

Міністерство освіти і науки України
Донбаська державна машинобудівна академія
Gdansk University of Physical Education and Sport (Poland)
University of Skopje (Republic of North Macedonia)
University of Pristina (Kosovo)
University of Salerno (Italy)



ПЕДАГОГІКА Й СУЧАСНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Збірник наукових праць

VIII Міжнародної науково-практичної конференції
(16–17 листопада 2022 року)



Краматорськ–Тернопіль
2022

Міністерство освіти і науки України
Донбаська державна машинобудівна академія
Gdansk University of Physical Education and Sport (Poland)
University of Skopje (Republic of North Macedonia)
University of Pristina (Kosovo)
University of Salerno (Italy)

ПЕДАГОГІКА Й СУЧАСНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Збірник наукових праць

**VIII Міжнародної науково-практичної конференції
(16–17 листопада 2022 року)**

Рекомендовано до друку вченою радою
Донбаської державної машинобудівної академії
(протокол № 4 від 24.11.2022)

За загальним редагуванням С. О. Черненка

Краматорськ–Тернопіль
2022

УДК 796. 01 (06)

П 24

Редакційна колегія:

Iermakov Sergii, Gdansk University of Physical Education and Sport (Poland);
Супрун Д. М., д-р пед. наук, професор кафедри спеціальної психології та медицини факультету спеціальної та інклюзивної освіти Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова, (Україна); **Єфименко М. М.**, професор, Бердянський державний педагогічний університет (Україна);
Холодний О. І., канд. пед. наук, доц., декан факультету фізичного виховання Державного вищого навчального закладу «Донбаський державний педагогічний університет»; **Черненко С. О.**, канд. наук з фіз. вих. і спорту, доцент, в.о.завідувача кафедри фізичного виховання і спорту ДДМА (Україна); **Abdulla Elezi**, Faculty of Physical Education and Sport, University of Pristina, (Kosovo);
Georgiev Georgiev, Faculty of Physical Education, Sport and Health (Republic of North Macedonia); **Esposito Giovanni**, Department of Human, Philosophical and Education Sciences, University of Salerno (Italy).

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

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

Педагогіка й сучасні аспекти фізичного виховання : збірник наукових
П 24 праць VIII Міжнародної науково-практичної конференції (16–
17 листопада 2022) / за заг. ред. С. О. Черненка. – Тернопіль–
Краматорськ : ДДМА, 2022. – 162 с.
ISBN 978-617-7889-31-0.

У збірнику вміщено матеріали доповідей конференції, що висвітлюють актуальні проблеми фізичного виховання і спорту в Україні та за кордоном. Збірник розрахований на викладачів фізичної культури і спорту, спортсменів, докторантів, аспірантів.

ISBN 978-617-7889-31-0

УДК 796.011
© ДДМА, 2022

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	11
Жанна Малахова, Владлен Малахов. Розвиток особистості в процесі фізичного виховання студентів.....	11
Сергій Подлесний. Підвищення ефективності використання онлайн-технологій дистанційного навчання	16
Микола Мога. Сучасні особливості викладання дисциплін у закладах вищої освіти	20
Володимир Пристинський, Тетяна Пристинська. Формування ціннісних орієнтацій учнівської молоді засобами професійно-прикладного фізичного виховання	24
Віта Родигіна. Оптимізація занять студентів на дистанційному навчанні з фізичного виховання в умовах війни.....	29
Єгор Стребіж, Ніна Пастушкова. Підвищення психофізичної підготовленості майбутніх фахівців засобом калістеники	33
Дар'я Супрун. Імплементация програми розвитку мотивації збереження здоров'я фахівців галузі спеціальної та інклюзивної освіти	37
Олег Гончаренко, Анастасія Пономарьова. Взаємозв'язок фізичного виховання з рівнем успішності у навчальному процесі студентів закладів вищої освіти	41
Володимир Тимошенко, Сергій Тимошенко. Особливості використання технологій дистанційного навчання на заняттях із фізичного виховання	45

**РОЗДІЛ 2. ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ СПЕЦІАЛІСТІВ
З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ У ВИЩІЙ ШКОЛІ 49**

Владислав Гейтенко, Вікторія Дороніна. Проведення практичних занять з теорії і методики викладання спортивних ігор (волейбол) засобами дистанційних технологій 49

Владислав Гейтенко, Руслан Хріпушин. Розвиток вищої освіти в галузі фізичної культури і спорту у контексті філософських ідей освітньої парадигми 54

Ярослава Баннікова, Сергій Черненко. Дослідження якості дистанційного навчання студентів за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» 59

Олександр Єрмоленко, Данило Сафонов. Формування компонентів психолого-педагогічної готовності майбутніх тренерів з футболу до професійної діяльності в системі дитячо-юнацького футболу..... 64

Ніна Пастушкова. Формування спеціальних професійних компетентностей фітнес-тренерів у закладах вищої освіти України..... 69

Олена Арцибашева, Сергій Черненко. Проблема професійної підготовки фахівців із фізичного виховання і спорту за кордоном 74

Єлизавета Велігонова, Сергій Черненко. Розвиток вищої освіти у напрямку психолого-педагогічної спрямованості з проблем професійної підготовки тренерів 79

Анна Приймак, Надія Сало. Системний аналіз джерел фізичної культури і спорту з проблем професійної підготовки тренерів-викладачів 84

РОЗДІЛ 3. ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ	88
Абдула Елезі, Греса Елезі, Серьожа Гонтарев, Георгій Георгієв. Вікові тенденції в антропометричних характеристиках і фізичній підготовленості у македонських дітей: дослідження макфіта.....	88
Джованні Еспозіто, Франческа Д'Елія, Гаetano Райола. Методика сприяння розвитку інтелекту й ігрових навичок у молодіжному футболі.....	92
Сергій Єрмаков, Олег Худолій, Сергій Черненко, Юрій Долинний, Олег Олійник. Моделювання процесу навчання гімнастичних вправ школярів молодших класів.....	96
Юлія Мусхаріна, Данило Жижченко. Вплив психофізичного тренування на стан здоров'я студентів	101
Юрій Сорокін, Нестор Буряк. Засоби й методи розвитку координаційних здібностей юних баскетболістів на етапі початкової підготовки.....	105
Тетяна Брюханова. Атлетична гімнастика як засіб розвитку силової підготовки студентів	110
Сергій Черненко, Ігор Нестеренко, Олег Олійник. Теоретико-методичні підходи до вивчення рухової підготовки дітей шкільного віку.....	113
Олександр Холодний, Сергій Малюк. Особливості самооцінки дітей з особливими потребами, які займаються футболом.....	118
Оксана Солтис. Особливості організації та змісту фізичного розвитку дошкільників за технологією М. М. Єфименка	122

Володимир Мудрян. Особливості ціннісно-мотиваційного ставлення молоді до предмету «Фізична культура» 126

РОЗДІЛ 4. ПРОБЛЕМИ ОЗДОРОВЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ..... 130

Віра Базильчук, Людмила Сущенко. Культивування здорового способу життя студентів в освітньому середовищу університету 130

Павло Бочков. Методика розвитку рівноваги у дитини дошкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату 134

Едуард Шевченко. Організація рухової активності серед студентів технічного коледжу у процесі фізичного виховання..... 138

Володимир Філінков, Олександр Касьянюк. Дистанційне навчання фізичного виховання та організація індивідуальної програми студентів для підтримання здоров'я..... 142

РОЗДІЛ 5. СУЧАСНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ У СУСПІЛЬСТВІ..... 146

Микола Єфименко. Принцип дуальності у фізичній реабілітації дітей із порушеннями опорно-рухового апарату 146

Юрій Зюзін. Особливостей моторної та вербальної сфер дошкільників із мовленнєвими порушеннями 151

Михайло Литв'яков. Покращення емоційно-вольових проявів у дітей із порушеннями моторної сфери на етапі адаптації до водного середовища 155

Володимир Бесседа. Показники рухової активності дітей раннього та молодшого дошкільного віку з порушеннями психомоторики 159

CONTENTS

CHAPTER 1. CURRENT ISSUES OF PHYSICAL EDUCATION AT HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS	11
Zhanna Malahova, Vladlen Malakhov. Development of personality in the process of physical education of students	11
Serhii Podlesny. Increasing the efficiency of the use of online distance learning technologies.....	16
Mykola Moga. Modern features of teaching disciplines in institutions of higher education.....	20
Volodymyr Prystynskyi, Tetiana Prystynska. Formation of value Orientations of student youth by means of professional applied physical education.....	24
Vita Rodyhina. Optimization of engagement of students in distance Education in physical	29
Eghor Strebizh, Nina Pastushkova. Increasing psycho-physical fitness of future specialists calisthenics	33
Daria Suprun. Implementation of the motivation development program for specialists in the field of special and inclusive educationhealth preservation	37
Oleg Honcharenko, Anastasia Ponomaryova. Relationship of physical education with the level of success in the educational process of students of higher education institutions	41
Volodimir Tymoshenko, Sergiy Tymoshenko. The specific features of distance teaching technologies using at the physical training classes	45

CHAPTER 2. PROFESSIONAL TRAINING OF FUTURE SPECIALISTS
IN PHYSICAL CULTURE AND SPORTS AT HIGH SCHOOL..... 49

Heitenko Vladyslav, Doronina Victoria. Conduct of practical lessons on the theory and methods of teaching sports games (volleyball) using distance technologies 49

Vladyslav Heitenko, Ruslan Khripushyn. development of higher education in the field of physical culture and sports in the context of philosophical ideas of the educational paradigm 54

Yaroslava Bannikova, Serhii Chernenko. Research of quality of the controlled from distance studies of students special'nostyu 017 «Physical culture and sport» 59

Oleksandr Yermolenko, Danylo Safonov. Formation of components of psychological and pedagogical readiness of future football coaches for professional activities in the children's and youth football system 64

Nina Pastushkova. The special professional competences development of fitness coaches in higher education institutions of Ukraine 69

Helen Artsybasheva, Serhii Chernenko. The problem of professional training of specialists in physical education and sports abroad 74

Elizaveta Veligonova, Serhii Chernenko. Development of higher education in direction psikhologo-pedagogical to orientation from problems of professional preparation of trainers 79

Anna Priymak, Nadia Salo. System analysis of sources of physical culture and sports with the problem of professional training of coaches-teachers 84

CHAPTER 3. PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS
OF VARIOUS POPULATION GROUPS 88

Abdulla Elezi, Gresa Elesii, Seryozha Gontarev, Georgi Georgiev. Secular trends in anthropometric characteristics and health-related physical fitness in macedonian children: the makfit studies 88

Giovanni Esposito, Francesca D’Elia, Gaetano Raiola. A method to promote the development of intelligence and game skills in youth football..... 92

Sergii Iermakov, Oleg Khudolii, Serhii Chernenko, Yuriy Dolynniy, Oleg Oliynyk. Modeling the process of teaching gymnastic exercises to primary school classes..... 96

Yulia Muskharina, Danylo Zhizhchenko. Influence of psycho-physical training on students' health 101

Yurii Sorokin, Nestor Buryak. Means and methods of developing coordination skills of young basketball players at the stage of primary training..... 105

Tatiana Bryukhanova. Athletic gymnastics as a means of developing students strength training..... 110

Serhii Chernenko, Ihor Nesterenko, Oleg Oliynyk. Theoretical and methodological approaches to the study of motor training of school children..... 113

Alexandr Kholodnij, Serhii Malyuk. Characteristics of self-assessment of children with special needs who play football..... 118

O. Soltys. Features of the organization and content of the physical development of preschool students according to the method of M. M. Efimenka 122

Volodymyr Mudryan. Characteristics of the values and motivation attitudes of youth to the subject of physical culture	126
CHAPTER 4. PROBLEMS OF HEALTH-IMPROVING PHYSICAL CULTURE.....	130
Vira Bazylchuk, Liudmyla Sushchenko. Cultivation of a healthy lifestyle of students in the educational environment of the university	130
Pavel Bochkov. Methodology of balance development in preschool-age children with disorders of the musculoskeletal system.....	134
Eduard Shevchenko. Organization of motor activity among technical college students in the process of physical education.....	138
Volodymyr Filinkov, Oleksandr Kasianiuk Remote physical training that organization of individual student programs for health improvement.....	142
CHAPTER 5. MODERN ASPECTS OF PHYSICAL REHABILITATION IN SOCIETY	146
Mykola Efimenko. Duality principle in physical rehabilitation of children with musculoskeletal disorders	146
Yuriy Zyuzin. Characteristics of the motor and verbal spheres of preschoolers with speech disorders	151
Mykhailo Litvyakov. Improvement of emotional and volitional manifestations in children with motor disorders at the stage of adaptation to the aquatic environment	155
Vladimir Biesieda. Methodology of balance development in preschool-age children with disorders of the musculoskeletal system.....	159

РОЗДІЛ 1. АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

РОЗВИТОК ОСОБИСТОСТІ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ

Жанна Малахова¹, Владлен Малахов²

¹Донецький національний медичний університет,

²Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – встановити закономірні взаємозв'язки сутності, критеріїв, чинників і механізмів фізичного та психічного здоров'я особистості.

Матеріал і методи. У дослідженні прийняли участь 611 студентів 1-4 курсів медичного, стоматологічного та фармацевтичного факультетів Донецького національного медичного університету (208 (34%) - юнаки, 403 (66%) - дівчата). Для того, щоб оцінити потреби (мотиву) в досягненні, нами була використана методика розроблена Ю. М. Орловим. Тест спрямований на виявлення ступеня враженості потреби людини в досягненні успіху в будь-якій діяльності (тобто ступеня зарядженості на успіх).

Результати. За даними нашого дослідження 79% студентів мають середню оцінку рівня потреби у досягненні, що досить суттєво, однак підвищену оцінку потреби у досягненнях отримало 19% студентів, усі вони мають вище середнього рівень фізичної підготовленості. Нижче за середню оцінку рівня потреби у досягненні мали лише 2% студентів, а низьку та високу оцінку потреби не мав жоден зі студентів. До підвищеного рівню було віднесено 111 (18,2%±3,0%) студентів, з них 34 (16,4%±5,0%) юнаків і 77 (19,1%±3,8%) дівчат. Найбільша кількість студентів 483 (79,0%±3,3%) з котрих юнаків було 166 (79,8%±5,5%), а дівчат 317 (78,7%±4,0%) були віднесені до середнього рівню потреби у досягненні. Зниженою потреба у досягненні була виявлена всього у 17 (2,8%±1,3%) студентів, з них у 8 (3,9%±2,6%) юнаків та у 9 (2,2%±1,5%) дівчат. У жодного студента потреба у досягненні не була низькою.

Висновки. Отже, розгляд питання мотивації до рухової активності повинно відбуватися у спеціалізованому педагогічному процесі цілеспрямованої систематичної діяльності з формуванням життєво важливих рухових умінь, навичок, розвитком фізичних якостей разом з отриманням знань з медіко-біологічних дисциплін і використанням засобів підвищення фізичного стану, формуванням інтересів, потреб, ціннісних орієнтацій.

Ключові слова: фізичне виховання, студенти, саморозвиток.

Вступ

Одним з головних напрямків в процесі фізичного виховання студентів має бути діяльність, яка спрямована на збереження психічного та фізичного здоров'я. Нажаль специфічна спрямованість у використанні засобів, методів фізичного виховання поступово веде до розриву освіти з фізичною культурою. Унаслідок цього фізична культура як навчальна дисципліна у ЗВО не виконує повною мірою своєї важливої функції – формування ціннісного ставлення особистості до власного фізичного вдосконалення [1]. Тому питанню мотивації студентів до занять фізичною культурою і спортом необхідно приділити значну увагу.

На думку таких вчених як [2, 3, 5], заняття з фізичного виховання найбільш ефективні тоді, коли участь у них викликана відповідними мотивами. Включення студентів у відповідну навчальну діяльність стає головною умовою формування

мотивації. У такому разі особисті мотиви стають домінуючими, а навчання – активним та свідомим (Москаленко, & Корж, 2016).

Мета дослідження – встановити закономірні взаємозв'язки сутності, критеріїв, чинників і механізмів фізичного та психічного здоров'я особистості для більш глибокого розуміння проблеми студентської молоді в цілому, виявити новий зміст феномену самовдосконалення для побудови нової стратегії саморозвитку у фізичному вихованні.

Матеріал і методи

У дослідженні прийняли участь 611 студентів 1 – 4 курсів медичного, стоматологічного та фармацевтичного факультетів Донецького національного медичного університету (208 (34%) - юнаки, 403 (66%) - дівчата). Сьогодні вимагає більш детальний аналіз гендерного підходу до формування диференційованої організації навчального процесу з фізичного виховання, тому у своїй роботі ми звернули увагу та порівняли результати хлопців та дівчат у психологічному тесті визначення потреби в досягненні за методикою Орлова.

Зв'язок рівня фізичної підготовленості, зацікавленості, загального рівня самосвідомості та інтересів студентів дозволив оцінити передумови модернізації процесу фізичного виховання з метою пошуку найбільш оптимальних засобів і методів проведення фізкультурно-масової роботи, виявлення індивідуальних інтересів і потреб до занять фізичним вихованням і спортом в учбовий час та при самостійних заняттях. Для того, щоб оцінити потреби (мотиву) в досягненні, нами була використана методика розроблена Ю. М. Орловим (табл. 1). Тест спрямований на виявлення ступеня враженості потреби людини в досягненні успіху в будь-якій діяльності (тобто ступеня зарядженості на успіх).

Результати

За даними нашого дослідження 79 % студентів мають середню оцінку рівня потреби у досягненні, що досить суттєво, однак підвищену оцінку потреби у досягненнях отримало 19 % студентів, усі вони мають вище середнього рівень фізичної підготовленості.

Нижче за середню оцінку рівня потреби у досягненні мали лише 2% студентів, а низьку та високу оцінку потреби не мав жоден зі студентів.

Таблиця 1 – Потреба у досягненні за методикою Ю.М. Орлова, %

Рівні	юнаки		дівчата		всього	
	п	%	п	%	п	%
низький	0	-	0	-	0	-
знижений	8	3,9±2,6	9	2,2±1,5	17	2,8±1,3
середній	166	79,8±5,5	317	78,7±4,0	483	79,0±3,3
підвищений	34	16,4±5,0	77	19,1±3,8	111	18,2±3,0
високий	0	-	0	-	0	-
всього	208	100	403	100	611	100

Психологія мотивації в її нинішньому вигляді є однією з найбільш складних і суперечливих областей сучасної психології. Протягом дослідження на було виявлено осіб з високим рівнем потреби в досягненнях.

До підвищеного рівню було віднесено 111 (18,2%±3,0%) студентів, з них 34 (16,4%±5,0%) юнаків і 77 (19,1%±3,8%) дівчат, які за даними тестування відрізняються проявом таких рис: наполегливістю в досягненні своїх цілей; незадоволеністю досягнутим; постійним прагненням зробити справу краще, ніж раніше; схильністю сильно захоплюватися роботою; прагненням в будь-якому випадку пережити задоволення успіху; нездатністю погано працювати; потребою винаходити нові прийоми роботи у виконанні самих звичайних справ. Найбільша кількість студентів 483 (79,0%±3,3%) з котрих юнаків було 166 (79,8%±5,5%), а дівчат 317 (78,7%±4,0%) були віднесені до середнього рівню потреби у досягненні. Вони відрізнялись від інших відсутністю духу суперництва, бажанням, щоб і інші разом з ними пережили успіх і досягнення результату; незадоволеністю легким успіхом і несподіваною легкістю завдання; готовністю прийняти допомогу і допомагати іншим при вирішенні складних завдань, щоб спільно випробувати радість успіху. По суті, це потреба, яка перетворилася на особистісне властивість, установку. Зниженою потреба у досягненні була виявлена всього у 17 (2,8%±1,3%) студентів, з них у 8 (3,9%±2,6%) юнаків та у 9 (2,2%±1,5%) дівчат. У жодного студента потреба у досягненні не була низькою.

Висновки

Отже, розгляд питання мотивації до рухової активності повинно відбуватися у спеціалізованому педагогічному процесі цілеспрямованої систематичної діяльності з формуванням життєво важливих рухових умінь, навичок, розвитком фізичних якостей разом з отриманням знань з медико-біологічних дисциплін і використанням засобів підвищення фізичного стану, формуванням інтересів, потреб, ціннісних орієнтацій. Однак ця система була зруйнована стрімким скороченням годин відведених на заняття фізичним вихованням. В наслідок цього виникла необхідність у перегляді форми організації занять з фізичного виховання, враховуючи питання компетенції фізичної культури особистості.

Список літератури

1. Боченкова, Е. В. (2000). Самоописание физического развития: опросник: Мет. Пособие. Краснодар: КГАФК, 26 с. (in Russian).
2. Грибан, Г. П. (2014). Особливості фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів України. «Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка» Вип. 118. Чернігів: ЧЕПУ, 88 – 93. (in Ukrainian).
3. Дутчак, М. В., Круцевич Т.Ю., & Трачук С. В. (2010), Концептуальні напрями вдосконалення системи фізичного виховання школярів і студентів для впровадження здорового способу життя. Спортивний вісник Придніпров'я, (2–3), 116 – 120. (in Ukrainian).
4. Москаленко, Н., & Корж Н. (2016). Технологія формування ціннісного ставлення у студентів до самостійних занять фізичною культурою. Спортивний вісник Придніпров'я, 201 – 206. (in Ukrainian).
5. Круцевич, Т. Ю. (2018). Двигательная активность и качество жизни человека в современном обществе. Спортивний вісник Придніпров'я, 175 –185.
6. Сидорчук, Т., & Анастасьєва З. (2019). Мотиваційно-ціннісні орієнтації студентів щодо рекреаційної діяльності. Спортивний вісник Придніпров'я, 158 – 166. (in Ukrainian).
7. Шиян, В., & Свадковська Є. (2016). Мотиваційне ставлення студентів вищих навчальних закладів до фізичного виховання і спорту. Спортивний вісник Придніпров'я, 253 – 258. (in Ukrainian).

DEVELOPMENT OF PERSONALITY IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS

Zhanna Malahova¹, Vladlen Malakhov²

¹ Donetsk National Medical University

² Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study is to establish the regular relationships between the essence, criteria, factors and mechanisms of the physical and mental health of an individual.

Material and methods. 611 students of the 1st – 4th years of the medical, dental and pharmaceutical faculties of the Donetsk National Medical University (208 (34%) - boys, 403 (66%) - girls) took part in the study. In order to assess the needs (motivation) for achievement, we used the method developed by Yu. M. Orlov. The test is aimed at identifying the degree of impression of a person's need to achieve success in any activity (that is, the degree of being charged for success).

The results. According to our research, 79% of students have an average rating of the level of need for achievement, which is quite significant, however, 19% of students received an increased rating of need for achievement, all of them have an above average level of physical fitness. Only 2% of students had a lower than average assessment of the level of need for achievement, and none of the students had a low or high assessment of need. 111 (18.2%±3.0%) students were assigned to the advanced level, of which 34 (16.4%±5.0%) were boys and 77 (19.1%±3.8%) were girls. The largest number of students was 483 (79.0%±3.3%), of which 166 (79.8%±5.5%) were boys, and 317 (78.7%±4.0%) girls were classified as average level of need for achievement. A reduced need for achievement was found in only 17 (2.8%±1.3%) students, of which 8 (3.9%±2.6%) were young men and 9 (2.2%±1.5 %) girls. No student had a low need for achievement.

Conclusions. Therefore, consideration of the issue of motivation for motor activity should take place in a specialized pedagogical process of purposeful systematic activity with the formation of vital motor skills, skills, development of physical qualities together with the acquisition of knowledge from medical and biological disciplines and the use of means of improving physical condition, the formation of interests, needs, value orientations.

Key words: physical education, students, self-development.

Information about the authors:

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

Vladlen Malakhov: vladlen.malakhov@gmail.com, student Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



INCREASING THE EFFICIENCY OF THE USE OF ONLINE DISTANCE LEARNING TECHNOLOGIES

Podlesny Sergey

Donbass State Engineering Academy

Abstract

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

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

Results. Distance learning technologies are a combination of the latest information methods and forms of development that provide the educational process at a distance. The most effective and promising technologies used in online education are considered.

Conclusions. Today, the toolkit of distance education is so wide that encyclopedias of online education formats are already being compiled. It is possible to improve the quality of training of specialists in the distance learning system only if the most effective and promising technologies are used.

Keywords: distance learning, distance learning technologies, learning games, interactive simulators, scribing, chatbot, virtual reality, e-courses.

Introduction

Online learning has long ceased to be a set of lectures that can be viewed on a computer. Today it is an effective tool for gaining knowledge. Distance learning technologies have reached a new level and become more accessible. The analysis of publications and studies showed that distance learning is considered as one of the trends in the development of information technologies in education [1, 2, 3, 4]. The relevance of the study is due to the need to work on improving the distance format and the development of educational online platforms in the long term.

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

Material and methods

The object of the study was distance learning in higher educational institutions. The subject of the study were technologies, mechanisms, programs that increase the effectiveness of distance learning. In preparing and conducting a pedagogical study, the following methods were used: the study and analysis of scientific literature and Internet materials on the topic of distance learning.

Results

Not so long ago, the remote format was considered complex and incomprehensible. But today it is actively used in all educational fields. By online learning, many still understand the work of a teacher and a student at a distance. In fact, this concept is much broader. Distance learning technologies are a set of the latest information methods and forms of development that provide the educational process at a distance. From an educational point of view, e-learning gives you the choice of participating in live webinars, chatting and asking questions of the lecturer (synchronous format), or viewing recorded and prepared lessons in your spare time (asynchronous format).

The future of distance learning is not just a cliché, but a reality. Online education technology for schoolchildren, students, office workers and enterprise workers has a number of significant advantages: 1) Education from anywhere in the world and at any convenient time facilitates access to education for people with disabilities, from remote areas and foreigners; 2) Reduction of operating costs for business – no need to rent halls, "write out" a foreign coach and pay travel expenses for employees; 3) Online learning can be planned independently, for example, at home or during lunch, without disturbing the work schedule; 4) Hundreds of employees from remote offices or students from different countries can be trained at the same time, without worrying about the number of places in the training; 5) Educational materials are stored in a common virtual database, to which each participant has access; 6) Automatic analytics and control of the learning process through various graphs, reports and continuous monitoring; 7) Individual training according to the scheme of continuous education, which allows keeping the employee in good shape, thereby increasing his demand in the labor market.

6 modern distance learning technologies. Education using distance learning technologies includes not only familiar webinars and conferences in Zoom. To date, the toolkit is so wide that encyclopedias of online education formats are already being compiled. Consider the most effective and promising technologies used in online learning.

Educational games. Distance learning information technologies do not necessarily imply tons of material in audio and video format. Often, situation modeling is suitable for effective training. Modern virtual tools make it easy to introduce an educational game into the online learning system. These can be both personal and multiplayer educational games.

Dialogue simulators dialogue simulator is not a memorization of well-worn phrases, but an irreplaceable assistant. He is a virtual character with whom it is necessary to conduct a conversation correctly. Such a text case well forms communication skills during negotiations, presentations, concluding a deal, communicating with colleagues or partners.

Scribing. To scribe - from English. "to write" in this context means more like "drawing by hand". The essence of scribing is accompanying textual information with visual images. Our brain remembers what it sees much better than what it hears. Graphic and dynamic presentations are well perceived and remembered. Students quickly absorb large amounts of dry theory and immediately apply the knowledge they have received.

A chatbot is a special program for messengers and social networks that "knows" how to ask and answer questions, search for information, accept orders and perform simple tasks automatically. These are self-made robots programmed to communicate with users. Modern chatbots have artificial intelligence and imitate live communication well. Every day they become more "human", learn to recognize emotions and conduct analytics. This is the educational technology of the future, which combines an individual approach and involvement in the learning process.

Virtual reality. Many people are familiar with the technology of virtual reality (VR, virtual reality) thanks to games. But it is expanding its horizons and is already actively used for educational purposes. With the help of VR, you can create spectacular simulations: a person puts on glasses and enters the workspace - for example, an airplane pilot enters a virtual cockpit. Professional skills are developed very quickly, while in complete safety.

Electronic courses. An online course can combine several of the above methods

at once, as well as contain the usual formats and types of content - video, text, webinar, podcast, animated infographics, educational chat and practical exercises. And training organizers can conduct exams and online testing, control the speed and learning outcomes of all participants.

Conclusions.

Today, the toolkit of distance education is so wide that encyclopedias of online education formats are already being compiled. It is possible to improve the quality of training of specialists in the distance learning system only if the most effective and promising technologies are used.

REFERENCES

1. Sysoieva, S. O., & Osadcha K. P. (2019). Stan, tekhnolohii ta perspektyvy dy-stantsiinoho navchannia u vyshchii osviti Ukrainy. Informatsiini tekhnolohii i zaso-by navchannia, Tom 70, (2), 271 – 284.
2. Ashytok, N. (2021). Nova osvitnia realnist: dystantsiina osvita vyshchii shkoli v umovakh pandemii. Molod i rynok 3(189),11 – 14.
3. Shevchuk, H. Y. (2021). Dystantsiine navchannia u vyshchii shkoli: perevahy, nedoliky, perspektyvy. Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Seriiia 5. Pedagogichni nauky: realii ta perspektyvy. Vypusk 79 tom 2, 205 – 209.
4. Da Costa, F. R., Pelissari A. S., & Gonzalez I. V. (2019). “Corporate Image of Public Higher Education Institutions: Relevant Factors to Distance Learning Students”, Turkish Online Journal of Distance Education, vol. 19 (1), pp. 117 – 135. <https://doi.org/10.17718/tojde.382738>

ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ОНЛАЙН-ТЕХНОЛОГІЙ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

Сергій Подлесний

Донбаська державна машинобудівна академія

Мета дослідження – аналіз переваг, тенденцій, перспективних напрямків розвитку дистанційної освіти з використанням найбільш ефективних технологій.

Матеріали та методи. Об’єктом дослідження було дистанційне навчання у вищих навчальних закладах. Предметом дослідження були технології, механізми, програми, що підвищують ефективність дистанційного навчання. Методи: вивчення та аналіз наукової літератури та матеріалів мережі Інтернет.

Результати. Технології дистанційного навчання – це поєднання новітніх інформаційних методів і форм розвитку, що забезпечують освітній процес на відстані. Розглянуто найбільш ефективні та перспективні технології, які використовуються в онлайн-навчанні.

Висновки. На сьогоднішній день інструментарій дистанційного навчання настільки широкий, що вже складаються енциклопедії форматів онлайн-освіти. Підвищити якість підготовки фахівців у системі дистанційного навчання можливо лише за умови використання найбільш ефективних і перспективних технологій.

Ключові слова: технології дистанційного навчання, навчальні ігри, інтерактивні тренажери, скрайбінг, чат-бот, віртуальна реальність, електронні курси.

Information about the author:

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

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



СУЧАСНІ ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІН У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Микола Мога

Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

Анотація

Метою дослідження є систематизація та аналіз професійного викладання викладачів закладів вищої освіти.

Методи: аналіз інформаційних джерел з проблеми, гіпотетичний метод, педагогічні спостереження.

Результати. Система взаємовідносин між викладачем та студентами при засвоєні дисциплін у закладах вищої освіти.

Висновки. Підсумовуючи проведене дослідження, можна зробити висновок, що формування сучасної підходів до викладання в системи вищої освіти повинно базуватися на поєднанні теоретично-практичних знань з практичним життям при викладанні дисциплін у ЗВО в підготовки майбутніх викладачів, фахівців.

Ключові слова: викладач, система викладання, педагогічний процес, студент.

Вступ

Особливість педагогічної освіти полягає в тому, що її отримують скрізь, де б людина не була та чим би вона не займалася. Реалізація концепції педагогічної (корекційної) освіти пов'язана з вибором технологій, методів, засобів і способів навчання, тобто методики викладання любого навчального предмета. Викладач має бути відносно вільним у виборі способів розподілу навчального матеріалу та способів викладання, тобто комплексу методичних напрямів та засобів навчання, оскільки значна частка педагогічного успіху залежить саме від методики викладання [1, 3].

Метою дослідження є систематизація та аналіз професійного викладання викладачів закладів вищої освіти.

Матеріали і методи

В нашому дослідженні приймали участь викладачі закладів вищої освіти. В своєму дослідженні ми використовували такі методи: аналіз інформаційних джерел, гіпотетичний метод, педагогічні спостереження.

Результати

Система взаємовідносин між викладачем та студентами при засвоєні дисциплін зможе повноцінно функціонувати, як що буде мати такий вигляд:

ВИКЛАДАЧ ↔ ПРОЦЕС ВИКЛАДАННЯ (навчання) ↔ СТУДЕНТИ

Викладач - це людина, яка навчає та ділиться знаннями з іншими, можна назвати справою всього життя:

1. Має свою особливу харизму, свій авторський стиль викладання дисциплін.
2. Базує процес навчання на практично-теоретичні основі.
3. Досконале володіти своєю науково-практичною проблематикою.
4. Оптимальний баланс між вивченням теоретичних основ і практичним життям.
5. Авторитет викладача – багаторічна ефективна педагогічна практика.

Принципи роботи викладача в ході становлення й розвитку у студентів інтересів до навчання:

- організувати навчання, щоб студент діяв активно, залучався до процесу самостійного пошуку та “відкриття” нових знань, вирішував питання різного характеру;
- зробити навчальну працю цікавою, корисною та різноманітною;
- гранично чітко пояснити студенту користь знання, його доцільність;
- зв’язувати новий матеріал з уже засвоєними знаннями, оскільки він буде в такий спосіб цікавішим і таким, що легше засвоюватиметься;
- зробити навчання важким, але підсильним;
- частіше перевіряти та оцінювати роботу студента, збільшуючи в такий спосіб його мотивацію до праці;
- зробити яскравим, емоційним як навчальний матеріал, так і сам фон заняття [2, 4].

Студент – це учень, який ретельно займається в освітнього закладу при освоєні майбутньої професії, якому можуть заважати сприймати викладача, його предмет, знання де які причини:

1. Втрата інноваційних позиції викладачем.
2. Нерозуміння викладача.

3. Повільне, самостійне досягнення матеріалу.
4. Інерція педагога.
5. Надмірне переконання.
6. Нестача часу.

У разі надмірної позитивної мотивації є діалектика взаємозв'язку між формою подавання лекційного матеріалу, прикладами з практики. Насичене психо-емоційне спілкування, присутність творчого горіння та наснага, одним словом, повинно відбуватися справжнє навчання, освіта, суть яких – плідне, розвиваюче поєднання знань з рисами особистості викладача.

Справжній педагог має стати на один рівень зі студентом і поступово піднімати його до відповідного рівня, стимулюючи активний слухацько-зоровий інтерес до матеріалу, що викладається. А ще викладачеві слід пам'ятати, що є не так багато людей, яким цікаво те, що знає він. Справа викладача максимально розширити це коло та зробити їх однодумцями. [5].

Педагогічний процес (викладання дисциплін). Характеристика сучасних підходів до навчання:

1. Люди вчаться швидко, якщо вони безпосередньо залучені до вирішення реальних проблем.
2. Навчання в аудиторії не змінює поведінку людини, практика дає значно більше.
3. Найкраще вчиться людина, коли її роль активна, а не пасивна.
4. Краще активно вчитись на якомусь прикладі самому, ніж багато разів слухати про нього.

Висновки

Підсумовуючи проведені дослідження, можна зробити висновок, що формування сучасної підходів до викладання в системі вищої освіти повинно базуватися на поєднанні теоретично-практичних знань з практичним життям при викладанні дисциплін у ЗВО в підготовки майбутніх викладачів, фахівців.

Список літератури

1. Вітвицька, С. С. (2003). Основи педагогіки вищої школи. К.: Центр навч. л-ри, 309 с.
2. Іщенко, Л. В. (2016). Методика викладання фахових дисциплін у ВНЗ: навчальний посібник. Умань: «Візаві», 99с.
3. Краус, Н. М. (2012). Методологія та організація наукових досліджень: навч.-метод. посібник. Полтава: Оріяна, 183 с.
4. Слєпкань, З. І. (2000). Наукові засади педагогічного процесу у вищій школі: Для студентів магістрів. К.: НПУ, 210 с.
5. Фіцула, М. М. (2014). Педагогіка вищої школи: навч. посіб. К.: «Академвидав», 456 с.

MODERN FEATURES OF TEACHING DISCIPLINES IN INSTITUTIONS OF HIGHER EDUCATION

Mykola Moga

Dnipro National University named after Oles Honchar

The purpose of the research is the systematization and analysis of professional teaching of teachers of higher education institutions.

Methods: analysis of information sources on the problem, hypothetical method, pedagogical observations.

The results. The system of relations between the teacher and students during the learning of disciplines in institutions of higher education.

Conclusions. Summarizing the conducted research, it can be concluded that the formation of modern approaches to teaching in higher education systems should be based on a combination of theoretical and practical knowledge with practical life in teaching disciplines in higher education institutions in the preparation of future teachers and specialists.

Key words: teacher, teaching system, pedagogical process, student.

Information about the author:

Moga Mykola: moga2003@ ukr.net; <https://orcid.org/0000-0001-6463-9426>; Department of Pedagogy and Special Education of the Dniprovsk National University named after Oles Honchar, Gagarin Avenue, 72, Dnipro, 49000, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ ЗАСОБАМИ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОГО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Володимир Пристинський, Тетяна Пристинська

ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»

Анотація

Мета дослідження – визначити та науково обґрунтувати показники розвитку ціннісних орієнтацій учнівської молоді на засадах впровадження інтерактивних технологій професійно орієнтованого фізичного виховання.

Матеріал і методи. Впровадження та експериментальна перевірка ефективності заходів професійно орієнтованого фізичного виховання здійснювалась у Маріупольському вищому металургійному професійному училищі № 99 (n=34), Маріупольському технічному ліцеї (n=27), Маріупольському професійному машинобудівному ліцеї (n=31) протягом 2019 – 2020 навчального року. Були застосовані наступні методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, опитування, анкетування, методи математичної статистики.

Результати. Педагогічний експеримент проводився за розкладом навчально-виховного процесу з фізичного виховання (три заняття на тиждень) на основі експериментальної програми, яка регламентувала планування, організацію, контроль, регулювання, корекцію і стимулювання розвитку ціннісних орієнтацій учнів. У процесі педагогічного експерименту навчальні (академічні) групи учнів розподілялись на діади (2 особи), тріади (3 особи), мікрогрупи (4 – 7 осіб), малі групи (8 – 12 осіб), що сприяло ефективному формуванню ціннісних орієнтацій (здібностей до самоорганізації, працьовитості, наполегливості, самооцінки тощо), а також сформованості мотивації успішної діяльності.

Висновки. Впровадження заходів професійно орієнтованого фізичного виховання здійснювалось шляхом реалізації адекватних засобів, методів, педагогічних технологій, інтерактивних форм організації навчально-виховного процесу учнів, побудованих на засадах діагностично визначених цілей і завдань професійної підготовки майбутніх фахівців. Було встановлено, що процес формування ціннісних орієнтацій учнів засобами професійно орієнтованого фізичного виховання має бути структурований як педагогічна система відкритого типу з комплексом організаційно-педагогічних умов, що забезпечують оптимальне її функціонування в освітньо-виховному середовищі закладу освіти.

Ключові слова: професійно-прикладна фізична підготовка, виховний потенціал, ціннісні орієнтації, учнівська молодь.

Вступ

Фізична культура та невід’ємна її складова – професійно-прикладна фізична підготовка, розглядаються як цілеспрямована діяльність, що орієнтована на створення ефективних умов для фізичного й духовного розвитку учнівської молоді на засадах загальнолюдських цінностей, які б сприяли моральному, естетичному і професійному становленню з метою подальшої самореалізації [1, 2, 6]. Педагогічних системах ефективно реалізуються інтерактивні форми освітньо-виховної діяльності учнів, використовуються різноманітні психолого-педагогічні ситуації виховного спрямування, вирішення яких підкріплюється результатами їх психомоторної діяльності, психоемоційного переживання і каузальним типом атрибутування. Відомі автори (Духовний, 2003; Осіщов

&Пристинська, 2005; Компанієць, 2009) стверджують, що фізичне виховання забезпечує формування моральних і духовних якостей особистості, психомоторний розвиток, профілактику захворювань, реабілітацію.

Аналіз стану фізичного виховання, показав потребу в розробці нових науково-технологічних і організаційно-педагогічних підходів, здатних до розв'язання актуальної соціально-педагогічної проблеми, сутність якої полягає в упровадженні в освітньо-виховне середовище закладу освіти організаційно-педагогічних чинників та технологій формування ціннісних орієнтацій, в тому числі й засобами професійно орієнтованого фізичного виховання (професійно-прикладної фізичної підготовки) (Хомич, 2006; Podolski, 2007; Ільченко, 2014).

Мета дослідження – визначити та науково обґрунтувати показники розвитку ціннісних орієнтацій учнівської молоді на засадах впровадження інтерактивних технологій професійно орієнтованого фізичного виховання.

Матеріал і методи

Експериментальна перевірка ефективності впроваджених заходів професійно орієнтованого фізичного виховання здійснювалась у Маріупольському вищому металургійному професійному училищі № 99 (n=34), Маріупольському технічному ліцеї (n=27), Маріупольському професійному машинобудівному ліцеї (n=31) впродовж 2019 – 2020 навчального року. Контрольна (КГ) й експериментальна (ЕГ) групи були укомплектовані учнями (юнаки віком 15 – 17 років), які за станом здоров'я віднесені до основної групи.

Результати дослідження

Результати формувального експерименту свідчать, що під впливом експериментальної програми в учнів ЕГ відбулися статистично закономірні позитивні зміни.

Аналіз результатів експерименту дає аргументовані підстави стверджувати, що інтеріоризаційне засвоєння учнями цілей формування ціннісних орієнтацій засобами професійно орієнтованого фізичного виховання, їх подальша диференціація на рівні конкретних уроків, форм позаурочної фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи, самостійних занять обумовили

виникнення системного ефекту кумулятивного виховного впливу середовища навчального закладу. Було встановлено, що рівень розвитку показників ціннісних орієнтацій учнів ЕГ у порівнянні з аналогічними показниками учнів КГ мав статистично достовірну динаміку зростання.

