділяти обороні, а точніше, гри в лінію та відмові від ліберо. Однак клопітка робота відразу ж почала давати свої плоди, і в першому ж сезоні під керівництвом А. Саккі «россонері» завоюють скудетто.

Демонстративний стиль використовується, коли треба надихнути людей на справи. Основний прийом – показ відмінних результатів.

Діловий стиль передбачає реорганізацію роботи згідно із заздалегідь розрахованими програмами. Стиль дії в оптимальних режимах. У менеджменті він вважається найбільш продуктивним.

Висновки. У підсумку пропонуємо розподіл менеджерів за їхньою поведінкою та функціонуванням на такі типи:

1. Творець, який працює розумно і гарно, хоче все зробити краще. Йому притаманні такі якості, як відкритість, порядність і конструктивність.

2. Пізнавальний. Головне в житті таких менеджерів – прагнення істини, знань, але необхідно пам'ятати, що кількість інформації не додає власних знань, розуму, мудрості.

3. Прагматичний тип має прагматичну спрямованість, для нього головне – корисність. Споживче ставлення до всього, усе визначається вигодою, а решта – як втрата часу.

4. Естетичний тип – люди, які найвище цінують гармонію, красу, художньо-естетичні цінності.

Отже, у результаті проведеного аналізу досліджень менеджменту спортивних організацій в Україні констатуємо, що більшість авторів звертають увагу на аналіз і вплив менеджменту у спорті. Зокрема, нами виявлено систематизацію досліджень з означеної проблематики, саме мене-

джерів, їх функціонування, типи, стилі керівництва для приросту результативності у спортивній діяльності України.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Гакман А. Особливості управління рекреаційно-оздоровчої діяльності людей похилого віку в умовах фітнес-клубу. *Молодь та олімпійський рух* : збірник тез доповідей X Міжнародної конференції, 24–25 травня 2017 р. Київ, С. 241.
2. Кузьмін О., Мельник О. Основи менеджменту : підручник. Київ : Академвидав, 2003. С. 11–12.
3. Лубышева Л. Социология физической культуры и спорта : учебное пособие. 2-е изд., стереотип. Москва : Издательский центр «Академия», 2004. 240 с.
4. Мудрик В. Організаційно-управлінська практика студентів. Харків, 2007. 204 с.
5. Томенко О. Генеза волонтерського руху олімпійських ігор. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. Харків : ХДАФК, 2016. № 2(58). С. 93–97. DOI: 10.15391/snsv.2017-2.016.
6. Спортивний менеджмент у США. *Sport blog USA*. URL: http://sportmanagm.blogspot.ru/2008/08/blog-post_8836.html (дата звернення: 17.02.2020).

НОВИЙ ВИД НАУКОВИХ ПОСЛУГ



Причорноморський
науково-дослідний інститут
економіки та інновацій

Шановні колеги! Питання академічної доброчесності є надзвичайно актуальними у наш час. Враховуючи великі масиви інформації, що з'являються у всесвітній мережі, жоден вчений не може бути впевненим, що його авторське право захищене. Крім того, поширеною є ситуація, коли декілька вчених в одній галузі науки користуються однаковими джерелами інформації, а в результаті безкоштовні програми пошуку плагіату засвідчують стовідсот-

кові збіги тексту, що може призвести до безпідставних звинувачень у плагіаті, особливо після перевірки за базою даних авторефератів та дисертацій. Це викликано тим, що порівняння з іншими дисертаціями не вказує на використання спільних першоджерел (статей, монографій, статистичних щорічників, словників тощо), а однозначно визначає тільки збіг тексту, ігноруючи навіть цитати. Важливим є також те, що чинне законодавство однозначно визначає, що перевірку може здійснювати виключно установа за профілем дослідження, а не поширені в мережі безкоштовні програми. Для уникнення подібних ситуацій ми пропонуємо Вам скористатися науковою **послугою оцінки технічної унікальності наукового тексту** за допомогою ліцензованого програмного забезпечення, яке гарантує похибку перевірки до 3%. Переваги такої перевірки порівняно з іншими методами:

- Ви укладаєте угоду про надання послуг;
- Ваш файл *не розміщується у мережі*, тобто інформація і авторство залишаються анонімними;
- Ви *отримуєте звіт*, підготовлений за допомогою ліцензованого програмного забезпечення; *порівняльну таблицю* однакових фрагментів тексту із зазначенням джерела; *офіційний звіт про надану послугу* із зазначенням результатів;
- Ви отримуєте вичерпну інформацію про текстові збіги у Вашому дослідженні та дослідженнях інших авторів не тільки українською, але і російською та англійською мовами;
- Ви користуєтесь програмним забезпеченням, яке використовується *тільки спеціалізованими науковими та освітніми установами* і розроблене виключно для пошуку текстових збігів *саме у наукових дослідженнях*, а не у публіцистиці, рекламних веб-сайтах тощо;
- Виключна робота з авторами – ніхто, крім автора тексту, не зможе замовити у нас перевірку цього тексту, що забезпечить Вас від *перевірок третіми особами*;
- Ви отримуєте можливість коректно оформити посилання на першоджерела;
- Існує можливість перевірки *будь-яких наукових досліджень*: статей, рефератів, авторефератів, дисертацій, доповідей, тез, звітів тощо.

Терміни і вартість перевірки і надання звіту:

Характер наукової роботи	Терміни (робочих днів)	Вартість
Докторська дисертація	5 – 10	5500 грн
Кандидатська дисертація	3 – 7	3500 грн
Автореферат	1 – 2	500 грн
Стаття (обсягом до 12 сторінок)	1 – 2	500 грн
Інші види робіт	За домовленістю	За домовленістю

Для того, щоб замовити послугу, Вам необхідно звернутись електронною поштою до Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій, вказавши у темі листа «Оцінка унікальності тексту». У листі вкажіть адресу для листування, додайте файл у форматі MS Word з текстом наукового дослідження. Фахівець відповідного відділу надасть Вам відповідь щодо процедури здійснення експертизи.

Контактна особа:

Шумилова Тетяна – молодший науковий співробітник

Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій.

+38 (048) 709-38-69

+38 (093) 253-57-15

shumilova@iei.od.ua

З повагою,
дирекція Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій.

НОТАТКИ

Наукове видання

ІННОВАЦІЙНА ПЕДАГОГІКА

Науковий журнал

Випуск 22

Том 4

**(спецвипуск за результатами II Міжнародного
науково-спортивного конгресу студентів та молодих учених)**

Коректура • *Н. Ігнатова*

Комп'ютерна верстка • *С. Калабухова*

Формат 60x84/8. Гарнітура Arimo.
Папір офсетний. Цифровий друк. Обл.-вид. арк. 28,04. Ум.-друк. арк. 29,52.
Підписано до друку 26.02.2020. Наклад 100 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»
73021, м. Херсон, вул. Паровозна, 46-а
Телефон +38 (0552) 39-95-80, +38 (095) 934-48-28, +38 (097) 723-06-08
E-mail: mailbox@helvetica.com.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 6424 від 04.10.2018 р.