Вплив інтерактивних методів і педагогічних технологій освітньо-виховної діяльності учнів, спрямованих на формування ціннісних загальнолюдських і фахових орієнтацій, ставлення до власної особистості як соціально-особистісної цінності обумовило високу динаміку формування позитивного ставлення до історичної пам'яті народу; позитивного ставлення до Батьківщини; поваги до прав і свобод інших народів; соціальних обов'язків в учнів; позитивного ставлення до культури країни.

Наступною дією в оцінці ефективності впроваджених заходів професійно орієнтованого фізичного виховання учнів було визначення їх впливу на розвиток здатності до самовиховання і самоосвіти. Встановлено, що систематичний вплив інтерактивних форм професійно орієнтованого фізичного виховання (суб'єкт-суб'єктні механізми взаємодії, взаємного виховного впливу тощо) забезпечили позитивну динаміку в розвитку самовиховання і самоосвіти, на засадах яких реалізуються потреби до неперервної освіти, розвитку і збереження психосоматичного здоров'я, фахового вдосконалення, професійної мобільності.

Результатом ефективності виховного впливу фізичного виховання була динаміка розвитку в учнів таких ціннісних орієнтацій, як самоорганізованість, працьовитість, наполегливість, самооцінка.

Висновки

Впровадження заходів професійно орієнтованого фізичного виховання здійснювалось шляхом реалізації адекватних засобів, методів, педагогічних технологій, інтерактивних форм організації навчально-виховного процесу учнів, побудованих на засадах діагностично визначених цілей і завдань професійної підготовки майбутніх фахівців. Було встановлено, що процес формування ціннісних орієнтацій учнів засобами професійно орієнтованого фізичного виховання має бути структурований як педагогічна система відкритого типу з

комплексом організаційно-педагогічних умов, що забезпечують оптимальне її функціонування в освітньо-виховному середовищі закладу освіти.

Список літератури

1. Боднар, І. Р., Стефанишин М. В., & Петришин Ю. В. (2016). Оцінювання рівня фізичної підготовленості учнів старших класів з урахуванням показників фізичного розвитку. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. (6), 9 – 17.
2. Дзундза, А. І. (2002). Фізичне виховання – чинник всебічного розвитку особистості майбутнього фахівця. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. (13), 9 – 14.
3. Духовний, Л. Ф. (2003). Нетрадиційні підходи до навчання руховим діям у вправах з професійно-прикладною спрямованістю. *Теорія і практика фізичного виховання*. (2), 40 – 47.
4. Ільченко, А. І. (2014). Формування ціннісного ставлення до оздоровчої та розвивальної рухової діяльності. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 18(1), 280 – 288.
5. Компанієць, Ю. А. (2009). Інформаційне забезпечення формування здорового стилю життя як ціннісної орієнтації. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 7, 77 – 81.
6. Осіпцов, А. В., Пристинська Т. М., & Макущенко І. В. (2007). Фізична культура професійно-прикладної спрямованості як невід’ємна складова загальної культури особистості сучасного фахівця. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. (11), 67 – 69.
7. Осіпцов, А. В., & Пристинська Т. М. (2005). Новітні технології в структурі професійно-прикладної фізичної підготовки учнів навчально-виховних закладів нового типу (технічний ліцей). *Молода спортивна наука України*. 9, 94 – 99.
8. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи (2000). Укр. ін-т соц. дослідж. URL: <http://www.health.gov.ua/health.nsf/7cd>
9. Хомич В. М. (2006). Особливості фізичного стану майбутніх фахівців технічного профілю. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 10, 118 – 121.
10. Podolski A. (2007). Subkultura «szalikowcyw» w ujeciu psychologow i socjologow. *Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи*, 580 – 589.

FORMATION OF VALUE ORIENTATIONS OF STUDENT YOUTH BY MEANS OF PROFESSIONAL APPLIED PHYSICAL EDUCATION

Volodymyr Prystynskyi, Tetiana Prystynska

Donbas State Pedagogical University

The purpose of the study is to determine and scientifically substantiate the indicators of the development of value orientations of student youth on the basis of the implementation of interactive technologies of professionally oriented physical education.

Material and methods. The implementation and experimental verification of the effectiveness of vocationally oriented physical education measures was carried out in Mariupol Higher Metallurgical Vocational School № 99 (n=34), Mariupol Technical Lyceum (n=27), Mariupol Professional Mechanical Engineering Lyceum (n=31) during the 2019 – 2020 academic year. The following research methods were used: analysis of scientific and methodological literature, pedagogical observation, surveys, questionnaires, methods of mathematical statistics.

Results. The pedagogical experiment was conducted according to the schedule of the educational process in physical education (three classes per week) based on the experimental program, which regulated planning, organization, control, regulation, correction and stimulation of the development of students' value orientations. During the pedagogical experiment, educational (academic) groups of students were divided into dyads (2 people), triads (3 people), microgroups (4 – 7 people), small groups (8 – 12 people), which contributed to the effective formation of value orientations (ability to self-organization, diligence, perseverance, self-esteem, etc.), as well as the formation of motivation for successful activity.

Conclusions. The implementation of measures of professionally oriented physical education was carried out through the implementation of adequate means, methods, pedagogical technologies, interactive forms of organization of the educational and educational process of students, built on the basis of diagnostically determined goals and tasks of professional training of future specialists. It was established that the process of forming students' value orientations by means of professionally oriented physical education should be structured as an open-type pedagogical system with a complex of organizational and pedagogical conditions that ensure its optimal functioning in the educational and educational environment of the educational institution.

Key words: vocational and applied physical training, educational potential, value orientations, student youth.

Information about the authors:

Prystynskyi Volodymyr: v.prystynskyi@hotmail.com; <http://orcid.org/0000-0003-1681-3543>; faculty of physical education, Donbass State Pedagogical University St. G. Batyuka, 19, Slovyansk, 84116, Ukraine.

Prystynska Tetiana: v.prystynskyi@hotmail.com; <http://orcid.org/0000-0001-9377-5013>; faculty of physical education, Donbass State Pedagogical University St. G. Batyuka, 19, Slovyansk, 84116, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ОПТИМІЗАЦІЯ ЗАНЯТЬ СТУДЕНТІВ НА ДИСТАНЦІЙНОМУ НАВЧАННІ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В УМОВАХ ВІЙНИ

Віта Родигіна

Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»

Анотація.

Мета дослідження - визначити рівень мотивації до використання засобів фізичної активності студентів, для оптимізації занять з фізичного виховання.

Методи та результати. У дослідженні брали участь студенти 1-3 курсів (усього 103 людини) 87,2% дівчат та 12,8% юнаків. Були застосовані наступні методи: анкетування, метод математичної статистики, педагогічний експеримент, метод педагогічного спостереження.

Результати. У дослідженні встановлено, що студенти щодня виконують фізичні вправи – 52,7 %, займаються лише за розкладом занять для надання звіту викладачеві та отримання заліку – 32,3 %. Види фізичної активності, найцікавіші для студентів: біг та катання на велосипеді – 10,7 %, йога – 14,2 %, заняття гімнастикою – 75,1 %. Негативними мотивами були: завантаженість навчальними завданнями з інших дисциплін – 10,7 %, низький рівень фізичної підготовленості – 7,1 %, нервова перенапруга, пов'язана з війною – 27,1 %, нецікаво організована заняття – 18,5 %, відсутність сприятливих умов для занять – 36,6 %. Підвищену дратівливість відчували 10,6% студентів, середня дратівливість спостерігалася у 39,2%, низька – 50,2%. Порушення сну було властиво 64,3% студентів. Зазнавали дефіциту живого спілкування 64,2 % респондентів, почуття млявості, розсіяності, втоми – 53,4 %.

Висновки. Для оптимізації занять в онлайн форматі викладач повинен чітко розподіляти навантаження та зацікавити студента сучасною інформацією, ефективними вправами, які можна виконувати в домашніх умовах, заряджати студентів позитивом та оптимізмом, компенсувати нестачу спілкування.

Ключові слова: студенти, фізичне виховання, мотивація, навчання онлайн.

Вступ

У зв'язку з російською військовою агресією 2022 року проти нашої країни, весь освітній процес було переведено на дистанційний режим, у східній та північній частині України. Студенти вищих навчальних закладів, змушені займатися формою дистанційного навчання, яка вплинула на структуру навчального заняття, стиль викладання та спосіб життя в цілому. Це супроводжується великою емоційною напругою, порушенням режиму роботи (велику кількість часу проводять біля монітора комп'ютера) та відпочинку, збільшенням обсягу живлення та максимально зниженою руховою активністю.

Фактор, що рушить людину займатися фізичною культурою, особливо в період онлайн навчання, для реалізації рухової активності, називається мотивацією. Мотивація до фізичної активності – особливий стан особистості, спрямоване досягнення оптимального рівня фізичної підготовленості та працездатності [3]. Щоб мотивувати студента бути фізично активним, необхідно правильно підібрати до нього загальний та особистісний підходи [2]. Мотиви до фізичної активності зобов'язані не просто закликати студента до фізичної

діяльності, але й мати осмислений характер. Тому так важливо правильне, раціональне поєднання практичної діяльності з теоретичної. Теорія розкриває розуміння важливості занять фізичною культурою та спортом, допомагає сформуванню у людини бажання отримувати знання для розвитку та оздоровлення свого організму [1].

Актуальність дослідження обумовлена отриманням кількісних показників щодо мотивації занять руховою активністю.

Зв'язок роботи з науковими програмами. Робота виконана відповідно до плану науково дослідної роботи кафедри фізичного виховання і спорту Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут».

Мета дослідження – визначити рівень мотивації до використання засобів фізичного виховання студентів. Беручи до уваги особливості дистанційного навчання в умовах війни, знайти засоби та методи для оптимізації та інтенсифікації занять з фізичного виховання студентів.

Матеріали і методи

Для вирішення цього завдання було проведено анкетування, в якому брали участь студенти 1-3 курсів (усього 103 людини) навчально-науковий інститут економіки, менеджменту та міжнародного бізнесу НТУ «ХПІ» (ННІ ЕММБ) 87,2% дівчат та 12,8% юнаків. Для вирішення поставлених завдань були застосовані методи: анкетування, метод математичної статистики, педагогічний експеримент, метод педагогічного спостереження.

Результати дослідження

Усі студенти на практичних заняттях займалися в основній групі. Оцінюючи свою фізичну активність у період дистанційного навчання, студенти зазначили, що щодня виконують фізичні вправи – 52,7 %, займаються лише за розкладом занять для надання звіту викладачеві та отримання заліку – 32,3 %. На запитання «Які Ваші мотиви до занять фізичною культурою в період дистанційного навчання?» були отримані відповіді, що 52% студентів займаються для зміцнення здоров'я, зміни видів діяльності, активного відпочинку, задоволення потреб у русі, 8,8% – для контролю за масою тіла, 39,2%

– для зняття психологічного стресу. Виявлено види фізичної активності, найцікавіші для студентів у період дистанційного навчання: біг та катання на велосипеді (студенти живуть у замських будинках) – 10,7 %, йога – 14,2 %, заняття гімнастикою – 75,1 %. Негативними мотивами для студентів у заняттях фізичними були: завантаженість навчальними завданнями з інших дисциплін – 10,7 %, низький рівень фізичної підготовленості – 7,1 %, нервова перенапруга, пов'язана з війною – 27,1 %, нецікаво організована заняття – 18,5 %, відсутність сприятливих умов для занять – 36,6 %. Були бажання надалі проходити навчання дистанційно 36,7% респондентів, 63,3% студентів віддали перевагу аудиторному навчанню, 42,0% опитуваних висловилися за проведення практичних занять з фізичного виховання дистанційно, 58,0% вибрали заняття у спортивному керівництвом викладача. Студенти, оцінюючи своє психічне здоров'я за умов війни, відзначили високу тривожність у 71,0 % випадків, помірну – у 17,8 %, низьку – у 10,6 %. Підвищену дратівливість відчували 10,6% студентів, середня дратівливість спостерігалася у 39,2%, низька – 50,2%. Порухення сну було властиво 64,3% студентів. Зазнавали дефіциту живого спілкування 64,2 % респондентів, почуття млявості, розсіяності, втоми – 53,4 %. Більшість студентів були мотивовані на щоденні самостійні заняття фізичним вихованням, але все одно залишалось багато студентів, які займалися фізичними вправами в період самоізоляції заради отримання заліку, лише двічі на тиждень за розкладом занять вузу.

Висновки

Відмінність дистанційного навчання від очного полягає в тому, що – студент проявляє високий рівень самосвідомості, силу волі та бажання займатися фізичними вправами. Для оптимізації занять в такому форматі роботи викладач повинен чітко розподіляти навантаження та зацікавити студента сучасною інформацією, ефективними вправами, які можна виконувати в домашніх умовах, компенсувати нестачу спілкування.

Список літератури

1. Авдєєнко, І. М. (2017). Культура здоров'я студентів та середовищний підхід до її розвитку в умовах вищого навчального закладу. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: Колективна монографія. Харків, 488 с.
2. Балбенко, С. Ю. (2008). Виховання в студентів інтересу до занять фізичною культурою. Фізичне виховання дітей і молоді. К., 402 с.
3. Дехтяр, В. (2005). Фізичне виховання студентів вищих навчальних закладів: Навч. посіб. – К.: Екмо, 219 с.
4. Іванченко, Л. П. (2007). Формування мотивації у підлітків до систематичних занять фізичною культурою і спортом: автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.07. Луганськ, 20 с.
5. Корж, Н. Л. (2016). Формування ціннісного ставлення у студентів спеціальностей до фізичної культури в процесі самостійних занять: автореф. дис ...канд. наук з фіз. вих. та спорту: 24.00.02. Дніпро, 21 с.
6. Мунтян В. С. (2012). Интериоризация мотивации как фактор оптимизации учебного процесса студентов. *Адаптаційні можливості дітей та молоді*. – Одеса: ТОВ Лерадрук, 223 – 228.
7. Присяжнюк, С. І., Краснов В. П., Третьяков М. О., Раєвський Р. Т., Кійко В. Й., & Панченко В. Ф. (2007) Фізичне виховання. – К.: Центр учбової літератури, 192 с.
8. Сичов, С. О. (2002). Формування потреби фізичного вдосконалення у студентів вищих технічних навчальних закладів: автореф. дис...канд. пед. наук: 13.00.07. Київ, 17 с.

OPTIMIZATION OF ENGAGEMENT OF STUDENTS IN DISTANCE EDUCATION IN PHYSICAL EDUCATION IN THE CONDITIONS OF WAR Vita Rodyhina

National Technical University "Kharkiv Polytechnic Institute"

The purpose of the study. Determine the level of motivation to use the means of physical activity of students to optimize physical education classes.

Material and methods. 1 – 3 year students (103 people in total), 87.2% girls and 12.8% boys, participated in the study. The following methods were used to solve the tasks: questionnaires, the method of mathematical statistics, a pedagogical experiment, and the method of pedagogical observation.

Results. The study found that students do physical exercises every day - 52.7%, only do it according to the class schedule to report to the teacher and get a credit - 32.3%. Types of physical activity most interesting for students: running and cycling - 10.7%, yoga - 14.2%, gymnastics - 75.1%. Negative motivations for students were: busyness with educational tasks from other disciplines - 10.7%, low level of physical fitness - 7.1%, nervous tension related to the war - 27.1%, uninterestingly organized classes - 18.5%, lack of favorable conditions for classes – 36.6%. Increased irritability was experienced by 10.6% of students, average irritability was observed in 39.2%, low - 50.2%. Sleep disturbance was characteristic of 64.3% of students. 64.2% of respondents experienced a lack of live communication, 53.4% felt lethargic, distracted, and tired.

Conclusions. To optimize classes in the online format, the teacher must clearly distribute the workload and interest the student with modern information, effective exercises that can be performed at home, charge students with positivity and optimism, compensate for the lack of communication.

Key words: students, physical education, motivation, distance learning.

Information about the author:

Rodyhina Vita: rovipet@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0001-5547-1318>; Department of Physical Education, National Technical University "Kharkiv Polytechnic Institute", 2, Кирпичова str., 61002, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ПІДВИЩЕННЯ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ЗАСОБОМ КАЛІСТЕНИКИ

Єгор Стребіж, Ніна Пастушкова

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мега дослідження – визначити вплив калістеники на підвищення психофізичної підготовленості майбутніх фахівців.

Матеріал і методи: Для вирішення поставленого завдання були застосовані наступні методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, теоретичний аналіз на базі досліджень західних експертів.

Результати. У дослідженні виявлено, що калістеника має перевагу між іншими методами тренувань, є найбільш ефективна для збільшення фізіологічних показників та менш усього травмонебезпечна. Не потребує складного та багатого обладнання, дає гарні силові показники. Допомогає втратити зайву вагу, набрати м'язову масу. У своїх вправах активує більшість важливих м'язів, особливо – м'язи кору.

Висновки. За результатами теоретичного аналізу ефективності підвищення психофізичної підготовленості майбутніх фахівців засобом калістеники спостерігається краще підвищення фізичної підготовленості ніж іншими методами функціональних тренувань. За дослідженням Італійського Університету Палермо за вісім тижнів група людей, займаючися калістеникою набрала кращих результатів, ніж послідовники звичайних тренувань. Тому калістеника дійсно доказана як найбільш ефективний метод функціонального тренування для підвищення фізичної підготовленості.

Ключові слова: калістеника, ефективність, психо-фізична підготовленість, травмонебезпечність.

Вступ

Для майбутніх фахівців дуже важливо мати як психологічну підготовленість, так і фізіологічну. У навчанні, під час роботи, взагалі у житті людині необхідна стресостійкість, емоційний інтелект та спокій, але небагато хто піклується про свій фізичний стан та розвиток, вважаючи що ніякої взаємовідносини продуктивність у професійній сфері життя, психологічне здоров'я та здоров'я тіла та органів між собою не мають. Студентам, робітникам, майбутнім фахівцям та взагалі молоді необхідний такий метод тренувань, який мав би найбільшу ефективність серед результатів і гнучкість у плануванні розпорядку дня при напруженому ритмі життя. За теоретичним аналізом опублікованих досліджень ряду європейських університетів (Університетів Палермо, Падови та Університету Йоганна Вольфганга фон Гете, Франкфурт-на-Майні, Німеччина) заявляють, що найбільш ефективним методом функціональних тренувань є калістеника.

Актуальність дослідження полягає у визначенні найбільш ефективного засобу та підходу функціонального тренінгу застосованого з майбутніми фахівцями, враховуючи усі діючі на майбутніх фахівців фактори.

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

Мета дослідження – визначити вплив калістеники на підвищення психофізичної підготовленості майбутніх фахівців.

Матеріали і методи

Для вирішення поставленого завдання були застосовані наступні методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, теоретичний аналіз на базі досліджень західних експертів.

Результати дослідження

Сам термін “калістеника” (давн.гр. - κάλλος, що означає “краса” та σθένος, означаюче “сила”) спочатку описував дитячі тренування середини минулого століття у Сполучених Штатах та асимілювався з поняттям художньої гімнастики, з якою має багато спільних рис. Багато вправ з калістеники входять до складу оздоровчої гімнастики, військових тренувань та шкільних програм, для підвищення індивідуальних фізичних показників. На сьогодні цей термін вживається у первозданному значенні тільки тренерами Австралії та тільки у відношенні до жінок [1].

Відомі дослідники (Thomas, Bianco, Mancuso, Patti, Tabacchi, Paoli, Messina, & Palma, 2017). визначили, що чоловіки, які тренувалися художню гімнастику, покращили свою поставу та зменшили жирову масу, а кількість віджимань і підтягувань, які вони могли зробити, зростає, навіть незважаючи на те, що їхні тренування гімнастики не включали ці спеціальні вправи. Далі автори стверджували, що калістеника є «ефективним рішенням для навчання щоб покращити поставу, силу та склад тіла без використання будь-якого основного тренажерного обладнання».

У німецькому дослідженні наступного року щодо травмонебезпеки прийняли участь 156 чоловіків та 28 жінок [2, 1], та було зареєстровано 1,288 травм за 1000 годин навчання. Більшість цих травм (близько 70%) відбулися у верхніх кінцівках та були зареєстровані як травма м'язів чи сухожилля.

Порівняно з гімнастикою, найбільш травмованою частиною тіла є верхня кінцівка, зокрема плече. Гімнастика (як і калістеника) часто виконується на брусах або кільцях, які переважно залучають верхні кінцівки. Серед учасників гімнастики частота травм 9,37 (жінки) або 8,78 (чоловіки) відповідно на 1000 годин експозиції (16). Спортсмени CrossFit, які зосереджуються на послідовних балістичних рухах, таких як пауерліфтинг, атлетика і гімнастика, демонструють вищий ризик отримати травму (3,1 травми на 1000 годин) у CrossFit, порівняно з нашими учасниками гімнастики. Професійним артистам балету потрібен такий же фізичний контроль, як у художній гімнастиці. У цій діяльності частота травм становить 1,38 – 1,87/1000 годин навчання. Ці травми значною мірою є хронічними. У дослідженні спостерігається нижчий рівень травматизму, ніж у тренуваннях з аналогічними вимогами та також це перше систематичне дослідження типів, частоти та розподілу травм у часі під час занять художньою фізкультурою [2].

Висновок

За результатами теоретичного аналізу досліджень з загальної ефективності калістеники можна зробити висновок, що калістеника дійсно є найефективнішим методом тренувань для майбутніх фахівців. Вона є менш травмонебезпечною, ніж пауерліфтинг, бодібілдинг та види спорту з тяжкою вагою, підвищує силові дані, активує усі м'язи тіла та застосовує вагу власного тіла як головний спортивний снаряд. Також має позитивний вплив не тільки на психо-емоційний стан, але й на здоров'я у цілому.

Список літератури

1. Thomas E., Bianco A., Mancuso E., Patti A., Tabacchi G., Paoli A., Messina G. & Palma, (2017). The effects of a calisthenics training intervention on posture, strength and body composition [Isokinetics and Exercise Science](#) 25(3):1-8. DOI:[10.3233/IES-170001](#)
2. Kaiser S, Engeroff T, Niederer D, Wurm H, Vogt L, Banzer W. (2018). The epidemiological profile of calisthenics athletes. *Dtsch ZSportmed.* 2018; 69: 299-304. doi:10.5960/dzsm. 342.
3. Уэйд, П. Тренировки без «железа» и тренажеров (2015). Калистеника. – СПб.: Питер, 128 с.

INCREASING PSYCHO-PHYSICAL FITNESS OF FUTURE SPECIALISTS USING CALISTHENICS

Eghor Strebizh, Nina Pastushkova

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study is to determine the impact of calisthenics on increasing the psycho-physical fitness of future specialists.

Material and methods: In order to complete the set task, research methods were developed: analysis of scientific and methodological literature, theoretical analysis on the basis of previous experts.

Results. In the research, it was found that calisthenics has an advantage over other training methods, also calisthenics are the most effective for increasing physiological indicators and is the least traumatic. It does not require complex and many more of equipment, also it gives good power indicators. It helps to lose excess weight, gain muscle mass. In its exercises, it activates most important muscles, especially core muscles, which are rarely included in other training programs.

Conclusions. According to the results of a theoretical analysis of the effectiveness of improving the psycho-physical fitness of future specialists by means of calisthenics, a better increase in physical fitness is observed than by other methods of functional training. According to a study by the Italian University of Palermo, in eight weeks, a group of people engaged in calisthenics achieved better results than followers of regular training. Therefore, calisthenics has really been proven to be the most effective method of functional training for increasing physical fitness.

Key words: calisthenics, psychophysical preparedness, injury risk.

Information about the authors:

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

Strebizh Eghor: strebizhe@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ІМПЛЕМЕНТАЦІЯ ПРОГРАМИ РОЗВИТКУ МОТИВАЦІЇ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ФАХІВЦІВ ГАЛУЗІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ТА ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ

Дар'я Супрун

Національний педагогічний університет ім. М.П. Драгоманова

Анотація

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні та розвитку мотивації збереження здоров'я у фахівців галузі спеціальної та інклюзивної освіти.

Матеріали і методи: Для розв'язання поставлених завдань застосовувався комплекс взаємодоповнюючих методів: пряме та опосередковане спостереження, стандартизоване анкетне опитування, напівстандартизовані індивідуальні бесіди), психодіагностичні методики – «Рівень суб'єктивного контролю» (РСК, Дж. Роттер), «Індивідуально-типологічний опитувальник» (ІТО, Л.М.Собчик), «Ставлення до здоров'я» (Р.А.Березовська), «Ціннісні орієнтації» (М. Рокіч), «Визначення спрямованості особистості» (Б. Басс), «Визначення рівня самоактуалізації» (РОІ, Е.Шострем), методи математичної статистики. До дослідної роботи був залучений 131 слухач віком від 27 до 30 років.

Результаті дослідження. Програма тренінгових занять «Розвиток мотивації збереження здоров'я» дозволила в експериментальній групі суттєво змінити на краще показники розвитку даної мотивації, зокрема: за критерієм потреб і ваблень, ціннісним, особистісним та поведінковим критеріями.

Висновки. Запропонована програма сприяла розвитку в учасників мотивації збереження здоров'я та уявлення про себе як про здорову особистість та стимулювала до дотримання здорового способу життя.

Ключові слова: мотивація, здоров'я, фахівці галузі спеціальної освіти, соціальна інклюзія.

Вступ

Для системи освіти України практика інклюзивної освіти є відносно інноваційним, як з соціальної, так і з освітньої точки зору, явищем. Формування готовності фахівців галузі спеціальної та інклюзивної освіти до роботи в новітніх умовах є основою забезпечення якості та результативності освіти, створення передумов прийняття і розвитку її цінностей та ідей. Дана готовність включає педагогічний і психологічний аспекти. Курс на побудову демократичної правової держави, який взяла Україна, вимагає від фахівців галузі спеціальної та інклюзивної освіти підвищення ефективності професійної діяльності по забезпеченню процесів соціальної згуртованості, що залежить від стану їх здоров'я кадрового складу (Suprun, 2016). В умовах зміни системи соціальних та духовних цінностей, економічної кризи в країні завдання підтримання і зміцнення здоров'я фахівців галузі спеціальної та інклюзивної освіти видається вельми актуальним (Sheremet & Suprun, 2020).

Мета дослідження полягає в теоретичному обґрунтуванні, визначенні психологічних умов і розробці та апробації тренінгової програми розвитку мотивації збереження здоров'я у фахівців галузі спеціальної та інклюзивної освіти.

Матеріали і методи

До дослідної роботи був залучений 131 слухач віком від 27 до 30 років. Розвиток досліджуваної мотивації здійснювався у два етапи: на першому було проведено психодіагностичне обстеження вибірки, спрямоване на визначення сформованості мотивації збереження здоров'я, на другому – досліджено психологічну ефективність системи розвитку такої мотивації (Suprun, 2018a). Для розв'язання поставлених завдань застосовувався комплекс взаємодоповнюючих методів: пряме та опосередковане спостереження, стандартизоване анкетне опитування, напівстандартизовані індивідуальні бесіди), психодіагностичні методики – «Рівень суб'єктивного контролю» (РСК, Дж. Роттер), «Індивідуально-типологічний опитувальник» (ІТО, Л.М.Собчик), «Ставлення до здоров'я» (Р.А.Березовська), «Ціннісні орієнтації» (М. Рокіч), «Визначення спрямованості особистості» (Б. Басс), «Визначення рівня самоактуалізації» (РОІ, Е.Шострем), методи математичної статистики (Griban & Okhrimenko, 2021).

Результати дослідження

Програма тренінгових занять «Розвиток мотивації збереження здоров'я» дозволила в експериментальній групі суттєво змінити на краще показники розвитку даної мотивації, зокрема:

- за критерієм потреб і ваблень засвідчено розвиток мотивація збереження здоров'я: показники самоактуалізації за тестом САМОАЛ засвідчили, що зріс показник загальної самоактуалізації (з 65,50 до 82,30 бали), показники виявлені за шкалами аутосимпатії (з 7,30 до 7,78 бали), автономність (6,00 і 7,30 відповідно), саморозуміння (7,00 і 8,70) (в усіх випадках відмінності суттєві при $p \leq 0,05$)

Рівень суб'єктивного контролю в експериментальній групі підвищився за такими шкалами, як інтернальність в галузі невдач (з 4 до 6) та інтернальність стосовно здоров'я і хвороб (з 5 до 8), зросла також загальна інтернальність (з 4 до 6).

- ціннісний критерій: з 55,20 до 66,10 % зросла кількість респондентів ЕГ, які до найбільш значимих віднесли наступні термінальні цінності індивідуальної

самореалізації: здоров'я, впевненість в собі, краса природи і мистецтва, продуктивне життя, активна діяльність.

- особистісний критерій: відповідно до шкал опитувальника ІТО індекси агресивності знизились з 6,1 до 4,5 балів. Також спостерігається суттєве зниження діагностично важливих показників ригідності з 5,9 до 4,7 балів. Позитивні зміни також помічено за показником спонтанності (6,3 і 6,0 балів). Беззаперечним є те, що в ЕГ також знизилися високі показники за шкалами сенситивності (з 6,2 до 5,0), тривожності (з 5,7 до 4,4) та лабільності (з 5,7 до 4,9) (відмінності суттєві при $p \leq 0,05$), котрі потребували корекції.

- поведінковий критерій: за опитувальником «Ставлення до здоров'я» (Р.А. Березовська) визнання впливу відмови від тютюнопаління на стан здоров'я зросло з 19,08% до 37,28%; відмови від вживання алкоголю – з 10,68% до 30,52%; регулярного виконання фізичних вправ – з 20,06% до 49,15%; регулярного проведення релаксаційних аутотренінгів – з 5,34% до 40,67%; дотримання режиму та раціоналізації праці і відпочинку – з 8,39% до 20,33%; дотримання здорового харчування – з 10,68% до 23,72%; залучення до оздоровчо-реабілітаційних заходів – з 17,55% до 32,20% тощо (відмінності суттєві при $p \leq 0,05$) (Suprun, 2021).

Висновки

Отримані результати переконливо свідчать про те, що психотренінгова програма сприяє психологічній корекції та формуванню уявлення про себе як про здорову особистість та розвитку мотивації збереження всіх складових здоров'я. Це підтверджується зростанням прагнення фахівців галузі спеціальної та інклюзивної освіти до саморозвитку, самовдосконалення, самоактуалізації та усвідомлення власного вибору, зосередженості на меті, подолання труднощів, розвитку емоційної стійкості, формування належної самооцінки, позитивного самосприйняття та ціннісних орієнтацій, об'єктивування актуальних потреб з метою визначення життєвих планів щодо збереження здоров'я. Отже, запропонована програма сприяла розвитку в учасників мотивації збереження здоров'я та уявлення про себе як про здорову особистість та стимулювала до дотримання здорового способу життя.

Список літератури

1. Suprun, D. (2016). The State of Research of Valeological Aspect as a Part of Professional Training of Correctional Psychologists. *International Journal of Pedagogy Innovation and New Technologies*. 3 (1), 87–92. <http://www.ijpint.com>, DOI: 10.5604/23920092.1207129
2. Suprun, D. (2018). *Teoriia ta praktyka profesiinnoi pidhotovky psykholohiv v haluzi spetsialnoi osvity: Dissertation for Dr. Ped. Sciences: special. 13.00.03. Kyiv. 657 s.*
3. Suprun, D. (2018). *Management – a component of psychologists` professional training (menedzhment – skladova profesiinnoi pidhotovky psykholohiv). Kyiv.: Vyd-vo NPU imeni M. P. Drahomanova. [in Ukrainian]*
4. Suprun, D. (2020). *Theory and practice of implementation of diagnostic technologies in the field of special education (includes complex of diagnostic techniques): Kyiv.: Vyd-vo NPU imeni M. P. Drahomanova. [in Ukrainian]*
5. Suprun, D. (2021). *Psychology of Management: Kyiv.: Vyd-vo NPU imeni M. P. Drahomanova. [in English]*
6. Suprun, D., Griban, G., & Okhrimenko, I., (2021). Formation of Psychophysical Readiness of Cadets for Future Professional Activity *The Open Sports Sciences Journal*, 14, S1 – 8 Scopu. <https://opensportssciencesjournal.com/VOLUME/14/PAGE/1/FULLTEXT>
7. Sheremet, M., Suprun, M., & Suprun, D. (2020). Future Psychologists' Readiness to Work in Conditions of Social Cohesion in Education *WEB OF SCIENCE International Journal of Applied Exercise Physiology*. Vol. 9 (9) www.ijaep.com
8. Rudenko, L., Suprun, D, & Hryhorenko, T. (2021). Motivational component of psychologists` (special, clinical) professional competence *International Journal of Pedagogy Innovation and New Technologies journal homepage.;*, Vol. 8, (2). https://wiadlek.pl/wp-content/uploads/2020/01/Zapis_pozycji_pismienictwa.pdf

IMPLEMENTATION OF THE MOTIVATION DEVELOPMENT PROGRAM FOR SPECIALISTS IN THE FIELD OF SPECIAL AND INCLUSIVE EDUCATIONHEALTH PRESERVATION

Daria Suprun

National Pedagogical Dragomanov University

The aim of the research is to study and to improve the motivation of health preservation of specialists in the field of special and inclusive education.

Materials and methods. The experimental part of the research involved the use of the valid psychodiagnostic methods and techniques: direct and indirect observation, standardized questionnaire survey, semi-standardized individual interviews, psychodiagnostic methods – Personal Orientation Inventory, (POI) (Everett L. Shostrom), "Level of subjective control" (RSK, J. Rotter), the Rokeach Value Survey (values scales) (M.Rokich), The Bass Orientation Inventory (B.Bass), Individual typological questionnaire" (ITQ, L.Sobchuk), "Attitude to health" (R.Berezovska). The research was attended by 131 Master's degree students (aged 25-27), specialty 053 Psychology, educational program – special, clinical psychology.

Results. The effectiveness of the approved training program has been proven by means of analysis of the data of the experimental research.

Conclusions. Program contributes to the formation of an image of mentally healthy person, stimulation to adhere to a mentally healthy lifestyle and the motivation development of mental health preservation.

Key words: motivation, health, specialists, special education, social inclusion.

Information about the author:

Suprun Daria: darya7@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0003-4725-094X>; Faculty of Special and Inclusive Education National Pedagogical Dragomanov University, Pyrohova St, 9, Kyiv, 01601 Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ З РІВНЕМ УСПІШНОСТІ У НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Олег Гончаренко, Анастасія Пономарьова

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження. Вирішення питань виховання студента як особистості в процесі навчання в академії засобами фізичного виховання.

Матеріали і методи. У дослідженні взяло участь 30 студентів віком від 17 до 19 років, різних навчальних груп, спеціальностей та різних за рівнем успішності. Дослідження проводилося на заняттях з фізичного виховання. Групу респондентів розділили на дві підгрупи. Перша підгрупа – студенти, які регулярно займаються фізичними вправами та спортом, регулярно відвідують заняття з фізичного виховання та тренуються в спортивних секціях тричі на тиждень, мають досвід участі у спортивних змаганнях. Друга підгрупа – студенти, які не регулярно відвідують заняття з фізичного виховання, мають низькі показники фізичної підготовленості. Усі студенти не мають відхилення у стані здоров'я та віднесені до основної групи.

Результати. Проведене нами дослідження показало, що студенти які регулярно займаються фізичними вправами, активно беруть участь у спортивно-масовій роботі, мають високу мотивацію потреби в досягненні успіху та не схильні до боязні невдач, до того ж яскраво виражені мотиви стійкості, мають високу успішність в навчанні. Студенти, які не регулярно займаються фізичними вправами та не займаються спортом, мають підвищені показники рівня мотивації до уникнення невдач, мають страх, який знижує кількість спроб до виконання нових вправ або завдань, а з більшої кількості спроб вірогідність вдалих зменшується, мотивація спрямована на уникнення невдач.

Висновки. У студентів, які регулярно займаються фізичними вправами, відвідують спортивні секції та беруть участь у змаганнях, виявлена висока успішність в навчанні та активність у громадських заходах, мотивація до досягнення успіху вища, ніж у тих, хто не займається фізичною культурою або займаються не регулярно. У здобувачів освіти де превалювала мотивація до уникнення невдач, нижча успішність на навчальних заняттях та знижений інтерес до громадської діяльності. Динаміка росту рівня мотивації студентів до досягнення успіху в процесі навчання може бути досягнута шляхом залучення їх до систематичної участі в спортивно-масовій та фізкультурно-оздоровчій роботі.

Ключові слова: фізичне виховання, рівень мотивація, рівень успішність, навчальний процес, спортивно-масова робота.

Вступ

У процесі підготовки фахівців з відповідних спеціальностей академія приділяє особливу увагу на фізичне виховання. Адже у процесі фізичного виховання відбувається формування фізичної культури особистості. Важливу роль у вихованні студентів посідає спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота, метою якої є підвищення рівня фізичної підготовленості студентів, виховання високих морально-вольових і психологічних якостей, а також самостійності і дисциплінованості [3, 4].

Аналіз спеціалізованої літератури та узагальнення практичного досвіду свідчать, що важливе значення у процесі фізичного виховання, яке спрямоване

на вдосконалення фізичних і духовних якостей молоді особи, на формування свідомої потреби у зміцненні особистого здоров'я та підготовку студента до певного виду професійної діяльності, належність якісному й ефективному проведенню спортивно-масової фізкультурно-оздоровчої роботи (Гогунів, 2002; Реан, 2001).

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

Мета дослідження – визначити вплив мотивації студентів на успішність навчання вищій школі.

Матеріали і методи

У дослідженні взяло участь 30 студентів віком від 17 до 19 років, різних навчальних груп, спеціальностей та різних за рівнем успішності. Дослідження проводилося на заняттях з фізичного виховання. Групу респондентів розділили на дві підгрупи. Перша підгрупа – студенти, які регулярно займаються фізичними вправами та спортом, регулярно відвідують заняття з фізичного виховання та тренуються в спортивних секціях тричі на тиждень, мають досвід участі у спортивних змаганнях. Друга підгрупа – студенти, які не регулярно відвідують заняття з фізичного виховання, мають низькі показники фізичної підготовленості. Усі студенти не мають відхилення у стані здоров'я та віднесені до основної групи. Після підготовки плану дослідження було проведено тестування студентів за методикою Т. Елерса «Мотивація до уникнення невдач».

Результаті дослідження

За результатами тестування встановлено, що у студентів першої підгрупи рівень мотивації на досягнення успіху вищий, ніж показник щодо уникнення невдач. Відомі дослідники (Ільїн, 2000; Реан, 2001; Ядов, 2000) визначають середні показники рівня мотивації студентів 17 – 19 років щодо досягнення успіху (табл. 1). Спостерігається, що у студентів другої підгрупи мотивація уникнення невдач превалює над показниками мотивації досягнення мети.

Таблиця 1 Результати тестування рівня мотивації студентів на досягнення успіху

Рівень мотивації	Перша група		Друга група		t расч.	t крит.	p
	X	m	X	m			
	23,1	0,63	18,8	0,7			

За результатами ректорських контрольних робіт був проведений аналіз загальних показників успішності навчання студентів академії. Всі отримані результати були опрацьовані у таблиці (табл. 2). Результати аналізу показали, що у студентів першої підгрупи рівень якості навчання вищий, ніж у студентів другої підгрупи [Волкова, 2002; Уейберг, & Гоулд, 2003).

Таблиця 2 Результати аналізу успішності навчання студентів

Рівень успішності	Перша група		Друга група		t расч.	t крит.	p
	X	m	X	m			
	23,1	0,63	26,8	4,3			

Проведене нами дослідження показало, що студенти які регулярно займаються фізичними вправами, активно беруть участь у спортивно-масовій роботі, мають високу мотивацію потреби в досягненні успіху та не сприятливі до боязні невдач, до того ж яскраво виражені мотиви стійкості, мають високу успішність в навчанні. Студенти, які не регулярно займаються фізичними вправами та не займаються спортом, мають підвищені показники рівня мотивації до уникнення невдач, мають страх, який знижує кількість спроб до виконання нових вправ або завдань, а з більшої кількості спроб вірогідність вдалих зменшується, мотивація спрямована на уникнення невдач.

Висновки

У студентів, які регулярно займаються фізичними вправами, відвідують спортивні секції та беруть участь у змаганнях, виявлена висока успішність в навчанні та активність у громадських заходах, мотивація до досягнення успіху вища, ніж у тих, хто не займається фізичною культурою або займаються не регулярно. У здобувачів освіти де превалювала мотивація до уникнення невдач, нижча успішність на навчальних заняттях та знижений інтерес до громадської діяльності. Динаміка росту рівня мотивації студентів до досягнення успіху в процесі навчання може бути досягнута шляхом залучення їх до систематичної участі в спортивно-масовій та фізкультурно-оздоровчій роботі.

Список літератури

1. Гогунів, Є. М. (2002). Психологія фізичного виховання спорту. Навч. посібник для студ. вищ. – К: «Ранок», 288 с.
2. Ільїн, Є. П. (2000). Мотивація і мотиви. – К: Київ, 512 с.

3. Раєвський, Р. Г., & Третяков С. М. (2003). Фізичного виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України I-II рівнів акредитації – К.: 43 с. <https://issuu.com/vtc1/docs/47bf732451779f>
4. Про затвердження Державної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2007 - 2011 роки, (2006). <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1594-2006-%D0%BF#Text>
5. Волкова, І. П. (2002). Практикум зі спортивної психології – К: Київ, 288с.
6. Реан, А. А. (2001). Практична психодіагностика особистості. – Л: Вид-во «Промінь», 224с.
7. Уейберг, Р. С., & Гоулд. Д. (2003). Основи психології спорту та фізичної культури. – К.: Олімпійська л-ра, 335 с.
8. Ядов, В. А. (2000). Стратегія соціологічного дослідження. Навчальний посібник для вузів. – К.: Вид-во «Ранок», 595 с.

RELATIONSHIP OF PHYSICAL EDUCATION WITH THE LEVEL OF SUCCESS IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Oleg Honcharenko, Anastasia Ponomaryova

Donbas State Engineering Academy

The aim of the study. Solving the issues of educating the student as an individual in the process of studying at the academy by means of physical education.

Materials and methods. 30 students aged 17 to 19 years old, from different study groups, majors and different levels of success took part in the study. The research was conducted in physical education classes. The first subgroup is students who regularly do physical exercises and sports, regularly attend physical education classes and train in sports sections three times per week, have experience of participating in sports competitions. The second subgroup is students who do not regularly attend physical education classes and have low indicators of physical fitness. All students do not have deviations in health and are assigned to the main group.

The results. Our research showed that students who regularly do physical exercises, actively participate in sports and mass work, have a high motivation of the need for success and are not conducive to the fear of failure, moreover, have strong motivations for resilience, and have high academic success. Students who do not regularly do physical exercises and do not play sports have increased indicators of the level of motivation to avoid failure, have a fear that reduces the number of attempts to perform new exercises or tasks, and from a larger number the probability of successful attempts decreases, motivation is aimed at avoiding failure.

Conclusions. Students who regularly do physical exercises, attend sports classes and participate in competitions, have high academic performance and activity in social activities, and are more motivated to achieve success than those who do not engage in physical culture or do not regularly. Among students, motivation to avoid failure prevailed, lower academic performance and reduced interest in social activities. The dynamics of growth in the level of motivation of students to achieve success in the learning process can be achieved by involving them in systematic participation in mass sports and physical culture and health work.

Keyword: physical education, level of motivation, level of success, educational process, sports and mass work.

Information about the authors:

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

Ponomaryova Anastasia: aponomareva1307@gmail.com; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ НА ЗАНЯТТЯХ ІЗ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Володимир Тимошенко¹, Сергій Тимошенко²

¹Краматорський фаховий коледж Донецького національного університету економіки і торгівлі імені Михайла Туган-Барановського,

²Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – визначити головні педагогічні умови для впровадження дистанційної форми навчання та особливості її використання на заняттях з фізичного виховання.

Матеріали і методи: Для досягнення поставленої мети у роботі були використані методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення матеріалів науково-методичної літератури інших джерел інформації, педагогічні спостереження та дослідження практичного досвіду фахівців щодо організації дистанційного навчання з фізичного виховання.

Результати. окреслено тематику та форми проведення дистанційного навчання з фізичного виховання; визначено роль, місце та можливості дистанційного навчання з фізичного виховання для студентів і викладачів.

Висновки. Всі дистанційні форми навчання, які використовуються викладачами КФК ДонНУЕТ в освітньому процесі досить ефективні і зарекомендували себе з позитивної сторони. Ефективно організовані дистанційні заняття фізичним вихованням допомагають формуванню більш об'ємного теоретичного багажу, сприяють збереженню здоров'я, мотивують до здорового способу життя за умови свідомої самоорганізації студента.

Ключові слова: дистанційна освіта, педагогічні умови, фізичне виховання.

Вступ

Сучасна система підготовки фахівців у закладах освіти характеризується інтенсифікацією процесу навчання, збільшенням кількості отримуваної інформації, психічною насиченістю навчальних занять, високими вимогами до якості знань, недостатнім обсягом рухової активності і, як наслідок, недостатнім рівнем фізичної підготовленості, станом здоров'я, професійної трудової діяльності. Відомі фахівці [1, 3, 4, 5] вказують, що використання різноманітних видів фізкультурної діяльності в навчальному процесі сприятиме профілактиці професійних захворювань, підвищенню працездатності, організації повноцінного дозвілля, боротьбі зі шкідливими звичками, створюють умови для пізнання власних можливостей і забезпечать оптимальні обсяги рухової діяльності. Адекватною та єдино можливою відповіддю на виклики сучасності є використання технологій дистанційного навчання студентів для ефективної реалізації їхнього фізичного виховання в складних умовах сьогодення (Согаконь, Донець, & Гогоць, 2021).

Мета дослідження – визначити головні педагогічні умови для впровадження дистанційної форми навчання та особливості її використання на заняттях з фізичного виховання.

Матеріали і методи

Для досягнення поставленої мети у роботі були використані методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення матеріалів науково-методичної літератури інших джерел інформації, педагогічні спостереження та дослідження практичного досвіду фахівців щодо організації дистанційного навчання з фізичного виховання.

Результати дослідження

Найпоширенішими засобами в організації дистанційної форми навчання на сьогодні є засоби Інтернет-технологій: чати, форуми, електронна пошта, соціальні мережі, служби обміну миттєвими повідомленнями. Завдяки їх використанню стало можливим швидко отримати та поширити інформацію, організувати зв'язок між учасниками навчального процесу. На сьогодні існує велика кількість різноманітних платформ, мобільних застосунків та он-лайн сервісів, які дозволяють організовувати комунікацію загалом й освітній процес зокрема. Серед них Moodle, Google Class, Google Meet, Microsoft Teams, На урок, Skype, Viber та ін.

Викладачами КФК ДонНУЕТ використовуються здебільшого Google Meet та Microsoft Teams. Використання цих сервісів дозволяє приєднувати до зустрічі велику кількість студентів. Це є важливим критерієм вибору даних сервісів при викладанні дисциплін. Студентам на практичних заняттях через відеозв'язок можна пояснюватися навчальний матеріал із демонстрацією матеріалів, слайдів тощо. При цьому у сервісі Google Meet матеріали можуть зберігатись на Google-диску, студентам надається до них доступ, що полегшує сприйняття матеріалу та можливість користування ним для самостійної підготовки. Також всі корисні посилання для студентів, звіти, методичні матеріали можна залишити на Google-диску для подальшого використання.

Також викладачі КФК ДонНУЕТ мають змогу використовувати ліцензійну

версію Microsoft Teams. Дана платформа дозволяє легко створити зустріч, спланувати її заздалегідь в календарі, контролювати присутність на конференції та фіксувати саме факт її проведення, тому як звіт зберігається на сервері.

Оскільки дисципліна «Фізичне виховання» спрямована перш за все на поліпшення фізичного стану студентів та розвиток рухових здібностей, то виконання вправ теж є невід'ємною частиною навчального процесу. Тому всім студентам для підтримки власного здоров'я необхідно тренуватися, займатися фізичними вправами (з дотриманням умов безпеки), щоб тримати достатній рівень рухової активності, зберегти здоров'я та провести час не тільки без негативних наслідків для організму, а й із користю. Для цього викладачем розробляються блоки фізичних вправ з дотриманням програми та плану навчального закладу, бажано з використанням відео файлів.

В умовах дистанційного навчання взаємодія між усіма учасниками освітнього процесу: адміністрацією коледжу, викладачами та студентами набуває особливої важливості. Завдання керівництва закладу освіти – обговорити зміну форм навчання з педагогічним колективом, обирати онлайн платформу, організувати й запровадити навчання з використанням дистанційних технологій. У свою чергу, завдання викладачів – організувати комунікацію зі студентами.

На даний час у КФК ДонНУЕТ створено необхідне освітнє середовище для організації дистанційного навчання, адміністрацією коледжу сформовано базу даних по всім студентам, що надає змогу надсилати з корпоративної пошти весь необхідний матеріал персонально кожному студентові, групі студентів або у загальну групу для загального використання. Викладачі коледжу опановують нові можливості зв'язку з студентами, активно впроваджують проведення онлайн конференцій, раціонально організовують освітній процес з урахуванням власних технічних можливостей та можливостей студентів.

Висновки

Усі дистанційні форми навчання, які використовуються викладачами КФК ДонНУЕТ в освітньому процесі досить ефективні і зарекомендували себе з

позитивної сторони. Ефективно організовані дистанційні заняття фізичним вихованням допомагають формуванню більш об'ємного теоретичного багажу, сприяють збереженню здоров'я, мотивують до здорового способу життя за умови свідомої самоорганізації студента.

Список літератури

1. Піддубний, О. Г., Цимбалюк Ж. О., & Гогіна Т. І. (2012). Організаційно-методичні основи побудови фізичного виховання студентів педагогічних вищих навчальних закладів. Навч. посібн. – Х.: ХНПУ, 201 с. (in Ukrainian)
2. Согоконь, О. А., Донець О. В., & Гогоць В. Д. (2021). Фізичне виховання – дистанційна форма навчання. Навч.-метод. посіб. – Полтава: Сімон, 120 с. (in Ukrainian)
3. Тулайдан, В. (2015). Самостійна робота студентів з фізичного виховання. Львів, «ФестПрінт», 123 с. (in Ukrainian)
4. Улаєва, Л. О., & Собко І. М. (2010). Методичні рекомендації щодо розвитку рухових якостей з навчальної дисципліни «Фізичне виховання» для студентів усіх напрямів підготовки денної форми навчання – Х.: ХНЕУ, 32 с. (in Ukrainian)
5. Шиян, Б. М. (2010). Теорія і методика фізичного виховання школярів. Підручник Ч.1 – Тернопіль: Богдан, 271 с. (in Ukrainian)

THE SPECIFIC FEATURES OF DISTANCE TEACHING TECHNOLOGIES USING AT THE PHYSICAL TRAINING CLASSES

Volodymyr Tymoshenko¹, Sergiy Tymoshenko²

¹ Kramatorsk Professional College of Donetsk National University of Economic and Trading,

² Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study to determine the main pedagogical conditions for the introduction of distance education and the peculiarities of its use in physical education classes.

Research methods: For the achievement of the put aim in process there were the used methods of research: theoretical analysis and generalization of materials of scientific and methodical literature of other sources of information, pedagogical observations and research of practical experience of specialists regarding the organization of distance learning in physical education.

Results. There were outlined the topics and forms of distance learning in physical education; there were defined the role, place and possibilities of distance learning in physical education for students and teachers.

Conclusions. All forms of distance teaching, used by teachers of KPC DonNUET in the educational process, are quite effective and have proven themselves on the positive side. Distance classes of physical education, which had effectively organized, help student in the formation of more voluminous theoretical baggage, contribute to the preservation of health, motivate to a healthy lifestyle, provided the consciously self-organization.

Keywords: distance education, pedagogical conditions, physical education.

Information about the authors:

Tymoshenko Volodimir: vladimitimoshenko@gmail.com; Isolated Structural Department Kramatorsk Professional College of Donetsk National University of Economic and Trading, Hanhy Tyschenko street, 14 – 15 Kramatorsk, 84305, Ukraine.

Tymoshenko Sergiy: sergei.timoshenko87@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022

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

ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ З ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ВИКЛАДАННЯ СПОРТИВНИХ ІГОР (ВОЛЕЙБОЛ) ЗАСОБАМИ ДИСТАНЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Владислав Гейтенко, Вікторія Дороніна

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – вивчити особливостей проведення практичних занять з теорії і методики викладання спортивних ігор (волейбол) засобами дистанційних технологій.

Матеріал і методи: Для досягнення мети дослідження використано наступні методи: теоретичні – аналіз наукової літератури з педагогіки, соціології, соціальної педагогіки, філософії, дані соціально-педагогічної, психолого-педагогічної, навчально-методичної літератури з метою виявлення вихідних положень; синтез, порівняння, узагальнення й систематизація наукових поглядів щодо проблеми проведення практичних занять з теорії і методики викладання спортивних ігор (волейбол) засобами дистанційних технологій.

Результати. Визначено методологічні засади, основні підходи, завдання та методику проведення організаційно-педагогічних умов дистанційних технологій навчання зі студентами спеціальності фізична культура і спорт. Навчальна діяльність студентів кафедри фізичного виховання і спорту тісно пов'язана з багаторазовими пропусками лекційних та практичних занять у вищих навчальних закладах, внаслідок напруженого графіку тренувань, частими виїздами на навчально-тренувальні збори, змагання. Для таких студентів потрібна особлива форма навчання, яка не поступалася б за ефективністю традиційній навчальній діяльності, прийнятій у закладах вищої освіти.

Висновки. Таким чином, сучасний рівень розвитку інформаційних технологій дає змогу ефективно та якісно запроваджувати відносно нову форму навчання – змішане та дистанційне навчання. Використання платформи Moodle дає змогу формувати професійні компетенції у студентів як практичного, так і теоретичного характеру, оволодіння великою базою теоретичних знань, формування здібностей до самонавчання й самоконтролю, самопідготовки та самоадаптації до майбутньої професійної діяльності в умовах соціально-економічних перетворень сучасного суспільства.

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

Вступ

Електронна освіта, набуває активного поширення не тільки у науково-методичній літературі, а й серед усіх верств населення завдяки наявній інформаційній інфраструктурі, «сукупності різноманітних інформаційних систем, інформаційних ресурсів, телекомунікаційних мереж, засобів комунікацій і управління інформаційними потоками, а також організаційно-технічних структур, механізмів, що забезпечують їх функціонування» (Белікова, 2014).

На сьогоднішній день, в умовах карантину та воєнного положення підготовка майбутніх спеціалістів з фізичного виховання і спорту відбувається в складних соціально-економічних умовах. Така тенденція потребує реформування освіти у вищих навчальних закладах: зміни класичної форми

навчання на дистанційну, паралельно впроваджуючи концепцію дистанційної освіти, що передбачає розробку різноманітних технологій, у тому числі технології змішаного навчання. Вони дадуть змогу підвищити та вдосконалити ефективність освітнього процесу.

Технології дистанційного навчання дозволяють здійснювати навчання на відстані, при цьому перевіряючи якість засвоєних студентом знань, використовуючи активні методи навчання. Також, головною перевагою дистанційного навчання дослідники вважають гнучкість, модульність, технологічність, оновлення ролі викладача, підвищення мотивації до самоорганізації студентів, при цьому навчання стає більш інтерактивним, самостійним (Гринченко, 2012).

Мета дослідження – вивчити особливостей проведення практичних занять з теорії і методики викладання спортивних ігор (волейбол) засобами дистанційних технологій.

Матеріали і методи

Для досягнення мети дослідження використано наступні методи: теоретичні – аналіз наукової літератури з педагогіки, соціології, соціальної педагогіки, філософії, дані соціально-педагогічної, психолого-педагогічної, навчально-методичної літератури з метою виявлення вихідних положень; синтез, порівняння, узагальнення й систематизація наукових поглядів щодо проблеми проведення практичних занять з теорії і методики викладання спортивних ігор (волейбол) засобами дистанційних технологій.

Результати дослідження

Для кафедри фізичного виховання і спорту, яка забезпечує підготовку фахівців з конкретного виду спорту, викладачі працюють зі студентами переважно в режимі персональної співпраці з забезпеченням дистанційної складової навчальних дисциплін (Биков, 2009). Навчальна дисципліна розміщена на платформі Moodle, та має стандартні компоненти: навчально-методичний матеріал включає в себе робочу навчальну програму про курс, силабус; у теоретичній частині курсу містяться лекційні матеріали, додаткові

мультимедійні навчально-методичні матеріали; у практичній частині – практичні завдання за темою вивчених лекцій, окремі ресурси для кожного заняття; перелік рекомендованої навчальної літератури; тестові контрольні роботи включає в себе тестові завдання за кожною темою лекцій та практичних занять для нарахування балів студенту, завдання для самостійної роботи (список тем для написання реферату, індивідуально-дослідного завдання, методичні рекомендації тощо), підсумкова атестація (екзаменаційна або залікова робота).

Для дисциплін «Теорія і методика викладання спортивних ігор (розділ волейбол)», практичні заняття відбуваються в спортивних комплексах, доцільним є розміщення інформації суто ознайомлювального характеру з додатковим уточненнями у вигляді супроводжувальних відеоматеріалів (наприклад, фрагменти тренувань та змагань, навчальні відео-курси тренування, коментарі фахівців, відео-звіти тощо). Зрозуміло, що тестові завдання є не досить коректними в якості підсумкового контролю, навіть якщо будуть супроводжуватися відео-звітом. Слід також зазначити, що не всі заклади вищої освіти розміщують дистанційні курси для студентів спеціальностей «Фізична культура і спорт» і «Середня освіта (фізична культура)» (Герасименко, 2013).

Не дивлячись на явні переваги у дистанційному навчанні, специфіка професійної підготовки майбутнього фахівця з фізичної культури і спорту накладає ряд обмежень на використання дистанційних технологій: віртуальних стадіонів і спортивних залів поки-що не створили, засвоєння техніки рухів, методика навчання, складання спортивних нормативів, проведення контрольних ігор тощо не завжди вписується в систему дистанційної освіти (Борейко, & Азаренкова, 2017).

Головними недоліками дистанційного навчання є: відсутність живого спілкування, контакту студента і викладача, велика трудомісткість і необхідність значних матеріальних витрат під час розробки дистанційних курсів, необхідність формування додаткової мотивації і самостійності у студентів, висока залежність від якості роботи мережі Інтернет та технічної підтримки систем, не повне засвоєння навчального матеріалу.

Реалії сьогодення такі, що майбутнє все ж за змішаною формою навчання, де поряд з дистанційними формами повинні бути присутніми і форми практичних занять, оскільки одним із найважливіших факторів, що впливають на успіх навчання студентів, є викладач. Неможливо в повній мірі опанувати раціональну техніку рухів на відстані, навіть використовуючи найсучасніші спортивні прилади та комп'ютеризовані тренажери, відеофільми та відеоролики із зображенням взірцевого виконання техніки рухів.

Висновки

Таким чином, сучасний рівень розвитку інформаційних технологій дає змогу ефективно та якісно запроваджувати відносно нову форму навчання – змішане та дистанційне навчання. Використання платформи Moodle дає змогу формувати професійні компетенції у студентів як практичного, так і теоретичного характеру, оволодіння великою базою теоретичних знань, формування здібностей до самонавчання й самоконтролю, самопідготовки та самоадаптації до майбутньої професійної діяльності в умовах соціально-економічних перетворень сучасного суспільства.

Список літератури

1. Белікова, Н. О. (2014). Прикладні аспекти використання інформаційно-комунікаційних технологій у професійній підготовці майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Вип. 118 (2), 21 – 24.
2. Биков, В. Ю. (2009). Моделі організаційних систем відкритої освіти. 684 с.
3. Борейко, Н. Ю., & Азаренкова Л. Л. (2017). Використання змішаної форми дистанційного навчання на спеціальності «Фізична культура і спорт». *Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту*. (1), 16 – 19.
4. Герасименко, І. В. (2013). Система підтримки дистанційного навчання як складова інформаційного середовища ВНЗ. *Проблеми сучасної педагогічної освіти*. (40), 22 – 30.
5. Гринченко, І. Б. (2012). Сучасні напрями впровадження інновацій в професійну підготовку майбутніх учителів фізичної культури. *Вісник Житомирського державного університету*. (64), 103 – 107.

CONDUCT OF PRACTICAL LESSONS ON THE THEORY AND METHODS OF TEACHING SPORTS GAMES (VOLLEYBALL) USING DISTANCE TECHNOLOGIES

Vladyslav Heitenko, Victoria Doronina

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study is to study the peculiarities of conducting practical classes on the theory and methodology of teaching sports games (volleyball) by means of distance technologies.

Material and methods: To achieve the research goal, the following methods were used: theoretical-analysis of scientific literature on pedagogy, sociology, social pedagogy, philosophy, data from socio-pedagogical, psychological-pedagogical, educational-methodical literature in order to identify the initial provisions; synthesis, comparison, generalization and systematization of scientific views on the problem of conducting practical classes on the theory and methodology of teaching sports games (volleyball) by means of distance technologies.

Results. The methodological foundations, main approaches, tasks and methodology of conducting organizational and pedagogical conditions of distance learning technologies with students of the specialty Physical Culture and Sports are defined. The educational activity of students of physical education and sports department is closely related to repeated absences of lectures and practical classes in higher educational institutions, due to a busy training schedule, frequent trips to training camps, competitions. For such students, a special form of education is needed that would not be inferior in effectiveness to traditional educational activities adopted in higher education institutions.

Conclusions. Thus, the current level of information technology development makes it possible to effectively and efficiently introduce a relatively new form of education – mixed and distance learning. Using the Moodle platform allows students to develop professional competencies of both practical and theoretical nature, master a large base of theoretical knowledge, and develop abilities for self-study and self-control, self-training and self-adaptation to future professional activities in the context of socio-economic transformations of modern society.

Key words: distance learning, distance education, physical education and sports.

Information about the authors:

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

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

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

РОЗВИТОК ВИЩОЇ ОСВІТИ В ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ У КОНТЕКСТІ ФІЛОСОФСЬКИХ ІДЕЙ ОСВІТНЬОЇ ПАРАДИГМИ

Владислав Гейтенко, Руслан Хріпушин

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – проаналізувати розвиток вищої освіти в галузі фізичної культури і спорту у контексті філософських ідей освітньої парадигми.

Матеріал і методи: Для досягнення мети дослідження використано наступні методи: теоретичні – аналіз наукової літератури з педагогіки, соціології, соціальної педагогіки, філософії, дані соціально-педагогічної, психолого-педагогічної, навчально-методичної літератури з метою виявлення вихідних положень; синтез, порівняння, узагальнення й систематизація наукових поглядів щодо проблеми розвитку вищої освіти в галузі фізичної культури та спорту у контексті філософських ідей освітньої парадигми.

Результати дослідження. Формування компетентності на етапі навчання у закладі вищої освіти суттєво залежить від раціональної інтеграції навчальних дисциплін та їх орієнтації на професійну діяльність, у якій окрема дисципліна слугує засобом досягнення загальної мети. Ідеї нової освітньої парадигми вимагає від суспільства створення умов для практичної реалізації основної мети вищої освіти – підготовки кваліфікованих фахівців-професіоналів, компетентних і мобільних у галузі фізичної культури і спорту, готових до постійного професійного зростання, конкурентоспроможних на ринку праці. Оновлення змісту, форм, методів і засобів навчання, побудови теоретичних і практичних занять, а також ретельного продумування прийомів створення атмосфери продуктивної педагогічної взаємодії суб'єктів освітнього процесу

Висновки. Ідея нової освітньої парадигми вимагає від суспільства створення умов для практичної реалізації основної мети вищої освіти – підготовки кваліфікованих фахівців-професіоналів, компетентних і мобільних у галузі фізичної культури і спорту, готових до постійного професійного зростання, конкурентоспроможних на ринку праці.

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

Вступ

Система професійної освіти України нині переживає труднощі, а саме спрямованості традиційної моделі навчання в минуле, відсутність орієнтації на майбутній розвиток. Модернізація системи підготовки тренерів у галузі фізичної культури і спорту є важливим елементом освіти вищої школи. Актуальність дослідження обумовлена отриманням інформації щодо історичного розвитку вищої освіти в парадигмі філософських ідей та методологічних проблем професійної підготовки фахівців фізичного виховання у закладах вищої освіти.

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

Мета дослідження – проаналізувати розвиток вищої освіти в галузі фізичної культури і спорту у контексті філософських ідей освітньої парадигми.

Матеріали і методи

Для досягнення мети дослідження використано наступні методи: теоретичні – аналіз наукової літератури з педагогіки, соціології, соціальної педагогіки, філософії, дані соціально-педагогічної, психолого-педагогічної, навчально-методичної літератури з метою виявлення вихідних положень; синтез, порівняння, узагальнення й систематизація наукових поглядів щодо проблеми розвитку вищої освіти в галузі фізичної культури та спорту у контексті філософських ідей освітньої парадигми.

Результати дослідження

В освітньому просторі України функціонують різні підходи до цілей і цінностей освіти, окреслені трьома основними концепціями: традиційною, раціоналістичною та гуманістичною (Кремень, 2005). Простежується намагання подолати в освіті професійну та культурну обмеженість, орієнтація на підготовку широко освіченої та всебічно розвиненої гармонійної особистості (Гамідов, 2010).

Наприкінці ХХ ст. почали відбуватися докорінні зміни в парадигмі й методології освіти, Колишня парадигма, детермінованого пізнання й однозначності оцінок, поступово замінюється методологією інформаційного суспільства, плюралістичного пізнання й імовірнісної оцінки (Пометун, 2004).

Науковці виокремлюють шість ключових засад сучасної парадигми освіти, які постають як інноваційні (Утюж, 2009):

- освіта як формування наукової картини світу – зорієнтованість на науку як головну цінність суспільного життя, навчання та освіти;
- освіта як професіоналізація – вектор освіти зміщується в бік прикладних наук, оскільки економічна дійсність вимагає від освіти все більшої віддачі;
- освіта як підготовка до життя – зміщення вектору освіти до сфери історії та культури, де знаходяться відповіді на питання: куди рухається суспільство та як вирішується доля людського буття;

- неперервна освіта – виховання мотивації до навчання та забезпечення можливості задоволення освітніх потреб людини впродовж усього її життя;

- критично-креативна освіта – формування пізнавального інтересу та творчого мислення в навчанні, створення для цього відповідних умов та інфраструктури для забезпечення творчої самостійної роботи учнів і студентів.

Метою навчання є максимальний розвиток у кожного студента його можливостей і здібностей у галузі ФКіС. За нової освітньої парадигми викладач перестає домінувати, а студент є повноправним суб'єктом педагогічної взаємодії (Єршова, 2005). При цьому для забезпечення високої ефективності навчання важливо виробити в навчальному закладі спільну педагогічну позицію всього професорсько-викладацького колективу, розподілити завдання та функції кожної кафедри і кожного науково-педагогічного працівника таким чином, щоб усі діяли в одному напрямі, висували єдині вимоги і, водночас, творчо виконували свою освітньо-наукову роботу (Хотомлянський, 2006).

Відомий фахівець (Матухін, 2012) визначає основні напрями розвитку вищої освіти в галузі ФКіС у контексті ідей нової освітньої парадигми:

1. Створення умов для практичної реалізації основної мети вищої освіти – підготовки кваліфікованих фахівців-професіоналів, компетентних і мобільних у галузі фізичної культури і спорту, готових до постійного професійного зростання, конкурентоспроможних на ринку праці.

2. Удосконалення змісту вищої освіти в галузі ФКіС, що має відображати зміни вимог до фахівців, зокрема вчителів фізичної культури.

3. Розроблення й апробація ефективних інноваційних технологій професійної підготовки і включення їх в освітній процес ЗВО галузі ФКіС.

4. Налагодження постійної взаємодії з органами управління освітою, загальноосвітніми закладами, ДЮСШ з метою вироблення єдиної стратегії щодо практичної реалізації ідей нової освітньої парадигми в освітню практику, і, передусім, – ефективних інноваційних технологій фізичного виховання молоді.

5. Розроблення, апробація та реалізація інноваційних форм і методів організації навчально-науково-виховної роботи майбутніх фахівців галузі ФКіС.

Висновки

Ідея нової освітньої парадигми вимагає від суспільства створення умов для практичної реалізації основної мети вищої освіти – підготовки кваліфікованих фахівців-професіоналів, компетентних і мобільних у галузі фізичної культури і спорту, готових до постійного професійного зростання, конкурентоспроможних на ринку праці.

Список літератури

1. Єршова, Н. Г. (2005). Професійно-личностное развитие студентов в условиях психолого-педагогического сопровождения в вузе физической культуры. *Теория и практика физической культуры*. (9). 44 – 47.
2. Кремень, В. Г. (2005). Освіта і наука в Україні – інноваційні аспекти. Стратегія. Реалізація. Результати. – К.: Грамота, 448 с. (in Ukrainian)
3. Матухин, Д. Л. (2012). Основные направления развития высшего профессионального образования в контексте идей новой образовательной парадигмы. *Вестник Томского государственного педагогического университета*. (5), 110 – 115. (in Russian)
4. Пометун, О. І. (2004). Теорія та практика послідовної реалізації компетентісного підходу в досвіді зарубіжних країн. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи – К.: К.І.С., 15 – 24. (in Ukrainian)
5. Утюж, І. Г. (2009). Цивілізаційна парадигма освіти: теоретико-методичний аспект. *Гуманітарний вісник ЗДІА*. Вип. 38, 60 – 66. (in Ukrainian)
6. Хотомлянський, О., & Дерев'янка Т. (2006). Методичні питання оцінювання результатів професійної діяльності професорсько-викладацького складу вищого навчального закладу. *Освіта і управління*. Т. 9. (3-4), 145 – 151. (in Ukrainian)

DEVELOPMENT OF HIGHER EDUCATION IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN THE CONTEXT OF PHILOSOPHICAL IDEAS OF THE EDUCATIONAL PARADIGM

Vladyslav Heitenko, Ruslan Khripushyn

Donbas State Engineering Academy

The aim of the study is to analyze the development of higher education in the field of physical culture and sports in the context of philosophical ideas of the educational paradigm.

Material and methods: To achieve the research goal, the following methods were used: theoretical-analysis of scientific literature on pedagogy, sociology, social pedagogy, philosophy, data from socio-pedagogical, psychological-pedagogical, educational-methodical literature in order to identify the initial provisions; synthesis, comparison, generalization and systematization of scientific views on the problem of higher education development in the field of physical culture and sports in the context of philosophical ideas of the educational paradigm.

Results. The formation of competence at the stage of training in higher education institutions significantly depends on the rational integration of academic disciplines and their orientation to professional activities, in which a separate discipline serves as a means of achieving a common goal. The ideas of the new educational paradigm require society to create conditions for the practical implementation of the main goal of higher education – training of qualified specialists-professionals, competent and mobile in the field of physical culture and sports, ready for constant professional growth, competitive in the labor market. Updating the content, forms, methods and means of teaching, building theoretical and practical classes, as well as carefully thinking through techniques for creating an atmosphere of productive pedagogical interaction between subjects of the educational process.

Conclusions. The idea of a new educational paradigm requires society to create conditions for the practical implementation of the main goal of higher education – training of qualified specialists-professionals, competent and mobile in the field of physical culture and sports, ready for constant professional growth, competitive in the labor market.

Keywords: physical culture and sports, competence, professional growth.

Information about the authors:

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

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

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ДОСЛІДЖЕННЯ ЯКОСТІ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ 017 «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ»

Ярослава Баннікова, Сергій Черненко

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – виявлення потреб та інтересів здобувачів вищої освіти за спеціальністю «Фізична культура і спорт» в дистанційній формі навчання.

Матеріали і методи: Для досягнення поставленої мети у роботі були використані такі методи дослідження: методи теоретичного аналізу та узагальнення, анкетування. В опитуванні прийняло участь 70 респондентів 2 – 4 курсів спеціальності «Фізична культура і спорт» щодо ступеня задоволеності форматом навчання та якістю реалізації дистанційного навчання в Донбаській державній машинобудівній академії.

Результати. Аналіз відповідей здобувачів вищої освіти освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт» у 2021 н. р. дозволив виявити, що більшість респондентів (88,5%), позитивно оцінили функціонал платформи дистанційного навчання Moodle ДДМА, вказавши, що в процесі спілкування з викладачами часто використовують такий інструмент Moodle, як «Чат» (30%); більшість студентів (65,7%) зазначили, що організація і проведення оцінювання знань (поточного та підсумкового контролю) під час дистанційного навчання для них є зрозумілими при вчасному отриманні консультації і порад викладачів щодо освітнього процесу у дистанційному форматі.

Висновки. Необхідно створити умови розширення функціоналу платформи Moodle ДДМА та мотивувати професорсько-викладацький склад до вчасного розміщення матеріалів з навчальних дисциплін, оскільки це дає змогу здобувачам освіти, які перебувають на зборах, змаганнях, працюють за фахом у будь-який зручний для них час опанувати відповідні курси. Здійснити заходи щодо спілкування студентів з викладачем після складання тестових контрольних робіт з дисципліни з метою виявлення помилок при виконання завдань та пояснення щодо шляхів їх усунення.

Ключові слова: дистанційне навчання; фізична культура і спорт; платформа Moodle

Вступ

Дистанційне навчання є порівняно нове явище в Україні, його досліджували вітчизняні і зарубіжні науковці: (Терентьєва, 2019; Борейко, & Азаренкова, 2017; Белікова, 2014; Campus, 2019; Mahlangu, 2018) та ін. Дистанційна освіта відповідно до вітчизняних унормовуючих документів – це «можливість навчатися та отримувати необхідні знання віддалено від навчального закладу в будь-який зручний час» [3], регульована, Концепцією розвитку дистанційної освіти в Україні [4]. Відомі автори (Шандригось, & Ладика, 2015; Aharony, & Bar-Plan, 2016; Dobbs, Carmen, & Waid-Lindberg, 2017) відзначають, що для забезпечення дистанційної освіти у підготовці фахівців з фізичної культури і спорту використовують окремі технології (кейс, ТВ, мережеві), методи (асинхронний і синхронний) та засоби дистанційного навчання. У закладах вищої освіти, які здійснюють підготовку майбутніх фахівців педагогічного профілю, платформа MOODLE проходила апробування й набула більшого розповсюдження.

Актуальність проблеми розвитку дистанційної освіти викликана тим, що в сучасних умовах кардинально змінюються вимоги до впровадження нових технологій навчання, застосування засобів телекомунікаційного зв'язку, створення віртуального інформаційного середовища тощо.

Мета дослідження – виявлення потреб та інтересів здобувачів вищої освіти за спеціальністю «Фізична культура і спорт» в дистанційній формі навчання 2 – 4 курсів.

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

Матеріали і методи

Для досягнення поставленої мети у роботі були використані такі методи дослідження: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, анкетування. В опитуванні прийняло участь 70 респондентів 2 – 4 курсів спеціальності «Фізична культура і спорт» щодо ступеня задоволеності форматом навчання та якістю реалізації дистанційного навчання в Донбаській державній машинобудівній академії.

Результати

Загальний аналіз відповідей здобувачів вищої освіти освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт» у 2021 н.р. дозволив виявити наступне:

– більшість респондентів (88,5%), позитивно оцінили функціонал платформи дистанційного навчання Moodle ДДМА, вказавши, що в процесі спілкування з викладачами часто використовують такий інструмент Moodle, як «Чат» (30%); більшість студентів (65,7%) зазначили, що організація і проведення оцінювання знань (поточного та підсумкового контролю) під час дистанційного

навчання для них є зрозумілими при вчасному отриманні консультації і порад викладачів щодо освітнього процесу у дистанційному форматі;

– з огляду на те, що 61,4% респондентів не мають проблем під час дистанційного навчання, а в якості основних проблем організації дистанційної форми навчання опитані зазначили поганий Інтернет-зв'язок (11,4%), недостатність інформації на сторінці курсу (8,6%), відсутність зворотного зв'язку викладача зі студентами (7,1%), відсутність об'єктивного оцінювання знань студентів (2,9%), при цьому акцентувавши увагу на тому, що в більшості випадків навчання за дистанційною формою є зручним та частково зручним для 64,3% та 30 % опитаних відповідно;

– при переважанні дистанційної форми (55,7%) серед відповідей здобувачів стосовно ефективності різних форм організації освітнього процесу та відносно однакової кількості відповідей щодо інших форм: змішана (24,3%), очна (20%), респонденти надали перевагу при проведенні занять під час саме дистанційного навчання одночасному використанню функціоналу платформи Moodle та ресурсів, що дозволяють проводити відеоконференції Viber, Zoom, Google Meet (43,7%) відповідей, платформи Moodle з можливостями її інструменту «Чат» (42,3%), вважаючи використання лише програмного забезпечення з реалізацією відеоконференцій Skype, Viber, Zoom, Google Meet неефективним (14,1%);

– аналіз відповідей щодо моментів психологічного напруження чи дискомфорту, що пов'язані із навчанням у дистанційному форматі, визначив, що 57,1% здобувачів не відчувають жодного дискомфорту або напруження, по 2,9% – відчувають дискомфорт або напруження через неможливість очного спілкування з одногрупниками і викладачами та не завжди розуміють, як саме виконувати певні завдання і як користуватися деякими ресурсами на платформі Moodle, однакова кількість здобувачів (14,3%) вказали «Відчуваю дискомфорт/напруження через те, що не завжди вдається приєднатися до онлайн заняття через проблеми з Інтернет-зв'язком» та «Відчуваю дискомфорт/напруження через відсутність об'єктивного оцінювання знань», при цьому 8,6% студентів вказали, що мають проблеми з раціональним розподілом часу, самоорганізацією.

Висновки

Необхідно створити умови розширення функціоналу платформи Moodle ДДМА та мотивувати професорсько-викладацький склад до вчасного розміщення матеріалів з навчальних дисциплін, оскільки це дає змогу здобувачам освіти, які перебувають на зборах, змаганнях, працюють за фахом у будь-який зручний для них час опановувати відповідні курси. Здійснити заходи щодо спілкування студентів з викладачем після складання тестових контрольних робіт з дисципліни з метою виявлення помилок при виконання завдань та пояснення щодо шляхів їх усунення.

Список літератури

1. Белікова Н. О. (2014). Прикладні аспекти використання інформаційно-комунікаційних технологій у професійній підготовці майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Вип. 118 (2), с. 21 – 24.
2. Борецько Н. Ю., Азаренкова Л. Л. (2017). Використання змішаної форми дистанційного навчання на спеціальності “Фізична культура і спорт”. *Науково-методичні основи використання інформаційних технологій в галузі фізичної культури та спорту*. (1) с. 16 – 19.
3. Дистанційна освіта. (2018). <https://mon.gov.ua/ua/osvita/visha-osvita/distancijnaosvita>
4. Концепція розвитку дистанційної освіти в Україні (2018). <http://www.osvita.org.ua/distance/pravo/00.html>
5. Терентьєва Н. О. (2019). Особливості дистанційної підготовки магістрантів факультетів фізичної культури. *Інформаційні технології і засоби навчання*, Т.69, (1) – 139 – 148.
6. Шандригось Г. А., Шандригось В. І., Ладика П. І. (2015). Дистанційне навчання в системі підготовки фахівців з фізичної культури і спорту. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова* Випуск 5К (61), 270 – 273.
7. Aharony, N., & Bar-Pan, J. (2016). Students’ perceptions on MOOCs: An exploratory study. *Interdisciplinary Journal of e-Skills and Life Long Learning*, 12, 145 – 162 <http://www.ijello.org/Volume12/IJELLv12p145-162Aharony2631.pdf>.
8. Campus Explorer. (2019). Different Types of Distance Learning. <https://www.campusexplorer.com/collegeadvice-tips/7021E31E/Different-Types-of-Distance-Learning/>
9. Dobbs, R., del Carmen, A., & Waid-Lindberg, C. (2017). Students’ perceptions of online courses: The effect of online course experience. *The Quarterly Review of Distance Education*, 18(1), 98 – 109 <https://eric.ed.gov/?id=EJ864039>.
10. Mahlangu, V. P. (2018). The good, the bad, and the ugly of distance learning in higher education. In M. Sinecen (Ed.), *Trends in E-learning*. <https://doi.org/10.5772/intechopen.75702>.

RESEARCH OF QUALITY OF THE CONTROLLED FROM DISTANCE STUDIES OF STUDENTS AFTER SPECIAL'NOSTYU 017 «PHYSICAL CULTURE AND SPORT»

Yaroslava Bannikova, Serhii Chernenko

Donbas State Engineering Academy

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

Material and methods: For achievement of the put purpose such methods of research were in-process used: methods of theoretical analysis and generalization, questionnaire. In questioning 70 respondentiv of 2 – 4 courses of speciality took part the «Physical culture and sport» in relation to the degree of satisfaction by the format of studies and quality of realization of the controlled from distance studies in the Donbas State Engineering Academy.

Results. Analysis of answers of bread-winners of higher education educationally professional programs «the Physical culture and sport» in 2021 n.r. allowed to discover that most respondentiv (88,5%), positively estimated the functional of platform of the controlled from distance studies of Moodle DDMA, specifying that in the process of socializing with teachers often use such instrument of Moodle, as «Chat» (30%); most students (65,7%) marked that organization and leadthrough of evaluation of knowledges (current and final control) during the controlled from distance studies for them was clear at the timely receipt of consultation and advices of teachers in relation to an educational process in the controlled from distance format.

Conclusions. It is necessary to create the terms of expansion the functional of platform of Moodle DDMA and explain profesorsko-vikladackiy composition to the timely placing of materials from educational disciplines, as it enables the bread-winners of education, which are on collections, competitions, work on speciality in any comfortable for them time to seize the proper courses. To carry out measures on socializing of students with a teacher after drafting of test control works from discipline with the purpose of exposure of errors at implementation of tasks and explanation in relation to the ways of their removal.

Key words: controlled from distance studies; physical culture and sport; platform of Moodle

Information about the authors:

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

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

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ФОРМУВАННЯ КОМПОНЕНТІВ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ТРЕНЕРІВ З ФУТБОЛУ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В СИСТЕМІ ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОГО ФУТБОЛУ

Олександр Єрмоленко, Данило Сафонов

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – науково-теоретичне обґрунтування необхідності оптимізації процесу професійної підготовки майбутніх тренерів з футболу на основі визначення системи показників формування психолого-педагогічної готовності до професійної діяльності в системі дитячо-юнацького футболу.

Матеріали і методи: Для досягнення поставленої мети у роботі були використані наступні методи дослідження: аналізу та узагальнення науково-методичної літератури, системний підхід.

Результати дослідження. Система показників формування психолого-педагогічної готовності майбутніх тренерів з футболу до професійної діяльності в системі дитячо-юнацького футболу повинна складатись з наступних структурних компонентів: мотиваційно-цільовий (формування мотивів та цілей; формування позитивного відношення до системи дитячо-юнацького футболу; розуміння значущості майбутньої професійної діяльності; бажання займатися майбутньої професійною діяльністю); змістовно-операційний (знання дисциплін циклу загальної та професійної підготовки; особливостей застосування форм, методів і засобів проведення навчально-тренувальних занять; володіння навичками створення корекційно-розвиваючого середовища); практичний (застосування науково-теоретичних, психолого-педагогічних та дидактико-методичних знань безпосередньо в практичній діяльності); комунікативний (здатність встановлювати та підтримувати міжособистісні стосунки в площині суб'єкт-суб'єктного типу взаємодії між тренером та спортсменами); рефлексивний (самооцінка власної професійної підготовки у відповідності до функцій майбутньої професійної діяльності).

Висновки. Пропонована система показників формування психолого-педагогічної готовності майбутніх тренерів з футболу до професійної діяльності в системі дитячо-юнацького футболу дозволить оптимізувати процес підготовки та створить концептуальні та прогресивні підходи у навчанні.

Ключові слова: дитячо-юнацький футбол, компоненти, психолого-педагогічна готовність, тренер з футболу.

Вступ

Одним із важливих напрямків вдосконалення системи підготовки майбутніх тренерів з футболу вважається оптимізація змісту підготовки в аспекті формування необхідних фахових компетентностей. На сучасному етапі розвитку футболу в Україні актуальною є проблема підготовки висококваліфікованих тренерів з футболу які повинні здійснювати особистісно-орієнтований підхід і висококваліфіковане психолого-педагогічне супроводження тренувального процесу в системі дитячо-юнацького футболу. Система підготовки майбутніх тренерів з футболу повинна передбачати оволодіння професійними компетентностями та технологіями в аспекті формування структурних компонентів психолого-педагогічної готовності до професійної діяльності в системі дитячо-юнацького футболу.

Аналіз сучасної наукової думки (Лукьянова, 2004; Овчарук, 2004; Сущенко, 2003) та досвіду закладів вищої освіти з питань підготовки майбутніх тренерів з футболу (Костюкевич, 2013, 2014; Лісенчук, 2003; Соломонко, Лісенчук, & Соломонко, 2014) дозволяє зробити висновок про відсутність концептуальних та технологічних підходів у формуванні психолого-педагогічної готовності до професійної діяльності в системі дитячо-юнацького футболу.

Таким чином, одним з актуальних та своєчасних напрямків оптимізації процесу професійної підготовки майбутніх тренерів є визначення системи показників формування психолого-педагогічної готовності до професійної діяльності в системі дитячо-юнацького футболу.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.

Роботу виконано згідно плану НДР кафедри ДК-03-2021 «Система професійної підготовки майбутніх тренерів-викладачів з фізичної культури і спорту у закладах вищої освіти».

Мета дослідження – науково-теоретичне обґрунтування необхідності оптимізації процесу професійної підготовки майбутніх тренерів з футболу на основі визначення системи показників формування психолого-педагогічної готовності до професійної діяльності в системі дитячо-юнацького футболу з метою створення концептуальних та технологічних підходів у навчанні.

Матеріали і методи

Для досягнення поставленої мети у роботі були використані наступні методи дослідження: аналізу та узагальнення науково-методичної літератури, системний підхід.

Результати дослідження

Реалізувати комплексну психологічну програму супроводження підготовки спортивного резерву практично неможливо без участі спортивного психолога. Таким чином, психологічний аспект підготовки спортсменів в системі дитячо-юнацького футболу є дефіцитарним. В таких умовах існує можливість оптимізувати ефективність підготовки спортивного резерву за рахунок підвищення якісного рівня психолого-педагогічної освіти майбутніх тренерів з футболу.

Зміст компонентів готовності майбутніх тренерів з футболу до професійної діяльності в системі дитячо-юнацького футболу повинен включати: розуміння філософії дитячо-юнацького футболу; особисту зацікавленість в розвитку системи дитячо-юнацького футболу; знання психологічних закономірностей розвитку та індивідуальних особливостей спортсменів; вміння організувати навчально-тренувальний процес осіб з різним типом темпераменту; застосування оптимальної методики впливу; здатність до взаємодії між суб'єктами системи дитячо-юнацького футболу; рефлексію спортивної діяльності в умовах дитячо-юнацького футболу. Таким чином, можна виділити компетентності які формують у майбутніх тренерів з футболу готовність до професійної діяльності в системі дитячо-юнацького футболу, до них належать: емоційна готовність; володіння психологічними, педагогічними та спортивними технологіями; саморефлексія та рефлексія; самокритика; самоаналіз; розуміння та сприйняття своєї ролі в майбутній діяльності; здатність до інноваційної діяльності; професійна поведінка; розвиток дослідницького підходу; обізнаність в проблемах дитячо-юнацького футболу. Система показників формування психолого-педагогічної готовності майбутніх тренерів з футболу до професійної діяльності в системі дитячо-юнацького футболу повинна складатись з наступних структурних компонентів: *мотиваційно-цільовий* (формування мотивів та цілей; формування позитивного відношення до системи дитячо-юнацького футболу; розуміння значущості майбутньої професійної діяльності; бажання займатися майбутньої професійною діяльністю); *змістовно-операційний* (знання дисциплін циклу загальної та професійної підготовки; особливостей застосування форм, методів і засобів проведення навчально-тренувальних занять; володіння навичками створення корекційно-розвиваючого середовища); *практичний* (застосування науково-теоретичних, психолого-педагогічних та дидактико-методичних знань безпосередньо в практичній діяльності); *комунікативний* (здатність встановлювати та підтримувати міжособистісні стосунки в площині суб'єкт-суб'єктного типу взаємодії між тренером та спортсменами); *рефлексивний* (самооцінка власної професійної підготовки у відповідності до функцій майбутньої професійної діяльності).

Висновки

Пропонована система показників формування психолого-педагогічної готовності майбутніх тренерів з футболу до професійної діяльності в системі дитячо-юнацького футболу дозволить оптимізувати процес підготовки та створить концептуальні та прогресивні підходи у навчанні.

Список літератури

1. Костюкевич, В. М. (2013). Построение тренировочных занятий в футболе. Винница, Планер, 194 с. (in Ukrainian).
2. Костюкевич, В. М. (2014). Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): Навчальний посібник. Вінниця. Планер, 616 с. (in Ukrainian).
3. Костюкевич, В. М. (2006). Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки: Монография. Винница. Планер, 683 с. (in Ukrainian).
4. Лисенчук, Г. А. (2003). Управление подготовкой футболистов. К.: Олимпийская литература, 271 с. (in Ukrainian).
5. Лукьянова, М. И. (2004). Формирование профессиональной готовности учителя к реализации лично ориентированного подхода в педагогической деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08. Ульяновск, 44 с. (in Russian).
6. Овчарук, О.В. (2004). Компетентнісний підхід у сучасній освіті: Світовий досвід та українські перспективи. К.: К.І.С., 112 с. (in Ukrainian).
7. Соломонко, В. В., Лісенчук Г. А., & Соломонко О. В. (2014). Футбол.: підруч. для студ. вищ. навч. закл. К.: Олімпійська література, 304 с. (in Ukrainian).
8. Сущенко, Л. П. (2003). Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект). Запоріжжя: Запорізький держ. ун-т, 442 с. (in Ukrainian).

FORMATION OF COMPONENTS OF PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL READINESS OF FUTURE FOOTBALL COACHES FOR PROFESSIONAL ACTIVITIES IN THE CHILDREN'S AND YOUTH FOOTBALL SYSTEM

Oleksandr Yermolenko, Danylo Safonov

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study is scientific and theoretical substantiation of the need to optimize the process of professional training of future football coaches based on the definition of a system of indicators for the formation of psychological and pedagogical readiness for professional activity in the system of children's and youth football.

Materials and methods. For the achievement of the goal, the aim of the study was to use the following methods of research: analysis of the relevant scientific and methodological literature, systemic research.

Research results. The system of indicators for the formation of psychological and pedagogical readiness of future football coaches for professional activity in the system of children's and youth football should consist of the following structural components: motivational and goal (formation of motives and goals; formation of a positive attitude towards the system of children's and youth football; understanding the significance of future professional activities; desire to engage in future professional activities); content-operational (knowledge of the disciplines of the cycle of general and professional training; peculiarities of the use of forms, methods and means of conducting educational and training classes; mastering the skills of creating a corrective and developmental environment); practical (application of scientific-theoretical, psychological-pedagogical and didactic-methodical knowledge directly in practical activities); communicative (ability to establish and maintain interpersonal relationships in the subject-subject type of interaction between the coach and athletes); reflective (self-assessment of one's own professional training in accordance with the functions of future professional activity).

Conclusions. The proposed system of indicators for the formation of psychological and pedagogical readiness of future football coaches for professional activity in the system of children's and youth football will allow to optimize the training process and create conceptual and progressive approaches in education.

Key words: children's and youth football, components, psychological and pedagogical readiness, football coach.

Information about the authors:

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

Safonov Danylo: foreveryoung515151@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ФОРМУВАННЯ СПЕЦІАЛЬНИХ ПРОФЕСІЙНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ

Ніна Пастушкова

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – обґрунтувати спеціальні компетенції майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Матеріали і методи: Для вирішення поставлених завдань були застосовані теоретичні методи дослідження: дедуктивний та індуктивний метод, ідеалізація та моделювання, системний метод, теоретичний аналіз і синтез, узагальнення літературних джерел, аналіз документальних матеріалів та ресурсів інтернету.

Результати. У статті на основі теоретичного аналізу психолого-педагогічної літератури з'ясовано організаційно-методичні аспекти підготовки майбутніх фітнес-тренерів до професійної діяльності у вищих навчальних закладах. Запроваджено модель спеціальних професійних компетенцій майбутніх фітнес-тренерів відповідно до сучасного рівня розвитку ринку фітнес-послуг. Зазначені базові і спеціальні трудові функції фітнес-тренера, на основі яких розроблено 9 блоків базових професійних спеціальних компетенцій фітнес-тренера оздоровчого фітнесу. Запропоновано розширення циклу практичних дисциплін професійної підготовки за напрямками: «Аеробіка», «Силовий фітнес», «Функціональний тренінг», «Танцювальна аеробіка», «Ментальний фітнес», «Аквафітнес», «Реабілітаційні програми».

Висновки. Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти має бути орієнтована на формування у студентів спеціальних професійних компетенцій відповідно до сучасних вимог ринку з фітнес-послуг та трудових функцій, покладених на фахівців з оздоровчого фітнесу. Базові трудові функції фітнес-тренера включають: розробку програм індивідуальних та групових занять, організацію та проведення занять, здійснення педагогічного контролю в процесі занять, дотримання вимог внутрішнього розпорядку, техніки безпеки та охорони праці з урахуванням формату заняття та специфіки контингенту.

Ключові слова: фітнес-тренер, професійна підготовка, спеціальні професійні компетенції, фітнес-технології, фітнес стандарт.

Вступ

Введення професії «фітнес-тренер» є новою для спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» в Україні, тому потребує реорганізації традиційної системи підготовки кадрів та створення нових підходів до її проектування. Значна увага досліджень (Буренко, 2012; Берест, 2016; Дутчак, & Василенко, 2018) приділяється аспектам фахової підготовки майбутніх тренерів у вищих навчальних закладах та специфіці професійної діяльності фітнес-тренера. Дослідники відмічають тенденцію до необхідності вирішення провідної суперечності між суспільною потребою у якісних фізкультурно-оздоровчих та спортивних послугах та необхідністю оновлення системи підготовки фахівців до тренерської діяльності. Автор (Василенко, 2018) наголошує на проблемі формування в майбутніх фітнес-тренерів готовності до здійснення професійної діяльності та необхідність подолання фрагментарного вузькоспеціалізованого навчання цих фахівців.

Актуальність дослідження обумовлена пошуком шляхів вирішення проблеми підвищення професійної підготовки фітнес-тренерів у закладах вищої освіти засобом удосконалення системи формування спеціальних компетенцій. Зв'язок роботи з науковими програмами. Робота виконана відповідно до плану науково дослідної роботи кафедри фізичного виховання і спорту Донбаської державної машинобудівної академії.

Мета дослідження – обґрунтувати спеціальні компетенції майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти.

Матеріали і методи

Для вирішення поставлених завдань були застосовані теоретичні методи дослідження: дедуктивний та індуктивний метод, ідеалізація та моделювання, системний метод, теоретичний аналіз і синтез, узагальнення літературних джерел, аналіз документальних матеріалів та ресурсів інтернету.

Результати дослідження

Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти зобов'язана сформуванню професійну компетентність випускників, що дасть їм змогу після завершення освітньої програми успішно реалізувати отримані знання та професійні навички у діяльності з надання фітнес-послуг для різних груп населення з урахуванням сучасних вимог суспільства.

Професійна компетентність фітнес-тренерів, що формується у закладах вищої освіти трактується як інтегративна характеристика особистості. Визначається сформованістю знань, умінь і навичок, професійно важливих якостей, що в сукупності забезпечує можливість виконання ними професійних обов'язків із задоволення потреб населення у фізичному вдосконаленні, збереженні й відновленні здоров'я та реалізується відповідно до розроблених фітнес-програм у форматі індивідуальних або групових занять [4].

На основі Єдиного стандарту фітнесу України, впровадженого Національним університетом фізичного виховання і спорту України спільно з аналітично-консалтинговою установою Fitness ConnectUa [5], нами спроектовано модель спеціальних професійних компетенцій фітнес-тренерів

відповідно до сучасного рівня розвитку ринку фітнес-послуг. Базові трудові функції фітнес-тренера включають: розробку програм індивідуальних та групових занять, організацію та проведення занять, здійснення педагогічного контролю в процесі занять, дотримання вимог внутрішнього розпорядку, техніки безпеки та охорони праці з урахуванням формату заняття та специфіки контингенту.

Розробка програм індивідуальних та групових фітнес-занять різною спрямованістю для різних категорій населення є базовою трудовою функцією і основною компетенцією фітнес-тренера, що складається з вміння програмування занять з визначенням етапів, мети, загальних та спеціальних завдань, засобів, методів, параметрів навантаження, форм організації та методів контролю, критеріїв ефективності програми [5].

Для тренерів дитячого фітнесу важливо планувати та проводити для дітей та підлітків заняття загальної фізичної підготовки, розвиваючої спрямованості чи спрямовані на корекцію постави, з використанням засобів спортивних, рухливих ігор відповідно віковим особливостям контингенту [3].

Організація та проведення занять персонального чи групового тренування передбачає: вміння організовувати та проводити заняття у відповідності до розробленої програми різної спрямованості; знання професійної термінології; вміння використовувати вербальні та невербальні команди у процесі проведення заняття; здійснення підбору музичного супроводу із урахуванням методичних вимог і особливостей формату заняття; володіти методами навчання та модифікації техніку виконання фізичних вправ [2].

Ми наголошуємо на оновленні інформаційної складової та змісту навчально-методичних комплексів системи з професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти, зокрема, розширення циклу практичних дисциплін: «Аеробіка», «Силовий фітнес», «Функціональний тренінг», «Танцювальна аеробіка», «Ментальний фітнес», «Реабілітаційні програми». Ми вважаємо, що впровадження зазначених дисциплін до системи підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти не тільки сприятиме

формуванню спеціальних професійних компетентностей, але й дозволить сформувати нове покоління висококваліфікованих спеціалістів широкого профілю у галузі оздоровчого фітнесу.

Висновки

Професійна підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти має бути орієнтована на формування у студентів спеціальних професійних компетенцій відповідно до сучасних вимог ринку з фітнес-послуг та трудових функцій, покладених на фахівців з оздоровчого фітнесу. Базові трудові функції фітнес-тренера включають: розробку програм індивідуальних та групових занять, організацію та проведення занять, здійснення педагогічного контролю в процесі занять, дотримання вимог внутрішнього розпорядку, техніки безпеки та охорони праці з урахуванням формату заняття та специфіки контингенту.

Список літератури

1. Беляк, Ю. І. (2014). Класифікація та методичні особливості засобів оздоровчого фітнесу. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Івано-Франківськ: Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника, (11), 3–7.
2. Берест, О. О. (2016). Сучасний стан проблеми підготовки фітнес-тренерів. *Вісник Глухівського національного педагогічного університету ім. Олександра Довженка*, Вип. 31, 113 – 122.
3. Буренко, М. С. (2012). Формування фахових компетенцій майбутніх тренерів-викладачів у процесі вивчення циклу професійно-орієнтованих дисциплін: дис. канд. пед. наук: 13.00.04. Запоріжжя, 224 с.
4. Василенко, М. М. (2018). Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. монографія. К.: Центр учбової літератури, 495 с.
5. Єдиний фітнес стандарт України: Наказ Міністерства соціальної політики України, (2018). URL: <https://www.uastandard.fitness>.
6. Дутчак М. В, & Василенко М. М. (2013). Теоретичне обґрунтування кваліфікаційної характеристики фітнес-тренера. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. Харків: ХОВНОКУ, (2), 17 – 21.

THE SPECIAL PROFESSIONAL COMPETENCES DEVELOPMENT OF FITNESS COACHES IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS OF UKRAINE

Nina Pastushkova

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study is to substantiate the special competencies of future fitness trainers in institutions of higher education.

Material and methods: The theoretical research methods were used to solve the assigned tasks: deductive and inductive method, idealization and modeling, system method, theoretical analysis and synthesis, the literary sources generalization, documentary materials and internet resources analysis.

Results. On the basis of the psychological and pedagogical literature theoretical analysis it is clarified the organizational and methodological aspects of training future fitness coaches for professional activities in higher educational institutions. The model of special professional competencies of future fitness trainers is introduced in accordance with the current level of development of the fitness market. The basic and special job functions of a fitness trainer are specified. On this basis the 9 blocks of basic professional special competencies of a fitness trainer are developed. It is proposed to expand the practical disciplines of professional and training in the following areas: "Aerobics", "Strength Fitness", "Functional Training", "Dance Aerobics", "Body & Mind fitness", "Rehabilitation Programs".

Conclusions. The professional training of future fitness trainers in institutions of higher education should be focused on the formation of special professional competencies in students in accordance with the modern requirements of the market for fitness services and labor functions assigned to health fitness specialists. The basic labor functions of a fitness trainer include: development of programs for individual and group classes, organization and conduct of classes, implementation of pedagogical control during classes, compliance with the requirements of internal regulations, safety and occupational health and safety, taking into account the format of the class and the specifics of the contingent.

Keywords: fitness trainer, professional training, special professional competences, fitness technologies, fitness standard.

Information about the author:

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

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ПРОБЛЕМА ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ ІЗ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ ЗА КОРДОНОМ

Олена Арцибашева, Сергій Черненко

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мега дослідження – визначити особливості змісту навчання майбутніх тренерів спорту в США.

Матеріали і методи: Для вирішення поставлених питань використовувались наступні методи дослідження: аналіз і синтез науково-методичних літератури, опрацювання інтернет-джерел, узагальнення досліджень науковців.

Результати. У структурі педагогічної освіти США виділяються вищі навчальні заклади різних рівнів: університети (4 – 5 років), педагогічні коледжі (4 – 5 років), коледжі вільних мистецтв (4 роки), коледжі, де готують учителів початкової школи (2 роки). Майбутні тренери, як правило, закінчують 4-річний курс навчання, що охоплює біологію, фізику, психологію, техніку тренування, першу медичну допомогу, принципи правильного харчування тощо. Обсяг практичної роботи майбутнього тренера не менше 600 годин. Розвиток особистості тренера, на думку експертів Національної асоціації, має проходити на таких рівнях: ресурсному, фізичному, особистісному, міжособистісному, професійному, інтелектуальному та духовному.

Висновки. Зміст навчальних програм у системі професійної підготовки майбутніх викладачів фізичного виховання у США спрямований на оволодіння ними практичних знань та норм поведінки у складних педагогічних ситуаціях, орієнтуватися в питаннях спортивної медицини, застосовувати інноваційні, оригінальні методики, нестандартні рішення в учбово-тренувальному процесі.

Ключові слова: тренер, фізична культура, спорт.

Вступ

Для ефективної модернізації педагогічної освіти в українських ЗВО, зокрема підготовки викладачів фізичного виховання, відповідно до завдань, пов'язаних із виконанням Болонської конвенції, необхідно достатньо повно та цілісно уявляти структуру й організаційні особливості вищої освіти розвинених європейських та інших розвинених країн, у тому числі основні напрями вдосконалення підготовки педагогічних кадрів (Алексєнко, Аніщенко & Балл, 2010).

Підготовку фахівців галузі ФКіС у зарубіжній школі досліджували низка науковців (Сущенко, 2002; Захаріна 2012; Гринченко, 2014) та ін.

Аналіз науково-методичної літератури дозволив з'ясувати, що недостатньо приділено уваги вивченню прогресивного в підготовці фахівців фізичної культури і спорту за кордоном, критичне осмислення його та втілення в українську систему освіти.

Мета дослідження – визначити особливості змісту навчання майбутніх тренерів спорту в США.

Матеріали і методи

Для вирішення поставлених питань використовувались наступні методи дослідження: аналіз і синтез науково-методичних літератури, опрацювання інтернет-джерел, узагальнення досліджень науковців.

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

Результати

У структурі педагогічної освіти США виділяються вищі навчальні заклади різних рівнів: університети (4 – 5 років), педагогічні коледжі (4 – 5 років), коледжі вільних мистецтв (4 роки), коледжі, де готують учителів початкової школи (2 роки). До середини минулого століття у США вважалося, що викладач фізичного виховання може повною мірою виконувати обов'язки тренера. Згодом від цього відійшли і тепер це дві цілком різні спеціальності. Майбутні тренери, як правило, закінчують 4-річний курс навчання, що охоплює біологію, фізику, психологію, техніку тренування, першу медичну допомогу, принципи правильного харчування тощо. Обсяг практичної роботи майбутнього тренера не менше 600 годин. Студенти також одержують підготовку із запобігання травматизму та реабілітації спортсменів. Підготовка тренерів високої кваліфікації здійснюється в Американському Інституті спортивних тренерів (Institute for Sport Coaching), що об'єднує понад 110 регіональних і національних спортивних організацій. Майбутні тренери вивчають такі дисципліни: «Філософія та етика», «Безпека та попередження травматизму», «Оптимізація фізичних кондицій», «Ріст і розвиток», «Навчання та комунікація», «Спортивні навички і тактика», «Організація та управління», «Тестування і контроль». Стандарти освіти розробляються за участі Національної асоціації спорту і фізичної освіти (National Association of Sport and Physical Education). Завданням освітніх програм вважається: навчання сучасним знанням із психології, педагогіки, фізіології, менеджменту; розвиток комунікативних навичок і

здатності ефективно засвоювати нову інформацію, формування у майбутніх тренерів творчої спрямованості, вміння нешаблонно мислити, знаходити і застосовувати інноваційні, оригінальні методики, нестандартні рішення для розвитку в спортсменів властивостей, котрі необхідні для перемоги.

Розвиток особистості тренера, на думку експертів Національної асоціації, має проходити на таких рівнях: ресурсному, фізичному, особистісному, міжособистісному, професійному, інтелектуальному та духовному (Blazer, 2005; Collinson, & Yumiko, 2001). Тренер високої кваліфікації повинен орієнтуватися в питаннях спортивної медицини – мати уявлення про взаємозв'язок рухової активності з рівнем фізичного розвитку та здоров'ям людини. Йому необхідно також знати основні прийоми тестування й оцінювання фізичних кондицій, методики визначення кисневого споживання, максимальної потужності м'язової роботи, максимальної фізичної працездатності (за Торндалом), анаеробні тести тощо. Водночас від тренера вимагається компетентність у питаннях менеджменту, оскільки від цього залежить успіх клубу, команди та кожного окремого спортсмена. Сучасні дослідники (Дубовик, 2013) зазначають, що для вищої школи США притаманні принципи гуманізації, індивідуалізації навчання, варіативності, свободи вибору, суміщення гнучкості та стандартизації.

Американські студенти часто навчаються не лише за фахом. Вони слухають багато факультативних курсів, часом формуючи з них другу, додаткову спеціальність або одержуючи сертифікат.

Порівнюючи особливості змісту навчальних програм і курсів у системі професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання у США й Україні, (Захаріна, 2012) стверджує, що у вітчизняній системі навчання майбутніх вчителів фізичного виховання надмірна увага приділяється спортивно-спеціалізованій підготовці (майже удвічі більше обсягу часу порівняно зі США). Водночас в українських ВНЗ на психолого-педагогічні дисципліни витрачається у 2,5 рази менше, а педагогічній практиці приділяється у три рази менше часу.

Висновки

Зміст навчальних програм у системі професійної підготовки майбутніх викладачів фізичного виховання у США спрямований на оволодіння ними практичних знань та норм поведінки у складних педагогічних ситуаціях, орієнтуватися в питаннях спортивної медицини, застосовувати інноваційні, оригінальні методики, нестандартні рішення в учбово-тренувальному процесі.

Список літератури

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

THE PROBLEM OF PROFESSIONAL TRAINING OF SPECIALISTS IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS ABROAD

Helen Artsybasheva, Serhii Chernenko

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study to determine the features of the content of training of future sports coaches in the United States.

Material and methods: The following research methods were used to address the issues: analysis and synthesis of scientific and methodological literature, processing of Internet sources, generalization of research of scientists.

Results. In the structure of teacher education in the United States there are higher educational institutions of different levels: universities (4-5 years), colleges of education (4-5 years), colleges of liberal arts (4 years), colleges that train elementary school teachers (2 years). Future coaches usually complete a 4-year course of study covering biology, physics, psychology, training techniques, first aid, principles of proper nutrition, etc. The volume of practical work of the future trainer is not less than 600 hours. The development of the coach's personality, according to the experts of the National Association, should take place at the following levels: resource, physical, personal, interpersonal, professional, intellectual and spiritual.

Conclusions. The content of the curricula in the system of professional training of future physical education teachers in the United States is aimed at mastering practical knowledge and norms of behavior in difficult pedagogical situations, navigating in sports medicine, applying innovative, original methods, non-standard solutions in the educational and training process.

Keywords: trainer, physical culture, sport.

Information about the authors:

Artsybasheva Helen: ovsyankaelena@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

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

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

РОЗВИТОК ВИЩОЇ ОСВІТИ У НАПРЯМКУ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ З ПРОБЛЕМОЮ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРІВ

Єлизавета Велігонова, Сергій Черненко

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

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

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

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

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

Ключові слова: психолого-педагогічні умови, студенти, освітній процес.

Вступ

Перед закладом вищої освіти, що готують майбутніх викладачів фізичного виховання, нині постали завдання цілеспрямованого розвитку найвагоміших професійно важливих якостей педагога, залучення студентів до активних способів засвоєння соціального, наукового, культурного та педагогічного досвіду з метою використання в подальшій навчально-виховній діяльності з учнями (Однолеток, & Лянной, 2009). Інший фахівець (Степанченко, 2017) вказує, що процес психолого-педагогічної підготовки у ЗВО галузі ФКіС досі характеризується певною «розмитістю» цілей і завдань у силу того, що психолого-педагогічні дисципліни не виправдано вважаються допоміжними, хоча вони формують основні, базові компетентності майбутньої діяльності вчителів фізичного виховання та фахівців фізичної культури і спорту. Тому вважаємо, що одне з найважливіших завдань дослідження є не тільки вивчення стану системи освіти майбутніх здобувачів в галузі ФКіС, але і визначення сучасних підходів до організації освітнього процесу вищих школах.

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

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

Матеріали і методи

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

Результати

У філософії категорія «умова» відображає відношення предмета до зовнішніх впливів, без яких він існувати не може. Поняття «умова» трактується у трьох аспектах: 1) середовище, у якому перебуває предмет; 2) ситуація, у якій щось відбувається з предметом; 3) обставини, що впливають на предмет. Сам предмет при цьому розглядається як чимось зумовлений, а умова – як зовнішній, об'єктивний вплив стосовно нього [1].

У психології значущими умовами розглядають мотиви, спрямованість, інтереси, нахили, здібності людини, обставини виховання та навчання, організація освітнього середовища, стан соціального оточення тощо (Матійків, 2008). Ряд авторів (Пехота О. М., Будаков В. Д., & Старєва А. М., 2003) вважають, що педагогічні умови – це категорія для визначення сукупності (системи) форм, методів, матеріальних чинників, обставин, реальних ситуацій, що об'єктивно склалися та необхідні для досягнення конкретної освітньої мети. У фізичному вихованні педагогічні умови слушно визначають як таку організацію навчально-виховного процесу, що відображає узгоджену діяльність педагога й учнів (студентів), що проводиться в належному порядку та згідно встановленого режиму.

Особливе місце щодо умов вдосконалення професійної підготовки займає морально-психологічний стан життєдіяльності педагогічного колективу. У педагогіці соціально-психологічний клімат – це «емоційна атмосфера, що склалась у колективі та відображає систему міжособистісних відносин у ньому» що суттєво впливають на продуктивність освітньої діяльності.

Підтверджуємо думку дослідників (Литвин, 2014; Матвійчук 2015), що психолого-педагогічні умови (програмно-методичні, матеріально-технічні, інформаційно-комунікаційні тощо) у ЗВО галузі ФКіС сприяють підвищенню ефективності процесів мотивації, навчання, виховання та розвитку студентів, зростання продуктивності роботи викладачів і покращення якості освіти і як наслідок сприяють підвищенню рівня психолого-педагогічної компетентності випускників. Інші автори (Козяр, Козловська, 2011) відмічають навчально-матеріальні, навчально-гігієнічні та морально-психологічні умови ефективного функціонування освітнього процесу.

Психолого-педагогічні умови ґрунтуються на сучасних підходах до організації освітнього процесу:

1. Відповідність змісту освіти особливостям професійної діяльності вчителя фізичного виховання.
2. Оптимальне поєднання загальних, групових та індивідуальних форм організації навчання.
3. Доцільне застосування інноваційних методів і засобів на різних етапах професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання.

Відомий дослідник (Степанченко, 2017) надає інші психолого-педагогічні умови вдосконалення професійної підготовки, а саме: цілеспрямованої мотивації студентів до навчання та педагогічної діяльності, поглиблення змісту навчання з психологічних і педагогічних дисциплін, комплексного системно-цільове проектування професійної підготовки, інноваційних технологій, що спрямовані на розвиток педагогічної майстерності.

Висновки

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

Список літератури

1. Ильичев Л. Ф., Федосеев П. Н., Ковалев С. М., & Панов В. Г. (1983) *Философский энциклопедический словарь* – М. Сов. энцикл., – 840 с. (in Russian).
2. Козяр М. М., & Козловська І. М. (2011) *Науково-педагогічний словник* – Львів: СПОЛОМ, – 216 с. (in Ukrainian).
3. Литвин А. В. (2014) *Методологічні засади поняття «педагогічні умови»: на допомогу здобувачам наукового ступеня* – Львів: СПОЛОМ, – 76 с. (in Ukrainian).
4. Матвійчук Т. Ф. (2015) *Формування педагогічної майстерності майбутніх учителів фізичного виховання у процесі професійної підготовки: дис. ... канд. пед. наук.* – Вінниця, – 272 с. (in Ukrainian).
5. Матійків І. М. (2008) *Психологічні умови формування професійної компетентності учнів професійно-технічних навчальних закладів сфери обслуговування : дис. ... кандидата психол. наук.* – Івано-Франківськ, – 245 с. (in Ukrainian).
6. Однолеток Т. В., & Лянной М. О. (2009) *Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури як педагогічна проблема* *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту.* (9), 107– 109. (in Ukrainian).
7. Пехота О. М., Будаєв В. Д., & Старєва А. М. (2003) *Підготовка майбутнього вчителя до впровадження педагогічних технологій: [навч. посіб.]* – К.: А.С.К., – 240 с. (in Ukrainian).
8. Степанченко Н. І. (2017) *Система професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання у вищих навчальних закладах: дис. ... док. пед. наук.* – Вінниця, – 629 с. (in Ukrainian).

DEVELOPMENT OF HIGHER EDUCATION IN DIRECTION PSIKHOLOGO-PEDAGOGICAL TO ORIENTATION FROM PROBLEMS OF PROFESSIONAL PREPARATION OF TRAINERS

Elizaveta Veligonova, Serhii Chernenko

Donbas State Engineering Academy

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

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

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

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

Key words: psikhologo-pedagogical terms, students, educational process.

Information about the authors:

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

Veligonova Elizaveta: lizaveligonova2002@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

СИСТЕМНИЙ АНАЛІЗ ДЖЕРЕЛ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ З ПРОБЛЕМ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРІВ-ВИКЛАДАЧІВ

Анна Приймак, Надія Сало

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – обґрунтувати теоретико-методологічні засади особистісно-орієнтованої професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах України.

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

Результати. Обґрунтовуючи пріоритетні завдання закладів вищої освіти, які здійснюють підготовку майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту в Україні, потрібно акцентувати увагу на необхідності здійснення таких заходів: створення нормативно-правової бази; формування економічних механізмів; удосконалення державного й соціального захисту тих, що навчаються, а також випускників загально-освітніх і спеціальних установ; розроблення теоретичних основ і науково-методичного забезпечення, удосконалення методів і механізмів прогнозування й розвитку; проведення моніторингу стану забезпечення неперервної освіти літературою, мультимедійними й іншими засобами навчання.

Висновки. Система вищої освіти в галузі фізичної культури і спорту повинна орієнтуватися на загальну стратегію реформ з урахуванням національних інтересів України та її реальних потенціальних ресурсів. З урахуванням зростаючого попиту на високопрофесійних фахівців у сфері фізичної культури потрібно розроблення моделі професійної підготовки фахівців з фізичного виховання та спорту в умовах ринкової економіки країни.

Ключові слова: система вищої освіти, професійна підготовка майбутніх фахівців, фізичне виховання і спорт.

Вступ

Проблеми професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури та спорту у сучасних умовах зумовлені необхідністю подолання суперечностей, які виникають між вимогами інформаційного суспільства де професійної підготовки майбутніх фахівців і їхньою кваліфікацією. Адже не секрет що слабка постановка фізкультурно-масової роботи за місцем проживання; іноді низький рівень викладання фізичної культури в школах і ЗВН різного ступеню, недостатня увага теоретичній підготовці призвела до того, що в учнів і студентів починає падає інтерес до занять з фізичної культури (фізичного виховання), відсутня мотивація до занять, не всі знають про користь від рухової активності і методіку самостійних занять фізичними вправами; заняття фізичним вихованням у ЗВН не зацікавлюють, а навпаки, викликають негативні емоції у студентів. Ці ідеї відображені у положеннях нормативних документів, зокрема, Законів України «Про освіту» [3], «Про фізичну культуру і спорт» [4], Національної стратегії розвитку освіти в Україні [8]. Важливе значення для ефективно професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та

спорту має якість вищої фізкультурної освіти, що обумовлює, актуальність дослідження.

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

Мета дослідження – обґрунтувати теоретико- методологічні засади особистісно-орієнтованої професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах України.

Матеріали і методи

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

Результати

Дослідження проблем у напрямку підготовки тренерів-викладачів фізичного виховання переважне місце займають праці, що належать до професійного становлення фахівців фізичної культури і спорту у ЗВО [1, 2, 7].

Ряд робіт вітчизняних науковців спрямовані на аналіз підготовки майбутніх викладачів фізичної культури за кордоном. Відомі автори (Приступа, & Рокіта, 2003). присвятили свої дослідження з'ясуванню глобалізаційних тенденцій у системі підготовки фахівців галузі фізичного виховання та спорту в Європі. Інший дослідник (Мединський, 2016) ґрунтовно дослідив систему професійної підготовки фахівців фізичного виховання та спорту у США.

Обґрунтовуючи пріоритетні завдання закладів вищої освіти, які здійснюють підготовку майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту в Україні, (Мартиненко, 2009) акцентує увагу на необхідності здійснення таких заходів: «а) створення нормативно-правової бази; б) формування економічних механізмів; в) удосконалення державного й соціального захисту тих, що навчаються, а також випускників загальноосвітніх і спеціальних установ; г) розроблення теоретичних основ і науково-методичного забезпечення, удосконалення методів і механізмів прогнозування й розвитку; д) проведення моніторингу стану забезпечення неперервної освіти літературою, мультимедійними й іншими засобами навчання».

Висновки

Система вищої освіти в галузі фізичної культури і спорту повинна орієнтуватися на загальну стратегію реформ з урахуванням національних інтересів України та її реальних потенціальних ресурсів. З урахуванням зростаючого попиту на високопрофесійних фахівців у сфері фізичної культури потрібно розроблення моделі професійної підготовки фахівців з фізичного виховання та спорту в умовах ринкової економіки країни.

Список літератури

1. Белікова, Н. О. (2013). Сучасні тенденції професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту. *Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка.* – Чернігів, Вип. (112), Т. 2. 52 – 56.
2. Вільчковський, Е. С. (2002). Професійна спрямованість підготовки фахівців з фізичного виховання. зб. наук. пр. – Харків : ОВС, Ч. I., С. 301 – 310.
3. Закон України «Про освіту» (2017) <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>
4. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (2018). <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>.
5. Мартиненко, В. В. (2009). Безперервна підготовка фахівців фізичного виховання і спорту. *Наукові праці ЧДУ імені Петра Могили.* Миколаїв. (99), 111–115.
6. Мединський, С. В. (2016). Система професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту у Сполучених Штатах Америки: монографія. Чернівці: Родовід, 472 с.
7. Москаленко, Н., Ковров Я., & Алфьоров О. (2014). Підготовка спеціалістів з фізичної культури і спорту до інноваційної діяльності. *Спортивний вісник Придніпров'я.* (2), 108 – 112.
8. Національна стратегія розвитку освіти в Україні на період до 2021 року, (2016). <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/344/2013>
9. Приступа, Є., & Рокіта А. (2003). Тенденція підготовки фахівців фізичного виховання і спорту в Європі. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту.* (15), 124 – 130.

SYSTEM ANALYSIS OF SOURCES OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS WITH THE PROBLEM OF PROFESSIONAL TRAINING OF COACHES-TEACHERS

Anna Priymak, Nadia Salo

Donbas State Engineering Academy

The aim of the study is to ground theory - methodological principles of the personality-oriented professional preparation of future specialists of physical education and sport in higher educational establishments of Ukraine.

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

Results. Justifying the priority tasks of higher education institutions that train future specialists in physical education and sports in Ukraine, emphasizes the need to implement the following measures: creation of a regulatory and legal framework; formation of economic mechanisms; improvement of state and social protection of those studying, as well as graduates of general education and special institutions development of theoretical foundations and scientific and methodological support, improvement of forecasting and development methods and mechanisms; monitoring of the state of provision of continuous education with literature, multimedia and other means of education.

Conclusions. The system of higher education in the field of physical culture and sports should be oriented towards the general strategy of reforms, taking into account the national interests of Ukraine and its real potential resources. Taking into account the growing demand for highly professional specialists in the field of physical culture, it is necessary to develop model of professional training of specialists in physical education and sports in the conditions of the country economy.

Key words: higher education system, professional training of future specialists, physical education and sports.

Information about the authors:

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

Salo Nadia: nadeqda.salo@gmail.com; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022

РОЗДІЛ 3. ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

SECULAR TRENDS IN ANTHROPOMETRIC CHARACTERISTICS AND HEALTH-RELATED PHYSICAL FITNESS IN MACEDONIAN CHILDREN: THE MAKFIT STUDIES

Abdulla Elezi¹, Gresa Elezii², Seryozha Gontarev³, Georgi Georgiev³

¹ University of Pristina

² American Hospital, Pristina

³ Ss. Cyril and Methodius University of Skopje

Abstract

The purpose of the present study was to analyze the secular trends in anthropometric characteristics and health-related physical fitness (i.e., flexibility, muscular strength and speed/agility) in Macedonian children between 2012 and 2019.

Materials and methods: We analyzed the secular trends in anthropometric characteristics and health-related physical fitness in Macedonian children between 2012 and 2019. Two representative population studies were conducted 7 years apart in children (6-10 years) from Skopje (Macedonia). Both studies used the same anthropometric measures and tests to assess physical fitness: height, weight, body mass index, body fat percentage, muscle mass percentage, sit and reach, handgrip strength, standing long jump, 30 sec sit ups, and 4 × 10 m shuttle run.

Result. The boys and girls measured in 2019 had significantly better performance in the sit and reach (Cohen's d ~0.4 and ~0.5, respectively), 30 sec sit ups (Cohen's d ~0.3 and ~0.2, respectively), and 4 × 10 m shuttle run (Cohen's d ~0.7 and ~0.8, respectively) tests compared to those measured in 2012-2013. Levels of the standing long jump were significantly lower in 2019 in boys and girls (Cohen's d ~-0.6 for both).

Conclusions. Based on the results of the study, it can be concluded that Macedonian children measured in 2019 have higher levels of flexibility, abdominal muscle strength and coordination, speed and agility, but lower levels of explosive force of the lower limbs than their counterparts measured. 7 years ago, no statistically significant differences were found in anthropometric measures and measures of body weight.

Keywords: fitness, muscular strength, youth, physical activity

Introduction

Physical fitness is a powerful marker of childhood health and adolescence (Andersen et al., 2006). Even in children and adolescents, physical fitness is inversely related to critical physiological factors for occurrence of chronic diseases, including high blood pressure (Ruiz et al., 2006), obesity (Ruiz et al., 2006), hyperinsulinemia (Gutin et al., 2004), increased abdominal adiposity, atherogenic lipid profile (Mesa et al., 2006) insulin resistance, inflammatory markers and other metabolic risk factors (Brage et al., 2004; Ruiz et al., 2007)

The purpose of the present study was to analyze the secular trends in anthropometric characteristics and health-related physical fitness (i.e., flexibility, muscular strength and speed/agility) in Macedonian children between 2012 and 2019.

Materials and methods

In this study we considered data from two separate cross-sectional studies, both representative from the city of Skopje (Macedonia). The research was conducted in seventeen primary schools in the City of Skopje situated in different municipalities. Five classes were randomly selected from each school. Both the first and second measurements were conducted in the same schools. In 2012 the survey was conducted on a sample of 2269 respondents out of which 1110 boys and 1159 girls with an average age of 8.58 ± 1.34 years. In 2019 the survey was conducted on a sample of 2028 respondents of which 1018 boys and 1010 girls with an average age of $8,58 \pm 1,33$ years

Measurements were realized in March, April and May 2012 and 2019, in standard school conditions at regular classes of physical and health education. The measurement was realized by experts from the area of kinesiology and medicine, previously trained to perform functional tests and to take anthropometric measures.

Statistical analysis. We calculated the effect size statistics as Cohen's d (standardized mean differences) and 95% confidence interval. Values of Cohen's d ~ 0.2 , ~ 0.5 and ~ 0.8 are considered small, medium and large effects, respectively. All the analyses were performed using the Statistical Package for Social Sciences software (SPSS, v. 22.0 for Windows; SPSS Inc., Chicago, IL, USA), and values of $p < 0.05$ were considered statistically significant.

Results

The boys and girls measured in 2019 had significantly better performance in the sit and reach (Cohen's d ~ 0.4 and ~ 0.5 , respectively), 30 sec sit ups (Cohen's d ~ 0.3 and ~ 0.2 , respectively), and 4×10 m shuttle run (Cohen's d ~ 0.7 and ~ 0.8 , respectively) tests compared to those measured in 2012-2013. Levels of the standing long jump were significantly lower in 2019 in boys and girls (Cohen's d ~ 0.6 for both). Statistical differences between the two sexes were not found in the anthropometric measures of height, weight and body mass index and in the measurements for assessment of body composition, body fat percentage and muscle mass percentage. We repeated all the analyses after further controlling for fat mass, fat free mass and the results did not materially change (data not shown). Similar results for overweight and

obesity have been obtained in several international studies (Ostojic et al., 2011). Studies covering 27 countries and five geographic regions have shown a decrease in cardiorespiratory fitness from late 1970 to 2003, whereas performance at power and speed tests remained fairly stable from 1980s. (Tomkinson & Olds, 2007).

Conclusions

Based on the results of the study it can be concluded that the Macedonian children measured in 2012-2019 have higher levels of flexibility, abdominal muscle strength and coordination, speed and agility, and lower levels of explosive force on the lower limb than their counterparts measured 7 years ago. In order to guarantee healthy levels of physical fitness, Macedonian public health programs should promote physical activity among children, especially focussed on muscular strength which was seen to decrease and measures for decrease in obesity among this group of the population. Schools may play a key role, and parents also have a great responsibility to encourage and support active living of their offspring.

References

1. Andersen, L. B., Harro, M., Sardinha, L. B., Froberg, K., Ekelund, U., Brage, S., & Anderssen, S. A. (2006). Physical activity and clustered cardiovascular risk in children: a cross-sectional study (The European Youth Heart Study). *The Lancet*, 368(9532), 299-304.
2. Ruiz, J. R., Ortega, F. B., Meusel, D., Harro, M., Oja, P., & Sjöström, M. (2006). Cardiorespiratory fitness is associated with features of metabolic risk factors in children. Should cardiorespiratory fitness be assessed in a European health monitoring system? The European Youth Heart Study. *Journal of Public Health*, 14 (2), 94-102. <https://doi.org/10.1007/s10389-006-0026-8>
3. Gutin, B., Yin, Z., Humphries, M. C., Hoffman, W. H., Gower, B., & Barbeau, P. (2004). Relations of fatness and fitness to fasting insulin in black and white adolescents. *The Journal of pediatrics*, 145 (6), 737-743. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2004.07.016>
4. Mesa, J. L., Ruiz, J. R., Ortega, F. B., Wärnberg, J., González-Lamuño, D., Moreno, L. A., ... & Castillo, M. J. (2006). Aerobic physical fitness in relation to blood lipids and fasting glycaemia in adolescents: influence of weight status. *Nutrition, metabolism and cardiovascular diseases*, 16 (4), 285-293.
5. Brage, S., Wedderkopp, N., Ekelund, U., Franks, P. W., Wareham, N. J., Andersen, L. B., & Froberg, K. (2004). Features of the metabolic syndrome are associated with objectively measured physical activity and fitness in Danish children: the European Youth Heart Study (EYHS). *Diabetes care*, 27 (9), 2141-2148. <https://doi.org/10.2337/diacare.27.9.214>
6. Ruiz, J. R., Ortega, F. B., Rizzo, N. S., Villa, I., Hurtig-Wennlöf, A., Oja, L., & Sjöström, M. (2007). High cardiovascular fitness is associated with low metabolic risk score in children: the European Youth Heart Study. *Pediatric research*, 61 (3), 350-355. <https://doi.org/10.1203/pdr.0b013e318030d1bd>

7. Ostojic, S., Stojanovic, M., Stojanovic, V., Maric, J., & Njaradi, N. (2011). Correlation between Fitness and Fatness in 6-14-year Old Serbian School Children. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 29 (1), 53-60. <https://doi.org/10.3329/jhpn.v29i1.7566>
8. Tomkinson, G. R., Olds, T. S., & Gulbin, J. (2003). Secular trends in physical performance of Australian children: evidence from the Talent Search program. *Journal of sports medicine and physical fitness*, 43 (1), 90.

ВІКОВІ ТЕНДЕНЦІЇ В АНТРОПОМЕТРИЧНИХ ХАРАКТЕРИСТИКАХ І ФІЗИЧНІЙ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ У МАКЕДОНСЬКИХ ДІТЕЙ: ДОСЛІДЖЕННЯ МАКФІТА

Абдула Елезі¹, Греса Елезі², Серьожа Гонтарев³, Георгій Георгієв³,

¹ Університет в Приштині

² Американська лікарня, Приштина

³ Кирило-Мефодіївський університет в Скоп'є

Мета дослідження – проаналізувати вікові тенденції в антропометричних характеристиках та фізичній підготовленості у македонських дітей між 2012 та 2019 роками

Матеріали та методи. Проаналізовані вікові тенденції в антропометричних характеристиках та фізичній підготовленості, пов'язаній зі здоров'ям, у македонських дітей між 2012 та 2019 рр. Проведено два репрезентативні дослідження популяції з різницею у 7 років у дітей (6-10 років) із Скоп'є (Македонія). В обох дослідженнях використовували однакові антропометричні вимірювання та тести для оцінки фізичної підготовленості: зріст, маса тіла, індекс маси тіла, відсоток жиру в тілі, відсоток м'язової маси, нахил

тулуба з положення сидячи, сила кисті, стрибки у довжину з місця, 30-секундні присідання та човниковий біг 4 × 10 м.

Результати. Хлопчики та дівчатка, дані 2019 року, мали значно кращі показники в тестах нахил тулуба з положення сидячи (d ~0.4 і ~0.5 Коена відповідно), 30-секундні присідання (d ~0.3 і ~0.2 Коена відповідно) і човниковий біг 4 × 10 м (тести Коена d ~0,7 та ~0,8 відповідно) порівняно з результатами тестування 2012-2013 рр. У стрибках у довжину з місця результати були значно нижчими у 2019 році у хлопчиків та дівчаток (d Коена ~0,6 для обох груп).

Висновки. Македонські діти у 2019 році, мають вищий рівень гнучкості, сили та координації, швидкості та спритності, але нижчий рівень вибухової сили нижніх кінцівок, ніж їхні однолітки 7 років потому. Статистично значущих відмінностей в антропометричних вимірах та показниках маси тіла не виявлено.

Ключові слова: фітнес, м'язова сила, діти, фізична активність

Information about the authors

Elezi A.: abdulla.elezi@uni-pr.edu; <https://orcid.org/0000-0003-0225-7494>; Faculty of Physical Education and Sport, University of Pristina, Kosovo; Industrial Zone, Pristina, 10000, Kosovo.

Elezi G.: gresaelezi@hotmail.com; <https://orcid.org/0000-0002-1937-4294>; American Hospital, Industrial Zone, Pristina, 10000, Kosovo.

Gontarev S.: gontarevserjozal@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0001-5873-2974>; Faculty of Physical Education, Sport, and Health, Ss. Cyril and Methodius University of Skopje, Dimce Mircev, 3, Skopje, 1000, Republic of North Macedonia.

Georgiev G.: georgigeorgiev63@yahoo.com; <https://orcid.org/0000-0002-1748-9477>; Faculty of Physical Education, Sport and Health, Ss. Cyril and Methodius University of Skopje, Dimce Mircev, 3, Skopje, 1000, Republic of North Macedonia

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

A METHOD TO PROMOTE THE DEVELOPMENT OF INTELLIGENCE AND GAME SKILLS IN YOUTH FOOTBAL

Giovanni Esposito¹, Francesca D'Elia¹, Gaetano Raiola¹

¹ University of Salerno

Abstract

Research purpose. The aim of the study is to evaluate the playing skills of the young players under investigation in a global context. Specifically, it is intended to test whether the proposed training methodology favorably influenced the development of game skills, increasing the efficiency of game performance.

Materials and methods. The study participants are 24 young players, aged between 13 and 14. To achieve the tasks set, the study relied on the following methods: analysis of scientific literature, field testing and methods of mathematical statistics. The experimental group performed a specific training mesocycle (that of the Brain Kinetic), while the control group performed a traditional working mesocycle. To detect the effects of the training methodologies, field tests were used both before and after the training period, respecting the execution protocols described by H. Wein. The study materials were processed by the statistical analysis software-IBM SPSS 22. A paired sample t-test was used to compare the results of the two groups.

Results. The t-test analysis indicates statistically significant changes in the training effect of the experimental group. A better performance index found in the experimental group in the execution of skills, compared to the control group, is due to the diversification of the methodology to which they were subjected. Therefore, the changes after training at each skill index are amplified by the subsequent repetition of the tests. Differences between test indicators are statistically significant.

Conclusions. The study, through the use of field tests, has confirmed the hypothesis that the use of the Brain Kinetic training method determines a positive training effect in skill exercises. This method allowed the players involved in the experimental group to take personal, individual and group actions that had a real impact on the outcome of the game.

Keywords: youth football, decision-making skills, simplified game.

Introduction

Talent is a somewhat difficult concept to understand, precisely because it is possible to experience it in many different forms (Battisti, 2018). The task of a coach within a football team, or any other sports discipline, is precisely to identify this talent and place it in an existing context, the team (Accame, 2010). Since there is no exact science to accurately quantify an athlete's talent, each coach uses various approaches to investigate what are the factors that determine performance (Invernizzi, Signorini, Bosio, Raiola & Scurati, 2020). According to several studies, through the functional evaluation and the use of specific tests, it is possible to measure certain variables in team sports, such as physical condition or technicaltactical performance (Ceruso, Esposito, & D'Elia, 2019; Izzo, D'isanto, Raiola, Cejudo, Ponsano, & Varde'i, 2020). The trainer must be able to observe and understand the needs of the young players, improve their shortcomings, enhance their qualities, and subsequently help to define the purposes necessary to set up the training program (MacDougall, Wenger, & Green, 1991). To improve the technical level, it is necessary, among other things, to

systematically stimulate the development of the player's technical and tactical thinking and behaviour, while improving perceptual and individual skills (Esposito, Ceruso, & D'Elia, 2019). Using these properly constructed experiences, allows to achieve correct behaviours in the various situations of life, as well as in football (Raiola, D'Elia, & Altavilla, 2018). The ability to quickly and effectively adapt a learned behaviour, can only be acquired when the player has been subjected to a systematic development of his intellectual abilities, from the beginning, and up to the high performance phase (Raiola, 2017).

Research purpose – in this study it was hypothesized the possibility of increasing the overall performance of a sample of young amateur footballers, through the use of the Brain Kinetic training methodology.

Materials and methods

Twenty-four U14 players (age: 14 ± 0.3 years; height: 166.4 cm; body mass: 62.92 kg; training experience: (3 ± 0.3) years) participated in this study. All participants were free from musculoskeletal injuries, participated in $\geq 95\%$ of training sessions per year, and were not early or late matures. The group of players was divided into an experimental and a control group both characterized by 12 players. Both groups performed a different training method twice a week for a period of two months. The training method used to which the experimental group was subjected, involved a whole series of proprioception exercises associated with complex movement sequences, capable of inducing the activation of different cortical areas (motor, somatosensitive) and subcortical areas for the purpose of learning and correct execution of the required motor program.

Statistical analysis The data obtained from the tests showed a normal distribution and were presented as mean and standard deviation (SD). A t-test was conducted for independent samples to compare the results obtained from the tests before the experiment, and after the experiment. The t-test was selected as an analytical method to verify the presence or absence of a significant difference between two sets of data. The significant level was set at $p = 0.05$. Statistical analyzes were performed with the IBM SPSS Statistics 23 software.

Results

In the free trial, that of the “consecutive passages in reduced spaces”, the most frequent errors occurred in the hasty execution of the gesture, due to the opposing pressing which resulted in most cases, a defective control or a poorly calibrated first intention pass by the ball owner. In some cases, the difficulty in knowing how to dose the right strength to impart to the ball has also emerged. This often entailed the execution of high passages, slower and difficult to be controlled by the teammates compared to those carried out on the ground, facilitating the intervention of the defender. As can be seen from the results in the table, the number of steps carried out has increased considerably in both groups.

The t-test shows a statistically significant variation between the two groups. Space is the variable that most influenced decision making and athletic performance.

Conclusions

This study allowed to experimentally test, through the use of specific field tests, the effectiveness of the Brain Kinetic training method. This allowed the players involved in the experimental group to take personal, individual and group actions that had a real impact on the outcome of the game. The essential concept that emerges is that the development of game intelligence in football necessarily passes from the ability to teach players to perceive and understand a game situation based on the knowledge and experience previously acquired, using simplified games with an increasing degree of difficulty. It doesn't matter if the action is the result of repeated practice of the same game situation, what matters is that the player is able to read the game situation and solve problems successfully.

References

1. Accame, F. (2010). *La didattica del giuoco del calcio. Tecnica e tattica secondo la scuola di Coverciano [The didactics of the game of football. Technique and tactics according to the school of Coverciano]. Italy: Correre.*
2. Battisti, E. (2018). *Giovanissimi e allievi. La metodologia di allenamento. Principi ed esercitazioni per formare il calciatore [Giovanissimi and Allievi. The training methodology. Principles and exercises to train the soccer player]. Correre.*
3. Ceruso, R., Esposito, G., & D'Elia, F. (2019). Analysis and evaluation of the qualitative aspects of the young players. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (s5), 1814-1819. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s5266>.

4. Esposito, G., Ceruso, R., & D'elia, F. (2019). The importance of a technical-coordinative work with psychokinetic elements in the youth sectors of soccer academies. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (s5), 1843-1851. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s5272> .
5. Invernizzi, P. L., Signorini, G., Bosio, A., Raiola, G., & Scurati, R. (2020). Validity and Reliability of Self-Perception-Based Submaximal Fitness Tests in Young Adult Females: An Educational Perspective. *Sustainability*, 12 (6), 2265. <https://doi.org/10.3390/su12062265> .
6. Izzo, R., D'Isanto, T., Raiola, G., Cejudo, A., Ponsano, N., & Varde'i, C.H. (2020). The role of fatigue in football matches, performance model analysis and evaluation during quarters using live global positioning system technology at 50hz. *Sport Science*, 13 (1), 30-35.
7. MacDougall, J.D., Wenger, H.A., & Green, H.J. (1991). *Physiological testing of the high-performance athlete (2nd ed.)*. Campaign: Human Kinetics.
8. Raiola, G., D'Elia, F., & Altavilla, G. (2018). Physical activity and sports sciences between European Research Council and academic disciplines in Italy. *Journal of Human Sport and Exercise*, 13 (1), 283-295.
9. Raiola, G. (2017). Motor learning and teaching method. *Journal of Physical Education and Sport*, 17 (s5), 2239-2243. <https://doi.org/10.7752/jpes.2017.s5236>

МЕТОДИКА СПРИЯННЯ РОЗВИТКУ ІНТЕЛЕКТУ Й ІГРОВИХ НАВИЧОК У МОЛОДІЖНОМУ ФУТБОЛІ

Джованні Еспозіто¹, Франческа Д'Елія¹, Гаetano Райола¹

¹ Університет Солерно

Метою дослідження є оцінка ігрових навичок молодих гравців, які досліджуються, у глобальному контексті. Зокрема, призначено перевірити, чи сприятливо вплинула запропонована методика навчання на формування ігрових навичок та підвищення ефективності ігрової діяльності.

Матеріали та методи. Учасниками дослідження є 24 молоді гравці, віком від 13 до 14 років. Для досягнення поставлених завдань дослідження спиралось на такі методи: аналіз наукової літератури, польове тестування та методи математичної статистики. Експериментальна група виконувала специфічний тренувальний мезоцикл (такий, що стосується мозкової кінетики), а контрольна група – традиційний робочий мезоцикл. Для впливу наслідків методології навчання використовувалися польові випробування як до, так і після навчального періоду, з дотриманням протоколів виконання, описаних Х. Вейном. Матеріали дослідження були оброблені програмним забезпеченням статистичного аналізу IBM SPSS 22. Для порівняння результатів двох груп використовували парний зразок t-тесту.

Результати. Аналіз t-тесту вказує на статистично значущі зміни тренувального ефекту експериментальної групи. Кращий показник ефективності, виявлений в експериментальній групі у виконанні навичок, порівняно з контрольною групою, пояснюється диверсифікацією методології, якій вони були піддані. Тому зміни після навчання на кожному індексі навичок посилюються подальшим повторенням тестів. Відмінності між показниками тесту є статистично значущими.

Висновки. Дослідження підтвердило гіпотезу про те, що використання методу тренування мозкової кінетики визначає позитивний ефект у формуванні ігрових навичок. Цей метод дозволив гравцям, які беруть участь в експериментальній групі, виконувати індивідуальні та групові дії, що реально вплинули на результат гри.

Ключові слова: молодіжний футбол, навички прийняття рішень, спрощена гра.

Information about the authors:

Esposito Giovanni: g.esposito198@studenti.unisa.it; <https://orcid.org/0000-0002-3659-8943>; Department of Human, Philosophical and Education Sciences, University of Salerno, Italy. Via Giovanni Paolo II, 132 - 84084 Fisciano (SA), Italy.

D'Elia Francesca: fdelia@unisa.it; <https://orcid.org/0000-0003-1441-8101>; Department of Human, Philosophical and Education Sciences, University of Salerno, Italy. Via Giovanni Paolo II, 132 - 84084 Fisciano (SA), Italy.

Raiola Gaetano: graiola@unisa.it; <https://orcid.org/0000-0002-7659-1674>; Department of Human, Philosophical and Education Sciences, University of Salerno, Italy. Via Giovanni Paolo II, 132 - 84084 Fisciano (SA), Italy.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



MODELING THE PROCESS OF TEACHING GYMNASTIC EXERCISES TO PRIMARY SCHOOL CLASSES

Sergii Iermakov¹, Oleg Khudolii², Serhii Chernenko³, Yuriy Dolyunnyi³
Oleg Oliynyk³

¹ Gdansk University of Physical Education and Sport

² H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

³ Donbas State Engineering Academy

Abstract

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

Materials and methods: The work used the analysis and synthesis of scientific, methodological and special literature, general scientific methods of theoretical level, such as analogy, analysis, synthesis, abstraction, induction, as well as general scientific methods of empirical level: observation, testing, experiment, analysis of variance for PFE 2³. The study involved 172 pupils. The method of algorithmic orders was used in teaching primary school children. The transition to the next exercise was carried out after three successful attempts. In grades 1 - 4 they classes a forward roll, a jump over a "goat" with legs apart and legs bent.

Results. The efficiency of the process of training pupils of the first class of "forward roll" by 15 - 60% is influenced by the increase in the number of approaches. up to 12 times, the number of repetitions in the approach varies from 1 to 3 times, the rest interval - 60 - 180 s. The increase in the number of repetitions in the approach to 3 times, the number of approaches ranges from 6 to 12 times, the rest interval - 60 to 180 seconds influences the efficiency of the process of training of pupils of the second class "roll forward" by 40,69 - 78,35%. The efficiency of the process of training of pupils of the third class of a support jump "legs apart through a "horse" in width" on 18,72 % - 60,9 % is influenced by the increase in the number of repetitions in an approach to 3 times, the number of approaches fluctuates within 6-12 times, the interval of rest - 60 - 180 s. The efficiency of the process of training of pupils of the fourth class of a support jump "bending legs through a goat in width" on 21,58 % - 73,04 % is influenced by the increase in the number of repetitions in an approach to 3 times, the number of approaches fluctuates within 6 - 12 times, the interval of rest - 60 - 180 s.

Conclusions. The experiment of the 2³ type allowed to investigate the multifactorial structure of the modes of the process of teaching physical exercises to schoolchildren of 1 - 4 grades, to clarify the optimal ratio of the number of approaches, the number of repetitions in the approach and the rest interval during the training of acrobatic exercises and gymnastic vaulting at physical education lessons. The analysis of variance for PFE 2³ made it possible to determine the percentage of influence of motor modes on the success of performing motor elements in schoolchildren of junior classes.

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

Introduction

In modern conditions of decrease of motor activity of schoolchildren, low resistance of their organism to diseases there is a problem of optimization of physical education of children and teenagers [Krutsevych T. Y. (1999), Sharov A. V., Shuteev A. I. & Sidoruk E. S. (2009)]. In researches Shiyan O. & Slyvky E. (2014) and others the method of teaching physical exercises of school program is analyzed. In the works of scientists Khudolii O. M., Yermakov S. S. (2011), Khudolii O. N. (2005) the regularities of the formation of motor skills in young gymnasts are substantiated. Technological approaches to teaching track and field, gymnastic, acrobatic exercises and rope climbing are proposed for primary school pupils [Miroshnychenko D. T. (2007), Ivashchenko O. V. (2001)]. However, in available scientific literature not

enough attention is paid to the study of motor skills formation in schoolchildren of junior classes.

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

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

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

Results

In pedagogical experiment we classes influence of number of approaches (x_1), number of repetitions in approach (x_2), and rest intervals (x_2) on change of growth of exercises' level of pupils of 1 – 4 forms. In the process of teaching gymnastic exercises in each lesson, the level of training was assessed by an alternative method ("performed", "did not perform"), the probability of performing the exercise was calculated ($p = n/m$, where n is the number of successfully completed attempts, m is the total number of attempts).

The efficiency of the process of training pupils of the first class of "forward roll" by 15 – 60% is influenced by the increase in the number of approaches. up to 12 times, the number of repetitions in the approach varies from 1 to 3 times, the rest interval –

60 – 180 s. In the process of training attention is focused on the number of approaches. The increase in the number of repetitions in the approach to 3 times, the number of approaches ranges from 6 to 12 times, the rest interval - 60 to 180 seconds influences the efficiency of the process of training of pupils of the second class "roll forward" by 40,69 – 78,35%. The attention is focused on the number of repetitions of the exercise in the approach.

The efficiency of the process of training of pupils of the third class of a support jump "legs apart through a "horse" in width" on 18,72 % – 60,9 % is influenced by the increase in the number of repetitions in an approach to 3 times, the number of approaches fluctuates within 6 – 12 times, the interval of rest - 60 – 180 s. The attention is focused on the number of repetitions of the exercise in the approach.

The efficiency of the process of training of pupils of the fourth class of a support jump "bending legs through a goat in width" on 21,58 % – 73,04 % is influenced by the increase in the number of repetitions in an approach to 3 times, the number of approaches fluctuates within 6 - 12 times, the interval of rest - 60 – 180 s. The attention is focused on the number of repetitions of the exercise in the approach and the number of approaches.

The results of the research allowed to supplement the data on the planning of the experiment in the study of the effectiveness of the training process and the development of training models (Khudolia O.M. & Karpunets T.V., 2001; Miroshnychenko D. T. 2007, Ivashchenko O.V. 2001). It is confirmed that the management of the learning process is more effective if the learning modes are determined on the basis of regression models obtained as a result of a full factorial experiment of the PFE 2^k type [1, 4].

Conclusions

The experiment of the 2^3 type allowed to investigate the multifactorial structure of the modes of the process of teaching physical exercises to schoolchildren of 1 - 4 grades, to clarify the optimal ratio of the number of approaches, the number of repetitions in the approach and the rest interval during the training of acrobatic exercises and gymnastic vaulting at physical education lessons. The analysis of

variance for PFE 2³ made it possible to determine the percentage of influence of motor modes on the success of performing motor elements in schoolchildren of junior classes.

References

1. Ivashchenko, O. (1988). Normative indicators of training loads at the initial stage of training of young gymnasts of 6 – 8 years old: Candidate of Pedagogical Sciences. - Moscow: Research Institute of Physiology of Children and Teenagers, 17.
2. Ivashchenko, O. (2001). Methods of teaching gymnastic exercises of the school program. Theory and practice of physical education. Kharkiv: OATS, (1) 26 – 31. <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2001.1.7>
3. Krutsevich, T. Yu. (1999). Methods of research of individual health of children and teenagers in the process of physical education. Kyiv: Olympic literature, 232.
4. Miroshnichenko, V. (1988). Methods of forming motor skills in primary school children: Candidate of Pedagogical Sciences. M.: NIFDP APN USSR, 24.
5. Miroshnychenko, D. (2007). Methods of teaching acrobatic exercises to primary school students. Theory and methods of physical education, Kharkiv: IAB, (12). 29 – 31. <http://www.tmfv.com.ua/journal/issue/view/38>.
6. Khudolei, O. N. (2005) Modeling the process of training young gymnasts: monograph. Kharkiv: OVS, 336.
7. Khudolii, O. M., & Karpunets T. V. (2002). Experiment planning in the study of the process of training young gymnasts. Theory and methods of physical education. Kharkiv: IAB, (4).2 – 8. <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2002.4.73>
8. Khudolii, O. M., & Yermakov S. S. (2011). Regularities of the learning process of young gymnasts Theory and methods of physical education. (5) 3 - 18, 35 – 41.
9. Sharov, A. V., Shuteev A. I., & Sidoruk E. S. (2009). Modeling the intensity of training loads by heart rate. Physical education of students. Kharkiv: KHGADI, (4), 161.
10. Shiyani, O., & Slyvka E. (2014). Optimization of motor activity of schoolchildren in the context of the introduction of innovative teaching methods. Young sports science of Ukraine. Vol. 18 - Lviv: LSUFK, Vol. 4. 169 – 174.

МОДЕЛЮВАННЯ ПРОЦЕСУ НАВЧАННЯ ГІМНАСТИЧНИХ ВПРАВ ШКОЛЯРІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ

Сергій Єрмаков¹, Олег Худолій², Сергій Черненко³, Юрій Долинний³,
Олег Олійник³

¹ Гданський університет фізичного виховання і спорту

² Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

³ Донбаська державна машинобудівна академія

Мета дослідження – визначити особливості формування рухових навичок у школярів 1 – 4 класів.

Матеріали і методи: У роботі використані аналіз й узагальнення даних науково-методичної та спеціальної літератури, загально-наукові методи теоретичного рівня, такі, як аналогія, аналіз, синтез, абстрагування, індукція, а також загально-наукові методи емпіричного рівня: спостереження, тестування, експеримент, дисперсійний аналіз для ПФЕ 2³. У дослідженні прийняли участь 172 ученика. У навчанні дітей молодшого шкільного віку використовували метод алгоритмічних розпоряджень. Перехід до наступної вправи здійснювали після трьох успішних спроб. У 1 – 4 класах вивчали перекид уперед, стрибок через “козла” ноги нарізно і зігнувши ноги.

Результати дослідження. На ефективність процесу навчання школярів першого класу «перекиду вперед» на 15 – 60% впливає збільшення кількості підходів до 12 разів, кількість повторень у підході коливається в межах 1 – 3 разів, інтервал відпочинку – 60 – 180 с. У процесі навчання акцентується увага на кількості підходів. На ефективність процесу навчання школярів другого класу «перекиду вперед» на 40 – 78,35% впливає збільшення кількості повторень у підході до 3 разів, кількість підходів коливається в межах 6 – 12 разів, інтервал відпочинку – 60 – 180 с. На ефективність процесу навчання школярів третього класу опорного стрибка «ноги нарізно через “коня” у ширину» на 19% – 60,9 % впливає збільшення кількості повторень у підході до 3 разів, кількість підходів коливається в межах 6–12 разів, інтервал відпочинку – 60 – 180 с. На ефективність процесу навчання школярів четвертого класу опорного стрибка «зігнувши ноги через козла у ширину» на 21,58% – 73,04 % впливає збільшення кількості повторень у підході до 3 разів, кількість підходів коливається в межах 6 – 12 разів, інтервал відпочинку – 60 – 180 с.

Висновки. Експеримент типу 2³ дав змогу дослідити багатофакторну структуру режимів процесу навчання фізичним вправам школярів 1 – 4 класів, уточнити оптимальні співвідношення кількості підходів, кількості повторень у підході та інтервалу відпочинку у період навчання акробатичних вправ та гімнастичних опорних стрибків на уроках фізичної культури. Дисперсійний аналіз для ПФЕ 2³ дозволив визначити процент впливу рухових режимів на успішність виконання гімнастичних елементів у школярів молодших класів.

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

Information about the authors:

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

Khudolii Oleg: khudoli@hnpu.edu.ua; <https://orcid.org/0000-0002-5605-9939>; H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, Department of Theory and Methodology of Physical Education, Alchevskykh St, 29, Kharkiv, 61002, Ukraine.

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

Dolynnyi Yuriy: mr.dya69@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0002-6495-6066>;

Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Oliynyuk Oleg: olegoliynyuk@ukr.net; <http://orcid.org/0000-0002-9197-1034>;

Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ВПЛИВ ПСИХОФІЗИЧНОГО ТРЕНУВАННЯ НА СТАН ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

Юлія Мусхаріна, Данило Жижченко

Державний вищий навчальний заклад «Донбаський державний педагогічний університет»

Анотація

Мета дослідження – обґрунтувати вплив психофізичного тренування на стан здоров'я студентів.

Матеріали і методи: У дослідженні взяли участь 48 студентів педагогічного університету. Для досягнення мети дослідження були застосовані наступні методи: аналіз науково-методичної та психолого-педагогічної літератури, педагогічне спостереження, психологічні методи та методи математичної статистики.

Результати дослідження. В результаті використання психофізичного тренування на заняттях з фізичного виховання у студентів СМГ значно підвищилась активність та зацікавленість щодо здорового способу життя та оздоровлення, покращився психоемоційний стан. Вихідні дані студентів контрольної групи відповідали високому рівню активності, а в експериментальній домінував мінливий психоемоційний стан. У студентів експериментальної групи в ході дослідження відзначено зростання показників самопочуття, активності, настрою. У респондентів контрольної групи спостерігалось незначне покращення самопочуття й настрою, але водночас знизилась активність.

Висновок. Ефективність впровадження психофізичного тренування в практику фізичного виховання студентів доведено, адже ця підготовка є одним із засобів формування всебічно розвиненої особистості, оптимізації фізичного і психофізіологічного стану студентів.

Ключові слова: здоров'я, студенти, психофізичне тренування.

Вступ

Категорія студентів, які за станом здоров'я відносяться до спеціальної медичної групи є досить специфічною, різноплановою, і вимагає своїх особливих підходів в організації занять з фізичного виховання. Це обумовлює необхідність перебудови роботи зі студентським контингентом, обґрунтування і розробки методологічних підходів до організації занять фізичним вихованням (Зеленюк, 2004).

Актуальність дослідження обумовлена сучасною орієнтацією на творче засвоєння фізичної культури майбутніми спеціалістами, що потребує впорядкованої системи впливу на їх інтелектуальну, емоційно-вольову та практичну діяльність (Іваночко, 2007).

Вирішальним фактором у фізичному вихованні студентів повинно стати цілеспрямоване формування та закріплення мотивації, яка була б заснована на глибоких знаннях та переконаннях, потреби постійно самостійно турбуватися про своє здоров'я, озброєння знаннями та здібностями складати індивідуальні оздоровчі програми. Це дозволить трансформувати обов'язковий навчальний матеріал у процес фізичного самовиховання та самовдосконалення студентів.

Зв'язок роботи з науковими програмами. Робота виконана відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри медико-біологічних основ охорони життя та цивільного захисту ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет».

Мета дослідження – обґрунтувати вплив психофізичного тренування на стан здоров'я студентів.

Матеріали і методи

У дослідженні взяли участь 48 студентів: контрольна група ($n = 25$); експериментальна група ($n = 23$). Для досягнення мети дослідження були застосовані наступні методи: аналіз науково-методичної та психолого-педагогічної літератури, педагогічне спостереження, психологічні методи та методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення

У дослідженні зі студентами педагогічного університету до вищеназваних складових занять фізичним вихованням в СМГ (у заключній частині заняття) було використано психофізичне тренування як форму лікувальної та оздоровчої фізичної культури (Дінейка, 1988).

Побудоване на основі науково обґрунтованої системи фізичної культури, психології і психотерапії, психофізичне тренування використовує загальнорозвиваючі та спеціальні вправи, а також деякі види спеціальних дихальних вправ і точковий масаж з метою підвищення функціональних можливостей організму, відновлювання здоров'я та працездатності. Завдяки використанню подібного методу самовиховання і самовдосконалення, людина оволодіває мистецтвом управління своїми духовними силами, сприяє їх росту.

Отже, по закінченню статичних вправ студентам надається можливість самостійно вибрати собі місце для розслаблення, суб'єктивно сприймане як комфортне. Після прийняття ними зручної пози (переважно лежачи) включається магнітофонний запис. У супроводі спокійної мелодії звучать слова викладача, які допомагають студентам досягти стану розслаблення й вселити собі бажаний рівень здоров'я, настрою й самопочуття.

Для визначення психоемоційного стану студентів ми застосували опитувальник САН (самопочуття, активність, настрій), що призначений для оперативної оцінки психоемоційного стану людини на момент обстеження. Всі три показники, які визначаються за методикою САН, є тісно взаємопов'язані. Контрольна група студентів займалась за традиційною методикою, а експериментальна – з проведенням у заключній частині заняття психофізичного тренування. Отримані результати представлені у таблиці 1.

Таблиця 1. Динаміка показників психоемоційного стану студентів СМГ в результаті використання психофізичного тренування

Досліджувані стани	Контрольна група (n=25)		P	Експериментальна група (n=23)		P
	на початку	в кінці		на початку	в кінці	
Самопочуття	4,52±0,22	4,75±0,24	>0,05	4,49±0,24	4,96±0,30	<0,05
Активність	4,05±0,21	4,38±0,22	<0,05	3,99±0,20	4,61±0,24	<0,05
Настрій	4,07±0,21	4,32±0,23	>0,05	4,10±0,22	4,86±0,27	<0,05

В результаті використання психофізичного тренування на заняттях з фізичного виховання у студентів СМГ значно підвищилась активність та зацікавленість щодо здорового способу життя та оздоровлення, покращився психоемоційний стан. Вихідні дані студентів контрольної групи відповідали високому рівню активності, а в експериментальній домінував мінливий психоемоційний стан. У студентів експериментальної групи в ході дослідження відзначено зростання показників самопочуття, активності, настрою. У респондентів контрольної групи спостерігалось незначне покращення самопочуття й настрою, але водночас знизилась активність.

Висновок

Ефективність впровадження психофізичного тренування в практику фізичного виховання студентів доведено, адже ця підготовка є одним із засобів формування всебічно розвиненої особистості, оптимізації фізичного і психофізіологічного стану студентів.

Список літератури

1. Дінейка, К. (1988). Рух, дихання, психофізичне тренування. Київ: Здоров'я, 176 с.
2. Зеленюк, О. В. (2004). Індивідуалізація навчального процесу фізичного виховання на підставі комплексного оцінювання рухової підготовленості та рівня соматичного здоров'я студентів: автореф. дис... канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. Харків, 21 с.
3. Іваночко, О. (2007). Організація та методика навчальних занять спеціального медичного відділення у ВНЗ. *Молода спортивна наука України*, (3), 99 – 104.

INFLUENCE OF PSYCHO-PHYSICAL TRAINING ON STUDENTS' HEALTH

Yulia Muskharina, Danylo Zhizhchenko

State Higher Educational Institution «Donbas State Pedagogical University»

The purpose of the study is to substantiate the impact of psychophysical training on the state of students' health.

Materials and methods. 48 students of the Pedagogical University took part in the study. The following methods : analysis of scientific-methodical and psychological-pedagogical literature, pedagogical observation, psychological methods and methods of mathematical statistics were used to achieve the goal of the research.

Results. As a result of the use of psychophysical training in physical education classes, the activity and interest in a healthy lifestyle and health improvement among students significantly increased, their psycho-emotional state improved as well. The initial data of students in the control group corresponded to a high level of activity, while in the experimental group dominated a changing psycho-emotional state. In the course of the study, the students of the experimental group showed an increase in indicators of well-being, activity, and mood. Respondents in the control group showed a slight improvement in well-being and mood, but at the same time activity decreased.

Conclusion. The effectiveness of the implementation of psychophysical training in the physical education practice of students has been proven, because this training is one of the means of forming a comprehensively developed personality, optimizing the students' physical and psychophysiological condition.

Key words: health, students, psychophysical training.

Information about the authors:

Muskharina Yuliia: musharina_u@ukr.net , <https://orcid.org/0000-0001-7080-5013>, Department of Medical and Biological Fundamentals of Life Protection and Civil Protection, State Higher Educational Institution «Donbas State Pedagogical University», Batuka St, 19, Slavyansk, 84100, Ukraine

Zhizhchenko Danylo: slavmoto2@gmail.com, State Higher Educational Institution «Donbas State Pedagogical University», Batuka St, 19, Slavyansk, 84100, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ЗАСОБИ Й МЕТОДИ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ЮНИХ БАСКЕТБОЛІСТІВ НА ЕТАПІ ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Юрій Сорокін, Нестор Буряк

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – визначити засоби та методи, які сприяють підвищенню рівня координаційної підготовленості юних баскетболістів на етапі початкової підготовки.

Методи дослідження: вивчення літератури, аналіз і синтез, ідеалізація та узагальнення.

Результати. Складна структура ігрових дій у баскетболі висуває вимоги до вдосконалення й варіативності рухових навичок спортсмена, які залежать від рівня його координаційної підготовленості. Для розвитку координаційних здібностей учнів та юних спортсменів особливе значення слід надавати ігровому й змагальному методам для вдосконалення всіх видів координаційних здібностей. Упродовж навчально-тренувального процесу юних баскетболістів слід урізноманітнювати та поступово ускладнювати, усі дії учнів при цьому регламентуються певними правилами, які також поступово ускладнюються. Під час розучування вправи по частинах і загалом використовується метод підвідних вправ.

Висновки. Для розвитку координаційних здібностей учнів та юних спортсменів особливе значення слід надавати ігровому й змагальному методам для вдосконалення всіх видів координаційних здібностей. На етапі початкової підготовки юних баскетболістів використовують рухливі ігри з координаційним навантаженням, вправи з акробатики та вправи на швидкість реагування, увагу й орієнтацію, імітаційні та підвідні вправи, двосторонню гру у баскетбол.

Ключові слова: засоби та методи координаційної підготовки, баскетбол, етап початкової підготовки.

Вступ

Аналіз сучасної літератури зі спортивної підготовки юних баскетболістів дозволив виявити низку проблем. Перша й основна проблема пов'язана з низьким рівнем рухово-координаційних здібностей початківців. Велика кількість робіт з цієї проблематики доводить, що юні спортсмени з більш високим рівнем координаційної підготовленості вирізняються вищими спортивно-технічними показниками (Кириченко, 2015). Друга проблема – проблема ранньої спеціалізації – виділяють багато фахівців з баскетболу (Артеменко, 2011; Горбуля, 2017; Нестеренко, & Крюковська, 2021; Тучинська, & Руденко, 2015).

Формування вузького кола технічних прийомів при ранній спеціалізації обмежує потенційне зростання спортивної майстерності на наступних етапах підготовки. Наступна проблема – це орієнтація навчально-тренувального процесу на формальний результат у змаганнях, що шкодить комплексній підготовці юних баскетболістів. У результаті більшість юних баскетболістів має суттєві прогалини в загальній й спеціальній фізичній підготовленості, що обмежує зростання техніко-тактичного рівня на наступних етапах багаторічної підготовки (Грибан, & Кафтанова, & Костюк, 2017; Сергієнко, 2003).

Одним із перспективних і найменш розроблених шляхів підвищення ефективності системи підготовки спортивних резервів є напрям, що полягає в розробці методики розвитку координаційних здібностей (КЗ) юних спортсменів паралельно з розвитком інших рухових здібностей та в процесі техніко-тактичного вдосконалення (Лях, 2002; Мітова & Грюкова, 2016; Сергієнко, 2003).

Мета дослідження – визначити засоби та методи, які сприяють підвищенню рівня координаційної підготовленості юних баскетболістів на етапі початкової підготовки.

Були використані методи дослідження теоретичного рівня: вивчення літератури, аналіз і синтез, ідеалізація та узагальнення.

Результати дослідження

Практика роботи з баскетболістами-початківцями та аналіз науково-методичної літератури показують, що рівень розвитку КЗ багато в чому визначає їх успішність навчання технічних прийомів гри у баскетбол. Однак складність оволодіння технічними елементами та недостатній рівень розвитку моторики дітей, які приходять займатися в секцію з баскетболу, з одного боку, та збіг етапу початкової підготовки у баскетболі з періодом інтенсивного становлення КЗ, з другого, надає особливого значення розробці оптимальних засобів та методів розвитку КЗ юних баскетболістів на етапі початкової підготовки (Горбуля, 2017).

Відомі автори (Мітова, & Грюкова, 2016) відзначають, що як засоби КЗ можуть бути використані найрізноманітніші вправи з засобів загальної та спеціальної підготовки, якщо вони пов'язані з подоланням координаційних труднощів. Новизна, незвичність і обумовлений ними ступінь координаційної складності, відзначені автором як один із важливих критеріїв при виборі рухових завдань для вирішення поставленої мети. Як додаткові тренувальні засоби повинні використовуватися такі вправи, що сприяють поліпшенню функцій аналізаторів, які домінують при сприйнятті специфічної інформації.

До таких методичних прийомів (Лях, 2002) пропонує зарахувати: варіювання способу виконання вправи, зміну зовнішніх умов, комбінування

рухових навичок, виконання вправ при дефіциті часу, внесення потрібних корекцій при різноманітних джерелах інформації – зорової, слухової, вестибулярної, тактильної і кінестетичної, виконання вправ після попередньої підготовки. Як засоби розвитку КЗ можна використовувати різноманітні рухові дії (фізичні вправи), якщо вони відповідають таким вимогам: пов'язані з подоланням координаційних труднощів; вимагають від виконавця правильності, швидкості, раціональності при виконанні складних у координаційному відношенні рухових дій; є новими і незвичними для виконавця; хоча і є звичними, але виконуються при зміні самих рухів і рухових дій або умов.

Під час розучування вправи по частинах і загалом використовується метод підвидних вправ. Такі вправи за своєю структурою відповідають руховим діям або їхнім окремим елементам. Автор (Лях, 2002) звертає увагу на те, що для розвитку координаційних здібностей учнів та юних спортсменів особливе значення слід надавати ігровому й змагальному методам для вдосконалення всіх видів координаційних здібностей. Використання цих методів позитивно впливає на емоційність занять і комплексний розвиток координаційних здібностей. Упродовж навчально-тренувального процесу ігри слід урізноманітнювати та поступово ускладнювати, усі дії юних спортсменів при цьому регламентуються певними правилами, які також поступово ускладнюються. На одному занятті дітям слід пропонувати 2 – 4 рухливі гри або естафети, залежно від завдання конкретного тренувального заняття.

Сенсомоторний компонент КЗ юних баскетболістів розвивають з урахуванням регуляторної і компесаторної функції сенсорних реакцій та сенсомоторних координацій шляхом добору вправ, що сприяють активізації функціонального стану сенсорних систем, каналів як зовнішнього (зорова, слухова, тактильна), так і внутрішнього (вестибулярна, пропріоцептивна) зворотного зв'язку та прискоренню переходу на програмний, більш досконалий механізм управління рухами, шляхом цілеспрямованого впливу на такі функції сенсорних систем: кінестетичну чутливість, точність окоміру, вестибулярну стійкість і тактильну чутливість [1, 3, 10].

Висновки

Для розвитку координаційних здібностей учнів та юних спортсменів особливе значення слід надавати ігровому й змагальному методам для вдосконалення всіх видів координаційних здібностей. На етапі початкової підготовки юних баскетболістів використовують рухливі ігри з координаційним навантаженням, вправи з акробатики та вправи на швидкість реагування, увагу й орієнтацію, імітаційні та підвідні вправи, двосторонню гру у баскетбол.

Список літератури

1. Артеменко, Т. Г. (2011). Критерії оцінки технічної та ігрової підготовленості юних баскетболістів. *Теорія та методика фізичного виховання*. (9), 39 – 42.
2. Горбуля, В. Б. (2017). Баскетбол: тактика гри та методика навчання: навчально-методичний посібник, *Запоріжжя: Запорізький національний університет*, 90 с.
3. Грибан, Г. П., Кафтанова Т. В., & Костюк Ю. С. (2017). Фізична підготовка баскетболістів: метод. рекомендації, – Житомир: Вид-во «Рута», 48 с.
4. Ефімов, О. А., & Помещикова І. П. (2011). Основи баскетболу. *Навчальний посібник*, – Харків: ХДАФК, 108 с.
5. Кириченко, В. (2015). Рівень прояву специфічних координаційних здатностей школярів віком 12 – 13 років у процесі занять баскетболом. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*, (1), 40 – 45.
6. Лях, В. І. (2002). Специфічні координаційні здібності як критерій прогнозування спортивних досягнень. *Теорія та практика фіз. культури*. (4), 21 – 25.
7. Мітова, О. О., & Грюкова В. В. (2016). Баскетбол: історія розвитку, правила гри, методика навчання. Навчально-методичний посібник, –Дніпропетровськ: Вид. «Інновація»,110 с.
8. Нестеренко, Н. А., & Крюковська О. С. (2021). Спеціальна фізична підготовка баскетболістів з урахуванням ігрового амплуа. – Дніпро: Дніпроп. держ. ун-т внутр. справ. 32 с.
9. Сергієнко, Л. П. (2003). Категорії рухових здібностей в теорії фізичного виховання і спорту. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. (18), 35 – 40.
10. Тучинська, Т.А., & Руденко Є.В. (2015) Баскетбол. навч.-метод. посіб. Черкаси: ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 95 с.

MEANS AND METHODS OF DEVELOPING COORDINATION SKILLS OF YOUNG BASKETBALL PLAYERS AT THE STAGE OF PRIMARY TRAINING

Yurii Sorokin, Nestor Buryak

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study is to determine the means and methods that contribute to increasing the level of coordination readiness of young basketball players at the stage of initial training.

Research methods are literature study, analysis and synthesis, idealization and generalization.

Research results. The complex structure of game actions in basketball puts forth requirements for the improvement and variability of an athlete's motor skills, which depend on the level of his coordination readiness. For the development of coordination abilities of students and young athletes, special importance should be given to game and competition methods for improving all types of coordination abilities. During the educational and training process of young basketball players, it is necessary to diversify and gradually make it more difficult, while all the actions of students are regulated by certain rules, which also gradually become more difficult. When learning the exercise in parts and in general, the method of underwater exercises is used.

Conclusions. For the development of coordination abilities of students and young athletes, special importance should be given to game and competition methods for improving all types of coordination abilities. At the stage of initial training of young basketball players, mobile games with coordination load, acrobatics exercises and exercises on reaction speed, attention and orientation, imitation and underwater exercises, two-way basketball game are used.

Key words: means and methods of coordination training, basketball, stages of primary training.

Information about the authors:

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

Buryak Nestor: nestor200109@gmail.com; Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

АТЛЕТИЧНА ГІМНАСТИКА ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ СИЛОВОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ

Тетяна Брюханова

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження – обґрунтувати розвиток силових здібностей засобами атлетичної гімнастики у студентів вищої школи.

Матеріали і методи: Для досягнення поставленої мети у роботі були використані наступні методи: аналіз та узагальнення наукової і методичної літератури, системний підхід.

Результати. Підбір фізичних вправ, регулювання їх тривалості та інтенсивності визначають характер і ступінь впливу фізичного навантаження на організм студента, розвиток його здібностей. Засоби розвитку силової підготовки у студентів: вправи з вільними обтяженнями з вправи з вільними обтяженнями; вправи на силових тренажерах; вправи з використанням еспандерів; вправи в подоланні опору/протидії партнера або додаткового опору; вправи з довільними статичними напруженнями м'язів; вправи з комбінованими обтяженнями; вправи з масою власного тіла.

Висновки. Багаторазове виконання фізичних вправ супроводжується поліпшенням техніки і тренуючим впливом, розвитком адаптаційних процесів. Правильно підібрані фізичні вправи, регулювання їх тривалості та інтенсивності визначають характер і ступінь впливу фізичного навантаження на організм, розвиток силової підготовленості студентів.

Ключові слова: фізичне виховання, атлетична гімнастика, студенти.

Вступ

Проблемі розвитку теорії фізичного виховання і впровадженню сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій приділяють увагу багато дослідників (Бельський, 2000; Верхошанський, 1988; Друзь, Криводеєв, & Евтушенко, 2009; Стеценко, 2008). Одним з найбільш популярних видів рухової активності для оздоровлення студентів є фізична підготовка в тренажерних залах. Атлетизм дозволяє достатньою мірою забезпечити не лише необхідний об'єм рухової активності, але і розвиток сили, загальній і спеціальній витривалості, координації гнучкості, будучи при цьому універсальним засобом фізичного розвитку студентів. Недостатня тренуваність м'язів призводить до порушень постави, плоскостопості, захворювань хребта, розвитку захворювань серцево-судинної і дихальної систем, ожиріння тощо. Тому розвиток силових здібностей, одних із складових фізичної підготовки, для молоді є досить актуальним.

Мета дослідження – обґрунтувати розвиток силових здібностей засобами атлетичної гімнастики у студентів вищої школи.

Матеріали і методи

Для досягнення поставленої мети у роботі були використані наступні методи: аналіз та узагальнення наукової і методичної літератури, системний підхід.

Результати дослідження

Багаторазове виконання фізичних вправ супроводжується поліпшенням техніки і тренуючим впливом, розвитком адаптаційних процесів. Підбір фізичних вправ, регулювання їх тривалості та інтенсивності визначають характер і ступінь впливу фізичного навантаження на організм студента, розвиток його здібностей. Аналіз науково-методичної літератури [3, 4, 5, 6] дозволив визначити засоби розвитку силової спрямованості у студентів, а саме: *вправи з вільними обтяженнями* (штанга, гирі, гантелі, диски тощо), можна точно дозувати величину обтяжень відповідно до індивідуальних можливостей людини; *вправи на силових тренажерах* дозволяють виконувати вправи з точно дозованим опором для окремих груп м'язів та вибірково впливати на розвиток певної силової якості; *вправи з використанням еспандерів* спрямовані на розвиток м'язової маси, а також можливості завантажити м'язи практично по всій амплітуді руху; *вправи в подоланні опору/протидії партнера або додаткового опору* максимально наближені до спеціалізованої рухової діяльності (наприклад, біг угору, виконання технічних прийомів боротьби з партнером тощо); *вправи з довільними статичними напруженнями м'язів* сприяють збільшенню м'язової маси, внутрішньом'язової координації, ефективні при іммобілізації травмованих частин тіла; *вправи з комбінованими обтяженнями* дозволяють поліпшити спеціальну силову підготовленість у відповідних рухових діях; *вправи з масою власного тіла* Такі вправи виконуються як без використання спеціального обладнання: згинання-розгинання рук в упорі лежачи, присідання без додаткового обтяження, піднімання тулуба/ніг лежачи на животі, піднімання ніг лежачи на спині/сидячи; так і з використанням спеціального обладнання: підтягування на перекладині, піднімання ніг у висі або в упорі, піднімання тулуба з положення сидячи.

Висновки

Багаторазове виконання фізичних вправ супроводжується поліпшенням техніки і тренуючим впливом, розвитком адаптаційних процесів. Правильно підібрані фізичні вправи, регулювання їх тривалості та інтенсивності

визначають характер і ступінь впливу фізичного навантаження на організм, розвиток силової підготовленості студентів.

Список літератури

1. Бельский, И. В. (2000). Модель специальной силовой подготовленности пауэрлифтеров. *Теория и практика физической культуры*. (1). 33 – 35.
2. Верхошанский, Ю. В. (1988). Основы специальной физической подготовки спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 331с. (in Russian).
3. Глядя, С. А., Старов М. А., & Батыгин Ю. В. (1999). Стань сильным: Учебно-методическое пособие по основам пауэрлифтинга. Книга 2. Харьков: К-Центр, 71 с. (in Ukrainian).
4. Глядя, С. А., Старов М. А., & Батыгин Ю. В. (1998). Стань сильным: Учебно-методическое пособие по основам пауэрлифтинга. Книга 1. Харьков: К-Центр, 43 с. (in Ukrainian).
5. Глядя, С. А., Старов М. А., & Батыгин Ю. В. (2000). Стань сильным. Учебно-методическое пособие по основам пауэрлифтинга. Харьков: К-Центр, 78 с. (in Ukrainian).
6. Дворкин, Л. С. (2003). Силовые единоборства. Атлетизм, культуризм, пауэрлифтинг, гиревой спорт. Ростов н/Д.: Феникс, 383с. (in Russian).
7. Друзь, В. А. Криводегев В. В., & Евтушенко П. С. (2009). Построение движений в системе спортивных единоборств и современные подходы в организации спортивных тренировок. *Слобожанский научно-спортивный вестник*. Харьков: ХДАФК, (3). 230 – 233.
8. Стеценко, А. І. (2008). Пауерліфтинг. Теорія та методика викладання: Навчальний посібник. Черкаси: ЧНУ ім. Богдана Хмельницького, 460 с. (in Ukrainian).

ATHLETIC GYMNASTICS AS A MEANS OF DEVELOPING STUDENTS STRENGTH TRAINING

Tatiana Bryukhanova

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study to substantiate the development of strength abilities by means of artistic gymnastics in higher education students.

Materials and methods: To achieve this goal, the following methods were used in the work: analysis and synthesis of scientific and methodological literature, systematic approach.

Results. Selection of physical exercises, regulation of their duration and intensity determine the nature and degree of influence of physical activity on the student's body, the development of his abilities. Means of developing strength training in students: exercises with free weights with exercises with free weights; exercises on strength training machines; exercises with the use of expanders; exercises in overcoming the resistance / resistance of a partner or additional resistance; exercises with arbitrary static muscle tension; exercises with combined weights; exercises with body weight.

Conclusions. Repeated performance of physical exercises is accompanied by improvement of technique and training effect, development of adaptation processes. Correctly selected physical exercises, regulation of their duration and intensity determine the nature and degree of influence of physical activity on the body, the development of students' strength training.

Key words: physical education, athletic gymnastics, students.

Information about the author:

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

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИВЧЕННЯ РУХОВОЇ ПІДГОТОВКИ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Сергій Черненко¹, Ігор Нестеренко², Олег Олійник¹

¹ Донбаська державна машинобудівна академія

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

Мета дослідження – визначити методологічні підходи до процесу навчання фізичних вправ у школярів.

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

Результати. Методологічною основою моделювання є діалектика, логіка, теорія пізнання, теорія подібності, системний підхід. Моделювання належить до другого рівня методології – рівня загальнонаукових принципів і форм дослідження і завжди використовується разом з іншими загальнонауковими і спеціальними методами. У сучасній практиці фізичного виховання серед загальноприйнятих методів навчання велике значення набувають припис алгоритмічного типу. Цей метод є однією із складових частин програмованого навчання. Припис алгоритмічного типу передбачає поділ навчального матеріалу з серії завдань, послідовне виконання яких призводить до освоєння досліджуваних вправ.

Висновки. Метод моделювання є ефективним інструментом для вивчення закономірностей процесу рухової підготовки та розробки програм фізичного виховання дітей і підлітків. У побудові програми моделювання процесу фізичного виховання школярів вхідна інформація, об'єкт дослідження, методи дослідження повинні задовольняти таким умовам: опис та припис алгоритмічного типу (серії вправ).

Ключові слова: навчання, моделювання, метод алгоритмічних розпоряджень

Вступ

У сучасних умовах зниження рухової активності школярів, низької опірності їх організму до захворювань постає проблема оптимізації фізичного виховання дітей і підлітків (Круцевич, 2000); Худолей, 2005). Одним із ефективних методів дослідження структури рухової підготовленості юних спортсменів є моделювання. У дослідженнях (Лопатьєва, 2013; Худолія & Єрмакова, 2011) розроблені концептуальні підходи до моделювання процесу навчання і розвитку рухових здібностей у фізичному вихованні і спорті. У дослідженнях (Іващенко, 2001; Шиян, & Сливка, 2014) проаналізовано методику навчання фізичних вправ шкільної програми. Розвиток рухових здібностей є ефективним якщо вони стають складовою засвоєних рухових навичок. Встановлено, що ефективність навчання підвищується, якщо використовується метод алгоритмічних розпоряджень [3] та враховуються режими чергування виконання вправ і відпочинку [5]. Одним з методів вивчення особливостей формування рухових навичок у дітей і підлітків є моделювання, концепція якого викладена в роботах (Лопатьєв, 2007; Milić, Milavić & Grgantov, 2011).

Однак у доступній науковій літературі недостатньо приділено уваги дослідженню теоретико-методичним підходам щодо вивчення програми у напрямку рухової підготовки дітей шкільного віку.

Мета дослідження – визначити методологічні підходи до процесу навчання фізичних вправ у школярів.

Матеріали і методи

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

Результати

Моделювання використовується для отримання нової інформації про досліджуваний об'єкт, а так же для перенесення результатів з моделі на наявний процес фізичного виховання дітей і підлітків.

Методологічною основою моделювання є діалектика, логіка, теорія пізнання, теорія подібності, системний підхід. Моделювання належить до другого рівня методології – рівня загальнонаукових принципів і форм дослідження і завжди використовується разом з іншими загальнонауковими і спеціальними методами. Моделювання припускає отримання нових знань про об'єкт на основі вивчення моделі і реалізацію їх на практиці, тобто воно є об'єктивним практичним критерієм перевірки наших знань.

Відомий автор (Лопатьєв, 2007) зазначає, що науковою основою моделювання є теорія аналогії (в окремих випадках – фізичного і аналогового моделювання – теорія подібності), у якій основним поняттям є поняття аналогії, а саме схожість об'єктів за їх якісними і кількісними ознаками.

Сьогодні більшість математичних моделей, що широко застосовуються в різних галузях природничих і суспільних наук, можна ділити ще на такі два великі класи: 1) математичні (аналітичні) моделі; 2) імітаційні (системні) моделі [3].

На думку (Максимова & Сеницына, 1983) реалізація концепцій математичного моделювання ефективна тільки на основі коректного формулювання завдання. Таке формулювання має давати вичерпну інформацію

для її формалізації, тобто забезпечити представлення багатовимірної моделі біологічної системи, проведення повноцінного статистичного аналізу результатів спостережень і подання матеріалу у формі, придатній для інтерпретації.

Таким чином, програма дослідження у напрямку моделювання процесу фізичного виховання школярів включає в себе розробку факторних і регресійних моделей для отримання нової інформації для планування і управління процесами навчання фізичних вправ у фізичному вихованні школярів.

У сучасній практиці фізичного виховання серед загальноприйнятих методів навчання велике значення набувають припис алгоритмічного типу. Цей метод є однією із складових частин програмованого навчання. Припис алгоритмічного типу передбачає поділ навчального матеріалу з серії навчальних завдань, послідовне виконання яких призводить до освоєння досліджуваних вправ. Відомі дослідники (Худолій, 2008; Іващенко, 2001) вказують, що Розпорядження алгоритмічного типу передбачають розділ навчального матеріалу на частини (دوزи, порції або навчальні завдання) і навчання учнів цим частинам в суворо визначеній послідовності; при цьому тільки оволодіння першою серією навчальних завдань дає право переходити до другої. Тому, в першу серію навчальних завдань повинні входити вправи для розвитку тих рухових здібностей, які необхідні для успішного виконання цільової навички. Друга серія навчальних завдань повинна включати вправи на оволодіння вихідних і кінцевих положень. Третя серія навчальних завдань – передбачає дії, без яких неможливо виконати цільову вправу. Четверта серія навчальних завдань містить в собі дії, пов'язані з навчанням умінню оцінювати виконання рухів в просторі, за часом і м'язовими зусиллями. П'ята серія навчальних завдань – підвідні вправи і частини цільової навички. Шоста серія навчальних завдань – виконання вправи в цілому в полегшених умовах, за допомогою учителя та в з'єднанні з іншими вправами.

Таким чином, упорядковувати розпорядження алгоритмічного типу слід в такій послідовності: вказати назву вправи; описати техніку і привести кінограму; вказати, що повинні знати і вміти учні перед виконанням вправи; написати серії навчальних завдань.

Висновки

Метод моделювання є ефективним інструментом для вивчення закономірностей процесу рухової підготовки та розробки програм фізичного виховання дітей і підлітків. У побудові програми моделювання процесу фізичного виховання школярів вхідна інформація, об'єкт дослідження, методи дослідження повинні задовольняти таким умовам: опис (формулювання завдань, вихідних положень, техніки виконання рухових елементів), припис алгоритмічного типу (послідовне виконання навчального матеріалу з серії вправ)

Список літератури

1. Іващенко О. В. (2001) Методика навчання гімнастичним вправам шкільної програми *Теорія та практика фізичного виховання*. –Харків: ОВС, – (1), 26 – 31. <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2001.1.7>
2. Круцевич Т. Ю. (2000) Управление физическим состоянием подростков в системе физического воспитания: автореф. дис. ... д-ра наук по физ. воспитанию и спорту – К, 2000. – 44 с. (in Ukrainian).
3. Лопатьев А. О. (2007) Моделювання як методологія пізнання *Теорія та методика фізичного виховання*. – (8), 4 – 10.
4. Максимов Г. К., &Синицын А. Н. (1983) Статистическое моделирование многомерных систем в медицине Л. Медицина, 143 с. 28. (in Russian)
5. Мірошниченко Д. Т. (2007) Методика навчання акробатичним вправам учнів молодших класів *Теорія та методика фізичного виховання*. – Харків: ОВС, – (12), 29 – 31. <https://www.tmfv.com.ua/journal/%20issue/view/38>
6. Худолей О. Н. (2005) Моделирование процесса подготовки юных гимнастов : монографія – Харьков : ОВС,– 336 с. (in Ukrainian).
7. Худолій О. М. (2008) Основи методики викладання гімнастики: Навч.посібник. – Харків: «ОВС», 414 с. (in Ukrainian).
8. Шиян О., & Сливка Є. (2014) Оптимізація рухової активності школярів у контексті впровадження інноваційних методик навчання *Молода спортивна наука України* Вип. 18 – Львів Т. 4., 169 – 174. (in Ukrainian).
9. Milić M., Milavić B., & Grgantov Z. (2011) Relations between sport involvement, selfesteem, sport motivation and types of computer usage in adolescents *Anthropological Aspects of Sport, Physical Education and Recreation: Proceedings of 3rd International Scientific Congress*. – Banja Luka (in Bosnia and Herzegovina)

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL APPROACHES TO THE STUDY OF MOTOR TRAINING OF SCHOOL CHILDREN

Serhii Chernenko¹, Ihor Nesterenko², Oleg Oliynyk¹

¹ Donbas State Engineering Academy

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

The purpose of the study to determine methodological approaches to the process of teaching physical exercises to schoolchildren.

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

Results. The methodological basis of modeling is dialectics, logic, theory of knowledge, theory of similarity, systematic approach. Modeling belongs to the second level of methodology - the level of general scientific principles and forms of research and is always used together with other general scientific and special methods. In the modern practice of physical education among the generally accepted teaching methods, algorithmic type prescriptions are of great importance. This method is one of the components of programmed learning. The algorithmic type prescription involves the division of the educational material from a series of tasks, the sequential implementation of which leads to the mastering of the exercises under study.

Conclusions. The modeling method is an effective tool for studying the regularities of the process of motor training and the development of physical education programs for children and adolescents. In building a program of modeling the process of physical education of schoolchildren, the input information, the object of research, research methods must meet the following conditions: description and prescription of the algorithmic type (series of exercises).

Key words: training, modeling, method of algorithmic orders

Information about the authors:

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

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

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

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ОСОБЛИВОСТІ САМООЦІНКИ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ПОТРЕБАМИ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ФУТБОЛОМ

Олександр Холодний, Сергій Малюк

ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет»

Анотація

Мета дослідження - теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості самооцінки дітей з особливими потребами, які займаються футболом.

Матеріал і методи: Дослідження проводилося протягом 2021-2022 років. У дослідженні брали участь діти молодшого підліткового віку (10-11 років), кількістю 30 осіб, дівчата та хлопці. Всі досліджувані були розділеними на 3 групи: до 1-ої групи (10 осіб) ввійшли діти з особливими потребами, які займаються футболом у межах проекту «Так, я можу!»; до 2-ої групи (10 осіб) ввійшли діти з особливими потребами, які не займаються спортом; до 3-ої групи (10 осіб) ввійшли діти, які не мають особливих потреб, хронічних захворювань, тобто здорові. Відповідно до мети та завдань дослідження використовувалися такі психодіагностичні методики: 1. «Анкета самооцінки» (С. Барда, Л. Московець); 2. «Тест-опитувальник для визначення самовідношення особистості» (В. Столін, С. Пантелєєв).

Результати. Рухливі та спортивні ігри, зокрема, футбол, мають високий оздоровчий та розвивальний потенціал. Їх правила передбачають різноманітні фізичні дії учасників. Ситуація гри дуже динамічна, вона потребує від учасників концентрації уваги, оптимального розподілу і переключення її, координації рухів тощо. Заняття футболом дає можливість нормалізувати рухливість нервових процесів, розвивають увагу, пам'ять, вольові якості, самостійність прийняття рішень, сприйняття просторової і часової орієнтації, зміцнюють всі системи організму, розвивають руховий апарат тощо.

Висновки. Дослідження самооцінки різних категорій дітей дозволяє стверджувати, що заняття футболом дітей з особливими потребами сприяє оптимізації їхньої самооцінки, загальній гармонізації особистості, що у подальшому дозволить їм швидше та якісніше інтегруватися у будь-яку спільноту на рівних із здоровими людьми.

Ключові слова: самооцінка, діти з особливими потребами, заняття футболом, психодіагностичні методики.

Вступ

Державна соціальна політика України щодо людей з особливими потребами не повною мірою враховує світові зміни, дотепер надає пріоритетного значення «медичному», а не «соціальному» підходу до проблем цієї категорії людей, що позначається на змісті та якості заходів, які організуються для них [4, 5]. І таким чином не сприяє ширшому залученню людей з особливими потребами, в тому числі й дітей, до участі у суспільному житті, реалізації їхніх прав на рівні з іншими громадянами країни. Одним з шляхів інтеграції та соціалізації дітей з особливими потребами є залучення їх до спортивних тренувань. Саме це й зумовило актуальність дослідження.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити особливості самооцінки дітей з особливими потребами, які займаються футболом.

Матеріали і методи

Дослідження проводилося протягом 2021-2022 років. У дослідженні брали участь діти молодшого підліткового віку (10-11 років), кількістю 30 осіб, дівчата та хлопці. Всі досліджувані були розділеними на 3 групи: до 1-ої групи (10 осіб) ввійшли діти з особливими потребами, які займаються футболом; до 2-ої групи (10 осіб) ввійшли діти з особливими потребами, які не займаються спортом; до 3-ої групи (10 осіб) ввійшли діти, які здорові. Для вирішення поставлених завдань були застосовані методи дослідження: аналіз і систематизація психологічної науково-методичної літератури, анкетування, методи математичної статистики

Результати дослідження

У дітей з особливими потребами, як правило відношення до себе характеризується некритичністю, узагальненістю, їм важко адекватно оцінювати власну діяльність, аналізувати її, рефлексувати. Вони прагнуть відгадати ставлення до себе інших людей, і чекають лише позитивної оцінки своєї особистості, дій. Це пов'язано із недостатньою сформованістю їхньої емоційної сфери (Гейко, 2016; Кізенко, 2017).

Дослідження самооцінки дітей з особливими потребами, які займаються футболом (1 група), дітей з особливими потребами, які не займаються спортом (2 група) та «здорових» дітей (3 група) проводилося за допомогою «Анкети самооцінки» С. Барда, Л. Московець. Отримані результати вказують на наявність значущих розбіжностей між показниками самооцінки досліджених груп за показниками: «Розум» ($p \leq 0,05$), «Зовнішність» ($p \leq 0,05$), «Здатність бути гарним другом» ($p \leq 0,000$), «Впевненість у собі» ($p \leq 0,000$); відсутність значущих відмінностей за показниками: «Чесність» ($p > 0,05$) та «Доброта» ($p > 0,05$). Потрібно відзначити, що в цілому досліджувані 3-ої групи, тобто діти без особливих потреб, мають більш високі показники самооцінки за всіма параметрами, ніж досліджувані 1-ої та 2-ої груп. Що стосується показників досліджуваних 1-ої та 2-ої групи, звертає увагу той факт, що діти з особливими потребами, які займаються футболом вище оцінюють себе за показниками

«Розум», «Здатність бути гарним другом», «Впевненість в собі» та «Доброта». Показник оцінки параметру «Доброта» у досліджуваних 1-ої групи майже такий самий, як і у досліджуваних 3-ої групи. Таким чином, можна констатувати, що діти з особливими потребами, які займаються футболом, в цілому мають більш високу самооцінку, ніж діти з особливими потребами, які не займаються спортом. Аналіз самооцінки дітей з особливими потребами, які займаються футболом, показав, що за параметром «Розум» вони оцінюють себе вище, ніж діти цієї ж категорії, але які не займаються спортом. За параметром «Здатність бути гарним другом» діти з особливими потребами, які займаються футболом, також оцінюють себе вище, ніж діти цієї ж категорії, які не займаються спортом.

Показник за шкалою «Впевненість у собі» також вище у дітей з особливими потребами, які займаються футболом, ніж у дітей з особливими потребами, які не займаються спортом. За самооцінним параметром «Доброта» показник дітей з особливими потребами, які займаються футболом, вище, ніж показник дітей з особливими потребами, які не займаються спортом, та майже однаковий з показником здорових дітей.

Висновки

Дослідження самооцінки різних категорій дітей дозволяє стверджувати, що заняття футболом дітей з особливими потребами сприяє оптимізації їхньої самооцінки, загальній гармонізації особистості, що у подальшому дозволить їм швидше та якісніше інтегруватися у будь-яку спільноту на рівних із здоровими людьми.

Список літератури

1. Гейко, Є. В. (2016). Соціальна адаптація особистості з обмеженими можливостями. *Психологія цілісності особистості*. Кропивницький: Центрально-Українське видавництво, 239 – 254.
2. Качан, О. А. (2017). Упровадження інноваційних технологій у фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність закладів освіти: навч.-метод. посібник. Слов'янськ: Витоки, 138 с.
3. Кізенко, О. М. (2017). Фізичне виховання учнів з особливими потребами. *Соціальний педагог*.3,(123). 57 – 59.
4. Лаврух, Н. А. Особенности формирования и коррекции самооценки младших школьников с ограниченными возможностями здоровья <http://pedagogika.snauka.ru/2012/12/815>
5. Мукан, Н., & Козіброда Л. (2021). Значення фізичного виховання і спорту у соціалізації дітей з особливими потребами. *Молодь і ринок*. (1/187), 27 – 32.

CHARACTERISTICS OF SELF-ASSESSMENT OF CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS WHO PLAY FOOTBALL

Alexandr Kholodnij, Serhii Malyuk

Donbass State Pedagogical University

The purpose of the study - to theoretically substantiate and empirically investigate the peculiarities of self-esteem of children with special needs who play football.

Material and methods. The study was conducted during 2021-2022. 30 young children (10-11 years old), girls and boys, participated in the study. All subjects were divided into 3 groups: the 1st group (10 people) included children with special needs who play football within the framework of the "Yes, I can!" project; the 2nd group (10 people) included children with special needs who do not play sports; the 3rd group (10 people) included children who do not have special needs, chronic diseases, that is, healthy. In accordance with the purpose and objectives of the study, the following psychodiagnostic methods were used: 1. "Self-assessment questionnaire" (S. Barda, L. Moskovets); 2. "Test-questionnaire for determining self-attitude of the individual" (V. Stolin, S. Panteleev).

Results. Movement and sports games, in particular, football, have a high health and development potential. Their rules provide for various physical actions of the participants. The situation of the game is very dynamic, it requires from the participants concentration of attention, optimal distribution and switching of it, coordination of movements, etc. Playing football makes it possible to normalize the mobility of nervous processes, develop attention, memory, willpower, independent decision-making, perception of spatial and temporal orientation, strengthen all body systems, develop the motor apparatus, etc.

Conclusions. The study of the self-esteem of different categories of children allows us to claim that playing football for children with special needs contributes to the optimization of their self-esteem, the general harmonization of the personality, which in the future will allow them to integrate faster and better into any community on an equal footing with healthy people.

Keywords: self-esteem, children with special needs, playing football, psychodiagnostic methods.

Information about the authors:

Kholodnij Alexandr: holodnijalexandr@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0002-0527-3193>; faculty of physical education, Donbass State Pedagogical University St. G. Batyuka, 19, Slovyansk, Donetsk region Ukraine.

Serhii Malyuk, malyuk.serzh@outlook.com, faculty of physical education, Donbass State Pedagogical University St. G. Batyuka, 19, Slovyansk, Donetsk region Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ЗМІСТУ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДОШКІЛЬНИКІВ ЗА ТЕХНОЛОГІЄЮ М. М. ЄФИМЕНКА

Оксана Солтис

КОГПА ім. Тараса Шевченка

Анотація

Мета дослідження – систематизувати особливості організації і змісту інноваційної технології М. М. Єфименка «Театр фізичного виховання і оздоровлення дошкільників».

Матеріали і методи. Опрацювання (аналіз та порівняння) літературних джерел за традиційною системою фізичного розвитку дошкільників і інноваційною технологією М. М. Єфименка.

Результати дослідження. Визначенні ключові позиції інноваційної природовідповідної театралізованої технології М. М. Єфименка: науково-педагогічні підвалини, принципи і методи фізичного розвитку дітей.

Висновки. У дослідженні розглянуто нові особливості організації фізичного розвитку дошкільників за альтернативною авторською технологією Миколи Єфименка. Вони ґрунтуються на ознайомленні з інноваційними теоретико-педагогічними принципами фізичного виховання дошкільнят. Реалізація організації запропонованої автором технології та її принципів забезпечить можливість сприяти всебічному розвитку дітей дошкільного віку: соціально-комунікативному, мовленнєвому, пізнавальному, художньо-естетичному на основі саме фізичного розвитку дітей, їхньої повсякденної рухово-ігрової діяльності. Все це зможе гарантувати повноцінний психофізичний розвиток дитини, як особистості.

Ключові слова: інноваційна технологія, М. М. Єфименко, фізичне виховання, дошкільники, казкова фізкультура, принципи, методи.

Вступ

Питанням фізичного виховання дошкільників пропонувано низку досліджень у роботах вітчизняних і зарубіжних авторів: (Вільчковський, Е. С., & Курок О. І., 2008; Вільчковський, Е. С., & Денисенко Н. Ф., 2008) та ін., які спираються на традиційний підхід, сформульований ще за радянських часів. Інноваційна технологія [3, 4, 5, 6] з фізичного розвитку дошкільників (1993 – 2022) створена на зовсім інших науково-педагогічних підвалинах (принципах), ніж традиційна система і вважається альтернативною. В її основі лежать загальний принцип природовідповідності, філогенетичний принцип, принцип небуденності, принцип КОМПЕДЖИ, принцип дуалізму, принцип корекційно-профілактичної спрямованості, гендерний принцип.

Попередній моніторинг стану фізичного розвитку дітей в закладах дошкільної освіти засвідчив, що у більшості випадків педагоги лише транслюють свою прихильність до авторської технології Єфименка, а по суті в левовій долі не реалізують на практиці усього інноваційного потенціалу «Театру фізичного виховання і оздоровлення дітей в нормі і з особливими освітніми потребами». Це і обумовило актуальність дослідження.

Мета дослідження – систематизувати особливості організації і змісту інноваційної технології М. М. Єфименка «Театр фізичного виховання і оздоровлення дошкільників».

Матеріали і методи

Було опановано основні українські літературні джерела з проблематики фізичного розвитку дошкільників. Для цього використовувався метод історичного аналізу інформації та метод порівняння.

Результати дослідження

Під час практичної діяльності з дошкільниками на заняттях з фізичного виховання нами використовується парціальна програма М. М. Єфименка «Казкова фізкультура».

Авторська технологія і програма базуються на умовних восьми золотих формулах фізичного розвитку дошкільників:

I – фізичний розвиток дітей має відбуватися від горизонтальних вихідних положень до вертикальних;

II – вправлятися треба від низьких поз до максимально високих в кожному з вихідних положень;

III – спочатку треба розвивати м'язи-згиначі, а потім – м'язи-розгиначі;

IV – тіло треба розвивати у напрямі від голови до ступень (зверху – вниз);

V – кінцівки необхідно розвивати в послідовності від тулуба до пальців;

VI – в низьких вихідних положеннях треба виконувати повільні рухи, а в вертикальних вихідних положеннях – швидкі рухи;

VII – в горизонтальних вихідних положеннях тіло необхідно розслабляти, а в вертикальних – напружувати;

VIII – чим ближче розташовані великі м'язи до тулуба тим повільніше мають бути рухи в цих суглобах і навпаки: чим віддаленіше розташовані дрібні м'язи від тулуба, тим швидше мають бути в них рухи!

Для реалізації зазначених правил використовую у своїй практичній діяльності чітко визначені автором такі методи фізичного виховання:

1. Еволюційний метод, яким передбачається така нетипова послідовність засвоєння основних рухових режимів: плавальний (якщо є басейн)

– “лежачий” – режим повзання – “сидячий” – стоячий – режим ходьби – режим лазіння – біговий – стрибковий.

2. Метод повторно-кільцевої побудови заняття дає змогу кожне заняття з фізичної культури проводити за зразком “еволюції в мініатюрі”, повторюючи етапність розвитку тваринного світу та людини.

3. Метод індивідуального диференціювання навантажень (ІДН) – передбачає диференціацію вікової групи на типологічні підгрупи залежно від ознак ІДН, що переважають, та подальшу індивідуалізацію освітньої діяльності.

4. Тотальний ігровий метод – передбачає такі складові: сюжетність заняття, його образність, відповідні рольові прояви дітей, емоційну насиченість, дозовану драматизацію, казко терапію, використання аттракторних структур підсвідомого.

Висновки

Реалізація зазначених особливостей організації і змісту фізичного розвитку дошкільників за технологією М. М. Єфименка пропонувані автором технології забезпечить стимулювання всебічного розвитку дітей дошкільного віку: соціально-комунікативного, мовленнєвого, пізнавального, художньо-естетичного на основі саме природовідповідного фізичного розвитку дітей, їхньої повсякденної рухово-ігрової діяльності.

Список літератури

1. Вільчковський, Е. С., & Курок О. І. (2008). Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Навч. посіб. – Суми: ВТД «Університетська книга», 428 с.
2. Вільчковський, Е. С., & Денисенко Н. Ф. (2008). Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах. Навч.-метод. посібник. – Тернопіль: мандрівець, 128 с.
3. Єфименко, М. М. (2019). Казкова фізкультура. Програма з фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку. Вип. 2. – Вінниця : Твори, 51 с.
4. Єфименко, Н. Н. (2016). Театралізація фізического виховання дошкільників. Учеб.-метод. пособ. – Вінниця : Нилан-ЛТД, 167 с.
5. Єфименко, Н. Н. (2014). Физическое развитие ребенка в дошкольном детстве. Метод. рекоменд. – М.: Дрофа, 287 с.
6. Єфименко, М. М. (2015). Казкова фізкультура. Дошкільне виховання, (4), 16 – 19.

FEATURES OF THE ORGANIZATION AND CONTENT OF THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF PRESCHOOL STUDENTS ACCORDING TO THE METHOD OF M. M. EFIMENKA

O. Soltys

KOGPA named after Taras Shevchenko

The purpose of the research is to introduce M.M. Yefimenko's technology into the educational process of the higher school, to instill in students an interest in innovative author's technology, responsibility and love for their future profession, to stimulate physical education of preschoolers according to M. Yefimenko's technology.

Materials and methods. Processing of literary sources using M.M. Yefimenko's technology - to determine the tasks of physical education of the educational process in higher education.

Results. Determination of the key positions of the innovative nature-appropriate theatrical technology of M. M. Yefimenko: scientific and pedagogical foundations, principles and methods of physical development of children.

Conclusions. The research examines new approaches to the training of future specialists in the conditions of a higher school based on Mykola Yefimenko's alternative author's technology for the physical development of preschoolers. They are based on familiarizing students with innovative theoretical and pedagogical principles of physical education of preschoolers. The implementation of the technology proposed by the author and its principles in the educational process of the higher school will provide an opportunity for future specialists to contribute to the comprehensive development of preschool children: social-communicative, speech, cognitive, artistic-aesthetic based on the physical development of children, their daily movement and play activities. All this will be able to guarantee full-fledged psychophysical development of the child as an individual.

Keywords: innovative technology, M. M. Yefimenko, physical education, preschoolers, fabulous physical education, principles, methods.

Information about the author:

Soltys O.: svit.kazok@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0002-3864-654X>; KOGPA named after Taras Shevchenko, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ОСОБЛИВОСТІ ЦІННІСНО-МОТИВАЦІЙНОГО СТАВЛЕННЯ МОЛОДІ ДО ПРЕДМЕТУ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА»

Володимир Мудрян

Краматорська загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів № 3

Анотація

Мета дослідження – виявлення педагогічних умов у формуванні учнів ціннісного ставлення до фізичної культури.

Матеріали і методи: Для досягнення поставленої мети у роботі були використані наступні методи: аналіз та узагальнення наукової і методичної літератури, анкетування.

Результати. Предмет фізичного виховання є вкрай необхідним – 18,8%; таким, що має певну користь – 19,0%, байдужим – 14,3%, зайвим – 23,4%, таким, що травмує учнів – 24,4%. Встановлено, що майже половина молоді негативно ставилася до занять з фізичної культури, а з врахуванням тих, кому ці уроки були байдужими, їх кількість стає переважною. Мотивація занять спортом, відвідування навчальних занять диктується насамперед почуттям задоволення, одержуваного від фізичних навантажень. Значний вплив на ставлення учнів до занять з фізичної культури має їх стан здоров'я.

Висновки. Ставлення молоді до фізичної культури визначається насамперед віковими особливостями, коли потреба у фізичній активності є найбільш високою. Важливим шляхом підвищення результативності навчального курсу «Фізичне виховання» є формування у молоді ціннісного ставлення до фізичної культури і спорту з використанням відповідного методичного забезпечення.

Ключові слова: фізичне виховання, педагогічні умови, учні.

Вступ

У сучасних умовах актуалізується потреба суспільства у формуванні здорового покоління. Це обумовлено цілою сукупністю факторів: екологічним (наслідки чорнобильської катастрофи, масштабні техногенні впливи), економічним (зниження рівня життя громадян України внаслідок соціально-економічної кризи), соціальним (поява у суспільстві нових соціальних еталонів, стандартів, потреб, пріоритетів і цінностей). Безумовно, така тенденція у сфері навчання і виховання піднімає роль фізичної культури, яка сьогодні розглядається як важливий засіб профілактики не лише різного роду захворювань, а й розповсюдження шкідливих схильностей і звичок серед молоді (наркоманія, алкоголізм, токсикоманія та інші девіантні поведінки), конструктивного заповнення вільного часу з метою перешкоди антиправовим діям підлітків і юнацтва. Особливу важливість це має у професійній підготовці майбутніх учителів [1, 2, 5, 6]. При цьому мова йде не лише про вчителів фізичної культури, а про педагогів будь-якого предмету, адже саме від педагогічних працівників, їх поведінки, ставлень, цінностей, що наслідуються, залежить прийняття відповідних нормативів життєдіяльності учнями [3].

Необхідно дослідити проблему формування ціннісних ставлень майбутніх учителів до фізичної культури як значущої сфери життєдіяльності і водночас як до навчального предмету, котрий викладається у закладах загальної середньої освіти, середньої та перед вищої освіти і закладах вищої освіти.

Мета дослідження - виявлення педагогічних умов у формуванні учнів ціннісного ставлення до фізичної культури.

Матеріали і методи

Для досягнення поставленої мети у роботі були використані наступні методи: аналіз та узагальнення наукової і методичної літератури, анкетування.

Результати дослідження

Сучасну увагу вчених і практиків привертають можливості навчального процесу в цілому і окремих навчальних предметів щодо формування ціннісних орієнтацій молоді. Встановлено, що на ефективність фізкультурної освіти впливають дві групи факторів: зовнішні і внутрішні. До зовнішніх відносяться: розвиток спортивної науки, рівень інтеграції науки і практики, рівень кваліфікації викладацьких кадрів, наявність високоякісного обладнання та інвентарю. До внутрішніх факторів відноситься наявність потреби майбутнього спеціаліста в якісній професійній освіті і професійному рості, наявність орієнтації на цінності освіти і мотиви, які спонукають до занять самовихованням і самоосвітою в галузі фізичної культури [4, 7].

Схема дослідження передбачала варіативність обрання за допомогою анонімного анкетування. Так, наприклад, на запитання «Як ви у школі ставилися до занять з фізичної культури?» було передбачено такі варіанти відповідей: а) вважали їх за вкрай необхідні; б) вважали їх за такі, що мають певну користь; в) були байдужі; г) вважали за зайві в навчальній програмі; г) вважали їх за такі, що тільки наносять шкоду учням (травмують їх). За результатами анкетування було визначено, що предмет фізичного виховання є вкрай необхідним – 18,8%; таким, що має певну користь – 19,0%, байдужим – 14,3%, зайвим – 23,4%, таким, що травмує учнів – 24,4%.

Таким чином, майже половина молоді негативно ставилися до занять з фізичної культури, а з врахуванням тих, кому ці уроки були байдужими, їх кількість стає переважаючою. Спостерігається, що мотивація занять спортом, відвідування навчальних занять диктується насамперед почуттям задоволення, одержуваного від фізичних навантажень. Значний вплив на ставлення учнів до занять з фізичної культури має їх стан здоров'я.

Висновки. Ставлення молоді до фізичної культури визначається насамперед віковими особливостями, коли потреба у фізичній активності є найбільш високою. Важливим шляхом підвищення результативності навчального курсу «Фізичне виховання» є формування у молоді ціннісного ставлення до фізичної культури і спорту з використанням відповідного методичного забезпечення.

Список літератури

1. Вацеба, О. М., Петришин Ю. В., Приступа Є. Н., & Боднар І. Р. (2005). Актуальні проблеми теорії і методики фізичного виховання: колективна монографія. Львів: Українські технології, 296 с.
2. Дерєка, Т. (2016). Професійна підготовка фахівців фізичного виховання у США. *Continuing Professional Education: Theory And Practice (Series: Pedagogical Sciences)*. Issue (1-2), 71 – 76.
3. Зязюн, І. А. (2011) Педагогічне наукове дослідження в контексті цілісного підходу. *Порівняльна професійна педагогіка*. Вип. 1., 19 – 30.
4. Ліфінцев, І. Д., Харченко Р. М., & Рибалко П.Ф. (2017). Подолання причин індивідуального ставлення студентів до фізкультурно-спортивної діяльності *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Вип. 149. – Чернігів : ЧНПУ, 46 – 50.
5. Рибалко, П. Ф., Гриб Т. О., & Клименченко Т. Г. (2017). Проблеми і шляхи підвищення ефективності фізичного виховання у вищому навчальному закладі не фізкультурного профілю. *Наукове видання. Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. Вип. 1. – Вінниця: ТОВ «Планер», 217 – 221.
6. Рибалко П. Ф. (2020) Теорія і практика професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до організації фізкультурно-оздоровчого середовища закладу загальної середньої освіти: дис ... докт. пед. наук: 13.00.04. Слов'янськ, 593 с.
7. Хоменко, С. В., Рибалко П. Ф., Гудим М. П., & Гудим С. В. (2019). Особливості методики розвитку фізичних якостей студентів неспортивних спеціальностей на заняттях фізичною культурою. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології* : наук. журнал – Суми:, (6), (90), 343 – 352.

CHARACTERISTICS OF THE VALUES AND MOTIVATION ATTITUDES OF YOUTH TO THE SUBJECT OF PHYSICAL CULTURE

Volodymyr Mudryan

Kramatorsk secondary school of grades I-III No. 3

The purpose of the research identification of pedagogical conditions in the formation of students' valuable attitude to physical culture.

Materials and methods: To achieve the goal, the following methods were used in the work: analysis and generalization of scientific and methodical literature, questionnaires.

Results. The subject of physical education is absolutely necessary - 18.8%; those that have a certain benefit - 19.0%, indifferent - 14.3%, redundant - 23.4%, those that injure students - 24.4%. It was established that almost half of the youth had a negative attitude to physical culture classes, and taking into account those who were indifferent to these classes, their number becomes overwhelming. The motivation for playing sports and attending educational classes is primarily dictated by the feeling of satisfaction obtained from physical exertion. Their state of health has a significant influence on the attitude of students to physical education classes.

Conclusions. The attitude of young people to physical culture is determined primarily by age characteristics, when the need for physical activity is the highest. An important way to increase the effectiveness of the "Physical Education" training course is the formation of a valuable attitude of young people to physical culture and sports with the use of appropriate methodological support.

Keywords: physical education, pedagogical conditions, students

Information about the author:

Mudryan Volodymyr: vladimir7777555@gmail.com; Nadiya Kurchenko street, Yuvileyna street, 19, Kramatorsk, Donetsk region, 84300, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022

РОЗДІЛ 4. ПРОБЛЕМИ ОЗДОРОВЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

КУЛЬТИВУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ УНІВЕРСИТЕТУ

Віра Базильчук¹, Людмила Сущенко²

¹ Хмельницький національний університет

² Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

Анотація

Мета дослідження. Охарактеризувати особливості культивування здорового способу життя студентів в освітньому середовищі університету.

Методи дослідження Компаративний аналіз наукової та навчально-методичної літератури та опитування студентів.

Результати досліджень. Аналіз результатів опитування студентів свідчить про те, що 50,5% респондентів володіють інформацією про негативні чинники, які впливають на стан здоров'я людини, 31,5% респондентів – частково володіють цією інформацією, 14,9 % респондентів – не володіють та 3,1% респондентів – не змогли відповісти на запитання анкети. Здобувачі вищої освіти під час проведення анкетування зазначили, що найбільш негативними чинниками, які впливають на стан здоров'я людини, є : відсутня мотивація до занять фізичними вправами – 54,2% респондентів; недостатня рухова активність – 58,4%; шкідливі звички (паління тютюну, алкоголю, наркотичних засобів) – 56,3%; недотримання режиму дня – 43,6%; вживання шкідливої їжі – 46,6 %; наявність забрудненого середовища – 35,4%; відсутність менталітету здоров'я – 39,4%; недотримання гігієнічних навичок – 32,1%.

Висновки. Вирішення проблеми культивування здорового способу життя студентської молоді повинно бути спрямовано на збереження і покращення здоров'я студентів та усунення чинників, які негативно впливають на систему фізичного виховання у закладах вищої освіти. Адже найбільш негативними чинниками, які впливають на стан здоров'я людини є відсутня мотивація до занять фізичними вправами, недостатня рухова активність, шкідливі звички (паління тютюну, алкоголю, наркотичних засобів), недотримання режиму дня шкідлива їжа, забруднене середовище, формування менталітету здоров'я, недотримання гігієнічних навичок.

Ключові слова: студенти, здоров'я, фізичне виховання

Вступ

Здоровий спосіб життя передбачає дотримання виконання певних правил, що забезпечують гармонійний розвиток, високу працездатність, духовну рівновагу та здоров'я людини. В основі здорового способу життя лежить індивідуальна система поведінки й звичок кожної окремої людини, що забезпечує їй потрібний рівень життєдіяльності й здорове довголіття, це практичні дії, спрямовані на запобігання захворювань, зміцнення всіх систем організму й поліпшення загального самопочуття людини.

Науковці (Бондаренко, & Квак, 2013; Жеребов, 2014; Щур, Грибовська, & Іваночко, 2016) вивчали питання, пов'язані з проблемами здоров'я та здорового способу життя. Дослідники вказують на необхідність формування у студентської молоді позитивного ставлення та мотивації до занять фізичними вправами.

Мета дослідження – охарактеризувати особливості культивування здорового способу життя студентів в освітньому середовищі університету.

Для вирішення завдань дослідження були застосовані компаративний аналіз наукової та навчально-методичної літератури та опитування студентів.

Результати досліджень На сучасному етапі навчання та виховання студентської молоді особлива увага приділяється проблемам здорового способу життя. Відомий автор (Жеребов, 2014) зазначає, що «у розвитку і вихованні особистості студента фізичне виховання забезпечує зміцнення здоров'я та формує санітарно-гігієнічну культуру, і лише на цій основі можуть бути вирішені завдання розумового, етичного і трудового виховання студента».

З метою вивчення значення культивування здорового способу життя студентів в освітньому середовищі університету було здійснено анкетування 309 студентів (2 курс), які навчалися з галузі знань 01 «Освіта/Педагогіка» спеціальності 03 «Гуманітарні науки», 035 «Філологія» та 014 «Середня освіта українська мова і література» за освітнім ступенем «бакалавр». В анкетуванні брали участь 32 студенти Бердянського державного педагогічного університету, 74 студенти – Хмельницького національного університету, 71 студент – Дрогобицького державного педагогічного університету та 132 студенти Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова.

Аналіз результатів опитування студентів свідчить про те, що 50,5% респондентів володіють інформацією про негативні чинники, які впливають на стан здоров'я людини, 31,5% респондентів – частково володіють цією інформацією, 14,9 % респондентів – не володіють та 3,1% респондентів – не змогли відповісти на запитання анкети (рис. 1).

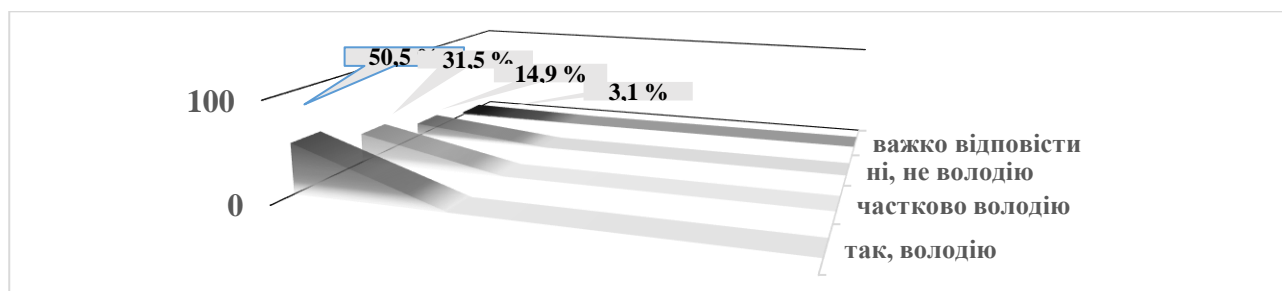


Рис. 1. Поінформованість опитаних студентів про негативні чинники, які впливають на стан здоров'я людини

Здобувачі вищої освіти під час проведення анкетування зазначили, що найбільш негативними чинниками, які впливають на стан здоров'я людини, є : відсутня мотивація до занять фізичними вправами – 54,2% респондентів; недостатня рухова активність – 58,4%; шкідливі звички (паління тютюну, алкоголю, наркотичних засобів) – 56,3%; недотримання режиму дня – 43,6%; вживання шкідливої їжі – 46,6 %; наявність забрудненого середовища – 35,4%; відсутність менталітету здоров'я – 39,4%; недотримання гігієнічних навичок – 32,1%.

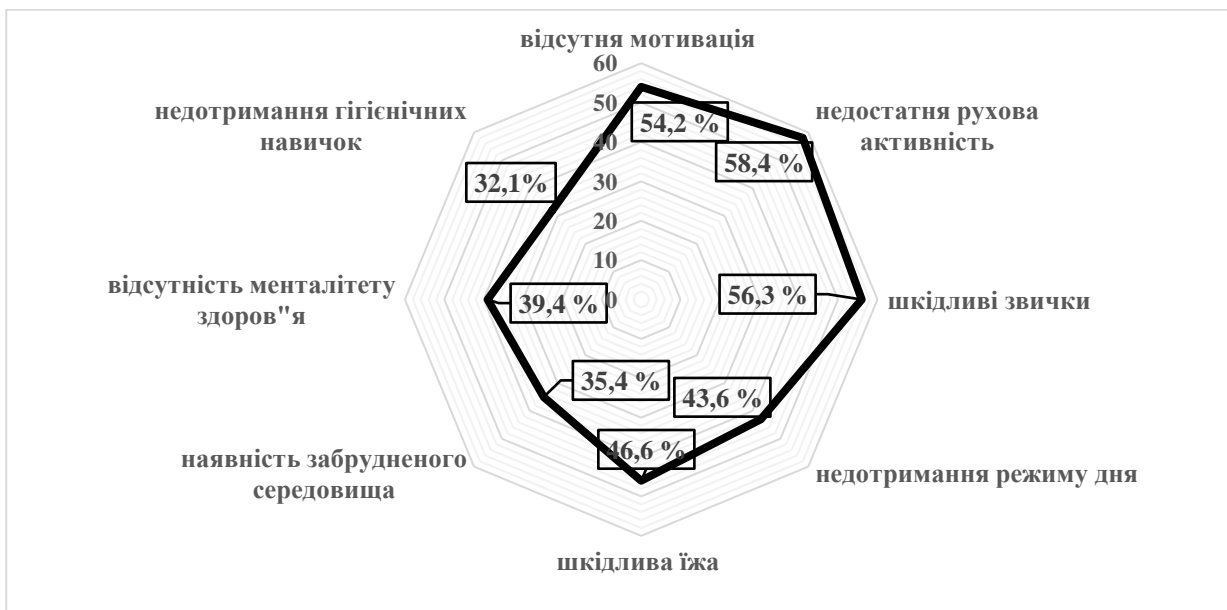


Рис. 2. Негативні чинники, які впливають на стан здоров'я людини

Процес формування навичок здорового способу життя належать до сфер управління поведінкою, необхідно виховувати у молодого покоління культуру здоров'я. Особливе значення, як вважають [3], «набувають заходи, що базуються на педагогічних засадах фізичного виховання; методів самоорганізації та проведення культурно-спортивних заходів з оздоровчою спрямованістю»

Відомі дослідники (Бондаренко, & Квак, 2013) наголошують, що «збереження і формування здоров'я залежить від самої людини, її способу життя, цінностей, установок, ступеню гармонізації її внутрішнього світу і відносин з навколишніми». Вихід з цієї ситуації, на думку вчених, «полягає у зміні ставлення людини до самої себе та свого здоров'я, адже турбота про здоров'я, його зміцнення повинні стати ціннісними мотивами, які б формували, регулювали і контролювали спосіб життя молоді людини» [1].

Висновки

Вирішення проблеми культивування здорового способу життя студентської молоді повинно бути спрямовано на збереження і покращення здоров'я студентів та усунення чинників, які негативно впливають на систему фізичного виховання у закладах вищої освіти. Адже найбільш негативними чинниками, які впливають на стан здоров'я людини є відсутня мотивація до занять фізичними вправами, недостатня рухова активність, шкідливі звички (паління тютюну, алкоголю, наркотичних засобів), недотримання режиму дня шкідлива їжа, наявність забрудненого середовища, відсутність менталітету здоров'я, недотримання гігієнічних навичок.

Список літератури

1. Бондаренко, В. В., & Квак О. В. (2013). Фактори формування здорового способу життя студентів. *Наука і освіта*. (4). 83 – 85.
2. Жеребов, С. А. (2014). Фізична культура як засіб виховання особистості студента *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*, 5 (2). 146 – 153.
3. Щур, Л Р., Грибовська І. Б., & Іваночко В. В. (2016). Вплив технології формування навичок здорового способу життя на зміни фізичної активності студентів *Слобожанський науково-спортивний вісник*. Харків: ХДАФК, 4 (54), 123 – 127.

CULTIVATION OF A HEALTHY LIFESTYLE OF STUDENTS IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT OF THE UNIVERSITY

Vira Bazylchuk,¹ Liudmyla Sushchenko²

¹ Donbas State Engineering Academy

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

The aim of the study. To characterize the peculiarities of cultivating a healthy lifestyle of students in the educational environment of the university.

Research methods. Comparative analysis of scientific and educational literature and student surveys.

Results. The analysis of the results of the survey shows that 50,5% of the surveyed students have information about negative factors that affect a person's health, 31,5% of respondents partially have this information, 14,9% do not and 3,1% of respondents - could not answer. During the survey, students of higher education institutions noted that the most negative factors that affect a person's health are a lack of motivation to exercise – 54,2% of respondents, insufficient physical activity – 58,4%, bad habits (smoking tobacco, alcohol, narcotics) – 56,3%, non-compliance with the daily schedule – 43,6% unhealthy food – 46,6%, polluted environment – 35,4%, formation of health mentality – 39,4%, lack of hygiene skills – 32,1%.

Conclusion. Solving the problem of cultivating a healthy lifestyle of student youth should be aimed at preserving and improving the health of students and eliminating factors that negatively affect the system of physical education in institutions of higher education. After all, the most negative factors that affect a person's health are a lack of motivation to do physical exercises, insufficient physical activity, bad habits (smoking tobacco, alcohol, narcotics), non-compliance with the daily routine, unhealthy food, a polluted environment, the formation of a health mentality. I, lack of hygiene skills.

Keywords: students, health, physical education

Information about the authors:

Bazylchuk Vira: virabazylchuk@ukr.net, <http://orcid.org/0000-0002-5134-5047>, Khmelnytsky National University, Instytutaska, St, 11, Khmelnytskyi, 29016, Ukraine.

Sushchenko Liudmyla: ludapeti@ukr.net, <http://orcid.org/0000-0002-2461-3739>, National Pedagogical Drahomanov University, Pirohova, St, 9, Kyiv, 02000, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

МЕТОДИКА РОЗВИТКУ РІВНОВАГИ У ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ

Павло Бочков

Національний університет «Одеська політехніка»

Анотація

Мета дослідження – визначити основні критерії системи розвитку балансування в вертикальній позі у дітей 4 – 6 років з порушеннями опорно-рухового апарату.

Матеріал і методи: Дослідження проводились в період з 2016 по 2020 роки у яких брали участь 128 дітей 4 – 6 років з порушеннями опорно-рухового апарату, які відвідували наступні дошкільні заклади м. Одеси: «ясла-садок» №190, «ясла-садок» № 151 комбінованого типу. Методи якими ми користувалися були такі: аналіз літературних джерел, та математичної статистики.

Результати. Аналіз літературних джерел дозволив визначити основні напрями розвитку рівноваги у дітей. Ми пропонуємо методику розвитку рівноваги, яка базується на принципах філогенетичний та онтогенетичний. Показники експериментальних груп наприкінці експерименту були достатньо високі зокрема показники статодинамічної рівноваги» (тобто збереження стійкого положення тіла в русі, в ходьбі з зоровим контролем по стандартизованій 10-метровій мотузці на швидкість) які збільшились на 23,0 – 28,5%.

Висновки. Вищевказані показники багаторічного дослідження доводять ефективність апломб запропонованої системи у розвитку рівноваги у дітей з порушеннями опорно-рухового апарату.

Ключові слова: дошкільники, опорно-руховий апарат, рівновага, постуральні механізми, принципи, методика.

Вступ

Сучасні умови життя вимагають якісної фізичної підготовки підростаючого покоління, особливо дітей, які випробовують на собі надмірні розумові та фізичні навантаження. На нашу думку, одними з найважливіших здібностей, розвиток яких дозволить дітям вести повноцінне життя, є координаційні, і особливо здібність до збереження рівноваги, тому що неможливі основні життєво необхідні дії.

На думку значної кількості науковців та практиків достатній рівень розвитку рівноваги є необхідною умовою підготовки дітей до життя, особливо це стосується дітей з порушеннями опорно-рухового апарату та їх соціально побутової діяльності. Цьому напрямку було присвячено дослідження у розробці методик розвитку рівноваги.

Фахівцями з адаптивного фізичного виховання та спорту було призначено дослідження у сфері розвитку рівноваги (Лях, 2006; Альошина, Бичук, & Гайдук 2013; Омеляненко, & Тераз, 1998; Чустрак, Шерстюк, & Літвінов, 2016; Чустрак, 2015).

Однак, незважаючи на достатню кількість методик, що пропонують розвиток рівноваги дітей старшого дошкільного віку, універсальність яку вони пропонують не є актуальними для дітей з порушеннями опорно-рухового апарату, що спонукало до нашого дослідження.

Мета дослідження – визначити основні критерії системи розвитку статодинамічної рівноваги в вертикальній позі у дітей 4 – 6 років з порушеннями опорно-рухового апарату.

Матеріали і методи

Дослідження проводилося з 2016 по 2020 роки у яких брали участь 128 дітей 4–6 років з порушеннями опорно-рухового апарату, які відвідували наступні дошкільні заклади м. Одеси: «Ясла-садок» №190, «Ясла-садок» № 151 комбінованого типу. Методи якими ми користувалися були такі: аналіз літературних джерел та математичної статистики.

Результати дослідження

Аналіз літературних джерел дозволив визначити основні напрями розвитку рівноваги у дітей: наприклад Енріке Мартиньш да Кунья, вперше визначив взаємозв'язок між постуральними проблемами і порушеннями опорно-рухового апарату. З іншого боку П. М. Гаже довів позитивний вплив використання стабілометричної платформи на розвиток функції рівноваги. Науковці нашої держави теж були зацікавленні даною проблематикою, (Чустрок, Шерстюк, & Літвінов, 2016) пропонують для підвищення статокінетичної стійкості спеціальні засоби активного, пасивного та змішаного методів тренування.

У той же час (Платонов, 2017) виділяє основну роль аферентній імпульсації яка має основне значення у суглобо-м'язовій пропріорецепції, яка відіграє неабияку роль для зорового і вестибулярного аналізаторів. З іншого боку (Омельяненко, & Тераз, 1998) пропонують розвиток рівноваги за наступними векторами: із залученням зорової сенсорної системи; розвитку вестибулярного апарату; розвитку пропріоцептивної системи. Досвід роботи з дітьми, які мають порушення опорно-рухового апарату, дозволив

експериментально перевірити методику розвитку рівноваги, яку ми пропонуємо, де базовими є використання філогенетичного та онтогенетичного принципів.

Аналіз отриманих результатів наприкінці експерименту показав наступне: тест Ромберга який складається з трьох проб (проба Ромберга -1, проба Ромберга-2, проба Ромберга-3), що показники функції рівноваги у дітей експериментальної групи зросли на 17,2 – 23,8% ($P < 0,05$); у тестах «Журавлик-1» і «Журавлик 2», діти з ЕГ покращили свої показники статичної рівноваги на 16,4 – 22,2% ($P < 0,05$); за результатами тесту «Нумо, розвернись!» діти з ЕГ покращили свої показники на 21,4 – 27,4%; у 87,3% досліджуваних зменшився час виконання тестового завдання, що посередньо говорить про покращення функції стато-динамічної рівноваги у цієї групи дітей. Також проведено дослідження функції динамічної рівноваги з використанням тесту «По стежинці, по доріжці» (тобто збереження стійкого положення тіла в русі, в ходьбі з зоровим контролем по стандартизованій 10-метровій мотузці на швидкість). діти з ЕГ продемонстрували покращення результатів на 23,0 – 28,5% і цей приріст показників швидкості проходження відрізка було математично підтверджено ($P < 0,05$); у тесті «Сліпа ходьба» Досліджувались можливості пропріоцептивного і подарного каналів постуральної системи апломбу – діти з експериментальної групи покращили свої результати на 23,8 – 28,1% і цей позитивний приріст було математично підтверджено ($P < 0,05$).

Висновки

Вищевказані показники багаторічного дослідження доводять ефективність апломб запропонованої системи у розвитку рівноваги у дітей з порушеннями опорно-рухового апарату.

Список літератури

1. Альошина, А. І., Бичук О. І., & Гайдук О. (2013). Формування координаційних здібностей молодших школярів у процесі фізичного виховання. *Фізичне виховання і спорт*. Луцьк, (11), 41– 48. (in Ukrainian).
2. Колумбет, О. М. (2014). Розвиток координаційних здібностей молоді. К., Освіта України, 420 с. (in Ukrainian).
3. Круцевич, Т.Ю., Пангелова Н.Є., & Кривчикова О. Д. та ін. (2017). Теорія і методика фізичного виховання. К., НУФВС, «Олімп. л-ра», Т.2. Методика фізичного виховання різних груп населення. 448 с. (in Ukrainian).

4. Лях, В. И. (2006). Координационные способности: диагностика и развитие. М., ТВТ Дивизион, 290 с. (in Russian).
5. Омеляненко, І. О., & Тераз С. М. (1998). Рівновагу розвивають з малку. *Фізичне виховання в школі*. (2), 16 – 19. (in Ukrainian).
6. Платонов, В. Н. (2017). Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов. К.: Олимп. лит., 358 –389. (in Ukrainian).
7. Чустрак, А. П. , Шерстюк М.М. , & Літвінов М. В. (2016). Тренування статистичної та динамічної рівноваги школярів. *Науковий вісник* (1). 80 – 83. (in Ukrainian).
8. Чустрак, А. П. (2015). Статокінетична стійкість школярів : монографія. Одеса, 126 с. (in Ukrainian).
9. Gagey, P., Weber B., Scheibel A. & Bonnier L. (2002). Le syndrome de deficiencia posturale; analyse retrospective d'observations cliniques. In: Posture et equilibre. Controle postural, pathologies et traitements, innovations et reeducation. P. 73 – 79.

METHODOLOGY OF BALANCE DEVELOPMENT IN PRESCHOOL-AGE CHILDREN WITH DISORDERS OF THE MUSCLOSKELETAL SYSTEM

Pavel Bochkov

Odesa Polytechnic National University

The purpose of the study is to determine the main criteria for the development of the balancing system in a vertical position in children aged 4 – 6 years with disorders of the musculoskeletal system.

Material and methods: The research was done in the period from 2016 to 2020, in which participated 128 children aged 4 – 6 years with musculoskeletal disorders from following preschool institutions: "nursery-garden" №190 (Odessa), "nursery-garden" №151 combined type (Odessa). The methods we used were the following: analysis of literary sources and mathematical statistics.

Results. An analysis of literary sources made it possible to determine the main directions of the development of balance state in children. We offer a method of developing balance based on phylogenetic and ontogenetic principles. The indicators of the experimental groups at the end of the experiment were quite high, in particular, the indicators of static-dynamic balance (maintaining a stable position of the body in motion, while walking with visual control along a standardized 10-meter rope) which increased by 23.0 – 28.5%.

Conclusions. The above indicators of a long-term study prove the aplomb effectiveness of the proposed system in the development of balance in children with disorders of the musculoskeletal system.

Key words: preschoolers, musculoskeletal system, balance, postural mechanisms, principles, methodology.

Information about the author:

Bochkov Pavel: pbochkov@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0001-5228-8630>; Department of Physical Education and Sports, Odesa Polytechnic National University, Shevchenko Avenue St, 1, Odesa, 65044, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРГАНІЗАЦІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ СЕРЕД СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНОГО КОЛЕДЖУ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Едуард Шевченко

Слов'янський енергобудівельний фаховий коледж

Анотація

Мета дослідження – визначити рівень оптимізації рухової активності студентів 15–17 років технічного коледжу організації занять фізичними вправами із застосуванням здоров'язбережних технологій.

Матеріали і методи. Дослідження здійснено на базі Слов'янського енерго-будівельного фахового коледжу. За методом випадкової вибірки було сформовано експериментальну та контрольну групи по 25 студентів у кожній. Так експериментальна група займалася за удосконаленою методикою, яка передбачала диференційоване використання фізичних вправ, рухливих ігор, загартування та щоденних самостійних занять, а контрольна група – за традиційною методикою, яка передбачала фізичні вправи та рухливі ігри. Методика диференційованого підходу при проведенні занять з фізичної культури в коледжах передбачала комплексне оцінювання рівня розвитку індивідуального і психофізичного потенціалу, психоемоційного стану сфери учнів; відповідність форм, засобів і методів фізичного виховання індивідуальним особливостям, що дають задоволення від спортивних занять і результатів навчання; особливості навчальної і подальшої професійної діяльності після закінчення коледжу; розкриття особливостей його фізичного потенціалу і можливостей удосконалення кожного студента.

Результати дослідження. В експериментальній групі наприкінці дослідження на 20 % збільшилася кількість учнів із добрим станом здоров'я, із ідеальним станом – на 3,9 %, водночас зменшилася кількість учнів із задовільним станом на 16,7 %. Згідно з аналізом результатів тестування, за вказаний період часу відбувалася позитивна зміна всіх ознак фізичного розвитку, які вивчали. Проте ці зміни неістотні ($p > 0,05$), за винятком учнів основної групи, де показники станової сили поліпшилися достовірно на 8,2 кг ($p < 0,05$), сили правої руки – на 7,8 кг, а показники ЖЕЛ – на 0,76 л. У контрольній групі лише достовірно збільшилися показники ЖЕЛ на 0,59 л.

Висновки. У ході проведеного дослідження було встановлено, що оптимізація рухової активності учнів 15–17 років технічного коледжу із застосуванням здоров'язбережних технологій сприяла формуванню зацікавлення до систематичних занять фізичною культурою, підвищення обсягу рухової активності та адаптаційних можливостей студентів.

Ключові слова: методи фізичне виховання, рівень рухової активності, здоров'язберігаючі технології, диференційований підхід.

Вступ

Розпочата військова агресія з боку Російської Федерація поставила нагальне питання перед освітою в плані підготовки молоді до майбутньої служби в Збройних Силах України. На сьогодні ЗС України вкрай необхідні спеціалісти з технічних професій, які також повинні мати добру фізичну підготовку. На превеликий жаль науково-технічний прогрес, досягнення комп'ютерної техніки стали опосередкованою причиною погіршення здоров'я учнівської молоді. На превеликий жаль, 68 % респондентів мають соматичні порушення, зростає також кількість дітей із гіподинамією [1, 2, 5]. Проблема організації раціональної рухової активності набуває особливої важливості в період становлення і вдосконалення систем і функцій організму, коли закладається фундамент фізичної культури особи та моторного потенціалу молодої людини [1, 3, 4].

На нашу думку необхідно постійно удосконалювати систему фізичного

виховання дітей і молоді, що навчаються, спрямовувати їх на оптимізацію особистого рухового режиму одночасно використовуючи під час занять здоров'язберігаючі технології.

Мета дослідження – визначити рівень оптимізації рухової активності студентів 15–17 років технічного коледжу організації занять фізичними вправами із застосуванням здоров'язбережних технологій.

Матеріали і методи

Дослідження здійснено на базі Слов'янського енергобудівельного фахового коледжу. За методом випадкової вибірки було сформовано експериментальну та контрольну групи по 25 студентів у кожній. Так експериментальна група займалася за удосконаленою методикою, яка передбачала диференційоване використання фізичних вправ, рухливих ігор, загартування та щоденних самостійних занять, а контрольна група – за традиційною методикою, яка передбачала фізичні вправи та рухливі ігри. У результаті досліджень з'ясовано, що учні технічних коледжів мають середній рівень фізичного стану. Це спонукало нас до пошуку нових шляхів застосування сучасних інноваційних технологій у фізичному вихованні для збільшення обсягу рухової активності та підвищення адаптаційних можливостей студентів.

Методика диференційованого підходу при проведенні занять з фізичної культури в коледжах передбачала комплексне оцінювання рівня розвитку індивідуального і психофізичного потенціалу, психоемоційного стану сфери учнів; відповідність форм, засобів і методів фізичного виховання індивідуальним особливостям, що дають задоволення від спортивних занять і результатів навчання; особливості навчальної і подальшої професійної діяльності після закінчення коледжу; розкриття особливостей його фізичного потенціалу і можливостей удосконалення кожного студента.

Обов'язковою умовою навчально-тренувальних занять в експериментальній групі було активне використання теоретичної підготовки, яка сприяла формуванню наукових знань з основ здорового способу життя, умінню самостійно організовувати спортивно-масові заходи, формування поняття про

збалансоване харчування, використання методів загартовування, формуванню у студентів навичок до самостійних занять з фізичного самовдосконалення та самоконтролю фізичного стану під час тренувальних занять.

Результати дослідження

Оптимізація рухової активності учнів 15 – 17 років технічного коледжу із застосуванням здоров'язбережних технологій сприяла зменшенню пропусків занять через хворобу. В основній групі кількість тих учнів, які хворіли вісім і більше разів на рік за даними їхнього самоаналізу, знизилася до 2,7 %, зменшилася кількість тих, що хворіли 5 – 7 разів на рік, від 28,8 до 7,9 %.

В експериментальній групі наприкінці дослідження на 20 % збільшилася кількість учнів із добрим станом здоров'я, із ідеальним станом – на 3,9 %, водночас зменшилася кількість учнів із задовільним станом на 16,7 %.

Згідно з аналізом результатів тестування, за вказаний період часу відбувалася позитивна зміна всіх ознак фізичного розвитку, які вивчали. Проте ці зміни неістотні ($p > 0,05$), за винятком учнів основної групи, де показники станової сили поліпшилися достовірно на 8,2 кг ($p < 0,05$), сили правої руки – на 7,8 кг, а показники ЖЕЛ – на 0,76 л. У контрольній групі лише достовірно збільшилися показники ЖЕЛ на 0,59 л. Наприкінці дослідження, як і на початку, найважчими видами випробувань були біг 1000 м, лазіння по канату, стрибки в довжину з місця, найдоступнішими – біг 30 м і тест на гнучкість. В основній групі середній показник бігу на 30 м достовірно збільшився на 1,09 с, показник бігу на 1000 м – на 13,08 с, стрибок у довжину з місця – на 9,2 см, лазіння по канату – на 2,1 с, а нахил тулуба – на 1,5 см. У групі порівняння достовірно поліпшилися лише показники бігу на 30 м – на 0,92 с, лазіння по канату – на 1,4 с, а нахил тулуба – на 0,68 см.

Висновки

У ході проведеного дослідження було встановлено, що оптимізація рухової активності учнів 15 – 17 років технічного коледжу із застосуванням здоров'язбережних технологій сприяла формуванню зацікавлення до систематичних занять фізичною культурою, підвищення обсягу рухової активності та адаптаційних можливостей студентів.

Список літератури

1. Арефьев, В. Г. (2010). Основы теории та методики фізичного виховання. – К.: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 268 с.
2. Желебкович, М. П., Глазько Т. А., & Купчинов Р. І. (1997). Диференційований і індивідуальний підхід до побудови та організації фізичного виховання студентської молоді к построению и организации физического воспитания студенческой. – К.: 112 с.
3. Приступа, Є. Н., Жданова О. М., & Линець М. М. (2010). Фізична рекреація навч. посіб. для студ. Львів; Коло, 447 с.
4. Дубогай, О. Д. (2012). Фізичне виховання і здоров'я: навч. посіб. – Київ: УБС НБУ, 270 с.
5. Шиян, Б. М., & Вацеба О. М. (2010). Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні і спорті: навч. посіб. Тернопіль: Богдан, 276 с.

ORGANIZATION OF MOTOR ACTIVITY AMONG TECHNICAL COLLEGE STUDENTS IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION

Eduard Shevchenko

Slavyansky Power Engineering Vocational College

The purpose of the study to determine the level of optimization of the motor activity of students aged 15–17 years of the technical college in the organization of physical exercises with the use of health-friendly technologies.

Materials and methods. The research was carried out on the basis of the Slavic Energy and Construction College. According to the method of random sampling, experimental and control groups of 25 students each were formed. Thus, the experimental group practiced according to the improved methodology, which involved the differentiated use of physical exercises, mobile games, hardening and daily independent activities, and the control group - according to the traditional methodology, which involved physical exercises and mobile games. The methodology of the differentiated approach when conducting physical education classes in colleges provided for a comprehensive assessment of the level of development of individual and psychophysical potential, psycho-emotional state of the students; correspondence of forms, means and methods of physical education to individual characteristics that give satisfaction from sports activities and learning results; peculiarities of educational and further professional activities after graduating from college; revealing the peculiarities of his physical potential and opportunities for improvement of each student.

Research results. In the experimental group, at the end of the study, the number of students with good health increased by 20%, with ideal health - by 3,9%, while the number of students with satisfactory health decreased by 1,7%. According to the analysis of the test results, there was a positive change in all the studied signs of physical development during the specified time period. However, these changes are insignificant ($p>0,05$), with the exception of the students of the main group, where the indicators of standing strength improved significantly by 8,2 kg ($p<0,05$), the strength of the right hand - by 7,8 kg, and the indicators of ЖЕЛІ - by 0,76 l. In the control group, only 0,59 l of VL indicators increased reliably.

Conclusions. In the course of the conducted research, it was established that optimization of motor activity of 15-17-year-old students of a technical college with the use of health-friendly technologies contributed to the formation of interest in systematic physical education, increasing the amount of motor activity and adaptation capabilities of students.

Key words. methods of physical education, level of motor activity, health-preserving technologies, differentiated approach.

Information about the author:

Shevchenko Eduard: eduard.shew4enko@gmail.com; Department of Physical Education; Slavyansky Power Engineering Vocational College; St. Kalina 42, Sloviansk, 84116, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ДИСТАНЦІЙНЕ НАВЧАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ СТУДЕНТІВ ДЛЯ ПІДТРИМАННЯ ЗДОРОВ'Я

Володимир Філінков, Олександр Касьянюк

Донбаська державна машинобудівна академія

Анотація

Мета дослідження. Розглянути методику проведення дистанційних занять з фізичної культури для виявлення проблем пов'язаних з дистанційним видом навчання та впливом комп'ютерів, планшетів та смартфонів на здоров'я студентів.

Матеріали і методи: Для вирішення поставлених завдань були застосовані наступні методи дослідження: аналіз науково-методичної та медичної літератури та педагогічне спостереження.

Результати. У ході дистанційного навчання у заняттях з фізичної культури можна виділити три етапи освоєння студентами спортивних умінь та навичок: візуальний, технічний та аналітичний. При дистанційному навчанні також слід звернути увагу на проблеми, що викликаються роботою за комп'ютером, планшетом або смартфоном. Потенційну шкоду здоров'ю від смартфона та планшета вчені пов'язують із здатністю до генерації електромагнітних полів та погіршується виправа, спостерігається сутулість.

Висновки. При дистанційному навчанні є багато засобів проведення онлайн занять, які дозволяють викладачам виробляти з студентами індивідуальні програми тренувань, доводити методичні дані про виконання вправ та контролювати фізичне здоров'я студентів. Також викладач фізичного виховання повинен допомогти студентам з організацією індивідуальної програми для підтримки здоров'я під час дистанційного навчання взагалом.

Ключові слова: дистанційне навчання, фізичне виховання, проблеми дистанційного навчання.

Вступ

Фізичне виховання - система соціально-педагогічних заходів, спрямованих на зміцнення здоров'я, загартування організму, гармонійний розвиток форм, функцій і фізичних можливостей людини, формування життєво важливих рухових навичок та вмінь [1]. У процесі фізичного виховання педагогічні впливи, а також зусилля, що займаються самостійно, повинні передбачати розвиток фізичних якостей, навчання рухових дій та формування спеціальних знань.

На заняттях із фізичного виховання відбувається безпосередній зв'язок «педагог – студент». Викладач в обов'язковому порядку, на підставі наданих студентами медичних документів, вивчає діагнози та акцентує увагу на фізичному розвитку, фізичній підготовленості, функціональному стані організму та здоров'я. Веде індивідуальні бесіди зі студентами, дає рекомендації, як відновити та зміцнити здоров'я.

На сьогоднішній день викладачі фізичної культури шкіл, техніків та вищих навчальних закладів використовують програми Google Meet, Zoom, Telegram, Viber та систему дистанційного навчання на базі Moodle або подібні.

Використовуються інформаційні технології для вивчення кожної теми програми з фізичної культури [2].

Мета дослідження

Розглянути методiku проведення дистанційних занять з фізичної культури для виявлення проблем пов'язаних з дистанційним видом навчання та впливом комп'ютерів, планшетів та смартфонів на здоров'я студентів.

Матеріали і методи

Для вирішення поставлених завдань були застосовані наступні методи дослідження: аналіз науково-методичної та медичної літератури та педагогічне спостереження.

Результаті дослідження

У ході дистанційного навчання у заняттях з фізичної культури можна виділити кілька етапів освоєння студентами спортивних умінь та навичок [3].

I етап (візуальний) – передбачає перегляд студентами техніки рухових дій спортсменів, збирання цілісної рухової дії з елементів. Ці вправи сприяють розвитку абстрактного, образного мислення.

II етап (технічний) – передбачає використання відеоапаратури (камер, фотоапаратів) для зйомки рухової дії, а потім її вивчення та обробку подетально.

III етап (аналітичний) – студенти навчаються приймати рішення на основі аналізу даних, перебудовувати рухову дію залежно від умов (заняття, змагання, активність опору), у них формується адекватна самооцінка.

При дистанційному навчанні також слід звернути увагу на проблеми, що викликаються роботою за комп'ютером, планшетом або смартфоном. Найбільший вплив електромагнітного випромінювання, статичної електрики, рентгенівського випромінювання та шуму чинить на центральну нервову, імунну, ендокринну та статеву системи. Потенційну шкоду здоров'ю від смартфона та планшета вчені пов'язують із здатністю до генерації електромагнітних полів. Доведено, що від 20% до 80% енергії радіочастот, що випромінюються смартфонами або планшетами, накопичується в голові користувача [4].

Також при дистанційному навчанні студенти проводять у положенні «сидячи на стільці», при якому на хребет падає величезне навантаження, внаслідок чого погіршується виправа, спостерігається сутулість. Слід зазначити, що студенти в умовах дистанційного навчання постійно працюють з комп'ютером, перебуваючи в сидячій позі. Біль у шиї спостерігається у 27% молоді.

Студентам не можна обійтися без комп'ютера, планшета, смартфона, тому даємо наступні рекомендації, які допоможуть запобігти деяким факторам, що посилюють здоров'я і зберегти зір і здоров'я [5]:

1. Моргайте очима якомога частіше.
2. Кожні 20 хвилин давайте відпочити очам, переводячи погляд у далечінь хоча б на 1 хвилину. Найкомфортніша відстань – від 5 метрів.
3. Виключити роботу за комп'ютером в умовах слабкої чи неправильної освітленості;
4. Робити обов'язкову гімнастику для очей.
5. Робити перерви у роботі кожні півгодини (на 2-3 хв).
6. Тримайте смартфон, екран комп'ютера та інші засоби на відстані щонайменше 40 см від обличчя.

У період дистанційного навчання та при частому використанні мобільних пристроїв щодня необхідно робити зарядку для очей, м'язів тулуба, ніг та рук, навіть сидячи на стільці; на дихання, яке має бути глибоким та ритмічним.

Висновки

При дистанційному навчанні є багато засобів проведення онлайн занять, які дозволяють викладачам виробляти з студентами індивідуальні програми тренувань, доводити методичні дані про виконання вправ та контролювати фізичне здоров'я студентів. Також викладач фізичного виховання повинен допомогти студентам з організацією індивідуальної програми для підтримки здоров'я під час дистанційного навчання взагалом.

Список літератури

1. Фіцула, М. М. (2009). Педагогіка: навч. посіб. - К.: Академвидав, 560 с.
2. Ковальчук Тамара, (2022). Дистанційне навчання у закладах вищої освіти: ризики та перспективи розвитку. <https://nubip.edu.ua/node/100736>
3. Согоконь, О. А., Донець О. В., & Гогоць В. Д. (2021). Фізичне виховання – дистанційна форма навчання: навч.-метод. посіб. – П.: Сімон, 120 с.
4. Неведомська, Є. О. (2018). Вплив мобільного телефону на здоров'я (Огляд вітчизняних та зарубіжних досліджень). World Science. 7(35), Vol.4. doi: 10.31435/rsglobal_ws/12072018/6029
5. Кузнецова, О. Т. (2018). Оздоровчі технології у фізичном вихованні студентів: теорія, методика, практика: монографія. – Ривно: Волин, 416 с.

REMOTE PHYSICAL TRAINING THAT ORGANIZATION OF INDIVIDUAL STUDENT PROGRAMS FOR HEALTH IMPROVEMENT

Volodymyr Filinkov, Oleksandr Kasianiuk

Donbas State Engineering Academy

The purpose of the study. Consider the method of remote physical education classes to identify problems related to distance learning and the impact of computers, tablets, and smartphones on students' health.

Material and methods. The following research methods were used to solve the tasks: analysis of scientific and methodological and medical literature and pedagogical observation.

Results. In the course of distance learning in physical education classes, three stages of students' development of sports skills and abilities can be distinguished: visual, technical and analytical. During distance learning, you should also pay attention to the problems caused by working on a computer, tablet or smartphone. Scientists associate the potential harm to health from smartphones and tablets with the ability to generate electromagnetic fields, and the posture worsens, slouching is observed.

Conclusions. In distance education, there are many means of conducting online classes that allow teachers to develop individual training programs with students, to prove methodical data on the performance of exercises and to monitor the physical health of students. Also, the physical education teacher should help students with the organization of an individual program for maintaining health during distance learning in general.

Key words: distance learning, physical education, problems of distance learning.

Information about the authors:

Filinkov Volodymyr: filinkov.vi2022@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0002-6894-8709>; Department of Physical Education and Sports, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Kasianiuk Oleksandr: aleksandr.kasianuk@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0002-8215-0920>; Department of Computer Information Technologies, Donbas State Engineering Academy, Akademichna St, 72, Kramatorsk, 84313, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022

РОЗДІЛ 5. СУЧАСНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ У СУСПІЛЬСТВІ

ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ПРИНЦИП ДУАЛЬНОСТІ У ФІЗИЧНІЙ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ

Микола Єфименко

Бердянський державний педагогічний університет

Анотація

Мета полягає в дослідженні методичних можливостей дуального принципу у фізичній реабілітації дітей з порушеннями опорно-рухового апарату.

Методи: аналіз інформаційних джерел з проблеми; гіпотетичний метод; педагогічні спостереження.

Результати. Використання принципу дуальності у фізичній реабілітації дітей з порушеннями опорно-рухового апарату значно підвищує її якість і ефективність.

Висновки. Виділено такі основні дуальні пари і вектори їхньої природної трансформації: Горизонтальне положення тіла → Вертикальне положення тіла; М'язова гіпотонія → М'язова гіпертонія; Гіпотрофія м'язів → Гіпертрофія м'язів; Розслаблення («медитація») → Напруга (концентрація); Низьке вихідне положення (поза) → Високе вихідне положення (поза); Згинання тулуба та кінцівок → Розгинання тулуба та кінцівок; Верх тулуба (голова) → Низ тулуба (ступні); Центр тулуба (хребетний стовбур) → Периферія (пальці рук/ніг); Повільні рухи → Швидкі рухи; Великі м'язи → Дрібні м'язи.

Ключові слова: дуальний принцип, фізична реабілітація, діти з порушеннями опорно-рухового апарату.

Вступ

Методології розвитку моторної сфери людини та фізичної реабілітації осіб з порушеннями опорно-рухового апарату присвячувались дослідження низки відомих фахівців (Бернштейн, 1947; Боген, 2011; Бойко, 1990; Борщенко, 2012; Доман, Г., Доман Д., & Хаги Б. 2000; Єфименко, 2014; Клименко, 2019; Кудряшов, 2011; Майерс, 2012; Мастюкова, 1997; Могендович, 1975; Монте, 2007; Стілл, 1902; Фрейджер, Р., & Фейдимен Д. 2006; Шевцов, 2009 та ін.), якими було сформульовано відповідні принципи: раннього початку фізичної реабілітації, системності, синергетичний, комплексності, філогенетичний, тотального ігрового методу, цілепокладання, первинності релаксації тощо, але нами не було знайдено описання такого важливого принципу як дуальний, який лежить в основі розвитку Життя і Природи в загалом.

У цьому плані нас зацікавили дослідження (Жикаренцева, 2004), в яких з позиції філософії проаналізовано дуальний принцип на прикладі дуальної пари «медитація – концентрація»: було доведено, що два ці стани є єдиним взаємодоповнюючим цілим. Ці загальні поняття можна також використовувати

у більш специфічному контексті у фізичній реабілітації осіб з порушеннями опорно-рухового апарату.

Окремі аспекти філософсько-методологічних основ знаходимо в остеопатії – було доведено, що ефективність остеопатичних дій збільшується, якщо використовувати, як мінімум, дуальну концепцію Всесвіту (з позиції протилежних станів) (Новосельцев, 2008). Але ми не знайшли досліджень, посвячених використанню принципу дуальності у фізичній реабілітації осіб з порушеннями опорно-рухового апарату. Це і зумовило актуальність статті.

Мета дослідження полягає в обґрунтуванні методологічних та методичних можливостей дуального принципу у фізичній реабілітації дітей з порушеннями опорно-рухового апарату.

Матеріали і методи

В нашому дослідженні приймали участь діти раннього та дошкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату (ДЦП, спінальні парези, комбіновані церебрально-спінальні парези тощо). В своєму дослідженні ми використовували такі методи: аналіз інформаційних джерел з проблеми, гіпотетичний метод, педагогічні спостереження.

Результати дослідження

Під дуальністю прийнято розуміти двоїстість будь-якого стану, явища, процесу, наявність у ньому двох полюсів, що відбивають протилежність крайнощів. Це сьогодні найпоширеніша модель сприйняття світу, що поділяє його на два протилежні крайні стани: добро і зло, любов і ненависть, війну і мир, матерію і дух, правду і брехню, світло і пільму і т.д. Стосовно фізичної реабілітації дітей із порушеннями опорно-рухового апарату можна позначити такі основні дуальні пари протилежних станів: Горизонтальне положення тіла ↔ Вертикальне положення тіла; М'язова гіпотонія ↔ М'язова гіпертонія; Гіпотрофія м'язів ↔ Гіпертрофія м'язів; Розслаблення (медитація) ↔ Напруга (концентрація); Низьке вихідне положення (поза) ↔ Високе вихідне положення (поза); Згинання тулуба та кінцівок ↔ Розгинання тулуба та кінцівок; Верх тулуба (голова) ↔ Низ тулуба (ступні); Центр тулуба (хребетний

стовбур) ↔ Периферія (пальці рук/ніг); Повільні рухи ↔ Швидкі рухи; Великі м'язи ↔ Дрібні м'язи; Повільна ізометрична напруга ↔ Швидке ізотонічне скорочення і т.д.

Для примирення вкрай протилежних станів необхідна поява третього стану, що частково витікає з першого стану, а також частково відбиває другий стан. Можна вести мову про якусь серединність або серединний стан. У традиційній філософії це одного разу призвело до формування соціальної течії, умовно названої *третім шляхом*. Стосовно корекційної педагогіки такий підхід відбито у принципі трійці та його введення у наше дослідження бачиться доцільним. «Троїста цивілізація характеризується створенням протиріччя з урахуванням двоїстого мислення. Ця суперечність розв'язується шляхом привнесення третьої форми. Потрійна цивілізація мобілізує мислення до пізнання тоншої матерії та призводить до чотиривимірного типу цивілізації» (Новосельцев, 2008).

У зв'язку з цим у кожній дуальній парі потрібно визначити односпрямований вектор руху: від якого крайнього стану до якого стану необхідно будувати корекційний процес. Логіка цього дискретного (розтягнутого в часі, що уривається) процесу зумовлена філогенетично, тобто. самим процесом еволюційного розвитку людини.

Кожен фахівець, який займається фізичною корекцією (реабілітацією), повинен мати таблицю основних дуальних пар, які методично реалізуються в процесі роботи з дітьми (табл. 1). У кожній парі має бути позначений вектор дуальної спрямованості (*дуальний вектор*).

Висновки

Стосовно фізичної реабілітації дітей із порушеннями опорно-рухового апарату можна позначити такі основні дуальні пари протилежних станів і вектор їхньої природної трансформації: Горизонтальне положення тіла → Вертикальне положення тіла; М'язова гіпотонія → М'язова гіпертонія; Гіпотрофія м'язів → Гіпертрофія м'язів; Розслаблення (медитація) → Напруга (концентрація); Низьке вихідне положення (поза) → Високе вихідне положення (поза); Згинання тулуба

та кінцівок → Розгинання тулуба та кінцівок; Верх тулуба (голова) → Низ тулуба (ступні); Центр тулуба (хребетний стовбур) → Периферія (пальці рук/ніг); Повільні рухи → Швидкі рухи; Великі м'язи → Дрібні м'язи; Повільна ізометрична напруга → Швидке ізотонічне скорочення і т.д.

Таблиця 1. Основні дуальні пари у фізичній реабілітації дітей

ОСНОВНІ ДУАЛЬНІ ПАРИ	
Горизонтальне положення тіла →	Вертикальне положення тіла
Низьке вихідне положення → (поза)	Високе вихідне положення (поза)
Згинання тулуба і кінцівок →	Розгинання тулуба і кінцівок
Верх тулуба (голова) →	Низ тулуба (ступні)
Центр тулуба → (хребетний стовбур)	Периферія (пальці рук/ніг)
Повільні рухи →	Швидкі рухи
Розслаблення («медитація») скелета →	Напруження (концентрація) скелета
Великі м'язи →	Дрібні м'язи
Повільне ізометричне напруження м'язових волокон →	Швидке ізотонічне скорочення м'язових волокон
Гіпотонія м'язів →	Гіпертонія м'язів
Гіпотрофія м'язів →	Гіпертрофія м'язів

Список літератури

1. Боген, М. М. (2011). Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям. Теория и методика. М.: ЛИБРОКОМ, 200 с. (in Russian).
2. Бойко, В. В. (1990). Кибернетика совершенствования человека: жизнь, педагогика, тренировка. Одесса, 354 с. (in Ukrainian).
3. Доман, Г., Доман Д., & Хаги Б. (2000). Как сделать ребенка физически совершенным. М.: Аквариум, 336 с. (in Russian).
4. Єфименко, М. М. (2014). Основи корекційно спрямованого фізичного виховання дітей з порушеннями опорно-рухового апарату: дис... докт. пед. наук: 13.00.03. Київ, 451 с. (in Ukrainian).
5. Жикаренцев, В. В. (2004). Жизнь без границ. Концентрация Медитация. Санкт-Петербург: ДИЛЯ, 224 с. (in Russian).
6. Майерс, Т. В. (2012). Анатомические поезда. Санкт-Петербург: МЕРИДИАН, 320 с. (in Russian).
7. Мастюкова, Е. М. (1997). Лечебная педагогика (ранний и дошкольный возраст). М.: ВЛАДОС, 304 с. (in Russian).
8. Новосельцев, С. В. (2008). Некоторые аспекты философско-методологических основ остеопатии. *Мануальная терапия*. 4 (32). 90 – 94.
9. Фрейджер, Р., & Фейдимен Д. (2006). Личность. Теории, упражнения, эксперименты: большая университетская библиотека. Санкт-Петербург: Прайм-ЕВРОЗНАК, 704 с. (in Russian).
10. Шевцов, А. Г. (2009). Освітні основи реабілітології : монографія. Київ: Леся, 483 с. (in Ukrainian).

DUALITY PRINCIPLE IN PHYSICAL REHABILITATION OF CHILDREN WITH MUSCULOSKELETAL DISORDERS

Mykola Efimenko

Berdyansk State Pedagogical University

The goal is to study the methodological possibilities of the dual principle in the physical rehabilitation of children with musculoskeletal disorders.

Methods: analysis of information sources on the problem; hypothetical method; pedagogical observations.

The results. The use of the principle of duality in the physical rehabilitation of children with disorders of the musculoskeletal system significantly increases its quality and effectiveness.

Conclusions. The following main dual pairs and vectors of their natural transformation are highlighted: Horizontal position of the body → Vertical position of the body; Muscular hypotonia → Muscular hypertension; Muscle hypotrophy → Muscle hypertrophy; Relaxation (meditation) → Tension (concentration); Low starting position (out) → High starting position (out); Flexion of the trunk and limbs → Extension of the trunk and limbs; Upper body (head) → Lower body (feet); Body center (spinal column) → Periphery (fingers/toes); Slow movements → Fast movements; Large muscles → Small muscles.

Key words: dual principle, physical rehabilitation, children with musculoskeletal disorders.

Information about the author:

Efimenko Mykola: efimnn1958@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0001-7539-8007>; Department of Applied Psychology and Speech Therapy, Berdyansk State Pedagogical University, Zhukovsky St., 66, Zaporizhzhya, 69002, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОСОБЛИВОСТІ МОТОРНОЇ ТА ВЕРБАЛЬНОЇ СФЕР ДОШКІЛЬНИКІВ З МОВЛЕННЄВИМИ ПОРУШЕННЯМИ

Юрій Зюзін

Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара

Анотація

Мета дослідження є аналіз функціональних нейро-фізіологічних особливостей вербальних і моторних зон кори головного мозку в контексті використання потенційних можливостей адаптивного фізичного виховання дітей-логопатів в корекції їхнього мовленнєвого розвитку.

Методи: аналіз літературних джерел з проблеми, що розглядається, систематизація отриманої інформації, гіпотетичний метод.

Результати. Взаємозв'язок нейро-фізіологічних особливостей вербальних і моторних зон кори головного мозку.

Висновки. Резюмуючи вищенаведений матеріал, зробимо необхідні висновки що, морфологічна і функціональна побудова великих півкуль головного мозку людини, а також філогенетично сформовані проекції тіла й внутрішніх органів в ній доводять тісний історичний зв'язок моторної сфери з мовленнєвим розвитком і в цілому з формуванням вищих психічних функцій дитини а також, нейронна організація моторних ділянок тіла дитини дозволяє попередньо сформулювати пріоритет верхньої кінцівки, зокрема кисті, пальців, дрібної моторики в стимулювання зігрівання великих півкуль головного мозку.

Ключові слова: дошкільники з мовленнєвими порушеннями, корекція, мовленнєвий розвиток, моторна сфера, адаптивне фізичне виховання.

Вступ

Проблема мовленнєвого розвитку дитини була і є однією із ключових у сучасній дошкільній освіті.

Загальновідомо, що значний вплив на мовленнєвий розвиток дитини оказує її повноцінний фізичний розвиток, реалізація усіх необхідних моторних етапів становлення малюка в ранньому онтогенезі, а потім і дошкільника. На тісний зв'язок моторики і мовлення дитини вказували в своїх дослідженнях (Догман Г., Догман Д., & Хаги, 2000; Кольцова, 2013; Мастюкова, 1997; Притыковская, 2006; Семенович, 2007) та ін. Дослідники закликали використовувати значні потенційні можливості моторної сфери для розвитку і корекції мовлення дітей. Але, незважаючи на існуючу низку досліджень, сьогодні немає єдиного концептуального підходу до покращення (корекції) мовленнєвого розвитку дітей-логопатів, використовуючи значні можливості їхньої моторної сфери та адаптивного фізичного виховання. Це і обумовило актуальність нашого дослідження.

Метою дослідження є аналіз функціональних нейро-фізіологічних особливостей вербальних і моторних зон кори головного мозку в контексті

використання потенційних можливостей адаптивного фізичного виховання дітей-логопатів в корекції їхнього мовленнєвого розвитку.

Матеріали і методи

У нашому дослідженні приймали участь дошкільники-логопати з порушеннями опорно-рухового апарату використовувались такі методи: аналіз літературних джерел з проблеми, що розглядається, систематизація отриманої інформації, гіпотетичний метод.

Результати дослідження

Для об'єктивного розуміння можливостей моторної сфери, фізичного розвитку щодо їх впливу на корекцію мовленнєвого розвитку дитини-логопата, необхідно першочергово з'ясувати анатомо-фізіологічні, нейрогенні передумови інтегративної діяльності моторної і мовленнєвої зон кори головного мозку людини. Загальновідомо, що до недавнього часу основними центрами мовлення в корі головного мозку вважалися центри Брока і Верніке [1, 2, 3]. Центр Брока – це моторний центр мовлення, який розташований у задній частині лобної долі лівої півкулі і який відповідає за моторику мовлення, за його відтворення. Центр Верніке – це достатньо велика область у верхне-задній ділянці лівої півкулі головного мозку, де анатомічно розташований сенсорний центр, який відповідає за сприйняття (розуміння) мовлення. Різні органічні ураження цієї області негативно впливають на здатність людини сприймати звуки мовлення.

Особливу увагу, на наш погляд, слід приділити також підкорковим структурам головного мозку, які представляють собою підвалини для вищої нервової діяльності. На думку автора метода заміщуючого онтогенезу (Семенович, 2005; 2007) головною і найбільш постійною характеристикою різних варіантів відхилення у розвитку є предпатологічний стан найбільш ранозірівуючих – підкоркових – систем головного мозку. За твердженням автора методу вони у своїй більшості морфологічно і функціонально формуються ще внутрішньоутробно, тим самим впливаючи на течію самих ранніх етапів розвитку немовля. Якщо має місце недостатність підкоркових (особливо – стовбурових) систем головного мозку – це в подальшому негативно

вплине на нейросоматичний каркас дитини у вигляді дистонії, синкінезії, недостатності окорухової функції, порушень ранніх етапів сенсомоторного розвитку, схильності до алергій і т.п. На думку (Семенович, 2005) та або інша недостатність або несформованість правої півкулі головного мозку тягне за собою такі негативні наслідки в розвитку дитини: вторинну несформованість міжпівкульних зв'язків, третинну не сформованість лівої півкулі яка відповідає в тому числі за мовленнєвий розвиток дитини і т.д.

Основні відмінності у роботі півкуль головного мозку людини вперше виявив американський вчений, лауреат Нобелівської премії Р. Сперрі. У своїх роботах він показав, що праву та ліву півкулі мозку поділяють між собою обов'язки: ліва півкуля вирішує логічні завдання, а праве – творчі. Так права півкуля відповідає за реалізацію дитиною фантазій, створення, танців, сприйняття живопису та музики. При цьому ліва півкуля опікується іншими проявами дитини: логічним мисленням, письмом, мовленням і засвоєнням мов, математикою. Американський учений стверджував, що кожна півкуля головного мозку багато в чому діє як самостійний мозок. Проводячи експеримент з тваринами по розтинну мозолистого тіла (що з'єднує півкулі головного мозку), демонстрував, що інформація, присутня в зоровому вигляді в одній півкулі, не визначається іншою півкулею. Однією з головних завдань нейрофізіології є синхронізація діяльності правої та лівої півкулі головного мозку, координація (оптимізація) їхньої діяльності [3, 8].

Висновки

Резюмуючи вищенаведений матеріал, зробимо необхідні висновки що, морфологічна і функціональна побудова великих півкуль головного мозку людини, а також філогенетично сформовані проекції тіла й внутрішніх органів в ній доводять тісний історичний зв'язок моторної сфери з мовленнєвим розвитком і в цілому з формуванням вищих психічних функцій дитини а також, нейронна організація моторних ділянок тіла дитини дозволяє попередньо сформулювати пріоритет верхньої кінцівки, зокрема кисті, пальців, дрібної моторики в стимулювання зігрівання великих півкуль головного мозку [4, 5].

Список літератури

1. Глен, Догман, Дуглас Догман, & Брюс Хаги (2000). Как сделать ребёнка физически совершенным. – М.: Аквариум, 336 с.
2. Кольцова М. М. (2013). Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка. – М.: Педагогика, 143 с.
3. Курцвейл, Р. (2012). Эволюция разума, или Бесконечные возможности человеческого мозга, основанные на распознавании образов. – М.: «Эксмо», 488 с.
4. Мастюкова Е. М. (1997). Лечебная педагогика (ранний и дошкольный возраст): Советы педагогам и родителям по подготовке к обучению детей с особыми проблемами в развитии. – М.: ВЛАДОС, 304 с.
5. Притыковская, С. Д. (2006). Развитие координационных способностей у дошкольников с общим недоразвитием речи. Материалы наук.-пр. конф. Одеса, 58 – 60.
6. Семенович, А. В. (2005). Введение в нейропсихологию детского возраста. М.: Генезис, 268 с.
7. Семенович, А. В. (2007). Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте Метод замещающего онтогенеза: учеб. пособие. М.: Генезис, 479 с.
8. Ptnfield W. Rasmussen T. (1952) The Cerebral Conttex of Mar, New York, Macmillan. 248 pp.

CHARACTERISTICS OF THE MOTOR AND VERBAL SPHERES OF PRESCHOOLERS WITH SPEECH DISORDERS

Yuriy Zyuzin

Oles Honchar Dnipro National University

The purpose of the study is to analyze the functional neuro-physiological features of the verbal and motor areas of the cerebral cortex in the context of using the potential opportunities of adaptive physical education of children with speech disorders in the

correction of their speech development.

Methods: analysis of literary sources of the corresponding problem, systematization of received information, and hypothetical method.

The results. Interrelationship of neuro-physiological features of verbal and motor areas of the cerebral cortex

Conclusions. Summarizing the above material, we will draw the necessary conclusions that the morphological and functional structure of the large hemispheres of the human brain, as well as the phylogenetically formed projections of the body and internal organs in it prove the close historical connection of the motor sphere with speech development and, in general, with the formation of higher mental functions of the child and also, the neural organization of the motor areas of the child's body allows to pre-formulate the priority of the upper limb, in particular the hand, fingers, and fine motor skills in stimulating the warming of the large hemispheres of the brain.

Key words: preschoolers with speech disorders, correction, speech development, motor sphere, adaptive physical education.

Information about the author:

Zyuzin Yuriy: Zuzincom1@gmail.comh; [tps://orcid.org/0000-0002-4656-275X](https://orcid.org/0000-0002-4656-275X); postgraduate student of the Department of Pedagogy and Special Education of the Dniprovsk National University named after Oles Honchar, Gagarin Avenue, 72, Dnipro, 49000, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ПОКРАЩЕННЯ ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВИХ ПРОЯВІВ У ДІТЕЙ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ МОТОРНОЇ СФЕРИ НА ЕТАПІ АДАПТАЦІЇ ДО ВОДНОГО СЕРЕДОВИЩА

Михайло Литв'яков

Комунальна Установа «Центр реабілітації осіб з вадами психофізичного розвитку»

Анотація

Мета дослідження – розробити алгоритм корекції емоційно-вольової сфери дітей дошкільного і молодшого шкільного віку з порушеннями опорно-рухового апарату спеціальними засобами плавання (на прикладі їхньої адаптації до водного середовища).

Матеріали і методи: В нашому дослідженні протягом 2019 – 2021 року прийняли участь 142 дитини старшого дошкільного і молодшого шкільного віку з різними порушеннями опорно-рухового апарату (ДЦП, спінальні парези шийного та поперекового рівня локалізації, комбіновані церебро-спінальні парези, порушення психомоторики тощо). В дослідженні застосовувались такі методи: аналіз науково-методичної та педагогічної літератури; педагогічні спостереження; порівняння.

Результати дослідження. На основі аналізу літературних джерел з проблеми та особистого багаторічного практичного досвіду роботи в басейні із дітьми з особливими освітніми потребами було виокремлено напрями корекції емоційно-вольової сфери дітей з порушеннями опорно-рухового апарату засобами плавання. Першочерговим із цих напрямів є первинна адаптація дітей до нового (водного) середовища, яку, зокрема, можна використовувати для корекції вольових проявів вказаної категорії дітей.

Висновки.

1. Фізичні особливості водного середовища можна використати для покращення емоційно-вольової сфери дітей з порушеннями опорно-рухового апарату, застосовуючи спеціальні засоби плавання. 2. Для формування емоційно-вольових проявів під час адаптації вказаної категорії дітей до водного середовища слід застосовувати такий корекційний алгоритм: попередньо познайомитись з особливостями водного середовища; зробити перший крок назустріч новому середовищу, новим відчуттям, зайшовши у воду; почати дослідження нового середовища, знаходячись у воді; прийняти водне середовище як природну середу, в якій дитина може себе відчувати дуже комфортно; моделювати сюжетні рухово-ігрові дії у воді з штучними елементами дозованої драматизації, коли виникає протистояння Добра і Зла і дитина має реалізувати себе на боці добра.

Ключові слова: корекція, емоційно-вольові прояви, діти, порушення, моторна сфера, плавання.

Вступ

Проблема комплексної реабілітації дітей з порушеннями опорно-рухового апарату багато років знаходиться в фокусі уваги фахівців (Єфименко, 2013; Козьявкін, Сак, Качмар & Бабадоглы 2007; Мога, 2015).

Загальновідомо, що обмеження в моторній сфері накладають негативний відбиток на стан психічного благополуччя дитини, її емоційно-вольову сферу (Бабич, 2016; Коштур, 2009). Значні можливості в контексті покращення емоційно-вольової сфери дітей з порушеннями опорно-рухового апарату вміщує в себе адаптивне фізичне виховання. Це і зумовило актуальність нашого дослідження.

Мета дослідження – розробити алгоритм корекції емоційно-вольової сфери дітей з порушеннями опорно-рухового апарату спеціальними засобами плавання (на прикладі їхньої адаптації до водного середовища).

Матеріали і методи

В дослідженні протягом 2019 – 2021 року прийняли участь 142 дитини старшого дошкільного і молодшого шкільного віку з різними порушеннями опорно-рухового апарату. В дослідженні застосовувались такі методи: аналіз науково-методичної та педагогічної літератури; педагогічні спостереження; порівняння.

Результати дослідження

Було виокремлено напрями корекції емоційно-вольової сфери дітей з порушеннями опорно-рухового апарату засобами плавання. Першочерговою з цих напрямів є первинна адаптація дітей до нового (водного) середовища. Більшість дітей при загальному позитивному відношенні до води і водних процедур в умовах квартири в тому чи іншому ступені губляться при першій зустрічі з великим обсягом водного середовища: в басейні, на річці, озері або морі (океані). Цей феномен можна пояснити тим, що водне середовище, при всій його привабливості, не є природною середою для існування людини (дитини). Тому для більшості дошкільників типовою при зустрічі з великим водним середовищем є реакція напруження, сумнівів, обережності і, навіть, страху. Це, в свою чергу, визиває у дитини відповідний за силою стрес, особливо якщо мова йде про дитину з порушеннями опорно-рухового апарату. Саме на цьому первинному етапі можливо формування вольової складової психічної сфери дитини. Другим етапом стане реалізація емоційної складової психічної сфери, коли дитина вже буде впевнено відчувати себе у воді як дружньому до неї середовищі. Спостерігається своєрідна еволюція емоцій, їхня трансформація від негативних до позитивних, при цьому спектр емоційних проявів поступово збагачується негативними, нейтральними та позитивними емоціями, формується повноцінний емоційний інтелект. Для цього педагог має реалізувати відповідну етапність такої адаптації: а) Попередньо познайомитись з особливостями водного середовища: тактильно відчутти властивості води (її плинність, пружність, свіжість, лагідність, мокрість тощо); а) Зробити спочатку за допомогою дорослого (батьків або педагога), а потім і самостійно перший крок

назустріч новому середовищу, новим відчуттям, зайшовши у воду; в) Почати дослідження нового середовища, знаходячись у воді: його виштовхуючої сили, пружної консистенції, прозорості тощо; г) Прийняти це нове водне середовище як природну середу, в якій дитина може себе відчувати дуже комфортно, здолати один раз і назавжди боязнь води та перебування в ній, отримувати від перебування у воді позитивні емоції; д) Моделювати сюжетні рухово-ігрові дії у воді з штучними елементами дозованої драматизації, коли виникає протистояння Добра і Зла, що конкретизується у відповідних персонажах та сюжетних колізіях.

Для реалізації цього корекційного педагогічного алгоритму на початковому етапі навчання плавання необхідно включати в заняття такі специфічні види рухово-ігрової діяльності: а) «Знайомство з Водичкою», б) «В гостях у Водоля», в) «Прогулянки у воді», г) «Веселі крапельки», г) «Разом із татом/мамою, братиком чи сестричкою», д) «Де живе жабенятко Квакі?», е) «Хто запускає під водою бульбашки?».

Висновки

1. Фізичні особливості водного середовища можна використати для покращення емоційно-вольової сфери дітей із порушеннями опорно-рухового апарату, застосовуючи спеціальні засоби плавання. 2. Для формування емоційно-вольових проявів під час адаптації вказаної категорії дітей до водного середовища слід застосовувати такий корекційний алгоритм: попередньо познайомитись з особливостями водного середовища; зробити перший крок назустріч новому середовищу, новим відчуттям, зайшовши у воду; почати дослідження нового середовища, знаходячись у воді; прийняти водне середовище як природну середу, в якій дитина може себе відчувати дуже комфортно; моделювати сюжетні рухово-ігрові дії у воді з штучними елементами дозованої драматизації, коли виникає протистояння Добра і Зла і дитина має реалізувати себе на боці добра.

Список літератури

1. Бабич, Н. Л. (2016). Психофізіологічне обґрунтування можливості корекції порушень емоційно-вольової сфери осіб із вадами розумового розвитку в процесі спортивної діяльності: *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова*. Випуск 3 К 2 (71). 20 – 23 (in Ukrainian)

2. Єфименко, М. М. (2013). Сучасні підходи до корекційно спрямованого фізичного виховання дошкільників з порушенням опорно-рухового апарату. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 356 с. (in Ukrainian)
3. Єфименко, М. М., & Литв'яков М. В. (2019). АКВА-ТЕАТР: парціальна програма адаптації дітей раннього та дошкільного віку до водного середовища і навчання плаванню. Вінниця: ТОВ «ТВОРИ», 100 с. (in Ukrainian)
4. Кожевникова, В. Т. (2013). Современные технологии физической реабилитации больных с последствиями перинатального поражения нервной системы и детским церебральным параличом: монография. М.: Маджента, 566 с. (in Russian)
5. Козьявкин, В. И., Сак Н. Н., Качмар О. А., & Бабадоглы М. А. (2007). Основы реабилитации двигательных нарушений по методу Козьявкина. Львів: *Українські технології*, 192 с. (in Ukrainian)
6. Коштур, Я. Є. (2009). Корекція психофізичного розвитку розумово відсталих підлітків засобами плавання: *Рукопис. НПУ ім. М. П. Драгоманова*. Київ. (in Ukrainian)
7. Мога, М. Д. (2019). Корекція моторної сфери дітей раннього віку зі спастичним синдромом. Вінниця: ТОВ «ТВОРИ», 444 с. (in Ukrainian)

IMPROVEMENT OF EMOTIONAL AND VOLITIONAL MANIFESTATIONS IN CHILDREN WITH MOTOR DISORDERS AT THE STAGE OF ADAPTATION TO THE AQUATIC ENVIRONMENT

Mykhailo Litvyakov

Municipal Institution "Rehabilitation Center for Persons with Mental and Physical Developmental Disabilities"

The purpose of the study is to develop an algorithm for correction of emotional and volitional sphere of children of preschool and primary school age with disorders of the musculoskeletal system with special swimming equipment (on the example of their adaptation to the aquatic environment).

Materials and methods. In our study during 2019-2021, 142 children of senior preschool and primary school age with various disorders of the musculoskeletal system (cerebral palsy, spinal paresis of the cervical and lumbar level of localization, combined cerebro-spinal paresis, psychomotor disorders, etc.) The following methods were used in the study analysis of scientific, methodological and pedagogical literature; pedagogical observations; comparison.

Results of the research. Based on the analysis of literature sources on the problem and personal long-term practical experience in the pool with children with special educational needs, the directions of correction of the emotional and volitional sphere of children with disorders of the musculoskeletal system by means of swimming were identified. The primary of these areas is the primary adaptation of children to the new (water) environment, which, in particular, can be used to correct the volitional manifestations of this category of children.

Conclusions.

1. Physical features of the water environment can be used to improve the emotional and volitional sphere of children with disorders of the musculoskeletal system, using special swimming equipment. 2. For the formation of emotional and volitional manifestations during the adaptation of this category of children to the aquatic environment, the following correctional algorithm should be used: first get acquainted with the peculiarities of the aquatic environment; take the first step towards a new environment, new sensations, entering the water; start exploring a new environment while in the water; accept the aquatic environment as a natural environment in which the child can feel very comfortable; model plot motor and game actions in the water with artificial elements of dosed dramatization when there is a need for drama; model the

Keywords: correction, emotional and volitional manifestations, children, disorders, motor sphere, swimming.

Information about the author:

Litvyakov Mykhailo: mixailruba@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0002-4750-915X>; Municipal Institution "Rehabilitation Center for Persons with Mental and Physical Developmental Disabilities; Physical education teacher; street Ivan and Yuriy Lyp, bldg. 3-A Odessa, 65074, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ПОКАЗНИКИ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ДІТЕЙ РАНЬОГО ТА МОЛОДШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМИ ПСИХОМОТОРИКИ

Володимир Бєседа

Національний університет «Одеська політехніка»

Анотація

Мета дослідження – визначити показники рухової активності дітей раннього та молодшого дошкільного віку з порушеннями психомоторики, які мають порушення постави.

Матеріал і методи: У дослідженні взяли участь 302 дитини раннього і молодшого дошкільного віку з порушеннями психомоторики. Для вирішення поставлених завдань було застосовано методи: відкритого та прихованого спостереження за рухами дитини під час рухово-ігрової діяльності; статистичної обробки результатів.

Результати. У дослідженні встановлено, що у дітей з порушеннями психомоторики, які мають порушення постави особливості рухової активності були такими: архаїчна рухова активність – 67,2%; «броунівський» тип рухів – 42,9%; спонтанність рухів – 52,1%; синкинезії – 28,9%; гіперкінези – 34,7%; тремор – 14,9%; хореїформні рухи – 8,2%; атетоїдні рухи – 5,2%.

Висновки. Показники рухової активності дітей раннього та молодшого дошкільного віку з порушеннями психомоторики, які мають порушення постави мають свої особливості та зумовлені загальним дизонтогенезом.

Ключові слова: діти, рухова активність, порушення психомоторики, постава, ранній вік, дошкільний вік.

Вступ

В умовах сьогодення, на тлі постійного збільшення числа дітей з порушеннями психомоторики, діагностування фізичного розвитку відіграє першочергову роль у розробці стратегії і тактики подальших корекційних заходів. Комплексність у профілактиці та корекції порушень опорно-рухового апарату з використанням науково обґрунтованої діагностики розглядається як складова частина керованого фізичного виховання [2].

При цьому особливого значення набуває діагностика постави у цій категорії дітей, оскільки саме вона є комплексним відображенням особливостей фізичного розвитку і наявних у них порушень психомоторики.

Відомий автор (Круцевич, 2003) розглядає фізичний розвиток як природний процес індивідуальних вікових змін морфологічних і функціональних ознак дитячого організму, що обумовлені генною природою та конкретними факторами навколишнього середовища. Профілактика плоскостопості та постави є одними з основних завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку [1, 3].

Однак, незважаючи на велику кількість розробок у визначенні

особливостей постави у дітей, відсутня єдина система діагностичних параметрів і оцінювання стану постави та її особливостей у дітей з порушеннями психомоторики.

Мета дослідження – визначити показники рухової активності дітей раннього та молодшого дошкільного віку з порушеннями психомоторики, які мають порушення постави.

Матеріали і методи

У дослідженні взяли участь 302 дитини раннього і молодшого дошкільного віку з порушеннями психомоторики. Для вирішення поставлених завдань було застосовано методи: відкритого та прихованого спостереження за рухами дитини під час рухово-ігрової діяльності; статистичної оброблення результатів.

Результати дослідження

Спостереження за загальною руховою активністю дітей з порушеннями психомоторики виявило такі її особливості:

а) у 67,2% дітей виявилась *архаїчна рухова активність* з низьким рівнем або відсутністю цілеспрямованості рухів;

б) у 42,9% дітей з порушеннями психомоторики *характер рухів періодично принципово змінювався на протилежний тип*: наприклад, біг по прямому відрізку чергувався із тупцюванням на місці, потім – знову бігом, зупинками і перебуванням протягом деякого часу в статичному положенні. Такий тип рухів можна назвати «броунівським», який не піддається формальній логіці;

в) в рухах дітей з порушеннями психомоторики (52,1%) простежувалась дуже помітна *спонтанність*, своєрідна непередбачуваність, «імпровізаційність». Це може свідчити про низький ступінь свідомого керування рухами з боку дитини, тобто про не сформованість (або недостатню сформованість) свідомих управлінських процесів найвищого рівня.

Дані спостережень за дітьми в процесі їхньої рухово-ігрової діяльності виявили наявність у підлеглих з порушеннями психомоторики додаткових, несвідомих, нав'язливих рухів:

а) у 28,9% дітей спостерігались *синкінезії*, тобто більш глобальні

(регіональні) м'язові скорочення, ніж це потрібно для виконання конкретного рухового завдання;

б) 34,7% дітей із ППМ мали різні види *гіперкінезів* (насильницьких неконтрольованих рухів) в різному ступені вираження;

в) *тремор* (дрібне тремтіння пальців рук) був зафіксований у 14,9% зазначеної категорії дітей;

г) *хореїформні* рухи спостегігались у 8,2% дітей із ППМ;

г) *атетоїдні* рухи було зафіксовано лише у 5,2% досліджуваних.

Аналізуючи отриману інформацію, можна зробити припущення, що основними причинами наявності (виникнення) цих додаткових неконтрольованих рухів можуть бути три:

I. *Нейрогенна*, тобто викликана травмуванням або пригніченням у внутрішньоутробному періоді або в процесі пологів тієї або іншої ділянки центральної нервової системи. Для насильницьких рухів нейрогенної етіології характерним є те, що вони діють постійно і посилюються за умов підвищення моторної активності дитини, або її зайвого емоційного збудження;

II. *Психогенна*, пов'язана із особливостями психічного стану дитини, її психічним травмуванням. Насильницькі рухи психогенного характеру мають деяку періодичність, дискретність і частіш за все з'являються під час зростання емоційного напруження дитини, особливо на тлі реалізації нею негативних емоційних станів;

III. *Змішана (нейрогенно-психогенна)*, коли в анамнезі у дитини мали місце як органічні ураження центральної нервової системи, так і психічна травма, деякі порушення психічного розвитку.

Висновки

Показники рухової активності дітей раннього та молодшого дошкільного віку з порушеннями психомоторики, які мають порушення постави мають свої особливості та зумовлені загальним дизонтогенезом.

Список літератури

1. Вільчковський, Е. С., & Курок О. І. (2008). Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навчальний посібник. Суми: ВТД Університетська книга, 428 с. (in Ukrainian).
2. Ефименко Н. Н. (2015). Педагогическая диагностика физического развития и здоровья детей в норме и при патологии. Томск: Иван Фёдоров, 160 с. (in Russian).
3. Круцевич, Т. Ю. (2003). Теория и методика физического воспитания. Киев: Олимпийская литература, Т. 1. 420 с. (in Ukrainian).

INDICATORS OF CHILDREN'S MOTOR ACTIVITY OF EARLY AND PRIMARY PRESCHOOL AGE WITH PSYCHOMOTOR DISORDERS

Vladimir Biesieda

National University «Odesa Polytechnic»

The purpose of the study – to determine the indicators of motor activity of children early and early preschool age with psychomotor disorders, which have posture disorders.

Material and methods. The study has involved 302 children of early and early preschool age with psychomotor disorders. To solve the tasks were applied such methods as: open and hidden observation of child's movements during motor-game activity; statistical processing of results.

Results. The study found that children with disorders of psychomotor disorders, who have postural disorders, the peculiarities of motor activity were next: archaic motor activity – 67,2%; «Brownian» type of movements – 42,9%; spontaneity of movements – 52,1%; synkinesis – 28,9%; hyperkinesis – 34,7%; tremor – 14,9%; choreiform movements – 8,2%; athetoid movements – 5,2%.

Conclusions. Indicators of motor activity of children of early and early preschool age with psychomotor disorders, which have violations of posture have their own peculiarities and are caused by general dysontogenesis.

Key words: children, motor activity, psychomotor disorders, posture, early age, preschool age.

Information about the author:

Vladimir Biesieda: doctorbeseda@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0003-4262-6629>; National University «Odesa Polytechnic», Institute of Medical Engineering, Department of Physical Education and Sports, Champagne lane 11, ONPU Sports Complex, corp. 14, Odesa, 65044, Ukraine.

Надійшла: 01.11.2022. Прийнято: 12.11.2022. Опубліковано: 28.11.2022

Наукове видання

**ПЕДАГОГІКА Й СУЧАСНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ**

Збірник наукових праць

**VIII Міжнародної
науково-практичної конференції
(16–17 листопада 2022 року)**

За загальним редагуванням С. О. Черненка

Формат 60 × 84/16. Ум. друк. арк. 9,42.
Обл.-вид. арк. 9,57. Тираж 100 пр. Зам. № 12.

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